
MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA EM REDE NACIONAL (PROEF)

**COMPOSIÇÕES ENVOLVENDO A PRÁTICA DO YOGA NA EDUCAÇÃO FÍSICA
INFANTIL**

AMANDA CRISTINA FARIA

**Rio Claro – SP
2025**

MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA EM REDE NACIONAL (PROEF)

**COMPOSIÇÕES ENVOLVENDO A PRÁTICA DO YOGA NA EDUCAÇÃO FÍSICA
INFANTIL**

AMANDA CRISTINA FARIA

Dissertação apresentada ao Instituto de Biotecnologia do Câmpus de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestra em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Flávio Soares Alves

**Rio Claro – SP
2025**

F224c Faria, Amanda Cristina
Composições envolvendo a prática do Yoga na
Educação Física Infantil / Amanda Cristina Faria. --
Rio Claro, 2025
127 f. : tabs., fotos

Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual
Paulista (UNESP), Instituto de Biociências, Rio Claro
Orientador: Flávio Soares Alves

1. Educação Infantil. 2. Yoga. 3. Educação Física.
I. Título.

CERTIFICADO DE APROVAÇÃO

TÍTULO DA DISSERTAÇÃO: COMPOSIÇÕES ENVOLVENDO A PRÁTICA DO YOGA NA EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL

AUTORA: AMANDA CRISTINA FARIA

ORIENTADOR: FLAVIO SOARES ALVES

Aprovada como parte das exigências para obtenção do Título de Mestra em Educação Física, área: Educação Física Escolar pela Comissão Examinadora:

Prof. Dr. FLAVIO SOARES ALVES (Participação Virtual)
Departamento de Educação Física / UNESP - Instituto de Biociências de Rio Claro - SP

Profa. Dra. YARA APARECIDA COUTO (Participação Virtual)
Departamento de Educação Física e Motricidade Humana / Universidade Federal de São Carlos/ SP

A handwritten signature in blue ink, reading "Deutsch", is positioned above the text for Prof. Dra. Silvia Deutsch.

Prof. Dra. SILVIA DEUTSCH (Participação Virtual)
Departamento de Educação Física (Aposentada) / UNESP - Instituto de Biociências de Rio Claro / SP

Rio Claro, 10 de junho de 2025

AGRADECIMENTOS

À Capes/PROEB pelo oferecimento do Mestrado Profissional, ao Instituto de Biociências da Unesp Rio Claro por ser polo do PROEF e ao PROEF pelo compromisso com a formação de professores.

Aos professores do PROEF, especialmente dos polos Unesp Rio Claro e UFSCAR, que foram fontes de aprendizado e inspiração para a minha trajetória profissional.

Ao meu orientador Prof. Dr. Flávio Soares Alves, que me auxiliou durante todo o processo de escrita dessa dissertação com leveza. Foi uma grande honra e aprendizado.

À banca examinadora, Yara Aparecida Couto e Silvia Deutsch por todas as colocações generosas e afetuosas, que contribuíram para a melhor versão deste estudo.

À toda a minha família pela confiança, admiração e celebração a cada passo dessa jornada.

Aos alunos da EMEI Mercedes, que me motivam a ser uma profissional melhor a cada dia e que trouxeram o sentido para essa pesquisa existir.

Aos meus amigos por toda a vibração e força durante esse percurso. Aos meus colegas do PROEF UNESP Rio Claro e USFCAR por toda a partilha. Aos colegas do Grupo de pesquisa E-labore(si) - Núcleo Contemplação pelas trocas a cada encontro. Vocês tem a minha admiração.

