

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, FISIOTERAPIA E DANÇA**

SCHAIANE OLIVEIRA DA SILVA

**EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA E DOCÊNCIA EM EDUCAÇÃO FÍSICA:
RELATO DE EXPERIÊNCIAS CONSTRUÍDAS NO PROJETO DE EXTENSÃO
BRINCANDO DE YOGA NA EDUCAÇÃO INFANTIL DA ESEFID/UFRGS**

**Porto Alegre
2022**

SCHAIANE OLIVEIRA DA SILVA

**EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA E DOCÊNCIA EM EDUCAÇÃO FÍSICA:
RELATO DE EXPERIÊNCIAS CONSTRUÍDAS NO PROJETO DE EXTENSÃO
BRINCANDO DE YOGA NA EDUCAÇÃO INFANTIL DA ESEFID/UFRGS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Educação Física da Universidade Federal
do Rio Grande do Sul, como requisito para obtenção
do grau de Licenciada em Educação Física

Orientadora: Profa. Dra. Lisandra Oliveira e Silva

**Porto Alegre
2022**

DEDICATÓRIA

Dedico este Trabalho de conclusão aos meus pais, Sheila e Ademir, e as minhas irmãs, Camila e Anne Luiza, por todo apoio, incentivo e carinho. Amo vocês!

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, por toda proteção e saúde.

Agradeço aos meus pais, Sheila e Ademir, e as minhas irmãs, Camila e Anne Luiza, por acreditarem que eu conseguiria chegar até este tão esperado momento, por todos os momentos de atenção, de apoio e de incentivo durante a minha trajetória na Graduação.

Agradeço, especialmente, a minha mãe, por ser esta mulher batalhadora, que sempre estava disponível para conversar comigo, para me escutar, para me ajudar e por ser meu alicerce. Te agradeço mãe, por tudo!

Agradeço ao João Victor, meu namorado e amigo, que acompanhou, assim como incentivou e me apoiou durante toda esta escrita, me auxiliando nos momentos que eu precisava.

Agradeço a minha professora orientadora, Dra. Lisandra Oliveira e Silva, que abriu as portas da Extensão Universitária para mim, agregando muito aos meus conhecimentos no decorrer da Graduação, apresentadas neste Trabalho. Agradeço, também, por todas as trocas significativas que tivemos durante a minha Graduação e por todo apoio e orientações para este Trabalho.

Agradeço a todos os professores pelos conhecimentos transmitidos.

Agradeço aos colegas, Bolsistas de Extensão que participaram junto comigo do Projeto de Extensão Brincando de Yoga pelas trocas de aprendizagens e experiências. Assim como aos amigos e colegas que fiz ao longo da Graduação.

Agradeço a escola de Educação Infantil em que o Projeto de Extensão ocorreu, a Coordenadora Pedagógica, as professoras das turmas e as crianças, por todos os aprendizados e por fazerem parte deste percurso.

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo geral compreender de que modo as principais aprendizagens e as experiências vividas em um Projeto de Extensão, sobre Brincadeiras com Yoga para crianças na Educação Infantil, impactou na minha formação docente em Educação Física. A relevância desta escrita se baseia na intenção de demonstrar a importância e relevância dos Projetos de Extensão para a formação dos professores em Educação Física, a partir da minha experiência como Bolsista de Extensão. Desse modo, este Trabalho apresenta as principais aprendizagens e as experiências vividas como Bolsista do Projeto Brincando de Yoga durante os anos de 2018, 2019 e 2020. Metodologicamente, este estudo é do tipo qualitativo, baseado na Pesquisa Narrativa e Autobiográfica, portanto narrei e refleti sobre as aprendizagens e as experiências que vivenciei participando das três edições do Projeto de Extensão. Durante as análises e as discussões, foi possível perceber que o referido Projeto impactou em diversas aprendizagens e experiências significativas para a minha formação docente, a saber: a importância da ludicidade, a modulação da voz, a aproximação com o campo profissional, assim como o conhecimento acerca da temática do yoga para crianças. Diante disso, concluo que a oportunidade de participar de Projetos de Extensão na Formação Inicial proporcionam vivências significativas aos graduandos, como a aproximação com o campo de trabalho.

Palavras chave: Yoga; Yoga para Crianças; Projeto de Extensão; Extensão Universitária; Educação Infantil.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	7
1. APROXIMAÇÃO AO PROBLEMA	10
1.1 Problema de Pesquisa	10
1.2 Objetivos	11
1.2.1 Objetivo Geral	11
1.2.2 Objetivos Específicos	11
2. REVISÃO DA LITERATURA	12
2.1 Extensão Universitária	13
2.2 Yoga para Crianças	18
3. METODOLOGIA	26
3.1 Caracterização da Escola, do Projeto de Extensão e dos Participantes	27
3.2 Procedimentos para Obtenção das Informações	30
3.2.1 Diário de Campo	30
3.2.2 Observação Participante	31
3.2.3 Análise de Documentos	32
4. ANÁLISES E DISCUSSÕES	34
4.1 Aprendizagens e Experiências Vividas Participando do Projeto em 2018	34
4.2 Aprendizagens e Experiências Vividas Participando do Projeto em 2019	38
4.3 Aprendizagens e Experiências Vividas Participando do Projeto em 2020	42

CONSIDERAÇÕES FINAIS	48
REFERÊNCIAS	51
APÊNDICE	53
APÊNDICE A - Tabela Revisão da Literatura	

INTRODUÇÃO

Toda a minha trajetória acadêmica na Educação Básica ocorreu em instituições públicas em um bairro periférico da cidade de Porto Alegre, onde ainda resido atualmente. Estudei em uma escola municipal pública do bairro durante todo o Ensino Fundamental. Nesse contexto, as experiências com a Educação Física (EF) não foram tão positivas, pois os(as) professores(as), infelizmente, com quem tive aula eram adeptos(as) ao "largo bol", o que ocasionou que eu participasse de poucas atividades físicas durante aqueles períodos de aula. Algumas vezes quando o(a) professor(a) levava bolas de vôlei ou cordas para a quadra, eu realizava tais atividades, mas sem orientação do(a) professor(a). Somente tenho lembranças positivas de um professor que tive durante o Ensino Fundamental, este orientava as atividades, levava a turma para explorar um Morro próximo a escola, fazia nós criarmos, planejarmos e colocarmos em prática alguma brincadeira na quadra da escola, era divertido, lembro-me quando chegou a minha vez de experienciar este momento, criei uma brincadeira e realizei com meus colegas na quadra, sempre com orientação do professor, foi algo que me marcou positivamente.

Estudei em um Instituto Federal (IF) durante o Ensino Médio, portanto este era integrado ao Curso de Informática, então as aulas de Educação Física eram mais organizadas e planejadas, nesta etapa tive experiências positivas e umas nem tanto. As descrevo desta maneira, pois nesta etapa de ensino, houveram aulas de EF que participei mais ativamente, as atividades propostas seguiam uma organização que propiciava um melhor entendimento e aprendizagem do que era desenvolvido. Contudo, uma experiência que me marcou nesta etapa, mesmo tendo pouca duração, e que considero como sendo negativa para a minha vivência em EF naquele período, foi a metodologia utilizada por determinado professor. Este propunha em determinadas atividades que os(as) estudantes deveriam realizar gestos técnicos de forma contínua até acertar, por exemplo, o gesto técnico do saque no vôlei durante uma "mini partida" entre os(as) estudantes, ocasionando que quem tivesse mais dificuldade na modalidade teria mais problemas para realizar, o que pode fazer com que estes(as) não gostem, se interessem pela modalidade desenvolvida, além de causar desconforto e vergonha diante os demais alunos(as).

Quando fiz o Enem e o Vestibular para a UFRGS, pela primeira vez, lá em 2015, tentei para o curso de Ciência da Computação, área que eu gostava e me

interessava por conta da experiência que o curso do IF me proporcionou. Passei para ingressar no semestre de 2015/2, uma alegria não só para mim, mas para toda a família, as aulas se iniciaram e durante os dois primeiros semestres percebi que não era o curso que eu queria, que me interessava, então, ainda estudando Ciência da Computação, voltei a estudar para o Vestibular através de um cursinho gratuito na comunidade que eu moro, para tentar a vaga no curso de Educação Física. Meu interesse pela área da EFI surgiu através da minha experiência em uma academia de ginástica, onde fazia musculação e aulas de dança desde o final do Ensino Médio.

Passei no vestibular da UFRGS, pela segunda vez, e ingressei em 2017/1 no curso de EFI da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança (ESEFID), foi grande a alegria. Naquele momento, meu interesse era mais voltado a área do Bacharelado, não havia pensado em ser professora de escola, mas acabei ingressando na Licenciatura por conta do currículo que estava implementado no momento, que "obrigava" os(as) estudantes a realizarem primeiro a ênfase em Licenciatura e, depois, se quisessem, poderiam solicitar o ingresso no Bacharelado, concluindo, portanto, a formação nas duas ênfases.

Durante os primeiros meses de aula, os primeiros semestres, comecei a me interessar mais pela área da Licenciatura, também me interessei em participar de Projetos de Pesquisa ou de Extensão para aproveitar esta etapa e aumentar meus conhecimentos e experiências.

No semestre de 2018/1, recebi através do e-mail uma oportunidade de Bolsa de Extensão que estava selecionando bolsistas, intitulado "Brincando de Yoga na Educação Infantil: Possibilidades, Desafios e Aprendizagens", coordenado pela professora Lisandra Oliveira e Silva, me interessei e decidi participar da seleção. Então, após alguns dias da entrevista, recebi um e-mail que apresentava quem havia sido selecionado como Bolsista de Extensão e lá estava meu nome, foram muitos sentimentos misturados, felicidade, nervosismo, "e agora, como vai ser?".

Particpei do Projeto durante os anos de 2018, 2019 e 2020, desse modo, devido a todas as aprendizagens e as experiências que vivenciei através dele decidi escolher como tema de pesquisa para este trabalho um relato de experiências e aprendizagens construídas no Projeto de Extensão (PE) que particpei. Vale ressaltar que este PE tinha como intenção promover vivências de brincadeiras com Yoga para crianças de 4 a 5 anos e 11 meses em uma escola pública de Porto Alegre. Como

construí diversas aprendizagens e experiências durante a minha participação tenho a intenção de apresentá-las neste trabalho.

Este trabalho tem a intenção de descrever o tema de pesquisa citado anteriormente, o problema que pesquisei e a relevância da pesquisa, informações encontradas no capítulo 1. Do mesmo modo, apresento a revisão da literatura, informações contidas no capítulo 2. A metodologia utilizada para a realização da pesquisa está descrita no capítulo 3. Já as análises e as discussões podem ser encontradas no capítulo 4 e, por fim, as considerações finais.

1. APROXIMAÇÃO AO PROBLEMA

No respectivo capítulo, apresento de que modo cheguei ao problema de pesquisa deste Trabalho, assim como os objetivos que desenvolvi ao longo deste.

1.1 Problema de Pesquisa

Como citei anteriormente, no semestre de 2018/1 iniciei meu primeiro contato com a Extensão Universitária e com a escola, o que se deu através do PE que participei. Esta experiência se estendeu durante os anos de 2019 e 2020, este último ano da pandemia da COVID-19, o que alterou significativamente a estrutura do PE, fato que será abordado durante esta escrita. Desse modo, durante a minha participação, ocorreram significativas aprendizagens e experiências que vivenciei no PE, e que me fizeram refletir sobre de que modo o PE estava contribuindo e contribuiu para a minha formação como docente.

A relevância desta escrita se baseia na intenção de demonstrar a importância e relevância dos PE para a formação dos professores em Educação Física, a partir da minha experiência como Bolsista de Extensão e da reflexão que fiz a partir dela. Penso que a experiência de participar de um Projeto de Extensão é muito valiosa e que agrega diversos saberes, portanto expor essas informações é de grande significado e utilidade, tanto para a comunidade em geral, quanto para a comunidade acadêmica.

Para a realização deste trabalho utilizei de meus diários de campo, além dos documentos dos planos de aula, relatórios finais do PE e, também, dos registros de mini vídeos e fotografias dos encontros com as crianças, além dos referenciais bibliográficos. Importante explicitar que tenho a intenção de abordar elementos que aprendi e vivenciei através do PE, dentre eles, posso citar de exemplo: a importância da ludicidade, a importância das atividades coringas no planejamento e na realização dos encontros, as atividades do Projeto de Extensão em tempos de pandemia, além da aproximação com a vida docente e as aprendizagens que, do mesmo modo, pude considerar no Estágio de Docência de Educação Física na Educação Infantil e em outros níveis de ensino.

O problema de pesquisa ficou configurado na seguinte questão: De que forma as principais aprendizagens e experiências vividas em um Projeto de Extensão,

sobre Brincadeiras com Yoga para crianças na Educação Infantil, impactou na minha formação docente em Educação Física?

