

[42166] YOGA PARA TODOS(AS) NA ESEFID 2

Autoras: Giani Camargo Cazanova, Taina Kruger Cavalheiro

Coordenadora: Lisandra Oliveira e Silva

Este Programa está na segunda edição. Em 2018, oferecemos a disciplina eletiva “Yoga e Educação Física” para estudantes de Graduação e Pós-Graduação da UFRGS. Uma das avaliações da disciplina sugeria sua continuidade nos semestres subsequentes. A partir disso e com o objetivo de que mais pessoas pudessem conhecer e vivenciar a prática do yoga, propomos a criação do Programa em 2019, renovado em 2020, tendo como público alvo a comunidade interna e externa da UFRGS. O objetivo geral trata de oferecer, de modo gratuito, práticas de yoga para a comunidade de duas a quatro vezes por semana. E, objetivos específicos: proporcionar um espaço de discussão e prática de yoga com públicos diversos; estabelecer parcerias de oferecimento de práticas de yoga com outras Unidades da UFRGS e com Unidades Básicas de Saúde do bairro Jardim Botânico. Nesse ano, devido ao momento histórico de distanciamento social que estamos vivendo, por causa da pandemia do COVID-19, o Programa retomou as atividades de yoga on line, através de plataformas digitais. Para organização das turmas, solicitamos que o público preenchesse um questionário de interesse e tivemos retorno de 110 pessoas, muitas dessas, já praticantes em 2019. A partir disso, organizamos os horários das práticas, criamos um grupo no whatsapp (hoje com 70 pessoas) para a comunicação e iniciamos os encontros on line. Já realizamos 6 encontros e, aproximadamente 155 pessoas já fizeram as práticas. As duas bolsistas de extensão, que possuem formação em yoga, conduzem as práticas. Ainda temos como metas: (i) retomar os Bate Papos de yoga realizados em 2019, convidando pessoas que trabalham com yoga para uma conversa seguida de prática; (ii) disponibilizar gravação das práticas para quem não conseguir participar de modo síncrono; (iii) disponibilizar encontros de meditação e de estudo sobre o yoga, para ampliação do conhecimento sobre essa filosofia milenar.

[42186] BRINCANDO DE YOGA NA EDUCAÇÃO INFANTIL: POSSIBILIDADES, DESAFIOS E APRENDIZAGENS 4

Autoras: Karoline Hachler Ricardo, Schaiane Oliveira da Silva

Coordenadora: Lisandra Oliveira e Silva

O Programa de Extensão Brincando de Yoga na Educação Infantil vem sendo realizado na Escola de Educação Infantil Amigo Germano (escola credenciada com a Prefeitura Municipal de Porto Alegre), desde 2017. De 2017 a 2019, participaram do Programa, mais de 100 crianças, com idade entre 2 e 5 anos. O Programa tem como objetivo geral desenvolver práticas corporais com a temática de brincadeiras com yoga, e como objetivos específicos: a) compreender a perspectiva das crianças sobre o impacto do Programa e as aprendizagens construídas sobre as brincadeiras de yoga; b) compreender a perspectiva das docentes e da supervisora pedagógica da escola sobre o impacto do programa no cotidiano escolar; c) compreender a perspectiva dos núcleos familiares das crianças que participam do Programa e as principais aprendizagens construídas sobre as brincadeiras de yoga. Para tanto, desde 2017, estamos realizando uma pesquisa com todos esses sujeitos e, até o ano passado, tivemos retorno de 55 questionários dos adultos responsáveis pelas crianças e 23 das docentes da escola e da coordenadora pedagógica. Junto a isso, estamos, nesse momento, analisando, aproximadamente: 524 fotografias e mini filmes; 156 desenhos individuais das crianças; e 6 desenhos coletivos produzidos pelas crianças. Os resultados dessa pesquisa estão sendo organizados em forma de capítulo de livro, para integrar uma obra que trata do yoga e universidade, com previsão de lançamento até o final deste ano. Atualmente, devido ao momento histórico de distanciamento social que estamos vivendo, por causa da pandemia do COVID-19, o Programa se aliou as ações da escola, que vem desenvolvendo suas atividades através do Facebook da escola, espaço em que as docentes e demais profissionais da escola, enviam vídeos com atividades, recados, reflexões, histórias, dentre outros. Até o momento, as bolsistas de extensão produziram um vídeo de boas vindas para as crianças e estão se organizando para, uma vez por mês, publicarem um vídeo com temáticas de brincadeiras de yoga para que as crianças e os núcleos familiares possam acompanhar nossas atividades nas redes sociais. Do mesmo modo, estamos mantendo o Facebook do Programa atualizado com histórias e atividades de yoga para crianças, e publicando lembrança das práticas realizadas em 2019 através de TBTs.