

### APLICABILIDADE DE ATIVIDADES SOBRE A PROMOÇÃO DA SAÚDE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA ALUNOS DO JARDIM II DE UMA ESCOLA MUNICIPAL DE SANTA HELENA-SC.

Gisele Eduarda Strieder; Daniel Nunes; Paula Cristina Tasca; Sandra Fachineto.

#### RESUMO

Atividade de prática e extensão (APEX) objetivou-se realizar uma inserção na comunidade visando trabalhar aspectos de saúde e atividade física com crianças em uma escola municipal de Santa Helena-SC, durante uma aula de educação Física. No total, 13 alunos participaram de uma aula de 45 minutos, envolvendo atividades de reconhecer, nomear e classificar alimentos como saudáveis e não saudáveis. Em seguida, ocorreu um circuito motor. Conclui-se, que os estudantes realizaram a proposta de intervenção com atenção, domínio, autonomia e conhecimento, estando dentro do seu padrão de desenvolvimento humano. Entretanto, a abordagem saúde renovada é excelente ferramenta para ser implementada nas aulas práticas, pois garante o acesso a novas experiências sobre hábitos ativos e saudáveis.

O presente estudo faz parte da Atividade Prática de Ensino e Extensão - APEX da turma da 5ª fase do curso de Educação Física - Licenciatura. O projeto visou desenvolver ações de promoção da saúde para crianças e adolescentes durante as aulas de Educação Física.

Para o desenvolvimento da ação, foi realizado o planejamento e organização do plano de aula com foco na abordagem saúde-renovada, visto que, é um desafio para a educação física no que tange aprendizagem sobre saúde, funcionalidade do corpo, hábitos saudáveis e hábitos de higiene pessoal. A abordagem saúde-renovada tem como principais autores Markus Vinicius Nahas e Dartagnam Pinto Guedes, defendem que é uma ferramenta essencial para ser trabalhada nas aulas práticas, pois proporciona ao estudante informação, conscientização, autonomia e mudança de atitude.

Diante disso, a aula prática foi ministrada para 13 crianças de 4 e 5 anos na turma do Jardim II da Escola Municipal de Educação Básica Cinderela de Santa Helena - Santa Catarina. A aula teve duração de 45 minutos e objetivou desenvolver atividades relacionadas a alimentação saudável, através de circuitos motores, visando incentivar hábitos saudáveis. A parte inicial aconteceu em sala de aula com os alunos sentados em um grande círculo. A atividade consistiu em reconhecimento dos alimentos, em que era mostrado uma figura e os mesmos relatavam o nome e se era saudável ou não saudável. Logo, cada aluno recebeu uma imagem e depois de todas reconhecidas e classificadas, os mesmos teriam que achar seu par e dar um abraço, aspecto afetivo-social. Os estudantes, demonstraram conhecimento, interesse e autonomia sobre a atividade, estando ciente de que se consumirem alimentos não saudáveis ocorre malefício à saúde. Após, com o objetivo de trabalhar as habilidades de locomoção, manipulação e equilíbrio, os alunos se deslocaram até o ginásio municipal, onde ocorreu o circuito motor. Visando, incentivar hábitos saudáveis e ativos, os participantes foram divididos em dois grupos, no qual necessitava saltar sobre obstáculos, contornar cones, equilibrar sobre cordas e relacionar as figuras de alimentos que estavam espalhadas nos bambolês, com a tabela no final da quadra. A tarefa proporcionou um ambiente de competição, aonde os participantes realizavam com atenção, apresentando dificuldades em alguns movimentos, necessitando de correção e ajustes. A comunicação, concentração e atenção dos alunos tornou-se difícil por conta de que a quadra estava dividida com outra turma.

A abordagem saúde renovada tem por objetivo informar, mudar atitudes e promover práticas sistemáticas de exercícios físicos. Dessa forma, destacar a importância do professor de Educação Física, pois é um agente fundamental na educação e saúde, fornecendo atividades físicas ao combate de obesidade, hipertensão, sedentarismo e outras enfermidades.

A amostra consiste em 13 crianças, estando, segundo Jean Piaget, no período de desenvolvimento humano pré-operacional. Por meio de brincadeiras, as crianças desenvolvem capacidades de locomoção, manipulação e estabilidades fundamentais. Entretanto, é pelo brincar que as crianças aprendem sobre seus corpos e potencialidades de movimentos.

Segundo Carmo (2020), é na infância que ocorre o aprimoramento das habilidades motoras, possibilitando à criança domínio de seu corpo em diferentes

atividades, como: Saltar, correr, equilibrar-se, entre outras. Essas capacidades que o indivíduo adquire ao longo do tempo são caracterizadas como etapas de maturação. Entretanto, às diferenças de ritmos de cada aluno ocorre em virtude do ambiente, da tarefa e da biologia, ou seja, as diferenças de ritmos afetam o desenvolvimento no processo de aprendizado.

É durante a educação infantil que ocorre aquisição e aperfeiçoamento de habilidades motoras das crianças. Durante essa fase as habilidades de movimento começam aparecer, bem como, as combinações de movimento, que possibilita à criança dominar seu corpo. Nesse contexto, o circuito motor permite ao professor de educação física observar e avaliar o desenvolvimento motor da criança, garantindo identificação de alterações e até mesmo intervenção aos problemas motores específicos (Carmo, 2020).

