

MODELO DE RESUMO

YOGA NA EDUCAÇÃO FÍSICA: POSSIBILIDADES E POTENCIALIDADES NA EDUCAÇÃO NÃO FORMAL

Dayanne Gomes de OLIVEIRA¹, Débora Jaqueline Farias FABIANI².

¹Faculdade de Educação – UNICAMP, Campinas, São Paulo, Brasil

²Faculdade de Educação Física – UNICAMP, Campinas, São Paulo, Brasil

e-mail: d233466@dac.unicamp.br

Introdução: O Yoga é uma prática corporal e cultural milenar, a qual tem como intuito propiciar a integração entre o corpo e a mente. As posturas (asanas) caracterizam-se pela permanência, observação, desafio, conforto e relaxamento. **Objetivos:** Relatar as vivências de Yoga desenvolvidas com crianças entre 6 e 11 anos nas oficinas de Educação Física em um espaço de Educação Não Formal. **Metodologia:** O presente relato, de caráter qualitativo, descritivo e propositivo, apresenta as vivências da oficina de Yoga desenvolvidas no espaço de Educação Não Formal, no período de agosto a outubro de 2019. **Resultados:** A oficina de Yoga tem como princípios a valorização da escuta dos/das educandos/as, o sentimento de pertencimento e o trabalho coletivo, uma vez que o conhecimento foi co-construído a partir de interesses e vivências significativas que aproximaram os professores/as e educandos/as em uma relação afetiva. Desse modo, a oficina teve como objetivos: possibilitar às crianças a apropriação e a ressignificação das práticas da Yoga, por meio de jogos de posturas e atividades lúdicas (criação de posturas; pinturas e criação de mandalas e desafios corporais); a expressão por meio da linguagem corporal, oral e escrita; o desenvolvimento da autonomia, da imaginação e da criatividade; a compreensão e a elaboração de regras e o fortalecimento da convivência, potencializando o desenvolvimento de valores como respeito, cooperação e responsabilidade **Conclusões:** Os ambientes de aprendizado desenvolvidos propiciaram às crianças experimentarem de forma lúdica as sensações de movimento e estabilidade das posturas, expressando alegria e prazer nas práticas, promovendo o respeitando a si e aos outros, bem como fomentando o autoconhecimento, por meio da identificação e do reconhecimento das emoções e dos sentimentos, incentivando assim, a continuidade da prática em outros contextos.

Palavras chaves: Jogo; Educação Não Formal; Yoga.