



SAÚDE EM MOVIMENTO: UM RELATO DE UMA SEQUÊNCIA DIDÁTICA SOBRE SEDENTARISMO NO PIBID-BIOLOGIA

Autores: Claudiana Teresinha dos Santos¹, Emily Gomes de Oliveira², Felipe Alves Santos Silva³, Lucas Farias Pereira⁴, Elaine Natiany Silva Batista⁵, Dioginy Cesar Felix de Lima⁶
email: claudiana.santos@urca.br

Instituições: ¹Universidade Regional do Cariri (URCA), ²Universidade Regional do Cariri (URCA), ³Universidade Regional do Cariri (URCA), ⁴Universidade Regional do Cariri (URCA), ⁵Secretaria do Estado do Ceará (SEDUC-CE), ⁶Universidade Regional do Cariri (URCA).

RESUMO

O sedentarismo é caracterizado pela redução da prática de atividades físicas e pela permanência prolongada em comportamentos com baixo gasto de energia, podendo estar relacionado ao desenvolvimento de problemas de saúde, como obesidade, diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares. Nesse contexto, trabalhar a educação em saúde contribui para que os estudantes compreendam a relação entre seus hábitos cotidianos e o funcionamento do organismo. Nesse sentido, objetiva-se relatar a aplicação de uma Sequência Didática (SD) com o tema sedentarismo no contexto do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID) Biologia da Universidade Regional do Cariri (URCA), *campus* Missão Velha-CE. A SD foi realizada em 4 aulas, com 27 estudantes do 1º ano do ensino médio. Inicialmente, promoveu-se uma problematização com discussões sobre o sedentarismo e as doenças da modernidade. Em seguida, foram desenvolvidas estações de saúde, para aferição dos sinais vitais, IMC e circunferência abdominal, permitindo aos estudantes conhecer alguns indicadores relacionados ao funcionamento do organismo e discutir os fatores que podem influenciar esses dados. Posteriormente, foram abordados conteúdos relacionados à obesidade e ao metabolismo, diabetes tipo 2 e hipertensão, articulando explicações teóricas e atividades práticas. Como culminância da SD, realizou-se uma corrida comunitária, integrando toda a escola e o corpo docente, relacionando a prática de exercícios físicos às discussões desenvolvidas durante as aulas. Observamos que a SD possibilitou uma abordagem do sedentarismo de forma contextualizada, relacionando conhecimentos sobre o organismo, hábitos cotidianos e prevenção de problemas de saúde. As atividades práticas favoreceram a participação dos estudantes e a reflexão sobre os próprios hábitos, sem reduzir a discussão apenas aos aspectos individuais, considerando fatores sociais que podem favorecer o sedentarismo, como falta de espaços seguros para atividades físicas e dificuldade de acesso a espaços de lazer. Conclui-se que a SD contribui para a aprendizagem de conceitos científicos de conhecimentos relacionados à educação em saúde e para a reflexão sobre a importância da atividade física, podendo favorecer práticas educativas mais próximas da realidade dos estudantes.

Palavras-chave: Educação em Saúde; Educação em Ciências; Ensino de Biologia; PIBID.