

## **PROJETO INTEGRADOR BRINCANDO E APRENDENDO: INCLUSÃO E BEM-ESTAR NO LAR TRANSITÓRIO DE MINEIROS**

Maria Virgínya Dourado Oliveira <sup>1</sup>

Evandro Salvador Alves de Oliveira <sup>2</sup>

**Resumo:** O Projeto de extensão "Brincando e aprendendo: inclusão e bem-estar no Lar Transitório de Mineiros", proposto pela turma do 4º período do curso de Educação Física da Unifimes, no âmbito da disciplina Projeto Integrador I, tem caráter de intervenção e visa proporcionar atividades lúdicas e esportivas para o desenvolvimento motor, social e emocional de crianças e adolescentes que se encontram protegidas no Lar Transitório de Mineiros. Neste artigo o objetivo é principal descrever a proposta e o planejamento do Projeto "Brincando e aprendendo: inclusão e bem-estar no Lar Transitório de Mineiros", ressaltando a importância das atividades lúdicas e esportivas como ferramentas para o desenvolvimento motor, social e emocional de crianças e adolescentes, além de discutir a relevância da intervenção lúdica e recreativa como parte da formação dos acadêmicos de Educação Física, antes de sua execução prática. Com uma metodologia participativa, as atividades serão organizadas em grupos por faixa etária e realizadas semanalmente entre outubro e dezembro, envolvendo esportes, brincadeiras tradicionais, jogos e ginástica, sempre adaptadas às habilidades dos participantes. As metas incluem a realização de um trabalho que visa trabalhar fortalecimento das habilidades motoras, a promoção da interação social e o estímulo ao autocuidado. O projeto prevê avaliações contínuas e feedbacks para garantir o progresso dos participantes. Espera-se que os resultados promovam maior integração social, desenvolvimento físico, aumento da autoestima e o bem-estar geral das crianças e adolescentes, contribuindo para sua formação integral em um ambiente inclusivo e acolhedor.

**Palavras-chave:** Educação Física. Projeto Integrador. Intervenção. Práticas Corporais. Movimento.

## **INTRODUÇÃO**

<sup>1</sup> Centro Universitário de Mineiros, acadêmica do curso de Educação Física. E-mail: [mariadouradooliveira08@gmail.com](mailto:mariadouradooliveira08@gmail.com)

<sup>2</sup> Professor do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Mineiros. Doutor em Educação (Uniupe). Doutor em Estudos da Criança (UMINHO). Orientador do projeto. E-mail: [evandro@unifimes.edu.br](mailto:evandro@unifimes.edu.br)

O Projeto "Brincando e aprendendo: inclusão e bem-estar no Lar Transitório de Mineiros" surgiu com o propósito de promover a inclusão, o desenvolvimento motor e o bem-estar de crianças e adolescentes que se encontram protegidos, acolhidos temporariamente no Lar Transitório de Mineiros. Trata-se de uma atividade desenvolvida no curso de Educação Física da Unifimes, com caráter de extensão universitária, do tipo intervenção, que integra as atividades pedagógicas da disciplina Projeto Integrador I. Tal disciplina, durante o primeiro bimestre de 2024/2 elaborou a proposta e no segundo bimestre irá aplicar a ação na prática.

O local onde o projeto será desenvolvido acolhe jovens de 0 a 17 anos 11 meses e 29 dias, que enfrentam contextos sociais delicados, necessitando não apenas de suporte material, mas também de atenção para sua formação física, cognitiva e social. Mediante autorização da direção do local, que ocorreu no dia 01 de outubro de 2024, o curso de Educação Física desenvolverá a ação, que será apresentada à equipe gestora do local, esclarecendo sobre as suas finalidades.

Nesse sentido, o projeto busca, por meio de atividades lúdicas e esportivas, criar um ambiente que incentive a interação social, o desenvolvimento motor e a autonomia, além de proporcionar momentos de diversão e descontração, elementos essenciais para uma infância e adolescência saudáveis.

As atividades propostas serão realizadas semanalmente entre os meses de outubro e dezembro de 2024, envolvendo brincadeiras tradicionais, práticas esportivas e atividades recreativas, adaptadas às diferentes idades e habilidades dos participantes. O foco será o desenvolvimento de habilidades motoras e sociais, promovendo a inclusão e o respeito mútuo, essenciais para a formação de uma comunidade integrada e acolhedora. Dia 05 de outubro foi o primeiro dia que o projeto iniciou.