Portanto, utilizou-se a abordagem desenvolvimentista, na prática do circuito motor, cujo foco está no movimento humano, entendido como manifestação mensurável e observável. Dessa forma, ao elaborar aulas, os conteúdos devem ser baseados em crescimento e desenvolvimento motor, favorecendo a aprendizagem do aluno (Ferreira, 2019).

A aprendizagem motora refere-se a uma mudança interna no indivíduo, consequente de um aperfeiçoamento permanente em seu desempenho motor, como resultado da prática. Entretanto, é através dos movimentos que o ser humano satisfaz suas necessidades, possuindo assim, grande relevância biológica, social, psicológica, cultural e evolutiva (Ferreira, 2019)

Além do mais, é por meio de ações educativas e de promoção da saúde que se concretiza a formação de adultos saudáveis. Assim, a educação física escolar é um forte aliado para essa prática, visto que, é uma disciplina figurada na ementa escolar e por ser um componente de área da saúde (Miranda, 2019).

A tarefa de reconhecimento de alimentos, seguida de um abraço proporcionou aos estudantes um ato de afetividade, enaltecendo que somos seres de sentimentos e valores, contribuindo para o ser humano que é um ser biopsicossocial: Biológico, psicológico e social.

Com tudo, a afetividade é um dos fatores que auxilia no processo de ensino e aprendizagem, pois estimula a capacidade de desenvolver o conhecimento voltado para conhecê-lo e aprender, de maneira que, os vínculos e aprendizados são construídos a partir das trocas entre o sujeito e o meio.

Na perspectiva de Vygotsky (1998, p. 42):

A afetividade é um elemento cultural que faz com que tenha peculiaridades de acordo com cada cultura. Elemento importante em todas as etapas da vida da pessoa, a afetividade tem relevância fundamental no processo ensino aprendizagem no que diz respeito à motivação, avaliação e relação-professor e aluno (Vigotsky, 1998, p. 42).

Diante o exposto, é de suma importância destacar que a abordagem saúde renovada é um elemento primordial para ser trabalhado nas aulas de educação física, pois garante aos estudantes vivências sobre hábitos saudáveis. Ademais, a educação infantil é crucial para o desenvolvimento integral da criança, promovendo saúde, conhecimento sobre o corpo e a formação social. Também, é notória como a abordagem desenvolvimentista é importante no desenvolvimento e crescimento dos alunos, pois consiste em uma aprendizagem ativa, tem seu foco no estudante e busca desenvolver habilidades cognitivas, sociais e físicas.

Agradecimentos à Escola Municipal de Educação Básica Cinderela por abrir as portas, aos conhecimentos trabalhados no Curso de Educação Física - Licenciatura. Ao professor Marcelo Zinhani, em disponibilizar as aulas, juntamente em orientar e trocar ideias. Agradecer aos professores por prestar apoio e dedicação na realização do artigo.

#### REFERÊNCIAS

MIRANDA, Gabriel Medeiros. **Educação Física Escolar: Saúde Renovada**. 2019. 26 f. Tese (Doutorado) - Curso de Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Educação Física Escolar: Saúde Renovada, Brasília, 2019. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/prefix/13872/1/21652380.pdf>. Acesso em: 14 jun. 2025.

CARMO, Isabel Cristina da Silva. **Circuito motor para estimular o desenvolvimento infantil**. 2020. 186 f. TCC (Graduação) - Curso de Curso Superior de Tecnologia em Design de Produto, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina- Câmpus Florianópolis, Florianópolis, 2020. Disponível em: [file:///C:/Users/felipe/Downloads/TCC\\_IsabelCarmo\(1\)%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/felipe/Downloads/TCC_IsabelCarmo(1)%20(4).pdf). Acesso em: 15 jun. 2025.

NAHAS, Markus Vinicius. **Atividade Física, Saúde & Qualidade de Vida Conceitos e Sugestões para um Estilo de Vida Ativo..** 7. ed. Florianópolis: Markus Vinicius Nahas, 2017. Disponível em:

[https://www.sbafs.org.br/admin/files/papers/file\\_IlduWnhVZnP7.pdf](https://www.sbafs.org.br/admin/files/papers/file_IlduWnhVZnP7.pdf). Acesso em: 15 jun. 2025.

FERREIRA, Heraldo Simões. **Abordagens Da Educação Física Escolar Da Teoria à Prática**. Fortaleza-Ce: Dição Institucional da Assembleia Legislativa do Estado do Ceará, 2019. 275 p. Disponível em: <https://cev.org.br/media/biblioteca/4057558.pdf#page=123>. Acesso em: 26 jun. 2025.

VYGOTSKY, Lev. **A Formação Social da Mente**. 4. ed. Curitiba: Livraria Martins Fonteseditora Ltda, 1998. 90 p. Disponível em: [https://www.mackenzie.br/fileadmin/ARQUIVOS/Public/1-mackenzie/universidade/pro-reitoria/graduacao-assuntos-acad/forum/X\\_Forum/LIVRO.VYGOTSKY.FORMACAO.MENTE.pdf](https://www.mackenzie.br/fileadmin/ARQUIVOS/Public/1-mackenzie/universidade/pro-reitoria/graduacao-assuntos-acad/forum/X_Forum/LIVRO.VYGOTSKY.FORMACAO.MENTE.pdf). Acesso em: 22 jun. 2025.

Reconhecimento de Alimentos.



Fonte: A autora.

Abrço de Afetividade.



Fonte: A autora.

Circuito motor.



Fonte: A autora.

Turma Jardim II



Fonte: A autora.