

Escola Municipal Darcy Ribeiro

brincando e me exercitando eu vivo com mais saúde

Justificativa/ Saberes curriculares

Não é difícil observar que nos dias atuais o uso de celular, tablet, televisão e outros tem se tornado o principal atrativo das nossas crianças, desenvolvendo hábitos sedentários de vida. Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), o sedentarismo é na atualidade o quarto maior fator de risco de mortalidade global, desenvolvendo inúmeras doenças, sendo assim responsável por cerca de 3,2 milhões de mortes anualmente. Foi pensando em tudo isso e aproveitando o momento propício e curiosidades das crianças que decidimos trabalhar o tema, uma vez que se faz necessário buscar alternativas que visem tirar os nossos pequenos do sedentarismo, desenvolvendo desde cedo hábitos saudáveis de vida.

Pergunta exploratória/ Expedição investigativa

Professora, por que a senhora vai a cidade três vezes na semana fazer exercícios? Por que devemos praticar exercícios físicos?

Sala de aula, quadra de esportes e pátio da escola, clínica de fisioterapia e pilates, academia pública. Em um primeiro momento, esta etapa ocorreu na sala de aula, pátio da escola e quadra de esporte por meio de conversa informal, vídeos e reprodução dos exercícios dos vídeos. Posteriormente ocorreu também visita a uma clínica de fisioterapia e pilates e uma academia pública, onde os alunos puderam contemplar outras possibilidades de práticas de exercícios, compreender melhor sobre a necessidade dessa prática e entender que praticar exercícios está ao alcance de todos, uma vez que existe várias possibilidades para isso, seja na academia particular, no pilates, academia pública ou mesmo no conforto de nossas casas.

Definição do tema

O que são exercícios físicos? Por que devemos praticar exercícios físicos? Onde e como posso praticar exercícios físicos? Qual a importância dos exercícios físicos para a saúde? Quais os perigos de se viver uma vida sedentária?

Brincando e me exercitando eu vivo com mais saúde

Índice inicial e formativo

Os alunos não tinham noção da importância e necessidade de exercícios físicos para saúde e dos riscos do sedentarismo; não sabiam que podíamos praticar vários tipos de exercícios também em casa; não conheciam os locais convencionais à prática de exercícios (academia, pilates etc.).

Foram utilizadas atividades diversas, como vídeos explicativos, conversa informal, prática de exercícios adequados à faixa etária em locais diversificados (sala de aula, pátio da escola e quadra de esportes), visita à academia pública com experimentação do uso dos aparelhos diversos, visita à clínica de fisioterapia e pilates com demonstração do uso de aparelhos, palestra com especialista em exercícios físicos (fisioterapeuta Dr. Paulo Henrique), brincadeiras e atividades variadas para trabalhar o equilíbrio



Escola Municipal Darcy Ribeiro

Brincando e me exercitando eu vivo com mais saúde

e o movimento.

Articulação com o currículo / Mobilização dos saberes escolares

Foram desenvolvidas atividades nos campos de experiências: o eu, o outro e o nós; corpo, gesto e movimento; escuta, fala, pensamento e imaginação.

Cooperação, cidadania, respeito à diversidade e diálogo

Foi trabalhado no presente projeto a questão do respeito aos limites de acordo com as características físicas de cada um (cada um no seu tempo, no seu limite o que não diferencia alguém de ninguém). Outro valor trabalhado foi a questão da ajuda mútua, da cooperação nas dificuldades provenientes das diferentes características (ao invés de criticar, por que não ajudar?).

Comunidade de aprendizagem

Durante a execução do projeto, a família esteve presente desempenhando papel quase anônimo, mas muito significativo no que se refere à compreensão, colaboração, liberando seus filhos para excursão, enviando trajes adequados ao ambiente a ser trabalhado, vestindo os filhos de acordo com a necessidade do projeto nos dias da realização de atividades

referentes etc.

Índice final

Ao concluir o projeto, verificou-se que os objetivos propostos foram atingidos em grande parte, pois no decorrer do mesmo por meio das brincadeiras, prática de exercícios, conversa informal, participação de profissional da área, as crianças foram descobrindo as respostas para suas próprias perguntas e aos poucos consolidando o aprendizado de forma gradativa. O grito de guerra da turma hoje é: "quem pratica exercícios tem mais saúde; quem pratica exercícios vive mais".

Mostra pedagógica/ Cooperativa

A mostra pedagógica aconteceu em dois momentos distintos: primeiro nas dependências da própria escola, com exposições referentes a todos os projetos trabalhados nas turmas diversas, em um segundo momento no salão paroquial, com exposições maravilhosas referentes aos projetos trabalhados em todas as escolas municipais, evidenciando assim a grandiosidade desse programa que hoje é um sucesso em nosso município.



FICHA TÉCNICA

Escola: Escola Municipal Darcy Ribeiro

Etapa de Ensino: Educação Infantil

Turma: Crianças pequenas I e II

Quantidade de alunos: 25

Educadores: Maria Suerlanda Vieira, Edilene de Jesus Cardoso Oliveira

Assessoria pedagógica: Marcia Regina Simpioni Carraro

Estado: Mato Grosso

Município: Comodoro

Cooperativa: Sicredi Biomas

Data Inicial: 25/07/2022

Data Final: 30/11/2022