A escolha por desenvolver o Projeto Brincando e aprendendo no Lar Transitório de Mineiros se justifica pela necessidade urgente de oferecer a essas crianças e adolescentes, que passam por situações delicadas na vida, um espaço de acolhimento e desenvolvimento. O brincar, a prática de esportes e a convivência em grupo são fundamentais para o desenvolvimento motor, cognitivo e emocional. Estudos mostram que atividades lúdicas e esportivas não apenas melhoram a saúde física, mas também promovem a autoestima, o senso de pertencimento e o desenvolvimento de habilidades sociais.

Além disso, o Lar Transitório é um ambiente temporário, que pode gerar insegurança emocional e social para os menores que ali permanecem temporariamente. Assim, proporcionar um projeto que incentive a interação social e o desenvolvimento de habilidades essenciais para a vida é um meio de oferecer suporte não só para o presente, mas também para

o futuro dessas crianças e adolescentes, ajudando-os a superar desafios e construindo uma base sólida para sua inclusão social e bem-estar.

Nesta direção, este artigo tem como objetivo principal apresentar o esboço do projeto integrador que visa proporcionar atividades lúdicas, esportivas e recreativas que promovam o desenvolvimento motor, cognitivo e social de crianças e adolescentes que se encontram protegidas no Lar Transitório de Mineiros, incentivando o respeito, a interação social e o espírito de equipe. Os objetivos específicos são: realizar atividades físicas que incentivem o desenvolvimento motor básico, como coordenação, equilíbrio, força e agilidade, através de jogos e esportes, adaptados às faixas etárias e habilidades das crianças e adolescentes; fomentar a interação social e o trabalho em equipe por meio de brincadeiras e dinâmicas em grupo, criando um ambiente de convivência saudável e promovendo o respeito mútuo entre os participantes; e desenvolver a consciência corporal e a prática do autocuidado nas crianças e adolescentes, por meio de atividades como ginástica, alongamento e exercícios de postura, incentivando hábitos saudáveis que possam ser levados para o dia a dia.

Partindo da compreensão de que crianças e adolescentes que passam por situações delicadas na vida, com violação de seus direitos, necessitam de apoio integral para superar desafios e garantir uma formação saudável, o projeto adota uma abordagem participativa e adaptativa, considerando as diferentes faixas etárias e capacidades dos participantes. Além disso, busca-se fortalecer a autonomia e as habilidades motoras por meio de uma programação semanal diversificada, que inclui brincadeiras tradicionais, esportes, ginástica e natação. Dessa forma, espera-se que a iniciativa promova não apenas a saúde física e mental dos participantes, mas também a construção de vínculos afetivos e a inclusão social.

A seguir apresentamos a metodologia do projeto, as principais ações a serem realizadas, e os resultados que pretendemos alcançar.

## **METODOLOGIA E ETAPAS DO PROJETO INTEGRADOR**

O Projeto "Brincando e aprendendo: inclusão e bem-estar no Lar Transitório" será desenvolvido pelos estudantes da turma do 4º período do curso de Educação Física da Unifimes, por meio de uma abordagem prática e participativa, baseada em atividades lúdicas, esportivas e recreativas, adaptadas às diferentes faixas etárias e condições físicas das crianças e adolescentes acolhidos no Lar Transitório de Mineiros. A metodologia do projeto será orientada pelos princípios da educação física inclusiva, do desenvolvimento motor e da promoção da convivência social. Para isso, serão utilizadas as seguintes estratégias:

### 1. Divisão em Grupos por Faixa Etária

As crianças e adolescentes serão divididos em grupos conforme suas idades e níveis de desenvolvimento motor. Esta divisão permitirá que as atividades sejam adaptadas de acordo com as capacidades físicas e emocionais de cada grupo, respeitando a diversidade e garantindo a participação ativa de todos.

- Grupo 1 (7-10 anos): Foco em atividades lúdicas e brincadeiras tradicionais que incentivem o desenvolvimento motor básico, como coordenação e equilíbrio.
- Grupo 2 (11-14 anos): Integração de jogos esportivos mais estruturados, como futebol e vôlei, além de atividades que exijam cooperação em equipe.
- Grupo 3 (15-18 anos): Atividades mais intensas, voltadas para o fortalecimento físico, como corrida com obstáculos, natação e ginástica laboral, além de jogos com regras mais complexas.

### 2. Ciclo Semanal de Atividades

As atividades serão organizadas em um cronograma semanal, com foco em diferentes habilidades motoras e sociais a cada semana. O ciclo de atividades será diversificado para manter o engajamento e a motivação dos participantes, combinando jogos, esportes e brincadeiras.