Portanto, pretendo com este trabalho refletir sobre como essa experiência como Bolsista de Extensão impactou minha formação docente, e, além disso, acrescentar mais um estudo sobre a importância da Extensão Universitária nos cursos de Educação Física, com foco na temática do Yoga para Crianças, sendo esta última uma lacuna que acredito precisar de mais estudos, como cita a autora Simões et al. (2019):

Constata-se que as pesquisas relacionadas à prática do Yoga para crianças ainda é um tema pouco estudado no campo acadêmico-científico, pois o número de estudos encontrados em uma década foi de apenas 16 publicações. Evidenciou-se, ainda, a ausência de dissertações de mestrado e teses de doutorado (p. 597).

1.2 Objetivos

Sendo assim, através da definição do problema de pesquisa exposto anteriormente, são desdobrados os objetivos deste trabalho.

1.2.1 Objetivo Geral

Compreender de que modo as principais aprendizagens e experiências vividas em um Projeto de Extensão, sobre Brincadeiras com Yoga para crianças na Educação Infantil, impactou na minha formação docente em Educação Física.

1.2.2 Objetivos Específicos

- a) Descrever e relatar a experiência de ser Bolsista de Extensão em um Projeto de Extensão sobre Brincadeiras com Yoga para crianças na Educação Infantil;
- b) Refletir sobre algumas das aprendizagens e experiências construídas através de um Projeto de Extensão com a temática do Yoga para Crianças;
- c) Compreender o impacto das experiências construídas no Projeto de Extensão na formação docente em Educação Física.

A seguir, apresento a revisão de literatura realizada para esse trabalho.

2. REVISÃO DA LITERATURA

A revisão da literatura deste trabalho seguiu uma sequência que eu organizei com as temáticas que eu achei relevantes para esta escrita, desse modo, decidi organizar este capítulo em dois subcapítulos que irão abordar tais temáticas escolhidas, estes intitulados: **2.1 Extensão Universitária**, no qual apresentarei alguns estudos com a temática da Extensão Universitária, principalmente envolvendo a área da Educação Física, expondo, a partir desses estudos, a importância para a formação docente e sua relação com a sociedade; **2.2 Yoga para Crianças**, neste subcapítulo abordarei o que está exposto na Base Nacional Comum Curricular (2018) e no Referencial Curricular do Rio Grande do Sul (2009) sobre a temática da yoga no ambiente escolar. Além de me apoiar na perspectiva de Iyengar (2016) sobre o que é yoga e seus oito passos, também apresento estudos sobre o yoga para crianças e seus benefícios, assim como formas de incluir esta prática no mundo infantil.

Desse modo, a pesquisa para esta revisão abrangeu dez revistas, sendo elas: Motrivivência (Florianópolis), Motriz: Revista de Educação Física (Online), Movimento (UFRGS), Pensar a Prática (Online), Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Revista da Educação Física (UEM, Online), Cadernos de Formação do Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte (CBCE), LUME – Repositório Digital – UFRGS, Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES, além do Google Acadêmico. Utilizei os descritores que se relacionavam com este trabalho, como: “extensão universitária”, “yoga para crianças”, “educação infantil”, “educação infantil e yoga”, “educação infantil e extensão universitária”. Na pesquisa no Google Acadêmico, além dos descritores supracitados, incluí outros para refinar ainda mais a busca, são esses: “yoga na educação infantil”; “educação física” AND “educação infantil”; “educação física” AND “cultura infantil”; “yoga” AND “educação física”; “extensão universitária” AND “comunidade”; “extensão universitária” AND “educação física”; “extensão universitária” AND “contribuições” AND “sociedade”. Desse modo, os estudos escolhidos para compor esta revisão da literatura foram 21 estudos, que apresento a seguir.

2.1 Extensão Universitária

Para os graduandos em EFI, são diversos os motivos que os levam a buscar a Extensão Universitária, como evidenciado no estudo de Frizzo et al. (2016), como “curiosidade pela área”, “vivenciar a experiência como docente”, “ter contato com crianças ou públicos especiais”, “interesse em aprender coisas diferentes”. Demonstrando que os estudantes “procuram a extensão com expectativas de formação, qualificação, aproximação da realidade objetiva e de formação cidadã” (p. 31).

Segundo Araujo (2014), “os primeiros registros oficiais sobre extensão universitária foram identificados no Estatuto das Universidades Brasileiras no Decreto-Lei nº. 19.851 de 1931” (p. 28).

Ainda de acordo com a autora, foi em 1968, com a lei 5.540, que a Extensão Universitária se tornou obrigatória nas instituições superiores (FORPROEX, 2007 apud ARAUJO, 2014). Aborda, também, que ocorreram mudanças ao longo do tempo para que a Extensão Universitária chegasse no conceito que se tem atualmente, como a criação em 1987 do Fórum de Pró Reitores de Extensão das Universidades Públicas que “refletiu positivamente no MEC, pois era possível perceber avanços relacionados às questões extensionistas” (ARAUJO, 2014, p. 32).

De acordo com o Fórum de Pró Reitores de Extensão das Universidades Públicas Brasileiras (2010 apud Fernandes et al. 2012):

A relação mais direta entre universidade e comunidade é proporcionada pela extensão universitária, entendida como um processo interdisciplinar educativo, cultural, científico e político, que, sob o princípio da indissociabilidade, promove a interação transformadora entre universidade e outros setores da sociedade (p. 170-171).

A extensão em conjunto com o ensino e a pesquisa, formam uma tríade que, as universidades, ao se pautarem nela, estão apostando na formação integral dos indivíduos (ARAUJO, 2014).

Desse modo, a realização da prática acadêmica que integra a universidade e a sociedade é compreendida como a Extensão Universitária e esta se desenvolve através de projetos, eventos, cursos, entre outros (SANTOS et al., 2016).

Rodrigues et al. (2013) apresentam em seu estudo a importância da Extensão Universitária para a sociedade:

A Extensão Universitária possui papel importante no que se diz respeito às contribuições que pode trazer frente à sociedade. É preciso, por parte da Universidade, apresentar concepção do que a extensão tem em relação a comunidade em geral. Colocar em prática aquilo que foi aprendido em sala de aula e desenvolvê-lo fora dela. A partir do momento em que há esse contato entre o aprendiz e a sociedade beneficiada por ele, acontece por parte dos dois lados, benefícios. Aquele que está na condição do aprender acaba aprendendo muito mais quando há esse contato, pois torna-se muito mais gratificante praticar a teoria recebida dentro da sala de aula (p. 142).

Nozaki et al. (2015), expõem em seu estudo uma análise das implicações de um Projeto de Extensão na formação do licenciado e na sua atuação como professor(a) de Educação Física, desse modo, afirmam que:

Na formação inicial dos cursos de licenciatura em Educação Física, especialmente nas instituições públicas, a extensão universitária tem se evidenciado como um espaço crescente e diversificado de projetos e atividades que vem a cada dia incluindo um número maior de graduandos como bolsistas e/ou voluntários. (NOZAKI et al., 2015, p. 230).

Os estudantes e futuros professores de EFI podem ampliar seus conhecimentos e, ainda na Formação Inicial, conseguir uma relação entre a teoria e a prática, através da participação em Projetos de Extensão, espaços que podem oferecer experiências significativas e saberes sobre a atuação profissional (KLEINUBING; DAL-CIN; 2020).

Se evidencia através do estudo de Nozaki et al. (2015), uma importante aproximação com a realidade profissional, com o campo de trabalho, além de um conhecimento mais aprofundado das temáticas desenvolvidas nas práticas através da Extensão Universitária. Ademais, os professores de Educação Física que participaram do estudo relataram que a participação durante a graduação no Projeto de Extensão foi um auxílio para suas práticas pedagógicas, por exemplo, na aprendizagem sobre a criação de “planejamentos de aulas e elaboração de atividades” (p. 233).

Os resultados obtidos no estudo de Santos et al. (2016) indicaram que a participação na Extensão Universitária demonstrou uma aproximação com o campo de trabalho. No referido estudo, os resultados obtidos foram divididos em algumas categorias, sendo uma delas destinada ao: “Conhecimento do campo profissional”:

A extensão universitária, como parte da formação acadêmica, permite ao aluno entrar em contato com a comunidade externa à universidade conhecendo melhor a realidade que lhe cerca. Tal fato possibilita o conhecimento das demandas sociais, que amplia o campo de trabalho no qual irá se inserir (SANTOS et al., 2016, p. 26).

Vale ressaltar outra categoria de resultados obtidos no estudo de Santos et al. (2016), intitulada: “Estímulo à reflexão entre teoria e prática”, no qual é possível perceber a importância de relacionar a teoria com a prática, onde ambas devem caminhar em conjunto para auxiliar na aprendizagem dos estudantes de graduação e os Projetos de Extensão podem ser utilizados para isso:

O estímulo à reflexão entre teoria e prática é uma possibilidade de aprimorar a formação do estudante de nível superior, por meio da oportunidade de praticar os conhecimentos adquiridos em sala de aula. A partir da aprendizagem sobre os processos metodológicos, tem-se a oportunidade de executar a teoria podendo aplicar os conhecimentos construídos e vivenciar a prática profissional (SANTOS et al., 2016, p. 25).

Diante disso, Barragán et al. (2016) em seu estudo sobre um Projeto de Extensão envolvendo o Circo, expõem que foi criada uma disciplina eletiva, no mesmo período de criação do Projeto, sobre as atividades circenses e a EFI que “tem como objetivo apresentar aos estudantes a diversidade das atividades circenses e suas múltiplas possibilidades pedagógicas na área da Educação Física” (p. 45). Portanto, aos estudantes que queiram participar do Projeto como monitores é indicado que tenham realizado a disciplina, o que vai ao encontro da categoria supracitada de “Estímulo à reflexão entre teoria e prática” de Santos et al. (2016).

Refletindo sobre esta relação entre ensino e extensão, penso que é importante as disciplinas das graduações tratarem da importância da extensão na prática pedagógica dos graduandos. Os professores podem destacar os Projetos de Extensão e/ou Projetos de Pesquisa que coordenam e relacioná-los à disciplina que ministram, fazendo com que os estudantes consigam relacionar a teoria com a prática, proporcionando para estes uma experiência significativa. Vale ressaltar que durante a minha graduação, em relação ao yoga e a Educação Física, foi oferecida uma disciplina optativa no ano de 2018, denominada "Yoga e Educação Física", para todos os cursos de Graduação da UFRGS e que contou com lista de espera de

estudantes. Essa disciplina foi a semente que gerou o Projeto de Extensão Yoga Para Todxs da ESEFID/UFRGS (SILVA; ANTUNES, 2022).

Araujo (2014), elaborou unidades de significado aos discursos dos participantes de sua pesquisa, destas, vale ressaltar 4 unidades elencadas e citadas pelos discentes em EFI em relação com sua participação em Projetos de Extensão: “experiência/vivência”, “colocar em prática”, “relação com o futuro profissional” e “aproximação com a realidade escolar” foram mencionadas:

É pertinente reconhecer que, quando o discente vivencia e experimenta atividades que ultrapassam as disciplinas do curso, ele não estará simplesmente acumulando saberes, mas abrindo espaço para a produção do conhecimento (ARAUJO, 2014, p. 59).

Os projetos de extensão, como atividade acadêmica, carregam uma bagagem de elementos que contribuem para o processo adaptativo do futuro professor. Além da abrangência dos espaços onde são desenvolvidos, eles são contemplados com a diversidade humana que o professor vai encontrar quando entrar no mercado de trabalho (ARAUJO, 2014, p. 61).

Ademais, Hirama et al. (2016) aborda a temática da permanência prolongada pelos graduandos de EFI, atuando no mesmo Projeto de Extensão. Para os autores, tal fato pode propiciar “aprendizados raros de se vivenciar” e oferecer a possibilidade ao “graduando perceber as conquistas próprias dos alunos durante sua trajetória de aprendizado” (p. 31), o que não seria possível se a permanência ocorrer por um pequeno período. Os autores realizaram o estudo com cinco graduandos de EFI, com mais de dois anos de permanência no Projeto de Extensão sobre Judô, para verificar as aprendizagens destes, a “relação da ação docente como experiência para suas vidas profissionais como futuros professores”, a percepção do “processo de aprendizagem dos alunos participantes” do Projeto e a relação com os demais bolsistas graduandos que atuam no Projeto, foram alguns dos aspectos elencados.

Segundo Martins et al. (2021), em seu estudo sobre a percepção dos egressos em EFI em relação a sua Formação Inicial, a Extensão Universitária, especificamente, foi vista como positiva em relação a variedade de “atividades ofertadas para a comunidade” e, também, ao “recebimento de bolsas”. Contudo, um aspecto elencado negativamente, foi a falta de Projetos de Extensão desenvolvidos no ambiente escolar.

Tal fato é percebido por Frizzo et al. (2016), onde através das informações encontradas para sua pesquisa em três instituições de ensino superior no RS,

perceberam que “o número de projetos objetivando o contexto escolar é inexpressivo” (p. 24):

Em que pese considerarmos relevantes os conhecimentos agregados nos projetos de diferentes naturezas, cabe enfatizar a necessidade de desenvolver ações que contemplem a especificidade escolar enquanto futuro contexto de trabalho de uma parcela expressiva de acadêmicos (FRIZZO et al. 2016, p. 24).

