



PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS COMO FERRAMENTAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE DO ESCOLAR NO CONTEXTO DA PANDEMIA

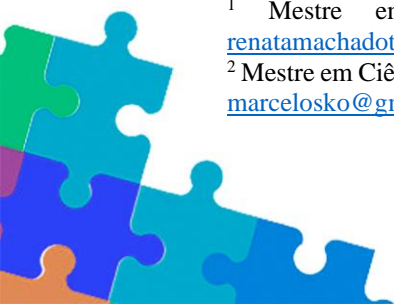
Renata Machado Teixeira ¹
Marcelo Skowronski ²

RESUMO

Trata-se de um projeto de extensão desenvolvido por professores de Educação Física de duas escolas da rede federal de educação no estado de Mato Grosso. Sustentado teoricamente no conceito ampliado de saúde, teve por objetivo apresentar e discutir ações de promoção da saúde de estudantes do ensino fundamental e médio de escolas públicas das cidades de Primavera do Leste/MT e Sinop/MT. Através de *lives* semanais com duração de até duas horas via *google meet*, buscou-se trabalhar temáticas de saúde pautadas na importância da atividade física em diversos contextos. O período de execução compreendeu os meses entre julho e outubro de 2021, onde devido ao cenário da pandemia os estudantes da rede federal se encontravam no período remoto, e os demais em retorno híbrido. O projeto foi inicialmente divulgado através de redes sociais à comunidade das cidades contempladas e contou com um total de 100 inscritos. Semanalmente aconteciam os encontros *online* que abordaram diferentes práticas corporais tais como: Pilates, acroyoga, corfebol, ciclismo, *slackline*, triatlo, treinamento funcional e corrida de rua, ministrados por diversos profissionais capacitados e que se encontravam envolvidos na área. Todos os encontros buscaram adotar uma perspectiva do olhar da saúde, do lazer e do ensino da Educação Física, viabilizando aos discentes a oportunidade de conhecer conceitualmente práticas corporais alternativas e compreender os efeitos pessoais e sociais que poderão ser alcançados com a efetiva prática dos conteúdos vistos. Estes encontros seguiram a estrutura de uma apresentação inicial sobre a temática e um segundo momento onde os discentes interagiam com possíveis questionamentos. Ao final de cada *live* disponibilizou-se um formulário online que buscou captar a percepção de relevância e a satisfação dos envolvidos com o projeto, incluindo palestrantes e ouvintes. Ao final do ciclo de palestras notou-se que a iniciativa também pode ser estendida a outros públicos carentes em conhecimentos básicos sobre práticas físicas diversas, dada a grande aceitação do modelo e da proposta, identificado através das respostas dos formulários. Observou-se também que grande parte dos temas abordados eram desconhecidos pelos discentes, reafirmando assim a necessidade da divulgação dessas modalidades alternativas que podem vir a trazer inúmeros benefícios à saúde de quem as pratica. Os discentes também sinalizaram que as palestras aumentaram seu conhecimento sobre o tema e que os profissionais trouxeram metodologias adequadas nas suas apresentações. Ao final da execução do projeto, através dos respaldos encontrados, conseguimos perceber que através de recursos simples, utilizando de ferramentas tecnológicas, podemos trazer a temática saúde para o cotidiano desse aluno, fazendo com que ele internalize conhecimentos sobre boas práticas e a reproduza no seu dia a dia. Se antes

¹ Mestre em Educação Física pela Universidade Federal de Viçosa – UFV/MG, renatamachadoteixeira@gmail.com;

² Mestre em Ciências do Movimento Humano da Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS/RS, marcelosko@gmail.com;





II SEMINÁRIO DE EDUCAÇÃO PERMANENTE EM SAÚDE

VIVÊNCIAS TRANSFORMADORAS NO TRABALHO

mesmo desse período pandêmico a atividade física já era enaltecida com um componente importante na qualidade de vida, vislumbramos hoje, ela como uma ferramenta que pode impactar positivamente na saúde principalmente dos jovens que estiveram reclusos em suas casas, longe da realidade escolar. E dentre as diversas práticas já conhecidas, pudemos através dessa abordagem apresentada suscitar novas possibilidades de se movimentar, em novos espaços e com recursos diversos.

Palavras-chave: Saúde do escolar, extensão em saúde, promoção da saúde, pandemia.