Os encontros, em que serão desenvolvidas as atividades recreativas, físicas, esportivas e lúdicas, acontecerão no segundo bimestre de 2024/2, nos seguintes dias: 05/10 (onde se pretende conhecer o local); 19/10 (onde se espera a realização da meta 1, descrita mais adiante); 26/10 (realização da meta 2); 09/11 (realização da meta 3); 23/11 (realização da meta 4); 30/11 (realização da meta 5); 07/12 (realização da meta 6 e encerramento).

As atividades a serem realizadas no projeto compreendem:

- Atividades Lúdicas: Brincadeiras tradicionais (pega-pega, esconde-esconde, amarelinha) e jogos que incentivem o desenvolvimento motor e a interação social.
- Atividades Esportivas: Futebol, vôlei, queimada e corrida com obstáculos, voltados para o fortalecimento do corpo e o desenvolvimento do espírito de equipe.
- Ginástica Localizada e Alongamento: Sessões de exercícios leves para promover a consciência corporal, melhorar a postura e prevenir lesões.
- Atividades na Piscina: Natação e brincadeiras aquáticas, com foco na segurança e na diversão, visando o desenvolvimento da coordenação e confiança no meio aquático.

### 3. Metodologia de Avaliação e Feedback

Ao longo do projeto, serão realizadas avaliações contínuas do progresso dos participantes. Serão aplicados questionários simples para as crianças, adolescentes e

educadores, com o objetivo de coletar impressões sobre as atividades e verificar se os objetivos de desenvolvimento motor, inclusão social e autocuidado estão sendo atingidos. Além disso, observações diárias dos educadores serão feitas para ajustar as atividades às necessidades individuais e coletivas.

- Feedback Formativo: A cada semana, as crianças e adolescentes receberão feedback positivo sobre seu desempenho, incentivando a participação e a melhoria contínua.
- Autoavaliação: Serão promovidos momentos de autoavaliação, onde os participantes poderão refletir sobre seu progresso e compartilhar suas experiências com o grupo.

#### 4. Participação Ativa e Interação Social

Todas as atividades serão planejadas de forma a estimular a cooperação e o trabalho em equipe. A metodologia adotará uma abordagem inclusiva, na qual cada criança e adolescente terá a oportunidade de participar ativamente, respeitando suas limitações e potencializando suas habilidades. O uso de dinâmicas de grupo será fundamental para promover a socialização e a construção de laços afetivos entre os participantes.

#### 5. Adaptação das Atividades

As atividades serão flexíveis e adaptáveis, considerando as características individuais de cada participante. Crianças e adolescentes com limitações físicas ou motoras receberão adaptações nas atividades para garantir sua plena participação. Materiais de apoio, como cordas, bolas leves e espaguete de piscina, serão utilizados para facilitar a integração de todos.

#### 6. Colaboração Multidisciplinar

O projeto poderá contar, ainda, com a colaboração de outros profissionais, como pedagogos e psicólogos, para acompanhar o desenvolvimento emocional e social das crianças. Esses profissionais poderão auxiliar no planejamento e condução das atividades, garantindo que o projeto atenda às necessidades integrais dos participantes.

Quanto aos materiais que serão utilizados no projeto, para atividades esportivas utilizaremos:

- Bolas: Para futebol, vôlei e queimada (ao menos 2 de cada tipo).
- Redes: Para montar a quadra de vôlei ou futsal (se necessário).
- Coletes: Para separar as equipes durante os jogos (aproximadamente 20 coletes em cores diferentes).
- Cones: Para delimitar espaços e criar percursos de corrida com obstáculos (20 cones).
- Cordas: Para atividades de coordenação e salto (cordas individuais e corda maior para brincadeiras em grupo).

- Bamboles: Para atividades de equilíbrio e coordenação (aproximadamente 10).
  - Apitos e cronômetros: Para controle das atividades esportivas e de tempo.
- Para as brincadeiras lúdicas serão necessários os itens:
- Tapetes de EVA: Para delimitar áreas de atividades, especialmente nas brincadeiras como amarelinha.
  - Corda elástica: Para jogos de estica e puxa (amarelinha e outras brincadeiras).
  - Papelão e giz: Para desenhar a amarelinha e outras brincadeiras no chão.
  - Bolas leves: Para atividades de pega-pega adaptado e outras brincadeiras que envolvam arremessos.