Penso que ainda são poucos os Projetos de Extensão que dialogam com o contexto escolar, ao menos, foi algo que percebi durante a minha graduação. Me refiro aqui a Projetos desenvolvidos no interior da escola, por exemplo, que proporcionem aos graduandos a construção da experiência de docência no processo de Formação Inicial. Destaco que participei do "Brincando de Yoga" durante três edições e este foi muito importante para a minha formação docente, tanto que se tornou foco deste TCC. Acredito que se houvessem mais Projetos com este objetivo, seria uma oportunidade enriquecedora aos graduandos, porque poderiam vivenciar esta experiência antes mesmo de se formarem e/ou ingressarem na escola como docentes.

Sendo assim, podemos perceber que é importante que hajam Projetos de Extensão na Formação Inicial que envolvam diferentes contextos de atuação do(a) professor(a) de EFI, como o escolar.

O Projeto de Extensão que irei apresentar no decorrer desta escrita, através de minhas experiências, ocorre na Educação Infantil, no qual as aulas nesta etapa de ensino devem proporcionar para as crianças experimentar e vivenciar diversas e diferentes práticas corporais, devem promover atividades com movimentos, em que seja possibilitado para as crianças a vivência e a experiência nesta forma de linguagem que expressa e demonstra sentimentos, emoções e situações.

Segundo Rossi (2020):

A educação infantil como o lugar da infância, espaço e tempo da vivência de diversas formas de práticas corporais, ao promover o encontro entre corpo, motricidade e yoga, amplia as possibilidades de construções corporais, de experiências sensoriais e relacionais, propiciando uma rede de ressignificações da corporeidade em uma arquitetura de sentido e de valor (p. 115).

De acordo com Ayoub (2001):

Pensando na “criança como ponto de partida” na educação infantil, a expressão corporal caracteriza-se como uma das linguagens fundamentais a serem trabalhadas na infância. A riqueza de possibilidades da linguagem corporal revela um universo a ser vivenciado, conhecido, desfrutado, com prazer e alegria. Criança é quase sinônimo de movimento; movimentando-se ela se descobre, descobre o outro, descobre o mundo à sua volta e suas múltiplas linguagens. Criança é quase sinônimo de brincar; brincando ela se descobre, descobre o outro, descobre o mundo à sua volta e suas múltiplas linguagens. Descobrir, descobrir-se. Des-cobrir, tirar a cobertura, mostrar, mostrar-se, decifrar... Alfabetizar-se nas múltiplas linguagens do mundo e da sua cultura (p. 56-57) [grifo da autora].

Dessa forma, através das citações de Rossi (2020) e Ayoub (2001), com quase duas décadas de diferença das referidas publicações, podemos perceber afirmações semelhantes sobre, de que na fase da infância, o movimento corporal, o movimentar-se corporalmente, é de significativa importância, pois é uma prática muito próxima e utilizada nesta fase, em que as crianças se movimentam para se descobrir, para se entender, para aprender, e isso se estende ao mundo ao seu redor.

Desse modo, como já supracitado, o Projeto de Extensão que participei tinha como intuito realizar práticas corporais, vivências de yoga para as crianças de uma escola pública de Porto Alegre/RS, portanto, vale ressaltar o que é yoga, assim como estudos sobre yoga na infância, que será apresentado no próximo subcapítulo.

2.2 Yoga para Crianças

Segundo Faria et al. (2015), a escola tem papel fundamental na sociedade, tanto envolvendo o aspecto interpessoal quanto o intrapessoal, esta pode proporcionar “intervenções que permitem trilhar novos caminhos colaborando para a formação integral de seus alunos” (p. 2).

A Educação Básica, é composta por três níveis de ensino, dentre estes a Educação Infantil que tem papel, entre outros, de “promover as diferentes linguagens em suas múltiplas formas de expressão, com uma perspectiva de criança e infância(s) que considere o ser humano na sua totalidade, inserido num dado contexto histórico, social e cultural” (LAURIS, 2020, p. 15).

Conforme o Referencial Curricular do Rio Grande do Sul (GONZÁLEZ; FRAGA, 2009), o yoga está relacionado com um dos subtemas do tema das Ginásticas, sendo esta classificada em: acrobacias, exercícios físicos e práticas

corporais introspectivas, e, esta última relacionada a prática do yoga, assim caracterizada: “Práticas corporais sistematizadas 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).

Do mesmo modo, na Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2018), o yoga está relacionado com uma das classificações da Unidade Temática das Ginásticas, está dividida em: ginástica geral, ginástica de condicionamento físico e ginásticas de conscientização corporal, e, esta última relacionada a prática de yoga, caracterizada: “As ginásticas de conscientização corporal reúnem práticas que empregam movimentos suaves e lentos, tal como a recorrência a posturas ou à conscientização de exercícios respiratórios, voltados para a obtenção de uma melhor percepção sobre o próprio corpo [...]” (p. 105).

Vale salientar, ainda, que a prática do yoga não é uma religião, dúvida que pode surgir, pois se trata de uma prática que não surgiu no Brasil (LAURIS, 2020):

É importante ressaltar [...] que o Yoga não é uma religião. [...] Qualquer que seja a sua opção, seja cético, agnóstico, ateu ou seguidor de uma tradição religiosa – do cristianismo (católico, evangélico ou ortodoxo), islamismo, judaísmo, hinduísmo, budismo, entre outras – não importa, pois o Yoga não contesta nenhuma crença, já que tem como pedra fundamental o princípio da tolerância e oferece uma proposta direcionada para quem quer se tornar uma pessoa melhor e pretende viver em estado de constante paz interior e liberdade (BITTENCOURT; PIMENTEL, 2016, p. 17 apud LAURIS, 2020, p. 29).

Portanto, podemos perceber que o yoga pode ser desenvolvido e compreendido um conhecimento da área da Educação Física que pode ser abordado, entre tantos outros, no ambiente escolar. Contudo, como expõem Guirra e Prodócimo (2010) sabemos que em grande parte das escolas de Educação Infantil, são as professoras generalistas que são responsáveis por desenvolverem atividades corporais, porém “muitas vezes, elas se acham incapazes para tal tarefa”, o que torna a presença do(a) professor(a) especialista importante, pois poderia acrescentar aspectos positivos às atividades devido a sua formação na área. Porém, é essencial que este tenha conhecimentos acerca do mundo da infância, desse modo, ambos professores devem trabalhar em conjunto para buscar um

desenvolvimento integral dos alunos e não fragmentar os conhecimentos em disciplinas individuais. Estes ainda expressam que,

ambos os conhecimentos são úteis na vida da criança, e que esses dois profissionais deveriam trabalhar juntos, dialogando, preparando as aulas, discutindo sobre os temas a serem tratados, e que eles sejam relevantes e contextualizados com a realidade e a vida das crianças. A professora de sala de aula conhece o dia a dia dos pequenos, suas características, suas dificuldades e suas qualidades. O especialista possui uma maior afinidade com o movimento, o corpo e as atividades relacionadas a ele (GUIRRA; PRODÓCIMO, 2010, p. 712).

O yoga é uma prática milenar que possui muitas definições e pode ter diversos entendimentos, mas vale lembrar que esta prática vai muito além das posturas físicas (FOLETTTO, 2016). De acordo com Iyengar (2016), yoga significa: “atar, reunir, ligar e juntar, focar e concentrar a atenção em algo, [...] significa também união” (p. 23). Ademais, há muitas maneiras de praticar yoga e de buscar essa união, são exemplos de caminhos do yoga: Karma Yoga, Raja Yoga, Hatha Yoga (ARTE DE VIVER, 2016 apud FOLETTTO, 2016).

Patañjali, em sua importante escritura sobre yoga, organizou oito passos que o constituem, são eles: yama, niyama, ásana, pranayama, pratyahara, dharana, dhyana e samadhi (IYENGAR, 2016).

Resumidamente, os yamas são a disciplina ética da yoga, os niyamas são os comportamentos que o(a) praticante deve considerar. Já, os asanas são as posturas, os pranayamas são as técnicas de controle da respiração, o pratyahara significa o controle e inibição dos sentidos sensoriais, o dharana são as técnicas de concentração, a dhyana é o estado da meditação e o samadhi é o estado final da meditação (IYENGAR, 2016).

Flak e Coulon (2007 apud ALMEIDA, 2019), importantes autores sobre yoga na educação, traduzem os conceitos do yoga de forma simplificada e fazem uma interpretação de cada um dos oito passos:

1. Viver juntos.
2. Eliminar toxinas e pensamentos negativos.
3. Colocar-se numa boa postura.
4. Respirar bem para manter a calma.
5. Saber relaxar para manter um bom nível de energia.
6. Como raio laser, concentrar suas forças.
7. Ampliar sua consciência.
8. Colocar-se no mesmo comprimento de onda que a fonte de toda energia (FLAK; COULON, 2007, p. 20 apud ALMEIDA, 2019, p. 32).

A prática do yoga pode ser realizada com crianças através de uma proposta de atividades diferenciada e única, envolvendo a ludicidade e a fantasia, utilizando-se de contação de histórias, imitação de animais, atividades musicais, entre outras, portanto se distingue da prática para os adultos. De acordo com Martins e Cunha (2011, p. 4):

As posturas psicobiofísicas ou ásanas preparam o corpo para o desenvolvimento integrado do intelecto e dos sentimentos, enquanto que os yamas e niyamas – princípios éticos como a não violência, o cultivo da verdade e da alegria – são ensinados através de histórias narradas numa linguagem lúdica e arquetípica que falam à alma da criança.

Segundo Simões et al. (2019):

A prática de Yoga pode ser adaptada à infância e ao contexto escolar, sobretudo mediante o reconhecimento da dimensão lúdica da infância para integrá-lo ao cotidiano educacional por meio de jogos e brincadeiras, imitação de animais, contação de histórias, ao som de músicas diversas etc. (p. 603).

De acordo com Flisek (2001 apud FOLETTTO, 2016), a realização do yoga com o público infantil deve ser desenvolvida de maneira lúdica e divertida, com o intuito de que as crianças consigam “relaxar a mente e exercitar o corpo e, ao mesmo tempo, criar uma base para o cultivo de ferramentas internas que venham a facilitar e promover a saúde e o bem estar ao longo da vida” (p. 18).

Lauris (2020, p. 26) destaca que:

A criança, ao vivenciar o Yoga, com sua prática e filosofia, mediada pelas brincadeiras e interações lúdicas, pode refletir sobre as situações da vida, seus sentimentos e o contexto em que está inserida, conscientizando, desde pequenas, sobre sua corporeidade, o ser no mundo, buscando uma vida em liberdade com consciência em ações que respeitam o convívio em sociedade.

Além disso, Simões et al. (2019) expõem em seu estudo que a prática do yoga na infância pode proporcionar diversos benefícios, tais como: “físicos, motores, psicológicos, sociais, comportamentais, espirituais e mentais, contribuindo assim, para a formação do ser integral” (p. 615).

Foletto (2016), cita em sua monografia diferentes estudos que indicam benefícios que podem ser promovidos pela prática do yoga para crianças, como no equilíbrio, na coordenação, no autoconhecimento, no bem-estar, assim como na redução da ansiedade e do estresse.

Para Lauris (2020) aprender sobre os yamas e niyamas auxilia com a “formação de valores, com as reflexões pessoais e sociais das crianças” (p. 67). Além disso, a referida autora destaca que,

a vivência do Yoga na Educação Infantil pode proporcionar benefícios afetivos, sociais, cognitivos e físicos para as crianças, sobretudo em relação ao autoconhecimento e a autoestima, além de ampliar qualitativamente o repertório das manifestações corporais e o protagonismo infantil em suas ações cotidianas (LAURIS, 2020, p. 90).

Faria et al. (2015), além de ouvir as respostas das crianças participantes do Projeto que envolvia universidade e escolas, ouviu os estudantes de graduação em EFI que participavam do Projeto. Diante disso, vale salientar o exposto pelos graduandos, estes demonstraram que os resultados das aulas atingiram tanto as crianças quanto eles próprios, que o Projeto auxiliou no “desenvolvimento pessoal”, na melhora no “nível de consciência”, na “tolerância e oralidade”, aspectos que podem agregar positivamente no desenvolvimento integral destes, tanto no pessoal quanto no profissional.

Para a realização de práticas de yoga na infância devemos nos atentar à ludicidade e a fantasia, elementos centrais que devem estar sempre presentes durante as aulas, para que as crianças se interessem e se motivem com as atividades. Tais elementos também são importantes para aproximar o(a) professor(a) do cotidiano das crianças e proporcionar uma aprendizagem mais significativa, pois a infância é o tempo do faz-de-conta, do lúdico e das brincadeiras.

Segundo Tonietto e Garanhani (2017), existem quatro eixos estruturadores da Cultura Infantil, são eles: reiteração, fantasia do real, ludicidade e interatividade.

A reiteração se relaciona com o tempo da criança, pois este pode ser repetido, as brincadeiras realizadas podem ser retomadas e alteradas, portanto o tempo é “continuamente reinvestido de novas possibilidades, um tempo sem medida, capaz de ser sempre reiniciado e repetido” (SARMENTO, 2004, p. 28 apud TONIETTO; GARANHANI, 2017).