RESUMO

A pesquisa objetivou estabelecer um espaço compositivo de exploração e experimentação lúdica envolvendo a produção, implementação e avaliação de uma Unidade Didática de Yoga na Educação Infantil. Assim, com a instalação desta proposta, verificou os movimentos que diferenciam a prática do Yoga para esse contexto educacional específico e que, portanto, passam por um trabalho de permanente adaptação dos oito passos do Yoga no contexto infantil, para que o trabalho pedagógico se afine com os interesses e as necessidades das crianças e as normativas para a Educação brasileira. A metodologia para o trabalho de caráter qualitativo abordou os princípios da pesquisa-ação, de modo a dar mobilidade à um exercício investigativo intrinsecamente desenvolvido junto ao exercício educacional que seguiu quatro etapas. Na primeira etapa foi realizado um levantamento bibliográfico acerca dos temas relacionados à Educação Física e Yoga para a Educação Infantil, a fim de ampliar o campo reflexivo e compreender possibilidades e interfaces dessa relação. A partir desse movimento, na segunda etapa foi elaborada uma Unidade Didática para crianças pequenas na Educação Infantil, contemplando atividades de Yoga dentro dos eixos norteadores interações e brincadeiras, que possam estar presentes no contexto da Educação Física Escolar. A terceira etapa foi a aplicação da Unidade Didática a uma turma de 2ª Etapa da Escola Municipal de Educação Infantil Profª “Mercedes Stuchi Duarte de Mattos”, no município de Limeira-SP, composta por 18 crianças, com idade entre 5 e 6 anos. De modo a observar como a Unidade Didática se constitui na prática, a coleta de dados das atividades desenvolvidas foi registrada por meio de diários de campo. Na quarta etapa, os registros dos diários de campo foram analisados a partir da organização e leitura atenta dos materiais, codificação - que identificou trechos, recortes de falas, palavras, ideias repetidas e comportamentos, e categorização - que aglutinou os códigos, estabelecendo uma relação dialógica. A análise dos dados evidenciou que as práticas com o Yoga despertam as crianças para um aprendizado ético, afeto e cooperação, onde os alunos se expressam, brincam e desafiam o corpo o tempo todo, mas também estabelecem limites, tanto para si quanto para o outro. O Yoga se mostra como conhecimento para somar e favorecer a educação integral prevista pela BNCC, de modo que a mediação e intencionalidade do professor precisa estar em constante diálogo com os eixos norteadores para a Educação Infantil.

Palavras-chave: Educação Física; Yoga; Educação Infantil; Prática docente.

ABSTRACT

The research aimed to establish a compositional space for exploration and playful experimentation involving the production, implementation and evaluation of a Didactic Unit of Yoga in Early Childhood Education. Thus, with the installation of this proposal, it verified the movements that differentiate the practice of Yoga for this specific educational context and that, therefore, go through a work of permanent adaptation of the eight steps of Yoga in the children's context, so that the pedagogical work is in tune with the interests and needs of the children and the regulations for Brazilian Education. The methodology for this qualitative work used the principles of action research, in order to give mobility to an investigative exercise that was intrinsically developed alongside the educational exercise, which followed four stages. In the first stage, a bibliographical survey was carried out on topics related to Physical Education and Yoga for Early Childhood Education, in order to broaden the field of reflection and understand the possibilities and interfaces of this relationship. Based on this movement, in the second stage a Teaching Unit was prepared for young children in Early Childhood Education, including Yoga activities within the guiding axes of interaction and play, which can be present in the context of School Physical Education. The third stage was the application of the Didactic Unit to a 2nd stage class at the Prof^a "Mercedes Stuchi Duarte de Mattos" Municipal School of Early Childhood Education, in the municipality of Limeira-SP, made up of 18 children aged between 5 and 6. In order to observe how the Didactic Unit is put into practice, data collection on the activities carried out was recorded using field diaries. In the fourth stage, the field diary records were analyzed based on the organization and careful reading of the materials, coding - which identified excerpts, clippings of speech, words, repeated ideas and behaviors, and categorization - which brought the codes together, establishing a dialogical relationship. The data analysis showed that yoga practices awaken children to ethical learning, affection and cooperation, where students express themselves, play and challenge their bodies all the time, but also set limits, both for themselves and for others. Yoga shows itself to be knowledge that adds to and favors the integral education envisaged by the BNCC, so that the teacher's mediation and intentionality need to be in constant dialogue with the guiding principles for Early Childhood Education.

Keywords: Physical Education; Yoga; Child Education.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Salão coberto.	38
Figura 2 - Pátio externo.	39
Figura 3 - Parque.	39
Figura 4 - Crianças criando posturas corporais.	66
Figura 5 - Respiração com bolhas de sabão.	67
Figura 6 - Momentos de descanso entre as brincadeiras.	68
Figura 7 - Brincadeira cooperativa.	69
Figura 8 - Aventuras com o camaleão.	70
Figura 9 - A flor de lótus se abrindo.	71

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Informações dos participantes.....	41
Quadro 2 - Unidade Didática de Yoga para Crianças.....	53
Quadro 3 - Escritas diárias.....	100

