

28 e 29 de novembro de 2019
Campus Boa Vista Zona Oeste

PROJETO CONVIDATIVA

Anna Rosalia Né de Almeida¹, Marilda Vinhote Bentes²

Resumo: O presente relato de experiência é resultado do Programa Institucional de Bolsa Acadêmica de Extensão, a partir da articulação entre o ensino, a pesquisa e a extensão, que surgiu com a realidade observada em crianças, pois muitas delas têm tido um estilo de vida extremamente sedentário, resultando em altos índices de obesidade infantil e doenças cardiovasculares. Baseando-se nesta problemática, fez-se uma relação entre o prazer infantil em jogos e brincadeiras com a necessidade de aptidão física e hábitos saudáveis, criando-se assim o projeto ConVidAtiva – uma junção da frase “Com Vida Ativa” em uma única palavra – que é baseado na aprendizagem dos componentes curriculares do curso de Licenciatura em Educação Física. O objetivo principal do projeto foi o de desenvolver nas crianças a valorização do estilo de vida ativo e saudável através de exercícios físicos apresentados de maneira lúdica. Com duração de seis meses, duas vezes na semana, com aulas a partir dos conteúdos programáticos, aplicou-se estratégias com atividades físicas e lúdicas para os envolvidos, gerenciando pesquisas e práticas com os conhecimentos construídos. Com isso, contribuiu com a formação do estilo de vida saudável dos participantes, de forma planejada para obtenção de dedicação e êxito. As atividades foram planejadas e executadas com base nas seguintes distribuições: Diagnóstico e atividades visando o trabalho em equipe - Jogos Cooperativos (Pega-pega de serpente, Telefone sem fio, História coletiva, Brincadeiras de roda, Bola quente, etc); Atividades visando hábitos saudáveis; Resistência Cardiorrespiratória - Jogos Competitivos (Gincana, Queimada, Futebol, etc); Aptidão Muscular e Flexibilidade - Jogos para Desenvolvimento motor, corporal e mental (Corra seu urso, A galinha cega, Dança, Twister, Jogo das Varetas, Jogo da Memória, Assoprar o balão, Ping pong no copo, Bambolê, jogos criativos, massinha, pintar, etc). De acordo com diálogo com os pais e um questionário aplicado em roda de conversa com as crianças foi possível perceber que elas observaram melhoras no desenvolvimento cognitivo e motor, além de citarem melhoria nos hábitos saudáveis, trabalho em equipe e, até mesmo, no rendimento escolar. Com isso, fica evidenciado a importância de se trabalhar de forma recreativa, envolvendo atividades físicas e lúdicas, para crianças visando a criação de hábitos saudáveis.

Palavras-chave: Atividades físicas, Hábitos saudáveis, Rendimento escolar.

Apoio financeiro: PBAEX/IFRR.

¹Bolsista do PBAEX – IFRR *Campus* Boa Vista. E-mail: annarosalia@hotmail.com.

²Professora Orientadora – IFRR *Campus* Boa Vista.