



PIBID EDUCAÇÃO FÍSICA ALEGRETE: IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO DESENVOLVIMENTO DE ESCOLARES

¹Matheus Araujo Bortolin, ¹Carlos Augusto Dorneles, ¹Jacqueline Zacarias da Silveira, ²Rodrigo de Azambuja Guterres

Na atualidade, as crianças estão cada vez mais sedentárias e uma destas causas é o acesso facilitado à tecnologia que ocupa tempo e espaço destinado as brincadeiras e jogos pertinentes ao período da infância e, que, além de salutareas ao desenvolvimento infantil estimulam o movimento do corpo, o que é imprescindível para a construção das aprendizagens. Estudos ao longo destes últimos anos demonstram que diminuiu drasticamente o interesse das crianças pelo esporte e, desta forma, estimulando o sedentarismo, e deixando em segundo plano uma parte que não pode faltar para qualquer ser humano que é a prática regular da atividade física, o que, acompanhada de uma alimentação desorientada e composta de alimentos que não sejam os necessários e saudáveis, implica a incidência de patologias e, uma das mais presentes é a obesidade, que vai desencadear outros problemas sérios à saúde. O mundo atual tem oferecido uma série de opções que facilitam a rotina de vida das pessoas e, conseqüentemente otimizam o sedentarismo. E, contrastando com esta acomodação, apresentam-se as necessidades básicas que acompanham o desabrochar da infância para as fases sequenciais, onde o brincar, experimentar novas atividades e possibilidades de movimentação corporal são premissas para um desenvolvimento saudável e harmônico. Baseado na observação da realidade vivida através o Programa de Iniciação Bolsas (PIBID). Este estudo apresenta como objetivo conscientizar os escolares, com faixa etária de dez a doze anos, pertencentes a uma turma de 4º ano do ensino Fundamental participante do PIBID, da importância da prática atividade física como prevenção do sedentarismo. Como metodologia, foi utilizado todas as oportunidades e práticas dentro do programa, onde este pesquisador está inserido e desenvolvendo seu trabalho, através de atividades e palestras, bem como demonstração de vídeos educativos e pesquisas em livros, artigos científicos e material disponível na internet. No decorrer do programa, foi possível atingir os objetivos propostos, concluindo que a criatividade, o bom humor e a educação são fatores indispensáveis para proporcionar o interesse das crianças e dos jovens para sair um pouco da vida sedentária e dividir seu espaço com a tecnologia.

Palavras chave: Tecnologia. Atividade Física. Sedentarismo.

¹ Discente do Curso de Educação Física da Urcamp

² Prof. do Curso de Educação Física da Urcamp