A fantasia do real é o mundo de faz de conta, mundo imaginário, onde a criança constrói sua visão de mundo e de atribuição de significado a diversas coisas (TONIETTO; GARANHANI, 2017). A fantasia é relacionada com a rotina da criança e proporciona o entendimento de acontecimentos e situações do seu dia-a-dia. Tonietto e Garanhani (2017) citam o exemplo da utilização de fantoches e as atividades sobre os animais contextualizadas no mundo da fantasia.

A ludicidade se expressa quando a criança brinca de forma contínua, sente o desejo de permanecer na experiência desafiante, e, também, é o eixo que está relacionado ao feedback sobre a aula dada pelas crianças, a opinião delas sobre o que aconteceu na aula, pois a criança apresenta em seus comentários o que achou das atividades, demonstrando satisfação e vontade ao brincar (TONIETTO; GARANHANI, 2017).

E a interatividade, eixo relacionado com as relações sociais que as crianças participam, que estão imersas, “as crianças são seres sociais que estão em constante contato com seus pares – sua família, a escola, a comunidade, entre outros” (SARMENTO, 2004, p. 28 apud TONIETTO; GARANHANI, 2017). Desse modo, as aprendizagens que são construídas ocorrem através da interação entre as crianças, assim como com os adultos, ou seja, a cultura de pares.

Faria et al. (2015), exemplifica como foi a estratégia escolhida para as aulas de yoga para a Educação Infantil em seu estudo, mostrando que utilizando da ludicidade, inserindo os conteúdos de forma gradativa e relacionando-os com outros, podemos trabalhar com o yoga para esta população:

Para o ensino infantil, o grupo adotou a estratégia de trabalhar de forma lúdica, se utilizando de histórias, músicas e brincadeiras. Para isso, foram criados alguns personagens, como por exemplo, o Mestre Yogin, Pinoquinho, Dorminhoco, que permitem abordar a parte histórica de criação do yoga, local de origem, costumes, Yamas e Nyamas. Além disso, histórias também são utilizadas para inserir novos Ásanas e Pranayamas. Também usamos como estratégia a adaptação das brincadeiras populares e comuns nas aulas de educação física, com os conceitos do Yoga. Dessa forma, de maneira sutil nós vamos inserindo esse conteúdo, de modo que, ao final das aulas, esses alunos tenham aprendido um pouco sobre o que é o Yoga (FARIA et al. 2015, p. 6).

O que vai ao encontro do que é exposto por Lauris (2020) sobre como as atividades de yoga podem ser desenvolvidas na infância:

Cabe ressaltar que não é necessário um local específico para vivenciar o Yoga. As posturas, o relaxamento e as respirações podem ser adaptados para todos os espaços e desenvolvidas em pé, deitados ou mesmo na posição sentada. Contudo, é imprescindível que o ensino do Yoga para crianças na Educação Infantil seja mediado por brincadeiras, permeado pelo lúdico, com músicas, contação de histórias, desenhos e outras manifestações da infância. As brincadeiras e leituras podem ser conduzidas com apreciação de imagens e recontadas pelo professor de maneira lúdica, envolvendo gestos e respirações, nos quais as imagens ilustradas nos livros estejam vivas e presentes nas expressões corporais e sejam vivenciadas e repensadas, objetivando uma predisposição para resolução de problemas. O relaxamento é imprescindível para a interiorização consciente de novas práticas e ideias que possam surgir (LAURIS, 2020, p. 39-40).

Vale ressaltar que a realização das posturas do yoga para as crianças, assim como a realização de exercícios de respiração, entre outras atividades e brincadeiras, podem se relacionar aos elementos da natureza, do dia-a-dia, com os animais, sempre utilizando da ludicidade, para favorecer o interesse das crianças pela prática. Existem posturas que têm nomes de animais, de objetos e de meios de transporte, como a cobra, o elefante, a águia, a cadeira, a bola, o avião, portanto deve-se soltar a imaginação para criar e relacionar brincadeiras e histórias com as posturas do yoga.

Para Almeida (2019), relacionar as posturas com os nomes dos animais no decorrer das vivências de seu estudo, “fez com que [...] pudesse estimular a imaginação das crianças, com criação de histórias a partir das posturas dos animais, imaginando paisagens, florestas, e imitando os sons” (p. 33).

Ademais, Foletto (2016) ouviu crianças praticantes de yoga sobre sua concepção sobre o tema, vale ressaltar que grande parte das crianças se referindo ao que é yoga “relacionou essa prática ao sentimento de calma” e, também, que citaram “aprendizagens relacionadas a sentimentos, emoções e atitudes”.

Diante disso, uma das possibilidades de incluir o yoga na Educação Básica, em qualquer nível de ensino, é através de cursos para Formação Continuada de professores e professoras, para que estes consigam desenvolver atividades envolvendo o yoga dentro de sala de aula. A formação dos docentes que atuam no ambiente escolar deve ir além da Formação Inicial, seja em magistério ou na graduação, para que as atividades e experiências propostas sejam significativas, tanto para seus(suas) alunos(as) quanto para os próprios docentes, e para que não haja uma estagnação na maneira de construir e trabalhar os conhecimentos. A

autora Franzé (2019) entrevistou professoras que atuavam na Educação Infantil sobre suas percepções de um curso de Formação Continuada em yoga que estas participaram, e ficou evidente nos resultados obtidos que além de impactos positivos no desenvolvimento pessoal, a referida formação proporcionou um maior conhecimento sobre o yoga, possibilitando que este fosse desenvolvido pelas professoras em sala de aula e que, segundo relato destas, observaram mudanças positivas nas crianças, como na consciência corporal, no equilíbrio e nos comportamentos.

Tendo exposto tais estudos, podemos refletir e perceber sobre a importância de desenvolver práticas que envolvam diferentes tipos de linguagem na infância e que estas sejam trabalhadas através de atividades lúdicas, como o caso da prática do yoga, que pode proporcionar diferentes benefícios, como o autoconhecimento, o entendimento das emoções e a formação de valores, além de vivências, aprendizagens e experiências significativas que propiciem o desenvolvimento integral da criança.

No próximo capítulo, abordarei a metodologia utilizada neste Trabalho.

3. METODOLOGIA

Este Trabalho é do tipo qualitativo, baseado na pesquisa narrativa e autobiográfica, sendo, portanto, um Relato de Experiência. Esse tipo de pesquisa não trabalha com hipóteses, e sim, uma questão de pesquisa a ser desenvolvida/compreendida, desdobradas em objetivos de pesquisa.

Desse modo, como citado anteriormente no referido Trabalho, a questão de pesquisa a ser compreendida que construí para este trabalho é a seguinte: De que forma as principais aprendizagens e experiências vividas em um Projeto de Extensão, sobre Brincadeiras com Yoga para crianças na Educação Infantil, impactou na minha formação docente em Educação Física?

Em uma pesquisa do tipo qualitativa são predominantes os “aspectos interpretativos”. Desse modo, incluem as subjetividades e a intenção do(a) pesquisador(a) está explícita (GAYA, 2016) e neste tipo de pesquisa os resultados são apresentados por meio de análises e de percepções.

Diante disso, a narrativa, de acordo com Wittizorecki et al. (2006),

a narrativa, como instrumento de produção de conhecimento, é uma interessante opção na construção dos "mosaicos" de informações que objetivam compreender os significados que os(as) professores(as) de Educação Física atribuem ao seu fazer cotidiano, à sua formação e às micropolíticas presentes no universo das escolas, porque narrar é considerar percursos de vida e entrar em contato com lembranças (distantes ou próximas), sentimentos e subjetividades, ou seja, é "caminhar para si" (p. 19-20) [grifo do autor].

Segundo Paiva (2008), a pesquisa narrativa pode ser caracterizada como “uma metodologia que consiste na coleta de histórias sobre determinado tema” e, também, apresenta que tais histórias podem ser alcançadas por diferentes métodos: “entrevistas, diários, autobiografias, gravação de narrativas orais, narrativas escritas, e notas de campo” (p. 263).

A escrita do tipo autobiográfica tem a intenção de abordar elementos vivenciados e experienciados pelo(a) pesquisador(a), portanto através destes elementos, este(a) pode refletir e aprender com os acontecimentos narrados, e esta é realizada, principalmente, em primeira pessoa. Para Martinelli (2016, p. 18), “a pesquisa autobiográfica no âmbito da formação de professores tem como objetivo,

se voltar à maneira como o docente vivencia o processo de formação da sua docência”.

De acordo com Passeggi et al. (2016):

O uso de narrativas autobiográficas como fonte de investigação e método de pesquisa assenta-se no pressuposto do reconhecimento da legitimidade da criança, do adolescente, do adulto, enquanto sujeitos de direitos, capazes de narrar sua própria história e de refletir sobre ela (p. 114).

Desse modo, no respectivo Trabalho, será abordado através da escrita narrativa e autobiográfica, as aprendizagens e as experiências construídas através da minha participação no Projeto de Extensão Brincando de Yoga na Educação Infantil durante os anos de 2018, 2019 e 2020. Portanto, esta escrita é baseada em fatos pessoais e subjetivos, que serão refletidos, analisados, interpretados e reconstruídos.

Para tanto, utilizarei de meus diários de campo, além dos documentos dos planos de aula, relatórios finais do PE, e, também, dos registros de mini vídeos e fotografias dos encontros com as crianças, para apresentar e refletir sobre a minha experiência no PE, assim como, as aprendizagens que obtive através deste.

Nos subcapítulos deste capítulo abordarei a caracterização da escola, do PE e dos participantes, informações fundamentais para a escrita deste Trabalho, e, além disso, irei expor de que modo foram realizados os procedimentos para a obtenção das informações da pesquisa, bem como o processo de análise e de interpretação das informações.

3.1 Caracterização da Escola, do Projeto de Extensão e dos Participantes

Neste respectivo subcapítulo abordarei informações referentes a descrição da escola que são importantes para o desenvolvimento deste Trabalho. Do mesmo modo, apresento informações fundamentais sobre o PE, assim como os participantes envolvidos neste, e que foram fundamentais para o desenvolvimento deste Trabalho.

A escola na qual o PE foi realizado entre os anos de 2017 e 2020 se localiza em um bairro central da cidade de Porto Alegre/RS. É uma instituição filantrópica, conveniada com a Secretaria Municipal de Educação (SMED) e tem como

mantenedora um Instituto Espírita. Funciona em turno integral, atendendo crianças de 2 anos e seis meses (maternal I) à 5 anos e 11 meses (jardim B).

Na época que o Projeto ocorreu na escola¹, o ambiente físico era composto por diferentes espaços, como as salas de aula para cada turma, a sala das professoras, a secretaria, a sala da coordenação, a biblioteca, os refeitórios, os banheiros, uma sala com objetos almofadados, uma sala de artes, uma sala grande com brinquedos, dois dormitórios (um grande e o outro pequeno) e os ambientes externos, pátio frontal, pátio lateral e pátio dos fundos. Além disso, vale ressaltar que a escola contava com diferentes brinquedos e materiais para a utilização das professoras nas aulas, assim como para a utilização das aulas de Educação Física e dos encontros do PE Brincando de Yoga, como bolas, bambolês, balões, cordas, fantoches, ursos de pelúcia, entre outros.

O ambiente físico da escola mais utilizado para os encontros do Projeto de Extensão Brincando de Yoga foi o dormitório grande, pois tinha um espaço amplo e não possuía muitos elementos que dispersassem as crianças, mas também foram realizadas atividades em outros ambientes, como a biblioteca.

Desse modo, sobre o PE, este era realizado duas vezes por semana, podendo ser pelo turno da manhã ou pelo turno da tarde, fato que dependia da organização dos horários disponíveis das Bolsistas de Extensão que participavam das edições do PE. Vale salientar que o Brincando de Yoga ocorria em tempos e espaços destinados ao seu desenvolvimento, portanto não ocorria durante as aulas de Educação Física ministradas na escola, desse modo, o PE pode ser considerado uma atividade extra para as crianças. Os encontros duravam, aproximadamente, 50 minutos e na edição de 2017, o PE atendia as turmas de Maternal 2, faixa etária de 3 anos a 3 anos e 11 meses, Jardim A1 e A2, com a faixa etária de 4 anos a 4 anos e 11 meses, e Jardim B1 e B2, com a faixa etária de 5 anos a 5 anos e 11 meses. Já nas edições do anos de 2018 e 2019, as turmas atendidas pelo PE foram os Jardins A e B, para que mais crianças desta faixa etária participassem, visto que seriam os últimos anos na escola. Sendo assim, a turma de crianças participantes do PE era composta de, aproximadamente, 14 crianças do Jardim A e 14 crianças do Jardim B, formando duas turmas.

¹ A escola está sediada em outro prédio atualmente, portanto possui diferente estrutura e organização, mas decidi expor como a escola estava estruturada durante o período que participei do Projeto Brincando de Yoga na Educação Infantil para que fizesse sentido neste Trabalho.

