

Por Salas de Aula Fisicamente Ativas! – 4ª Edição, uma proposta para a promoção da saúde e melhora do aprendizado dentro das salas de aula

Matheus Madril Benites¹, Cintia Mussi Alvim Stocchero², Juliano Lopes da costa², Ângelo Cássio Magalhães Horn³

¹Autor(a)/Apresentador(a), ²Coautor(a), ³Orientador(a)

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS) - Campus Porto Alegre.
Porto Alegre, RS

Os benefícios da atividade física (AF) sobre os indicadores de saúde são amplamente conhecidos, tendo a prática regular da AF demonstrado a capacidade de reduzir o aparecimento e tratar uma série de doenças crônicas não transmissíveis, como a hipertensão arterial, o diabetes melito do tipo II e a obesidade; assim como agir positivamente em diferentes transtornos e doenças ligados ao sistema nervoso, como a ansiedade, demência e doença de Parkinson. Outra ação da AF se dá sobre a cognição, levando a uma melhora do processo de aprendizagem, traduzido, em muitas ocasiões, por um ganho no mensurável do desempenho escolar. Este projeto objetiva estimular a adoção de salas de aula fisicamente ativas, visando contribuir para a melhora da saúde e do aprendizado dos alunos do ensino fundamental e médio por intermédio da oferta de uma formação para docentes que atuam nesses níveis de ensino. Para tanto, o projeto propõem uma intervenção dentro das escolas calcada na apresentação dos efeitos da AF sobre a saúde e cognição, além do desenvolvimento de oficinas, com enfoque no público em idade escolar. Durante a intervenção são demonstradas, como exemplos, diferentes dinâmicas para tornar as salas de aula um ambiente fisicamente ativo, com atividades energizadoras e outras inseridas ao plano de aula, e, ainda, aberto espaço para a uma discussão final, guiada, de como aplicar e registrar a proposta nos diferentes componentes curriculares ofertados no ensino fundamental e médio. Seguindo o modelo aplicado em 2024, para a organização da oferta da formação em 2025, foram construídas 10 listas com 20 escolas públicas de ensino fundamental e médio, cada, localizadas nas proximidades do Campus Porto Alegre. Aos diretores dessas escolas foi enviado um e-mail com informações sobre a formação e um endereço eletrônico para que a escola pudesse autoagendar a ação aqui proposta, a ser realizada em suas dependências. Em paralelo, construiu-se uma apresentação teórica sobre o tema, enfatizando o resultado da AF na saúde e na aprendizagem dos discentes, juntamente com a lista de dinâmicas a serem utilizadas como exemplos para a implementação das salas de aula fisicamente ativas. Finalmente, construiu-se um roteiro e materiais para guiar as discussões finais com os professores, oriundas das atividades desenvolvidas durante as oficinas que antecederiam a essas discussões. No ano de 2024, o projeto foi apresentado a 31 professores do ensino básico, de diferentes componentes curriculares. Esperamos que em 2025 atendamos uma parcela maior de profissionais do ensino. Com este projeto pretendemos continuar contribuindo para um ensino ativo que conduza à promoção da saúde e uma melhora da aprendizagem do público em idade escolar de escolas públicas.

Palavras-chave: Aprendizagem, Atividade física; Saúde

Trabalho executado no: o Edital PROEX Nº 46/2024 – Bolsa de Extensão Núcleo de Memória – Ação de recuperação do arquivo do IFRS campus Porto Alegre, Edital PROEX 5/2024- Complementar ao Edital 46/2024- Bolsa de Extensão Núcleo de Memória – Ação de Recuperação do Arquivo do IFRS campus Porto Alegre, Edital Proex nº 17/2024: vinculado ao Edital Nº 13/2024- Bolsa de Extensão para Programas e Projetos no âmbito da Pró-reitoria de Extensão (Proex) do IFRS, Edital PROEX Nº 39/2024 – Edital de Auxílio Institucional à Extensão 2025, Edital PROEX Nº 12/2025: Edital de Concessão de Auxílio

