

RESUMO EXPANDIDO - ÁREA DA SAÚDE E BIOLÓGICAS

CAPACITAÇÃO DE CRIANÇAS ACERCA DA IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E ADOÇÃO DE HÁBITOS SAUDÁVEIS: PRODUÇÃO ACADÊMICA EM FISIOTERAPIA

Rayane De Souza Félix (griphaoray@hotmail.com)

Káio Savio Garcia Maia (kaio.savio23@gmail.com)

Ágda Vitória Menezes Silva (agdavitória.edu@gmail.com)

Maria De Fátima Silva Batista (mariassbatista03@gmail.com)

Raryma Naara Da Silva Nascimento (rarymanaara64@gmail.com)

INTRODUÇÃO:

A infância e a adolescência são fases fundamentais para o desenvolvimento do ser humano, nas quais se constroem hábitos, valores e percepções que acompanharão o indivíduo ao longo da vida. Nesse contexto, a promoção da saúde e o conhecimento sobre o próprio corpo tornam-se pilares essenciais para a formação de cidadãos conscientes, ativos e responsáveis por seu bem-estar. As ações educativas voltadas para essa faixa etária possibilitam que as crianças não apenas recebam informações, mas se tornem protagonistas do cuidado com a própria saúde, desenvolvendo autonomia, senso crítico e atitudes saudáveis desde cedo.

A atuação da fisioterapia na comunidade escolar, por meio de projetos de extensão, contribui diretamente para esse processo formativo. Por meio dessas ações, é possível despertar nas crianças o interesse pela atividade física, pelo

autocuidado e pela valorização do corpo como instrumento de movimento, expressão e qualidade de vida.

OBJETIVO:

Descrever a produção acadêmica acerca da Extensão em Fisioterapia 2025.2.

MATERIAL E MÉTODOS:

A ideia da nossa metodologia foi criar um ambiente leve e descontraído, onde os alunos pudessem aprender brincando e vivenciar experiências que envolvessem movimento, estratégia, concentração e espírito de grupo.

O circuito recreativo foi composto por cinco brincadeiras diferentes:

A primeira consistia em uma atividade com duas caixas cheias de bolas pequenas coloridas. O desafio era transportar as bolas de uma caixa para a outra no menor tempo possível. Cada equipe deveria se organizar para definir uma estratégia de como realizar a tarefa mais rapidamente, passando elas de forma ágil, sem deixar cair. Essa atividade, exigia coordenação, agilidade, foco e, principalmente, cooperação entre os colegas.

A segunda foi um circuito com argolas, dispostas de forma intercalada no chão. O objetivo era pular dentro das argolas, uma por uma, sem pisar fora do círculo. Essa atividade trabalhou o equilíbrio, a coordenação motora, o controle do corpo e a atenção das crianças.

A terceira envolvia o bambolê, um dos momentos mais engraçados e desafiadores do circuito. As equipes se organizavam em grupos de seis participantes, que deveriam permanecer de mãos dadas o tempo todo. O objetivo era passar o bambolê de uma pessoa para outra, percorrendo todo o grupo até chegar ao último participante, sem soltar as mãos em momento algum. A tarefa exigia coordenação, flexibilidade e trabalho em equipe.

A quarta foi montada com cones e chapéus japoneses, e teve como objetivo trabalhar a coordenação, a atenção e o equilíbrio. As crianças se dividiram em duas fileiras: em uma delas estavam os cones e, na outra, os chapéus japoneses. O desafio era colocar os chapéus nos cones o mais rápido possível, respeitando a ordem e sem deixar cair. Essa atividade parecia simples, mas exigiu precisão e cuidado, pois as crianças precisavam manter o controle e a concentração para não errar.

A quinta brincadeira, Confeccionamos com antecedência um boneco feito de caixa de papelão e tampinhas de garrafas PET, utilizando materiais recicláveis para conscientizar as crianças sobre a importância da reutilização e do cuidado com o meio ambiente. Na hora da brincadeira, as equipes receberam as partes do boneco desmontadas, e o desafio era montá-lo corretamente no menor tempo possível. Essa atividade exigiu raciocínio lógico, coordenação e cooperação.

Ao final das dinâmicas, reunimos todos novamente para um momento de alongamento, aquecimento, conversa e reflexão.

RESULTADOS:

As atividades realizadas na Escola UV8, Padre Arimateia Diniz, com os alunos do 3º ano do ensino fundamental, apresentaram resultados muito positivos, tanto no desenvolvimento motor quanto na socialização das crianças. Desde o início, observou-se grande envolvimento e entusiasmo em todas as brincadeiras propostas.

Durante as dinâmicas, foi possível perceber melhorias na coordenação, agilidade e equilíbrio. As crianças participaram ativamente, demonstrando cooperação e trabalho em equipe, especialmente nas atividades que exigiam trabalho em grupo, como o transporte das bolinhas e a montagem do boneco reciclável.

Ao final, os alunos relataram ter se divertido e aprendido sobre o corpo e a importância do movimento. De modo geral, o projeto mostrou que o uso de atividades lúdicas é uma forma eficaz de promover aprendizado, socialização e conscientização sobre a saúde de maneira leve e participativa.

CONCLUSÃO:

Conclui-se que a relevância da atuação da Fisioterapia na promoção da saúde e na educação corporal desde a infância que as atividades lúdicas e interativas proporcionaram a todas as crianças uma experiência de aprendizado, aliando movimento, diversão e conscientização sobre o corpo e hábitos saudáveis.

Além de favorecer o desenvolvimento motor, cognitivo e social. Foi evidenciada a importância do papel do fisioterapeuta como educador na saúde, aproximando a universidade da comunidade e contribuindo para a formação de cidadãos mais conscientes, ativos e responsáveis pelo próprio bem-estar.

REFERÊNCIAS:

LANDMANN, L. M.; RUZZA, P.; HERMES, C. F. Espaço educacional e a possibilidade de atuação do fisioterapeuta. *Ciências & Cognição*, v. 14, n. 3, p. 83–91, 2025.

MACHADO, O.; PAULO. EQUIPES MULTIDISCIPLINARES E UMA POSSIBILIDADE EM DISCUSSÃO: A FISIOTERAPIA ESCOLAR. *Fiep Bulletin - online*, v. 84, 2015.

QUEIROZ, G. V. R. DE et al. A ESCOLA ENQUANTO ESPAÇO DE ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NA EDUCAÇÃO E PREVENÇÃO EM SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA. *Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida*, v. 14, n. v14n2, p. 1, 2022.

RIBEIRO, B. *Aprendizagem e Desenvolvimento Motor*. [s.l.] Freitas Bastos, 2024.

SILVA, R. S. et al. Atividade física e qualidade de vida. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 15, p. 115–120, 1 jan. 2010.

Palavras-chave: fisioterapia; atividade física; crianças.