As crianças eram convidadas a participar do PE através de um termo de autorização enviado aos responsáveis. Vale ressaltar que nem todas as crianças de todas as turmas participavam, devido a falta de recursos humanos suficientes para atender mais de duas turmas de yoga, com encontros ocorrendo duas vezes por semana e com um número muito grande de crianças. Com o tempo fomos percebendo que turmas menores possibilitaram interações mais significativas, maior qualidade na construção de vínculo e o desenvolvimento de um trabalho mais focado nas atividades e brincadeiras com yoga (SILVA et al. 2022). Ademais, o interesse das crianças pelas atividades realizadas era respeitado, visto que nem todas se interessavam por estas, diante disso, se uma criança fosse convidada e não se interessasse, esta poderia sair do Projeto e então outra criança de sua turma era convidada a entrar (SILVA et al. 2022).

A organização e o planejamento do PE e dos encontros eram realizados através de um Plano de Ensino e de Planos de Aula que abordavam diferentes temas, como a alimentação saudável, o equilíbrio, a relação com a natureza, a relação com os animais, a flexibilidade, entre outros. Cada encontro era organizado em três partes: 1. Conversa e atividade inicial, em que conversávamos sobre as novidades ocorridas, o tema do encontro e realizávamos uma atividade dinâmica; 2. Atividade principal, uma ou duas mais relacionadas ao tema do encontro; e 3. Encerramento, onde era realizado uma atividade de relaxamento, como uma auto massagem ou massagem em duplas.

Em 2020, devido ao distanciamento social que foi causado pelo vírus da COVID-19, o PE foi modificado para ocorrer de modo online, através da página do Facebook da escola e da página do Facebook do próprio PE. Tal opção foi escolhida para propiciar a continuidade das práticas do PE para as crianças, mesmo estando em suas residências. Assim, ficou acordado entre a Coordenadora Pedagógica da escola, com a Coordenadora do PE e com as Bolsistas de Extensão que seria enviado através desses meios de comunicação um vídeo de atividades sobre yoga para crianças por semana. Neste formato, muitas características do PE foram alteradas e explicarei mais profundamente no decorrer deste Trabalho. Apesar desta descaracterização ocorrida com o Projeto, mas importante para o desenvolvimento deste durante o período de distanciamento social, considero válido ressaltar como este aconteceu e se através deste formato houve outras aprendizagens e experiências.

Portanto, neste Trabalho, irei realizar um relato individual da minha experiência como Bolsista de Extensão que envolveu turmas de Jardim A e Jardim B da Educação Infantil que participaram do PE, experiência que obtive entre os anos de 2018 a 2020. Tal experiência envolve a relação pedagógica que construí com as crianças, com as docentes de sala, com a Coordenadora Pedagógica, com os funcionários da escola, com as bolsistas, voluntários(as) e Coordenadora do Projeto, ou seja, a minha experiência contou com a relação e participação desses diferentes participantes.

No próximo subcapítulo abordarei os procedimentos escolhidos para a obtenção das informações para realização desse Trabalho.

3.2 Procedimentos para Obtenção das Informações

Para a obtenção das informações deste respectivo Trabalho utilizei dos registros em diários de campo escritos durante minha participação no PE, além da observação participante e análise de documentos.

Tais procedimentos foram essenciais, principalmente, para a obtenção de informações das edições de 2018 e 2019, ocorridas presencialmente na escola. Já para a edição de 2020, ocorrida de forma online, sem o contato com as crianças, tais procedimentos acabaram tendo algumas alterações que elencarei no decorrer deste Trabalho.

Desse modo, apresento a seguir cada um dos procedimentos utilizados.

3.2.1 Diário de Campo

O diário de campo é um procedimento utilizado para anotar as vivências, experiências, aprendizagens, sentimentos, observações sobre o que ocorreu em determinada situação. Trata de um caderno onde é possível registrar tais acontecimentos.

Segundo Silva (2012, p. 129),

o diário de campo consiste de registros e anotações pessoais sobre as idas a campo e dos diversos ambientes observados. Por estar extremamente associado às observações, é possível dizer que o diário é a sistematização das observações realizadas no trabalho de campo.

Portanto, durante minha participação no Projeto de Extensão Brincando de Yoga utilizei deste procedimento para registrar os acontecimentos de cada encontro com as crianças, assim como anotava sentimentos, reflexões e opiniões, o que acabava tornando-o um procedimento com aspecto descritivo:

Outra característica desse procedimento para a obtenção de informação é seu aspecto descritivo, em que o que vale é a descrição em profundidade e esmiuçada do ambiente pesquisado e do que está sendo observado. Faz parte dessa descrição o que o pesquisador considera ser importante para sua pesquisa [...] (SILVA, 2012, p. 129).

Desse modo, tais anotações nos Diários de Campo auxiliaram a relembrar situações, experiências vividas e, após sua leitura, contribuía para a reflexão sobre estas.

No ano de 2020, com o PE sendo realizado de forma online, onde nós organizávamos uma atividade envolvendo o yoga por semana e através de vídeo, para que as crianças pudessem realizar as brincadeiras em suas residências, não consegui anotar no Diário de Campo muitas aprendizagens e experiências, penso que tal acontecimento ocorreu, principalmente, por conta da falta de contato com as crianças durante o período.

A seguir, apresento como ocorreu a observação participante para complementar o processo de obtenção de informação da pesquisa.

3.2.2 Observação Participante

A observação participante se relaciona com a interação do(a) pesquisador(a) com o campo de pesquisa e com os participantes da pesquisa. De acordo com Minayo (2007 apud BATISTA et al., 2018),

este tipo de procedimento possibilita um contato mais informal do pesquisador com o campo e coloca-o em interação com os sujeitos, possibilitando que o pesquisador participe da vida deles, modificando e sendo modificado pelo processo (p. 236).

Este instrumento é muito importante para os estudos na abordagem de pesquisa qualitativa. “Sua importância é de ordem que alguns estudiosos a tomam não apenas como uma estratégia no conjunto da investigação, mas como um

método em si mesmo, para compreensão da realidade” (MINAYO, 2000, p. 134 apud LAURIS, 2020, p. 41).

As observações realizadas para este Trabalho ocorreram através da minha atuação como Bolsista de Extensão do PE supracitado nos seguintes contextos:

- A primeira, foi como responsável por desenvolver atividades sobre yoga com as crianças participantes, em que eu planejava e organizava as atividades, pegava os materiais que seriam utilizados, como brinquedos, balões, cordas, animais de pelúcia e as explicava e demonstrava para as crianças.
- Já a segunda se refere quando eu era apoio dos(as) colegas que atuavam, também, como bolsistas ou voluntários(as), em que eu os(as) auxiliava durante as atividades. Desta forma, eu podia ter um outro tipo de contato com as crianças, conseguia verificar por outra perspectiva o que estava ocorrendo em sala e com a turma.

Em 2020, com o distanciamento causado pelo vírus da COVID-19, apesar da falta de interação e contato com as crianças, presumo que minha relação com o campo de pesquisa, mesmo este estando alterado, foi contínuo, pois as leituras e as pesquisas sobre a temática, assim como a participação nas reuniões do grupo, as diversas trocas entre mim e a colega bolsista que também participava do PE, estiveram presentes.

A seguir, apresento como ocorreu a análise de documentos para complementar o processo de obtenção de informação da pesquisa.

3.2.3 Análise de Documentos

Considerei os seguintes documentos para análise neste Trabalho: os planos de ensino e de aula, das três edições do Projeto, os registros dos vídeos e fotografias e os relatórios finais das referidas edições. Desse modo, analisei os seguintes documentos:

- Planos de Ensino e Planos de aula: Realizei a releitura dos planos de ensino e de aula elaborados nas edições de 2018 e 2019;

- Registros dos vídeos e fotografias: Visualizei fotos e vídeos realizados durante os encontros das edições do PE em 2018 e 2019, assim como os vídeos das atividades sobre yoga produzidos em 2020;
- Relatórios finais das edições do Projeto: Ao final de cada edição do Projeto foi realizada a escrita de um relatório final, contendo as experiências, aprendizagens e desafios vivenciados durante aquele período. Dessa forma, realizei a releitura dos três relatórios finais elaborados, escolhendo as aprendizagens e experiências nestes destacadas e refletindo sobre estas para entender os impactos do PE na minha formação docente.

Ao analisar tais documentos supracitados, pude refletir sobre toda a trajetória percorrida durante as edições do Projeto de Extensão que participei e construir as categorias de análise expostas na sequência deste Trabalho.

Diante disso, a seguir apresento as análises e as discussões desenvolvidas através de minha participação como Bolsista de Extensão no Projeto Brincando de Yoga na Educação Infantil relacionando e confrontando com a revisão da literatura apresentada anteriormente.

4. ANÁLISES E DISCUSSÕES

Organizei este capítulo em três subcapítulos para abordar, a partir da minha vivência como Bolsista de Extensão, as três edições do Projeto que participei. Desse modo, abordarei as aprendizagens e as experiências ocorridas em 2018 no primeiro subcapítulo, em 2019 no segundo subcapítulo e em 2020 no terceiro subcapítulo.

4.1 Aprendizagens e Experiências Vividas Participando do Projeto em 2018

Ressalto, inicialmente, o motivo de ter escolhido me candidatar e, com isso, participar de uma Bolsa de Extensão,

[...] recebi um e-mail que explicava brevemente o que acontecia, o que era, o projeto e que estavam selecionando bolsistas, me interessei pela temática e por toda a aprendizagem que uma bolsa me traria naquele momento e decidi me inscrever para a bolsa. Realizei todas as etapas da seleção e, felizmente, fui selecionada. Iria ser tudo novo e, como esperado, fiquei muito ansiosa e nervosa, mas tinha certeza que a minha aprendizagem e experiência iriam aumentar (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2018).

Tais motivos se relacionam com o evidenciado por Frizzo et al. (2016) em seu estudo sobre o porquê os estudantes de EFI participam da Extensão Universitária, como a curiosidade, o interesse em aprender coisas diferentes e a experiência na docência.

É importante salientar que antes de iniciar ministrando as atividades no PE, meu conhecimento sobre o yoga não era muito vasto, principalmente sobre o yoga para crianças, porém já havia praticado yoga de forma pessoal anteriormente. Ademais, alguns fatos me auxiliaram neste início da experiência como bolsista, conversei com os bolsistas que participaram em 2017 do PE, assim como realizei leituras de textos e de artigos sobre a temática, o que me auxiliou nesta fase, trazendo um conhecimento mais aprofundado sobre o yoga para crianças e como poderia desenvolvê-lo. Além disso, realizei observações das turmas que participariam do Projeto, para conhecer as crianças e para elas me conhecerem, estas observações ocorreram por um mês.

Para 2018, o Plano de Ensino foi organizado em cinco blocos, sendo eles: sondagem, conhecimento de si, conhecimento do outro (relações sociais),

conhecimento do mundo (meio ambiente e sociedade) e encerramento. Nestes, foram planejadas temáticas que tinham relação com cada bloco, como o conhecimento corporal, a relação com os colegas de turma e sobre atitudes sustentáveis.

No dia “vinte de junho de 2018, ocorreu o primeiro encontro” (Diário de Campo, 20/06/2018), em que eu fui responsável por ministrar atividades no PE Brincando de Yoga. Neste dia também vivenciei, pela primeira vez, a minha “experiência como docente” (FRIZZO et al. 2016), sendo um marco importante na minha trajetória como graduanda da Licenciatura, visto que ainda não havia tido este contato com a docência, sendo proporcionada pelo PE.

Lembro-me de estar nervosa para este primeiro encontro, mas ocorreu tudo como o esperado e “consegui realizar todas as atividades que eu tinha planejado, tive alguns problemas com a dispersão, mas consegui resolver” (Diário de Campo, 20/06/2018). Planejei para este encontro uma atividade dinâmica (pega-pega corrente), uma história envolvendo duas posturas de yoga e finalizando com uma respiração, ademais planejei uma atividade extra para conhecer as partes do corpo que se houvesse tempo iria realizar. Neste dia também apresentei para as turmas o “Macaco Yogui”, ursinho de pelúcia que iria acompanhar todos os encontros (Plano de Aula, 20/06/2018):

Meu planejamento das aulas sempre ocorreu na semana anterior e criei os planos de aula de acordo com o que me foi sugerido, pelos ex-bolsistas e pela Lisandra, uma roda de conversa, uma brincadeira mais ativa, uma história, uma ou duas posturas que tinham relação com a história e um momento de relaxamento, respiração, quase sempre com uma música (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2018).

Com o decorrer dos encontros, sempre tentei ser bastante criativa, desse modo, a partir das brincadeiras lúdicas envolvendo o yoga, tentava chamar a atenção e o interesse das crianças, motivando-as para as práticas, indo ao encontro do exposto nos estudos supracitados, onde evidencia-se que para o público infantil, as atividades de yoga devem ser desenvolvidas utilizando da ludicidade (MARTINS, CUNHA, 2011; SIMÕES et al., 2019; FLISEK, 2001 apud FOLETTO, 2016; LAURIS, 2020):

Dia 4 de julho, quarto encontro. [...] na hora da história, fiz gestos, mudei a voz e caminhei pelo círculo, todos prestaram mais atenção. Fiz algumas perguntas no final da história sobre o que havia acontecido (na mesma) e todos responderam (Diário de Campo, 04/07/2018).

Encontro 15, dia 7 de agosto, [...] fiz uma atividade com fitas de tnt que soltavam “tinta mágica”, porém muitos não acreditaram nisso e me chamou atenção, expliquei que eles deveriam imaginar as cores das tintas e pintar toda a sala, utilizando da imaginação (Diário de Campo, 07/08/2018).

