

RESUMO SIMPLES - ÁREA DA SAÚDE E BIOLÓGICAS

SAÚDE DO CORPO E MOVIMENTO: SUPER-HERÓIS DO MOVIMENTO E SAÚDE

Ana Cristine Teixeira Freire (anacristeixf@gmail.com)

Mikелven Rodrigues De Lima (mikелven39@gmail.com)

Rosa Pereira Cunha (rosapereiracunha@hotmail.com)

Everardo Teixeira Lessa Junior (everardojuni77@gmail.com)

*Denise Goncalves Moura Pinheiro
(denise.pinheiro@professor.uniateneu.edu.br)*

Francisco Lucas Abreu Jorge (fcolucas.fisioterapia@gmail.com)

INTRODUÇÃO

A saúde do corpo está diretamente relacionada ao movimento, essencial para o desenvolvimento físico, cognitivo e social das crianças. Promover hábitos saudáveis desde a infância contribui para a prevenção de doenças, melhora da postura, fortalecimento muscular e aumento da capacidade funcional. Nesse contexto, ações educativas que incentivam a prática de atividades corporais e explicam seu funcionamento tornam-se importantes para conscientizar o público infantil sobre a relevância do movimento para uma vida equilibrada e saudável.

OBJETIVOS

O objetivo desta ação foi alertar e orientar as crianças sobre os benefícios do movimento no corpo humano, destacando como ele funciona e sua importância para a manutenção de uma vida saudável, por meio de atividades lúdicas e informativas.

MATERIAIS E MÉTODOS

A ação foi realizada com um grupo de crianças, abordando temas relacionados à saúde corporal e aos efeitos positivos do movimento. Para facilitar o entendimento, foram utilizadas dinâmicas interativas, permitindo associações práticas entre teoria e vivência corporal. Também foram distribuídos panfletos educativos, utilizados como material lúdico e informativo, visando reforçar o conteúdo abordado. Todo o desenvolvimento seguiu uma abordagem didática adequada ao público infantil, respeitando princípios pedagógicos.

RESULTADOS

Observou-se que as crianças demonstraram interesse e participação ativa durante as dinâmicas. Houve melhora na compreensão sobre a importância do movimento para o funcionamento adequado do corpo e para a promoção da saúde. Os panfletos contribuíram para fixação dos conteúdos, facilitando a continuidade da aprendizagem mesmo após o término da ação.

5 CONCLUSÃO

A ação mostrou-se eficaz para orientar e conscientizar crianças sobre os benefícios do movimento e seu papel na saúde. O uso de dinâmicas e materiais lúdicos facilitou a compreensão do tema e reforçou a importância de incorporar hábitos saudáveis desde a infância. Portanto, iniciativas educativas dessa natureza são fundamentais para promover o bem-estar e estimular escolhas saudáveis ao longo da vida.

Palavras-chave: saúde da criança; prevenção; ludicidade.