



IX CONGRESSO SULBRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE

VII CONGRESSO ESTADUAL
DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA

I CONGRESSO ESTADUAL DE ATIVIDADE
FÍSICA, SAÚDE E TREINAMENTO

BRINCANDO DE *YOGA* NA EDUCAÇÃO INFANTIL: POSSIBILIDADES E DESAFIOS¹

Lisandra Oliveira e Silva, ESEFID/UFRGS, lisgba@yahoo.com.br

Schaiane Oliveira da Silva, ESEFID/UFRGS, sosilva@restinga.ifrs.edu.br

Júlia Ceconi Foletto, PPG Psicologia/UFRGS, jcfoletto@gmail.com

PALAVRAS-CHAVE: Educação Infantil; Yoga; Educação Física.

CONSIDERAÇÕES INTRODUTÓRIAS

O presente texto apresenta as possibilidades e os desafios do Projeto de Extensão “Brincando de *Yoga* na Educação Infantil: Possibilidades, Desafios e Aprendizagens”, que vem sendo realizado em uma Escola pública de Educação Infantil da cidade de Porto Alegre/RS, desde julho de 2017. Participam 24 crianças (entre 4 e 5 anos e 11 meses) do Projeto, que ocorre duas vezes por semana, com duração de 50 minutos cada encontro. O objetivo principal trata de desenvolver um programa de práticas corporais com a temática de brincadeiras com *Yoga*, compreendendo possibilidades, desafios e aprendizagens desse processo.

No Referencial Curricular do RS (GONZÁLEZ; FRAGA, 2009), como parte dos conhecimentos da área de Educação Física, se encontra as Práticas Corporais Introspectivas: “[...] caracterizadas por movimentos suaves e situações de aparente imobilidade, como o caso de uma determinada postura ou de um exercício respiratório consciente, voltadas para a obtenção de uma maior consciência corporal” (p. 178). Já na Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2018), tais práticas estão incluídas nas Ginásticas de Conscientização Corporal: “[...] cuja emergência se vincula aos exercícios para a solução de problemas físicos e posturais” (p. 105).

¹ O presente trabalho conta com apoio financeiro da Pró-Reitoria de Extensão (PROEXT) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS).



DECISÕES METODOLÓGICAS

Para dar conta dos objetivos do Projeto optamos em ouvir as crianças, as docentes regentes das turmas, a coordenadora pedagógica da escola e os(as) responsáveis legais pelas crianças. Assim, ouvimos as crianças nas rodas de conversa ao final de cada encontro, nos diálogos que construímos durante estes e através de desenhos feitos pelas crianças. As docentes (8 no total) e a coordenadora pedagógica responderam dois questionários, um no início do Projeto (julho de 2017) e outro no final da edição de 2017, em dezembro. Os(as) responsáveis legais pelas crianças preencheram outros dois questionários, respectivamente, em julho e dezembro de 2017.

CONSIDERAÇÕES TRANSITÓRIAS

A coordenadora pedagógica e as docentes das turmas destacam que o *Yoga* é uma prática corporal que trabalha aspectos de equilíbrio corporal, postura, modos de respirar, concentração e relaxamento. Além disso, consideram que a prática ajudou no desenvolvimento global das crianças, além destas últimas se mostrarem mais participativas e tranquilas durante as atividades de sala. Ressaltaram que as crianças comentam as novidades desenvolvidas em cada encontro e contam do que gostam de fazer nesse espaço. Como desafio, defendem que mais crianças pudessem participar do Projeto.

Já os(as) responsáveis legais das crianças afirmam que o *Yoga* é uma prática corporal que desenvolve concentração, alongamento, relaxamento, equilíbrio entre corpo e mente, contribui na qualidade de vida, dentre outros elementos, que auxiliam no desenvolvimento das crianças. Narram, ainda, que as crianças comentam sobre o Projeto em casa, contando e explicando como foi o encontro do dia, além de demonstrarem algumas posturas que aprenderam e os(as) convidando para fazer junto com elas. Também destacaram mudanças no desenvolvimento e na personalidade das crianças, afirmando que o Projeto auxilia na expressividade das crianças, contribuindo para que se tornem mais calmas e observaram maior respeito com os familiares.

Os desenhos e os diálogos com as crianças indicaram certa variedade de representações do Projeto para cada uma delas, o que pode ser considerado um desafio, pois alguns elementos desenhados foram comuns a algumas crianças e outros foram mais específicos e exclusivos. Diversos desenhos continham pessoas sorrindo realizando algo



relacionado às brincadeiras de *Yoga*. Nos diálogos com as crianças, contaram que – após os encontros do Projeto, que consideravam agradáveis –, elas se sentiam “bem”, “feliz” e “legal”.

Para finalizar, destacamos que o Projeto teve sua continuidade no ano de 2018 e esperamos que através dessas experiências, as crianças possam viver sua infância de modo pleno e aprenderem diversas “ferramentas” que possam lhes auxiliar ao longo de suas vidas.

5 REFERÊNCIAS

BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **BNCC**. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/a-base/>>. Acesso em: 15 jun. 2018.

GONZÁLEZ, F. J.; FRAGA, A. B. **Referenciais Curriculares do Estado do RS: Linguagens, Códigos e suas Tecnologias**. Referencial Curricular de Educação Física. Secretaria de Estado da Educação. Departamento Pedagógico (Org.). Porto Alegre: SE/DP, v. 2, p. 111-181, 2009.