Vale ressaltar que iniciei as atividades do PE em 2018 sendo a única bolsista, porém a Lisandra, Coordenadora do referido Projeto, sempre tentava estar presente nos encontros para me apoiar. Contudo, uma das grandes dificuldades que eu tive foi com a dispersão das crianças, “sempre havia dispersões de alguns alunos, após a entrada das bolsistas voluntárias no projeto, [...] esta dificuldade foi amenizada, elas me ajudaram muito” (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2018).

A entrada e a participação das bolsistas voluntárias no PE em 2018, também graduandas de EFI, foi um auxílio para me ajudar a lidar com a dispersão das crianças, pois enquanto eu explicava uma brincadeira ou contava uma história, elas chamavam as crianças que se dispersavam do grande grupo, fazendo com que toda a turma participasse mais ativamente.

Porém, “Mesmo que as atividades sejam interessantes, pode ocorrer de alguém dispersar, pois crianças dessa faixa etária se dispersam facilmente” (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2018). A dispersão das crianças é uma característica comum da faixa etária atendida pelo PE, pois não conseguem se concentrar e prestar atenção por muito tempo, principalmente se houver algo externo, som, brinquedo, cor ou colega chamando sua atenção. Este fato se torna um desafio, especialmente para quem está iniciando na docência, mas também um aprendizado, de que cada criança tem seu tempo, seus interesses, seus gostos e desgostos. Dessa forma, não depende somente do(a) professor(a) criar uma brincadeira “mirabolante” para chamar a atenção de todos, mas também depende dos interesses das crianças e da turma como um todo, sendo importante conhecê-las para conseguir criar e utilizar de brincadeiras que interessem a grande maioria.

Ademais, ressalto que fui apoio de uma das bolsistas voluntárias que se dispôs a planejar e ministrar um encontro do PE. Dessa forma, estive em um papel diferente do que já estava acostumada, estando “de fora do encontro, como apoio,

foi muito bacana, pude ver o comportamento das crianças com outra professora, a participação e o quanto ela utiliza os tons de voz e os modos de falar para chamar a atenção” (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2018).

Nesta edição do PE planejei ao todo, aproximadamente, 47 planos de aula para os encontros, o que considero ter sido bastante trabalhoso, mas que vejo como um aspecto fundamental para o andamento dos encontros e do Projeto, pois através destes planejamentos pude organizar as brincadeiras e as atividades que seriam desenvolvidas, além de ter sido uma aprendizagem significativa para a minha formação docente em EFI, indo ao encontro do que foi apresentado por Nozaki et al. (2015).

Outro aspecto importante ocorrido e percebido em 2018, foi o impacto do Projeto na minha vida pessoal, assim como o evidenciado no estudo de Faria et al. (2015), em que demonstrou que o Projeto de Extensão proporcionou aos estudantes de EFI aspectos positivos que podem contribuir para o seu desenvolvimento pessoal e profissional. Devido a experiência que construí no Projeto, percebi contribuições positivas deste, por exemplo, em minha oralidade (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2018).

Por fim, já que iniciei elencando a minha primeira vivência docente, no primeiro encontro do PE, salientarei como foi o último encontro de 2018, no dia 11 de dezembro:

Encontro 48, último encontro com as crianças no ano, foi muito bacana ver todos interagindo com livros de Yoga e tentando realizar as posturas que estavam expostas. Na atividade de criar uma postura nova, fiquei surpresa com a criatividade de muitos. O Samuel², da turma JB, finalmente realizou a postura do Homem-Aranha, criada por ele, e ficou tão feliz. O Gabriel, aluno do JB, estava muito participativo e interagindo muito com os livros (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2018).

Lembro de estar contente e tranquila neste encontro final, a Lisandra levou alguns “livros que possuíam imagens de posturas de yoga” para as crianças interagirem com o material e após “criarem suas próprias posturas e dar-lhe um nome” (Plano de Aula, 11/12/2018). Foi “gratificante participar deste projeto e poder aprender diversas coisas e criar experiências novas, tanto pessoais como profissionais” (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2018), assim como poder ter a

² Todos os nomes foram substituídos para preservar as identidades das crianças.

possibilidade de conhecer e trabalhar o yoga com as crianças.

Desse modo, no próximo subcapítulo resalto as aprendizagens e experiências vividas participando do PE Brincando de Yoga em 2019.

4.2 Aprendizagens e Experiências Vividas Participando do Projeto em 2019

No ano de 2019, decidi continuar como Bolsista de Extensão do Projeto Brincando de Yoga, devido às aprendizagens, experiências e, também, a proximidade que eu já possuía com a escola, as professoras, as crianças e a temática desenvolvida. Naquele ano, além de participar como Bolsista de Extensão do Projeto com as turmas dos Jardins A e B, realizei o estágio obrigatório de docência na Educação Infantil com uma turma de Maternal 2.

O Estágio de Docência de Educação Física na Educação Infantil foi realizado na mesma escola em que o PE Brincando de Yoga ocorria. Diante disso, decidi desenvolvê-lo com uma turma de Maternal 2, para ter experiências com uma faixa etária que o PE não atendia. Desse modo, a turma escolhida era composta por 10 crianças e as aulas de EFI eram desenvolvidas nas segundas-feiras e nas quartas-feiras, pela manhã, seguidas de uma reunião com todos os graduandos que estavam realizando o estágio em conjunto com a professora orientadora.

Planejei para o estágio desenvolver com a turma jogos e brincadeiras com enfoque lúdico, que continham como contexto um cenário imaginativo, onde no início de cada aula seria apresentado para as crianças o local que nós iríamos para realizar a aula, por exemplo, uma floresta, uma praia, a lua, entre outros. O Plano de Ensino foi dividido em três blocos, sendo o primeiro de sondagem para conhecer as crianças, suas habilidades e seus gostos; o segundo de brincadeiras com bichos, onde realizei circuitos, brincadeiras e jogos envolvendo os animais e os movimentos que eles fazem; e o último bloco com o tema de super-heróis, onde fizemos uma máscara de super-herói e, também, brincadeiras, circuitos, conforme alguma característica do personagem ou alguma história, situação, criada para a aula.

Tendo exposto acima os detalhes do estágio, pode-se verificar que utilizei de minha aprendizagem e vivência sobre a ludicidade, a fantasia e a imaginação que aprendi através do PE Brincando de Yoga para me basear e desenvolver o estágio nesta etapa de ensino, além das aprendizagens obtidas na Formação Inicial. “Percebi, no decorrer do estágio citado anteriormente, o quanto foi importante a

minha experiência em diversos âmbitos no projeto para esta nova etapa que iniciei como Professora de Educação Física” (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2019).

Nesta edição do PE, dividi as responsabilidades deste com uma colega bolsista, Maria³, portanto organizamos de cada uma de nós planejar e ministrar um dos encontros da semana, já que eram dois, enquanto a outra ficava como apoio. Esta responsabilidade compartilhada foi positiva para que eu pudesse, mais vezes, ter um contato diferenciado com as crianças, não somente ministrando as atividades, como ocorria em 2018, assim como conseguir perceber, observar, de outro modo as aprendizagens construídas por elas.

No ano de 2019, a Coordenadora do PE acompanhou as atividades de modo menos sistemático em relação a presença constante na escola da edição anterior, e, penso que tal fato “ocasionou o desenvolvimento maior de nossa autonomia como bolsistas e como responsáveis pelo Projeto. Este aspecto me fez perceber em diversos momentos o quanto eu era responsável pela bolsa” (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2019).

Em 2019, também houve a presença importante de dois bolsistas voluntários, um deles participou no início desta edição e acrescentou muito ao Projeto com suas sugestões, como, por exemplo, sugerindo brincadeiras e materiais que poderíamos utilizar nos encontros. Porém, teve que se afastar do Projeto e, em seguida, entrou outro colega que participou até o final do ano. Este último “nos auxiliou muito com sua presença tranquila, demos a ele a possibilidade de ministrar um encontro, ele acolheu e o fez com muita satisfação, foi muito divertido e as crianças pareceram gostar muito” (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2019).

O contato, a troca de ideias, as experiências e as aprendizagens construídas entre os bolsistas participantes do Projeto, desde 2018, foi muito importante para o andamento deste, assim como para possibilitar reflexões em conjunto, pois estas oportunidades de trocas oportunizam aprendizagens. Tais trocas podem ser evidenciadas em alguns trechos do meu Diário de Campo, como: Eu auxiliei Maria também com a utilização das bolinhas, [...] por ser uma turma agitada (JA) deveríamos cuidar muito a dispersão deles com as bolas (Diário de Campo, 07/06/2019). Além dos destacados a seguir:

³ Todos os nomes foram substituídos para preservar as identidades das pessoas.

Com a turma do JB ocorreu tudo como o esperado, consegui realizar as atividades que tinha planejado, porém “talvez” (depois do encontro conversando com Maria), percebemos que nós estávamos mais “agitadas” com a turma do JB devido o que aconteceu com o JA (estes estavam agitados e dispersos) (Diário de Campo, 12/06/2019).

Pelo que conversei com Maria, como a proposta eram as posturas em dupla e eles estavam agitados, achamos que (disponibilizar no espaço) os tatames separados foi melhor do que se estivessem todos juntos, pois não houve tumulto de ficarem todos no mesmo espaço (Diário de Campo, 19/07/2019).

Sobre os temas que foram planejados para esta edição do PE através do Plano de Ensino, abordamos muitos que já havíamos desenvolvido na edição anterior, porém adicionamos um bloco para trabalhar com os yamas e niyamas, em que a intenção era realizar atividades e brincadeiras para que as crianças conhecessem estes valores e seus significados. Diante disso, os escolhidos a partir do que é exposto por Iyengar (2016) foram os Yamas: Ahimsa: a não-violência; Satya: a veracidade ou o não mentir; Asteya: não roubar; Aparigraha: a não possessividade ou o não cobiçar; e os Niyamas: Shaucha: é a pureza ou purificação (Alimentação saudável); Santosha: o contentamento.

Para Martins e Cunha (2011), uma das formas de desenvolver os yamas e niyamas com as crianças é através de histórias narradas de forma lúdica. Nos encontros do Projeto, tratamos sobre essa temática nas rodas de conversas iniciais e em brincadeiras, como a atividade de dividir o material com o(a) colega. Foi bem interessante e as crianças comentaram nas rodas de conversas aspectos significativos, como o quanto é importante doar seus brinquedos e se alimentar saudavelmente (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2019).

Neste ano, participei de uma observação de uma aula de yoga para crianças de uma professora formada em yoga, Flávia, que trabalhava com o yoga em uma escola de Educação Infantil. Flávia foi muito atenciosa e nos recebeu na escola para realizarmos a observação. Esta experiência foi positiva para que eu pudesse entender a metodologia que ela utilizava e aprender algumas brincadeiras que poderiam ser realizadas no PE, além de conseguir perceber aproximações com o que já desenvolvia neste, pois as atividades desenvolvidas por Flávia naquele contexto, assim como a sequência que ela utilizava, eram semelhantes com as que realizávamos no Projeto de Extensão.

Além disso, o PE recebeu a visita de Teresa, uma professora de yoga que atuava com crianças na Secretaria Municipal de Esportes, Recreação e Lazer da

cidade de Porto Alegre. Teresa foi convidada e aceitou ministrar um encontro para as duas turmas atendidas pelo Projeto, JA e JB. Tal vivência foi muito significativa, pois pude observar e aprender com sua metodologia, além de receber dela um feedback positivo da participação das crianças nas brincadeiras que ela propôs e a sugestão de criar uma lista de brincadeiras que as crianças gostam e participam, como atividades coringa.

Teresa utilizou de mantras no encontro ministrado por ela, portanto, outro ponto importante a ser destacado foi a inclusão dos mantras em diversos encontros posteriores, fizemos rodas cantadas com mantras que foram aceitos positivamente pelas crianças. Inicialmente apenas eu e a Maria cantávamos, após alguns encontros as crianças começaram a cantar também (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2019).

Um aspecto muito importante ocorrido naquele ano, além dos já supracitados, foi a oportunidade de desenvolver atividades com crianças de inclusão, dois alunos participaram até o fim desta edição, um do JA e outro do JB,

o contato com ambos foi muito gratificante, perceber que eles se interessavam pelas atividades propostas e realizavam conforme suas habilidades era muito bacana. Além disso, pude observar a evolução que eles tiveram com o decorrer dos encontros, estavam mais falantes e participativos (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2019).

Desse modo, através dessas vivências, propondo e desenvolvendo atividades relacionadas ao yoga, tendo contato com cada uma das crianças, com as professoras e todo o ambiente escolar consegui perceber uma aproximação com o campo profissional da docência em Educação Física, assim como mencionado pelos autores Nozaki et al. (2015), Santos et al. (2016), Araújo (2014), Hirma et al. (2016) em seus estudos.

