

RESUMO EXPANDIDO - ÁREA DA SAÚDE E BIOLÓGICAS

CAPACITAÇÃO DE CRIANÇAS ACERCA DA IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E ADOÇÃO DE HÁBITOS SAUDÁVEIS: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Maria Eduarda Moura Fernandes (mariaeduardamoura661215@gmail.com)

Amanda Dos Santos Martins (amanda89713736@gmail.com)

Emanuelly Batista Muniz (emanuelybatists@gmail.com)

Larissa Barros Barbosa (larissabarrosbarbosa@hotmail.com)

Introdução

A experiência vivenciada no projeto de extensão proporcionou momentos significativos de

aprendizado, interação e troca de conhecimentos entre todos os participantes.

O projeto teve como

propósito abordar, de maneira lúdica e educativa, a conscientização acerca do corpo humano e da

adoção de hábitos saudáveis, contribuindo para a formação de uma consciência corporal e o

desenvolvimento de atitudes voltadas ao autocuidado desde a infância. As atividades foram

planejadas de forma a integrar o conhecimento teórico à prática, utilizando recursos didáticos,

brincadeiras e dinâmicas que estimulassem a curiosidade e o envolvimento das crianças.

A valorização do movimento corporal foi um dos pontos centrais do projeto, uma vez que o ato de se

movimentar favorece o desenvolvimento motor, cognitivo e social das crianças, além de estimular a

coordenação, a atenção e a expressão corporal. O corpo em movimento, nesse contexto, foi

compreendido como instrumento de descoberta e comunicação, possibilitando que os participantes

aprendessem de forma ativa e prazerosa.

Objetivo

Descrever o relato de experiência da atividade acadêmica de extensão 2025.2 do curso de

Fisioterapia.

Metodologia

O projeto de extensão foi realizado em uma escola da rede pública, utilizando a quadra para

desenvolver atividades com crianças em idade escolar. O principal objetivo foi trabalhar o equilíbrio e

a coordenação motora por meio de atividades lúdicas.

As dinâmicas foram organizadas em formato de circuito, composto por diferentes estações que

exploravam o controle postural, a consciência corporal e o reconhecimento das partes do corpo.

Entre os materiais utilizados estavam bambolês, papelão e garrafas plásticas, priorizando a

criatividade e o reaproveitamento de recursos.

Durante a execução, as crianças participaram de atividades de equilíbrio com o bambolê e da

montagem de bonecos feitos de papelão, onde posicionavam corretamente os membros. As ações

foram conduzidas pelos acadêmicos, sob supervisão docente, promovendo uma experiência prática

e significativa tanto para os estudantes quanto para os participantes presentes.

Resultados

A atividade realizada na Escola EMEIF Padre Arimateia Diniz contou com a participação de 20

crianças do 3º ano do ensino fundamental, entre 7 e 8 anos. Ao longo do circuito motor, foi possível

perceber que os alunos se envolveram bastante com as propostas e participaram de forma ativa em

todas as etapas.

Na transferência de bolas, as crianças demonstraram boa coordenação e buscaram sempre realizar

o percurso com mais agilidade a cada tentativa. Nos saltos entre os bambolês, foi possível observar

evolução no equilíbrio e na noção de ritmo. Já na passagem do bambolê em grupo, os alunos

precisaram se comunicar e trabalhar juntos para que o objeto conseguisse circular sem que

soltassem as mãos, o que fortaleceu a cooperação e a interação entre eles.

Na montagem dos cones e chapéus chineses, os participantes se mostraram atentos à disposição do

espaço e concentrados em completar a tarefa corretamente. Por fim, a construção do boneco

humano possibilitou que eles identificassem e nomeassem as partes básicas do corpo, facilitando o

aprendizado de forma divertida.

Os resultados mostram que o circuito alcançou seus objetivos, colaborando para o desenvolvimento

motor e para o aprendizado sobre o corpo humano de forma lúdica.

Conclusão

A experiência demonstrou que atividades práticas e divertidas dentro do contexto escolar podem

contribuir não só para o desenvolvimento motor, mas também para o interesse das crianças pela

própria saúde. Através das brincadeiras, elas aprenderam enquanto se movimentavam, o que tornou

o processo mais leve e motivador.

Para nós, estudantes de Fisioterapia, a ação também foi importante, pois proporcionou contato direto

com a comunidade e colocou em prática os conhecimentos adquiridos na graduação. Essa vivência

reforça o papel da extensão universitária e ajuda na nossa formação profissional.

Concluimos que a intervenção foi positiva tanto para os alunos quanto para os extensionistas, e que

iniciativas como essa devem continuar acontecendo, ampliando o acesso à educação em saúde

desde a infância.

Referências

BRACCO, M. M.; CARVALHO, K. M. B.; BOTTONI, A.; NIMER, M.; GAGLIANNONE, C. P.; TADDEI,

J. A. A. C.; SIGULEM, D. M. Atividade física na infância e adolescência: impacto na saúde pública.

Revista Ciências Médicas, Campinas, v. 12, n. 1, p. 89-97, jan./mar. 2003.

Disponível em:

<https://seer.sis.puc-campinas.edu.br/cienciasmedicas/article/view/1283>

Acesso em: 12 nov. 2025.

LAZZOLI, J. K.; NÓBREGA, A. C. L.; CARVALHO, T. de; OLIVEIRA, M. A. B.; CALDAS TEIXEIRA, J.

A.; BICHELS, M.; et al. Atividade física e saúde na infância e adolescência. Revista Brasileira de

Medicina do Esporte, v. 4, n. 4, jul./ago. 1998. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbme/a/FYF9LC6DWWKRDQCz33xwNLk/?format=html&lang=pt>. Acesso

em: 12 nov. 2025.

Palavras-chave: atividade lúdica coordenação motora desenvolvimento infantil educação em saúde extensão universitária.