Para as atividades de Ginástica e Alongamento, utilizaremos:

- Colchonetes: Para sessões de alongamento e atividades de ginástica (aproximadamente 15 a 20).
- Elásticos: Para exercícios leves de resistência.
- Bastões de PVC: Para atividades de postura e alongamento.
- Garrafas de água reutilizáveis: Incentivar o consumo de água durante as atividades físicas.

Para o apoio logístico, alguns materiais são muito importantes, a saber:

- Cadeiras e mesas: Para momentos de descanso ou atividades mais calmas.
- Caixas de som portáteis: Para atividades recreativas que utilizem música, como gincanas ou dança.
- Pranchetas e canetas: Para monitorar a participação e os resultados das atividades.
- Água e lanches leves: Para serem oferecidos durante os intervalos das atividades, garantindo a hidratação e energia das crianças.

Acerca dos materiais Educativos e Motivacionais, vislumbramos utilizar medalhas e certificados, para premiar a participação e incentivar o engajamento nas atividades; cartazes e banners, para atividades motivacionais, com frases de incentivo à inclusão, respeito e trabalho em equipe.

## EMBASAMENTO TEÓRICO PARA A CONSTRUÇÃO DO PROJETO INTEGRADOR

O desenvolvimento integral de crianças e adolescentes por meio de atividades lúdicas e esportivas tem sido amplamente discutido na literatura acadêmica, enfatizando-se a importância desses momentos para a construção de habilidades motoras, sociais e cognitivas.

Segundo Kishimoto (2017), o brincar é um direito fundamental das crianças, reconhecido mundialmente como parte essencial para o desenvolvimento saudável, e deve ser garantido em ambientes que acolhem populações de pessoas que possuem violação de seus direitos.

As atividades lúdicas proporcionam não apenas diversão, mas também contribuem para a aquisição de competências sociais, como cooperação, respeito ao outro e resolução de conflitos. Quando inseridas em espaços institucionais, como o Lar Transitório, essas práticas permitem que as crianças e adolescentes experimentem momentos de descontração e, ao mesmo tempo, desenvolvimento pessoal e coletivo.

No que diz respeito ao papel do esporte no desenvolvimento infantil e juvenil, Tani (2016) destaca que a prática regular de atividades físicas favorece a coordenação motora, a resistência física e a disciplina. O autor aponta que o esporte, além de promover a saúde física, é um importante meio de socialização e inclusão, especialmente em contextos onde existem indivíduos carentes de jogos e brincadeiras, onde muitas vezes as crianças carecem de oportunidades para participar de atividades recreativas. Para Tani (2016), o esporte em grupo, como o futebol ou o voleibol, fortalece o espírito de equipe, a cooperação e o respeito às regras, valores essenciais para a formação do caráter.

Complementando essa visão, Santos e Silva (2018) argumentam que atividades recreativas em ambientes de acolhimento, como orfanatos e lares transitórios, têm um impacto profundo na saúde emocional das crianças e adolescentes. Para os autores, o ambiente lúdico e de exercício físico proporciona a essas crianças um espaço para expressão de sentimentos, contribuindo para a construção de vínculos afetivos saudáveis e promovendo a superação de traumas. Além disso, a prática de atividades físicas regulares tem sido associada à melhora na autoestima e na autopercepção de capacidade, aspectos fundamentais para o desenvolvimento psicológico de crianças e adolescentes.

Outro aspecto importante levantado por Garcia e Silva (2019) é a necessidade de adaptação das atividades recreativas e esportivas à realidade das crianças acolhidas em instituições. Segundo os autores, muitas dessas crianças e adolescentes enfrentam desafios emocionais e sociais que requerem abordagens pedagógicas específicas. As atividades lúdicas e esportivas, quando bem planejadas, podem servir como ferramenta de inclusão social, permitindo que esses jovens se integrem, desenvolvam autonomia e estabeleçam relações de confiança com seus pares e tutores. Para Garcia e Silva (2019), a abordagem pedagógica deve sempre considerar a diversidade de habilidades e os diferentes níveis de desenvolvimento dos participantes.

Por fim, Gomes e Santos (2020) destacam que, além dos benefícios físicos e sociais, o envolvimento em atividades lúdicas e esportivas pode auxiliar no desempenho acadêmico, ao estimular o desenvolvimento cognitivo e a capacidade de concentração. Os autores ressaltam que o brincar e o esporte são essenciais para o equilíbrio entre o corpo e a mente, e que programas como o proposto para o Lar Transitório de Mineiros têm um papel crucial na promoção de uma infância e adolescência mais saudável, inclusiva e feliz.