Hirma et al. (2016), expõem que a permanência prolongada em Projetos de Extensão pelos graduandos de EFI possibilita “aprendizados raros de se vivenciar” e, também, possibilita que o estudante perceba “as conquistas próprias dos alunos durante sua trajetória de aprendizado” (p. 31), fato que não ocorre se a permanência ocorrer por pequeno período. Desse modo, vale ressaltar o encontro 7 e o 18, abaixo destacados, onde pode-se evidenciar uma aproximação com o que Hirma et al. (2016) mencionam.

No encontro 7, “Realizei a música da Dona Aranha do yoga e todos gostaram

bastante, os alunos do JB até lembraram da música, porque eu já tinha realizado no ano passado” (Diário de Campo, 05/07/2019). E no encontro 18:

Fizemos uma avaliação com desenhos para descobrir o que as crianças relacionam com o tema: “O que é yoga?”. Desenhos coloridos foram realizados, muitos relacionados com as posturas que já aprendemos, apareceu em alguns desenhos do JB a brincadeira do pega-pega, mas não a realizamos neste ano no projeto, o que me surpreendeu, pois foi uma brincadeira que marcou as crianças e que elas lembram. Todos estavam muito participativos [...] (Diário de Campo, 23/08/2019).

Um dos meus objetivos neste ano de 2019 era realizar a formação em yoga para crianças, o que não foi possível por determinados motivos. “Contudo esta ainda é uma das minhas metas para 2020, mesmo que eu não continue como bolsista do Projeto, pois é um tema que me interessa muito e ter a formação abriria outras portas em minha vida acadêmica e profissional” (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2019).

Portanto, no próximo subcapítulo abordo as aprendizagens e experiências vividas em 2020 no Projeto de Extensão Brincando de Yoga na Educação Infantil.

4.3 Aprendizagens e Experiências Vividas Participando do Projeto em 2020

Em 2020, o Projeto de Extensão Brincando de Yoga na Educação Infantil ocorreu de forma online, devido ao distanciamento social causado pelo vírus da COVID-19, em que muitas atividades da vida cotidiana foram suspensas ou ocorreram neste formato. Decidiu-se que o Projeto ocorreria desta maneira, com a intenção de que as crianças conseguissem continuar praticando brincadeiras de yoga em suas residências, e, assim, dando continuidade ao Projeto.

Assim como em 2019, dividi as responsabilidades do PE com uma colega bolsista, Karina, o que foi um aspecto muito positivo, pois as trocas foram constantes, ocasionando experiências significativas, como as conversas sobre quais atividades poderíamos propor na semana. Esta parceria ocasionou, também, no bom andamento do PE durante este período.

Importante salientar que neste formato não tínhamos contato direto com as crianças e que as atividades dos vídeos eram destinadas a todas as crianças das turmas, principalmente de Jardim A e Jardim B, que conseguissem ter acesso às

redes sociais do Projeto e da escola, já que era através deste meio de comunicação que enviávamos os vídeos e este também era utilizado para receber os retornos das crianças sobre o que era desenvolvido, por comentários nas postagens, por exemplo, que poderiam ser realizados pelos responsáveis. As professoras das turmas também enviavam suas atividades por vídeo para as turmas através desta rede social.

Além disso, fiquei responsável pela página do Facebook do Projeto, na qual eu fazia repost de outras páginas, realizava posts de #Tbt para lembrar como eram nossos encontros presenciais com as crianças nas outras edições do Projeto, assim como postava os vídeos que nós íamos elaborando. Tudo isso objetivando que este meio de comunicação fosse bastante ativo.

Antes de iniciar com esta proposta, de enviar vídeos semanais, nos reunimos virtualmente com a Coordenadora Pedagógica da escola para pensar e planejar como poderíamos realizar cada vídeo. Diante disso, ficou acordado alguns aspectos para este formato, como:

- Enviaríamos para a Coordenadora Pedagógica da escola o vídeo da semana na quarta-feira, para que este fosse postado na página do Facebook da escola na sexta-feira;
- Realizaríamos um vídeo por semana, sendo quatro por mês. Portanto, seriam realizadas quatro atividades diferentes por mês. Todos os vídeos deveriam ter uma chamada inicial nossa, que era postada diretamente nas páginas do Facebook com o link que direcionava para a atividade do YouTube;
- Destes quatro vídeos, fazíamos um vídeo com uma atividade mais elaborada, sendo planejada, organizada e com o vídeo editado por nós. Este postado diretamente no Canal do YouTube do PE, com o link compartilhado nas páginas do Facebook em conjunto com a chamada inicial;
- Por fim, os três vídeos restantes do mês eram atividades do YouTube relacionadas à temática do yoga para crianças, que pesquisamos e consideramos interessantes compartilhar com as turmas. Desse modo, realizávamos as chamadas iniciais para esses vídeos, os referenciando, e postávamos em conjunto com o link para o YouTube.

Desse modo, posso classificar os vídeos que realizamos no PE durante a edição de 2020 em dois formatos principais: vídeos de chamadas para alguma atividade do YouTube e vídeos em que nós propomos as atividades. Como exemplo, cito, a seguir, três atividades em vídeo que realizamos, nos meses de agosto, setembro e novembro de 2020.

No mês de agosto, realizamos a “Música da Estrela”⁴, com a intenção de lembrar esta atividade musical que era realizada nos encontros presenciais do PE. Da mesma forma, no mês de setembro, realizamos o “Mantra Vogal”⁵, com o mesmo objetivo anterior. Ambas atividades foram retiradas do YouTube durante o planejamento para os encontros presenciais das edições anteriores do Projeto.

No mês de novembro, a atividade de confeccionar um “Dado do Yoga” foi a escolhida. Neste vídeo, nós fizemos a construção de um material de yoga que possui em cada um dos seus lados um desenho de alguma postura da prática de yoga, portanto, cada vez que o dado fosse jogado, iria aparecer alguma postura para ser realizada.

Desse modo, um dos acontecimentos constantes durante este período, portanto, foi a gravação e edição dos vídeos das atividades do PE. Tal fato ocasionou um maior aprofundamento no conhecimento e no entendimento de gravar e editar vídeos, sendo esta uma das aprendizagens significativas ocorridas durante este período de realização do PE. Com a intenção de entender, ainda mais, esta área de gravação e de edição de vídeos, participei de uma oficina proposta pelo projeto “Câmera Causa”⁶, através do formato online. Desse modo, pude considerar aspectos relevantes para a realização dos vídeos do PE, como a importância de ter uma boa iluminação e áudio.

A experiência de desenvolver brincadeiras envolvendo o yoga neste formato remoto foi consideravelmente diferente da experiência de estar presencialmente na escola. Assim, planejar as atividades a serem realizadas, contendo elementos importantes, como a ludicidade e a imaginação, com a intenção de que as crianças

⁴ Música realizada com movimentos: “Estrela do Norte, Estrela do Sul, Me diga onde viajas, Me diga onde eu vou, Eu surfo no Atlântico, Eu surfo no Pacífico, Eu subo numa onda, Eu fico concentrado”. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=zcqVmtNkbhw>>.

⁵ Atividade com movimentos, respiração e sons das vogais. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=StmVQoCVtqU>>.

⁶ Mais detalhes sobre este projeto podem ser encontrados no Instagram: <<http://instagram.com/cameracausa>>.

realizassem em suas residências com o auxílio de seus familiares, mas sem receber o retorno delas, foi uma aprendizagem e, ao mesmo tempo, um desafio.

Presumo que elaborar brincadeiras significativas que interessem as crianças no formato de vídeo foi mais uma aprendizagem, visto que nas outras edições do PE não utilizávamos esse formato. Nas gravações utilizei de animais de pelúcia e plantas como cenário, com o objetivo de criar um espaço interessante para chamar a atenção das crianças para as atividades dos vídeos.

Contudo, também foi desafiador porque não tínhamos o contato com as crianças, o que ocasionou incertezas se estávamos propondo brincadeiras atrativas e lúdicas o suficiente, além de não termos certeza se as crianças estavam conseguindo ter acesso aos vídeos postados nas páginas da rede social para realizar as atividades, devido a falta de retorno dos responsáveis. “Se as famílias e responsáveis tivessem participado mais ativamente, curtindo e comentando os vídeos, por exemplo, demonstrando que estavam assistindo, isso seria um retorno muito positivo, que nos auxiliaria na proposta das atividades” (Relatório Final da Bolsa de Extensão, 2020).

Diante disso, tal fato ocasionou, em diferentes momentos, incertezas e, também, certa desmotivação para continuar planejando e realizando as brincadeiras por vídeo. Apesar de o objetivo de propor brincadeiras para que as crianças realizassem em casa, foi, de certo modo, realizado, a falta de contato com elas e a falta de retorno dos responsáveis criou um grande desafio a ser enfrentado nesta edição do PE, que poderia ter sido amenizado se houvesse um retorno mais ativo.

Desse modo, vale ressaltar a minha experiência do Estágio de Docência de Educação Física no Ensino Fundamental que também ocorreu de modo remoto em 2020. Este estágio foi realizado em duplas, portanto optamos pelas temáticas da Capoeira e dos Jogos Indígenas para desenvolver com uma turma de nono ano, com o intuito de apresentar outras culturas e práticas, para isso, utilizamos da plataforma sala de aula do Google. Para as atividades, decidimos planejar pesquisas, aulas síncronas e construção de materiais, como a peteca. Com isso, os estudantes nos davam o retorno por esta plataforma das atividades que realizavam, portanto nós, como estagiários de EFI, sempre os respondíamos comentando e avaliando o desenvolvido.

Sendo assim, este retorno mútuo sobre as tarefas, acredito que foi muito positivo para o andamento do estágio neste formato remoto, pois nos aproximava

dos alunos, assim como possibilitava que estes se interessassem mais pelo que era proposto. Em consideração a isso, presumo que se houvesse um retorno mais ativo das brincadeiras que desenvolvíamos no PE através das redes sociais, plataforma onde os vídeos eram publicados, o andamento deste teria sido impactado positivamente, em razão de conseguirmos saber que os vídeos estavam sendo acessados, ter um feedback das brincadeiras, além de aumentar a motivação e diminuir a incerteza que ocorria sem os retornos para os vídeos.

Ademais, durante a edição de 2020, ocorreram dois acontecimentos muito especiais e marcantes para a minha formação docente e para a minha vida pessoal, os quais destaco abaixo.

Me inscrevi no curso de formação em yoga para crianças, jovens e yoga na educação do Pequenos Yogis⁷, finalizando em 2021. Através desta formação, consegui aprender mais sobre o yoga para crianças, além de ter conseguido realizar conexões com as brincadeiras e as vivências propostas no Brincando de Yoga durante minha participação como Bolsista de Extensão. Ademais, quando me inscrevi na formação em yoga para crianças, estava disponível, junto a matrícula, a realização do curso de especialização em atenção plena e educação emocional. Diante disso, também realizei a especialização e, com esta, pude aprender mais sobre a atenção plena, os sentimentos e a importância de trabalhar o reconhecimento destes.

Outro acontecimento a ser destacado, foi a escrita de um capítulo de um livro sobre yoga, publicado recentemente, intitulado: "Yoga para Todas as Pessoas: Experiências em Espaços Públicos" (SILVA; ANTUNES, 2022)⁸. Neste capítulo, foram abordadas as análises dos questionários enviados aos responsáveis, professoras e Coordenadora Pedagógica da escola nas edições de 2017, 2018 e 2019 do PE para compreender o impacto deste na vida das crianças e no contexto da escola. A escrita deste capítulo me proporcionou uma experiência que eu ainda não tinha vivenciado, tornando-se um processo enriquecedor para a minha trajetória como graduanda em EFI e para a minha vida pessoal, pois foi uma oportunidade de

⁷ Pequenos Yogis é uma escola de formação em yoga para crianças, jovens e yoga na educação, que também oferece cursos de especialização em yoga. Disponível em: <<https://www.pequenosyogis.com.br/>>.

⁸ Mais informações sobre o livro podem ser encontradas neste link: <<https://www.editoracrv.com.br/produtos/detalhes/36804-yoga-para-todas-as-pessoas-brexperiencias-em-espacos-publicos>>.

transferir os acontecidos no PE para indivíduos que não o conhecem, além de viver tal processo de escrita.

Perante o exposto, podemos perceber que a edição de 2020 do Projeto de Extensão Brincando de Yoga, teve significativas mudanças para ocorrer de modo remoto. Como supracitado, realizamos a gravação e edição de vídeos, para postagem nas páginas do Facebook, o que ocasionou certa desmotivação devido a falta de retorno dos responsáveis, contudo houveram vivências positivas e significativas nesta edição do PE para a minha formação docente em Educação Física, como a oportunidade de realizar a formação em yoga para crianças e a de participar do processo de escrita de um livro.

A seguir, apresento as considerações finais do trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência de ter participado como Bolsista de Extensão do “Projeto de Extensão Brincando de Yoga na Educação Infantil: Possibilidades, Desafios e Aprendizagens”, coordenado pela professora Lisandra Oliveira e Silva, nos anos de 2018, 2019 e 2020, me oportunizou vivenciar a experiência docente, o contato com esta etapa de ensino, com as crianças, com a escola, com as professoras e todos os colegas envolvidos neste.

Através desta experiência como Bolsista de Extensão, consegui construir conhecimentos acerca do yoga, sua filosofia e prática, e do yoga para crianças, assim como, desenvolver diversas aprendizagens adquiridas na Formação Inicial. A oportunidade de participar do PE, foi muito significativa para vivenciar o processo educacional, a organização e o planejamento das atividades, bem como para construir aprendizagens sobre como podemos desenvolver a referida temática na infância.

Destaco que, dentre as aprendizagens obtidas, aprendi a lidar com crianças da faixa etária atendida pelo Projeto, a utilizar da ludicidade e da fantasia nos encontros, a utilizar a modulação da voz e os gestos para interessar as crianças, saber lidar com as características individuais de cada criança e da turma como um todo, bem como entrei em contato com o yoga de modo mais aprofundado, compreendendo sua filosofia e prática, conseguindo aplicá-la nos encontros do PE, assim como na minha vida pessoal.

Através das pesquisas e leituras que realizei sobre o yoga para crianças, aprendi atividades e brincadeiras, assim como adaptá-las para se aproximarem da temática, por exemplo, o pega-pega estátua com posturas, além dos mantras, músicas, rodas cantadas e histórias vivenciadas. Além disso, em 2018 comecei a realizar uma prática pessoal de yoga, mas, somente, a partir de 2019 de modo mais frequente, devido a participação no Projeto de Extensão Yoga para Todxs⁹ da ESEFID/UFRGS. Esta experiência como praticante de yoga, contribuiu para que eu pudesse aumentar, ainda mais, o que sabia sobre a filosofia, a prática e os benefícios do yoga, além de aprender algumas posturas e respirações que eu poderia realizar com as crianças no PE.

⁹ Mais informações no Instagram: <<https://www.instagram.com/yogaparatodxsufrgs/>>.

Durante minha participação no Projeto, iniciei minha trajetória como docente, o que é um marco importante para os(as) graduandos(as) dos cursos de Licenciatura, pois aproxima-nos do campo profissional que estamos nos preparando para trabalhar, nos confrontando com os desafios da prática pedagógica, e nos possibilitando vivenciar aprendizagens e acontecimentos que podem ocorrer neste ambiente educacional.

A Extensão Universitária em conjunto com os estágios obrigatórios dos cursos de graduação e não-obrigatórios, possibilita que os estudantes consigam construir conhecimentos acerca de temáticas variadas, como o yoga no meu caso, e a atribuir sentido ao que é aprendido na formação, sendo uma experiência significativa aos graduandos que tem tal oportunidade.

Resgatando a questão de pesquisa que construí para este TCC: De que forma as principais aprendizagens e experiências vividas em um Projeto de Extensão, sobre Brincadeiras com Yoga para crianças na Educação Infantil, impactou na minha formação docente em Educação Física?, ressalto que os aspectos que aprendi e vivenciei no PE impactaram de forma positiva e agregadora para a minha formação docente em EFI, pois através desta oportunidade consegui realizar aproximações com a docência, me desafiando neste papel no ambiente escolar, planejando e ministrando atividades, tendo contato com as crianças, participando de reuniões e de trocas significativas com as demais pessoas envolvidas.

Ademais, a participação no PE proporcionou-me realizar o supracitado curso de formação em yoga e o de especialização em atenção plena, realização que irei levar para a minha vida profissional e pessoal. Afora, ainda participei da escrita do livro “Yoga Para Todas as Pessoas: Experiências em Espaços Públicos” (SILVA; ANTUNES, 2022), no qual convivi com o processo de construção de um livro, campo que até então não havia explorado.

Por fim, creio que a realização da escrita deste Trabalho de Conclusão foi muito significativo para a minha formação, pois pude retomar os ensinamentos e vivências que experienciei ao longo da trajetória no PE. Dentro disso, pude reviver sentimentos, conquistas, desafios, e, também, frustrações, por exemplo, a mudança do formato presencial para o remoto, por conta da pandemia, onde a falta de contato dos alunos e de retorno destes, me causou certa desmotivação. Por outro lado, pude relembrar momentos felizes, como o simples fato de estar com as crianças e a

participação e o envolvimento delas nas brincadeiras que propunha presencialmente nas edições do Projeto de Extensão.

REFERÊNCIAS

BATISTA, J. C. et al. Educação: histórias, experiências e partilhas de aprendizagem e afetividade na escola. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. 2018, v. 32, n. 2, p. 233-242. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/166794>>. Acesso em: Março de 2022.

BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Base Nacional Comum Curricular**. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/a-base/>>. Acesso em: Maio de 2021.

GAYA, A. et al. Projetos de Pesquisa Científica e Pedagógica: O desafio da iniciação científica. **Casa da Educação Física**, Belo Horizonte, Setembro de 2016. Disponível em: <<https://www.ufrgs.br/proesp/arquivos/PROJETOS-DE-PESQUISA-CIENTIFICA-E-PEDAGOGICA.pdf>>. Acesso em: Maio de 2021.

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. Disponível em: <<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/storage/materiais/0000011650.pdf>>. Acesso em: Maio de 2021.

IYENGAR, B. K. S. **Luz sobre o Yoga**: Yoga Dipika: O guia clássico de yoga escrito pelo embaixador do yoga no Ocidente. São Paulo: Pensamento (Obra original publicada em 1991), 2016.

MARTINELLI, R. **“Cartas na Manga”**: O circo como conteúdo na Educação Física Infantil. 2016. 57 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciado em Educação Física) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.

PAIVA, V. L. M. de O. A pesquisa narrativa: uma introdução. **Revista Brasileira de Linguística Aplicada [online]**. 2008, v. 8, n. 2., p. 261-266. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbla/a/gPC5BsmLqFS7rdRWmSrDc3q/?lang=pt#>>. Acesso em: Maio de 2021.

PASSEGGI, M.; NASCIMENTO, G.; OLIVEIRA, R. de. As narrativas autobiográficas como fonte e método de pesquisa qualitativa em Educação. **Revista Lusófona de Educação**. 2016, v. 33, n. 33, p. 111-125. Disponível em:

<<https://revistas.ulusofona.pt/index.php/rleducacao/article/view/5682>>. Acesso em: Março de 2022.

SILVA, L. O. **Os Sentidos da Escola na Atualidade: Narrativas de Docentes e de Estudantes da Rede Municipal de Ensino de Porto Alegre**. 2012. 316 f. Tese (Doutorado) – Curso de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2012.

SILVA, L. O.; ANTUNES, P. C. **Yoga para Todas as Pessoas: Experiências em espaços públicos**. 1. ed. Curitiba: CRV, 2022.

SILVA, L. O.; ANTUNES, P. C. Construindo relações entre yoga e universidade: os casos de dois projetos de extensão - UFRGS e UFG. In: SILVA, L. O.; ANTUNES, P. C. **Yoga para Todas as Pessoas: Experiências em espaços públicos**. 1. ed. Curitiba: CRV, 2022.

SILVA, S. O. et al. Brincando de Yoga na Educação Infantil: medi(tação) e respi(ração) ou medirespi (na linguagem das crianças). In: SILVA, L. O.; ANTUNES, P. C. **Yoga para Todas as Pessoas: Experiências em espaços públicos**. 1. ed. Curitiba: CRV, 2022. p. 45-56.

WITTIZORECKI, E. S. et al. Pesquisar exige interrogar-se: A narrativa como estratégia de pesquisa e de formação do(a) pesquisador(a). **Revista Movimento**. Porto Alegre, 2006, v.12, n. 02, p. 09-33. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/2904/1540>>. Acesso em: Abril de 2022.

APÊNDICE

APÊNDICE A - Tabela Revisão da Literatura

TÍTULO	AUTORES(AS)	REVISTA	LINK
Formação inicial em Educação Física e a construção de saberes em dança: relações com a extensão universitária	Neusa Dendena Kleinubing Jamile Dal-Cin	Motrivivência (Florianópolis)	https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/2175-8042.2020e66195
Trabalho corporal na educação infantil: afinal, quem deve realizá-lo?	Frederico Jorge Saad Guirra Elaine Prodocimo	Motriz: Revista de Educação Física (Online)	https://www.scielo.br/j/motriz/a/nbvVc7P8zhfLj73f5JMmtzG/?lang=pt
A CULTURA INFANTIL E A RELAÇÃO COM OS SABERES DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA	Marcos Rafael Tonietto Marynelma Camargo Garanhani	Movimento (UFRGS)	https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/66236
O PAPEL DA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA E SUA CONTRIBUIÇÃO PARA A FORMAÇÃO ACADÊMICA SOBRE AS ATIVIDADES CIRCENSES	Teresa Ontañón Barragán Gilson Santos Rodrigues Gabriel da Costa Spolaor Marco Antonio Coelho Bortoleto	Pensar a Prática (Online)	https://www.revistas.ufg.br/fef/article/view/35857
Formação inicial universitária em educação física: percepções dos egressos	Samara Escobar Martins Maria Eduarda Tomaz Luiz Alexandra Folle Gelcemar de Oliveira Farias Alcyane Marinho	Revista da Educação Física (UEM, Online)	https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/48015
As percepções de crianças pré-escolares acerca da prática de yoga	Júlia Ceconi Foletto	LUME– Repositório Digital – UFRGS	https://lume.ufrgs.br/handle/10183/156510
Implicações dos projetos de extensão universitária para a formação do professor de Educação Física	CAROLINA MORAIS DE ARAUJO	Catálogo de Teses e Dissertações da	https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTra

		CAPEs	balhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=149330
YOGA NA EDUCAÇÃO INFANTIL: UMA PROPOSTA DE ENSINO E APRENDIZAGEM	MARIA APARECIDA LAURIS	Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES	https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=9392060
PRÁTICAS INVENTIVAS COM YOGA NA EDUCAÇÃO INFANTIL	ANA KARLA TZORTZATO ALMEIDA	Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES	https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=8628126
A FORMAÇÃO CONTINUADA DE PROFESSORES E A RESSIGNIFICAÇÃO DOS CONHECIMENTOS NAS PRÁTICAS PEDAGÓGICAS: A IOGA NA EDUCAÇÃO INFANTIL	FERNANDA PASTORI FRANZE	Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES	https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=7774734
EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA E FORMAÇÃO NO ENSINO SUPERIOR	João Henrique de Sousa Santos Bianca Ferreira Rocha Kátia Tomagnini Passaglio	Google Acadêmico	https://periodicos.uffs.edu.br/index.php/RBEU/article/view/3087
Contribuições da extensão universitária na sociedade	Andréia Lilian Lima Rodrigues Carmen Lucia Neves do Amaral Costa Michelle Santana Prata Taila Beatriz Silva Batalha Irazano de Figueiredo Passos Neto	Google Acadêmico	https://periodicos.set.edu.br/cadernohumanas/article/view/494
Universidade e a extensão universitária: a visão dos moradores das comunidades circunvizinhas	Marcelo Costa Fernandes Lucilane Maria Sales da Silva Ana Larissa Gomes Machado Thereza Maria Magalhães Moreira	Google Acadêmico	https://www.scielo.br/j/edur/a/SfxX7fpVccbMrSSDHqCSNhy/

Evidências formativas da extensão universitária na docência em Educação Física	Joice Mayumi Nozaki Lílian Aparecida Ferreira Dagmar Aparecida Cynthia França Hunger	Google Acadêmico	http://www.reveduc.ufscar.br/index.php/reveduc/article/view/1175
Extensão universitária e formação do professor de educação física: contribuições a partir da permanência prolongada	Leopoldo Katsuki Hiramã José Arlen Beltrão de Matos Cássia dos Santos Joaquim Paulo César Montagner	Google Acadêmico	https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1125
Extensão universitária e formação de professores de Educação Física	Giovanni Frizzo Elizara Carolina Marin Fabiane de Oliveira Schellin	Google Acadêmico	https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/expressaextensao/article/view/7671
Corporeidade e yoga na educação infantil: experiências e descobertas.	Fernanda Rossi	Google Acadêmico	https://www.motricidades.org/journal/index.php/journal/article/view/2594-6463.2020.v4.n2.113-126
Reflexões sobre a educação física na educação infantil	Eliana Ayoub	Google Acadêmico	https://www.revistas.usp.br/rpef/article/view/139594
Yoga com crianças: um caminho pedagógico – didático	Florbela dos Santos Martins António Camilo Cunha	Google Acadêmico	https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/22231
Yoga para crianças: um estudo de revisão sistemática da literatura	Bruna Delmanto Simões Julio Mizuno Fernanda Rossi	Google Acadêmico	https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/2859
YOGA NA ESCOLA: a experiência segundo os alunos de graduação do curso de Educação Física da UNESP Rio Claro-SP	Amanda Cristina Faria Juliana Lodder Martins dos Santos Marcela Pedersen Laissa Pietro Avallone Sílvia Deutsch	Google Acadêmico	http://www.pe.senac.br/congresso/anais/2015/arquivos/pdf/comunicacao-oral/YOGA%20NA%20ESCOLA%20a%20experi%C3%AAncia%20segundo%20os%20alunos%20de%20gradua%C3%A7%C3%A3o%20do%20curso%20de%20educa%C3%A7%C3%A3o%20f%C3%ADsica%20da%20UNESP%20Rio%2

			0Claro%20SP.pdf
--	--	--	-----------------