## **CONTRIBUIÇÕES DO PROJETO INTEGRADOR**

O projeto contribuirá com várias dimensões e aspectos. Por um lado, com a formação profissional de estudantes de Educação Física. Nesta atividade, os alunos participam da elaboração do projeto e das atividades a serem realizadas, bem como terão a oportunidade de executar todas as ações propostas. Isto assegurará o protagonismo estudantil, ao passo que esses estarão envolvidos em uma atividade de extensão universitária pelo fato da proposta ser com pessoas da comunidade que carecem de uma intervenção desse tipo.

O projeto integrador também terá reflexos positivos em um determinado segmento social, que é o abrigo infantil onde convivem crianças carentes. A ação irá contribuir com o desenvolvimento motor das crianças, de modo a melhorar as habilidades motoras fundamentais, como coordenação, equilíbrio e agilidade, através de atividades físicas diversificadas. Também contribuirá com a inclusão social, de maneira a promover a integração e o respeito mútuo entre as crianças e adolescentes, fortalecendo os laços de cooperação e interação.

Também pretendemos contribuir com o bem-Estar e autonomia, incentivando o autocuidado e a saúde física, utilizando atividades recreativas e esportivas adaptadas. Visamos proporcionar diversão e lazer, ao possibilitar a criação de um ambiente lúdico que incentive a diversão, o prazer e o senso de pertencimento no grupo.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O Projeto "Brincando e aprendendo: inclusão e bem-estar no Lar Transitório de Mineiros" ainda não possui resultados práticos e concretos pelo fato de não ter sido executado. Contudo, a ação reforça a importância de intervenções lúdicas, recreativas e de lazer, com caráter inclusivo, visando o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes que passaram por violações de seus direitos.



Através da prática de atividades esportivas e recreativas que o projeto visa oferecer, será possível proporcionar um ambiente de acolhimento, interação social e desenvolvimento de habilidades motoras, emocionais e sociais às crianças. Por outro lado, os estudos e preparação para a elaboração do projeto por alunos do curso de Educação Física têm contribuído para a formação do estudante, considerando que os alunos terão a oportunidade de vivenciar na prática da extensão universitária de forma concreta, aplicando os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo do curso em uma ação social real. Isso não só enriquece sua formação profissional, proporcionando experiência em planejamento e execução de atividades pedagógicas e esportivas, mas também tem desenvolvido habilidades como trabalho em equipe, preparando-os para futuros desafios em suas carreiras.

Assim, os resultados esperados incluem não apenas a melhoria na autoestima e na coordenação motora dos participantes, mas também o fortalecimento de laços afetivos e a construção de um senso de pertencimento entre os jovens acolhidos. A experiência prática que será proporcionada aos alunos do curso de Educação Física também destaca o papel fundamental da extensão universitária, ao promover uma formação profissional voltada para o impacto social e a inclusão.

Portanto, o projeto pretende cumprir seu objetivo de contribuir para o bem-estar e a formação integral de crianças e adolescentes que passam por desafios na vida, ao mesmo tempo que valoriza a importância do brincar e da atividade física como ferramentas de transformação social.

## AGRADECIMENTOS

Ao Centro Universitário de Mineiros, pela oportunidade de participar do Encontro de Iniciação Científica da Unifimes e da XIX Semana Universitária.

## REFERÊNCIAS

GARCIA, A.; SILVA, R. O impacto das atividades recreativas em crianças em situação de vulnerabilidade social. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 33, n. 2, p. 233-245, 2019.

GOMES, M.; SANTOS, T. A importância do esporte no desenvolvimento cognitivo de crianças e adolescentes. **Revista de Educação e Movimento**, v. 10, n. 3, p. 190-203, 2020.

KISHIMOTO, T. M. **O brincar e suas teorias**. 4. ed. São Paulo: Cortez, 2017.

# XIX SEMANA UNIVERSITÁRIA XVIII ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E XI FEIRA DE CIÊNCIA, TECNOLOGIA E INOVAÇÃO

BIOMAS DO BRASIL:  
DIVERSIDADE, SABERES  
E TECNOLOGIAS SOCIAIS

**16 A 18**  
OUTUBRO/2024



PATROCÍNIO



SANTOS, A. C.; SILVA, M. R. A prática de atividades lúdicas e esportivas em lares transitórios: uma análise dos benefícios para o desenvolvimento emocional. **Revista Brasileira de Psicologia e Saúde**, v. 7, n. 1, p. 12-25, 2018.

TANI, G. Esporte e desenvolvimento motor: uma visão crítica. **Revista Motriz**, v. 22, n. 4, p. 105-119, 2016.