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	10
1 INTRODUÇÃO.....	12
2 OBJETIVOS	18
2.1 Objetivo geral	18
2.2 Objetivos específicos	18
3 YOGA E CRIANÇA: COMPONENTES PARA A PRÁTICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL.....	19
3.1 Definição e caminho óctuplo do Yoga	19
3.2 O Hatha Yoga	24
3.3 Yoga e as relações com a Educação no Brasil.....	25
3.4 Yoga, Corporeidade e Educação Física Infantil	26
3.5 Educação Infantil: regulamentações e normativas	30
3.6 A Educação Física Infantil no Município de Limeira	33
4 PERCURSO INVESTIGATIVO	36
4.1 Materiais e Métodos.....	36
4.2 Universo da pesquisa.....	37
4.3 Participantes	40
4.4 Instrumentos para a coleta de dados	42
4.5 Forma de análise dos dados.....	43
5 O YOGA NO CONTEXTO DA EDUCAÇÃO INFANTIL E EDUCAÇÃO FÍSICA NO BRASIL.....	45
5.1 O Estado da Arte do Yoga na Educação Infantil no Brasil	45
5.2 Unidade Didática de Yoga para Crianças Pequenas	51
6 A PRÁTICA DO YOGA NA EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL: UMA ANÁLISE DIALÓGICA A PARTIR DA ESCRITA DIARISTICA	63
6.1 Ensino e aprendizagem na Educação Física Infantil: identificando padrões nas aulas de Yoga.....	63
6.2 Categorização e as relações entre multiplicidade, Yoga e docência na Educação Física Infantil	73
6.2.1 Engajamento e aprendizado infantil.....	73
6.2.2 Mediação docente.....	77
6.2.3 Corporeidade e multiplicidade	80

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS	82
8 O PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DO RECURSO EDUCACIONAL.....	84
REFERÊNCIAS	86
APÊNDICE A.....	92
APÊNDICE B.....	95
APÊNDICE C.....	100
ANEXO A.....	117
ANEXO B.....	118

APRESENTAÇÃO

Meu nome é Amanda Cristina Faria, nasci no ano de 1993, no município de Rio Claro, Estado de São Paulo (SP). Hoje tenho 32 anos, e trabalho na Educação Infantil há 8 anos, sendo formada em Educação Física e, atualmente, mestranda no Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF) junto ao Instituto de Biociências da Universidade Estadual “Júlio de Mesquita Filho” – UNESP, Câmpus de Rio Claro.

Minha escolha pela Educação física foi motivada pela dança e incentivada especialmente pela minha mãe, que é funcionária da UNESP Rio Claro. Desde muito pequena pude acompanhá-la na universidade, algo que despertou meu interesse em estudar e pertencer aos espaços que observava atenta com os olhos de criança, como quadras, ginásio de ginástica e piscinas.

Minha formação acadêmica iniciou em 2011, a partir da aprovação no vestibular da UNESP Rio Claro. Na ocasião, nem passava pela minha cabeça a possibilidade em atuar na escola, sempre dancei e até então o foco era: quero ser professora de dança. Ao longo do curso pude conhecer tantas possibilidades, participei dos mais diversificados projetos de extensão – conheci a ginástica geral, atividade física adaptada, exercícios para idosos, ginástica laboral, entre outros, mas foram nas disciplinas da licenciatura que me vi num caminho profissional futuro. Me apaixonei pela Educação Física Escolar, e ao conhecer o que ela deveria ser, percebi que a transformação social é um dever da educação. Como missão pessoal, queria possibilitar vivências diferentes das quais eu tinha tido enquanto aluna que passou a vida escolar no “rola bola”. Que legal poder ser professora de dança, mas também de ginástica, de lutas, de jogos, esportes e tantas outras práticas.

No final da graduação cursei uma disciplina optativa denominada “Introdução ao Yoga”. Concomitantemente a disciplina, surgiu um convite para conhecer e participar de um projeto de Yoga na Escola, através de uma parceria entre a universidade e o município de Rio Claro. Nele desenvolvemos atividades práticas de caráter lúdico para estudantes de Educação Infantil e ciclo I do ensino fundamental, tendo em vista o desenvolvimento dos oito passos do Yoga.

Através dessa experiência, pude ter um maior contato com crianças e com a prática de Yoga para essa faixa etária, porém, com enfoque voltado para minimizar problemas relacionados à indisciplina, já que era a demanda que nos permitia estar

no ambiente escolar. Portanto, as atividades eram desenvolvidas principalmente para turmas do período integral, e não enquanto uma vivência didática dentro da Educação Física, mas por ter sido uma experiência positiva, depois de efetivar no cargo de professora de Educação Física na Educação Infantil em dois municípios, continuei a utilizar de algumas brincadeiras e atividades oriundas desse projeto com meus alunos, bem como segui praticando o Yoga e sua filosofia como parte da minha vida pessoal.

Iniciei o meu trabalho efetivo como professora de Educação Física na Educação Infantil no ano de 2017, na prefeitura de Araras (SP) e em 2022 na prefeitura de Limeira (SP). Foi justamente no conflito entre duas prefeituras e trabalhos em realidades tão diferentes a respeito da Educação Física Escolar, que despertou em mim o interesse e busca pelo mestrado como continuidade para a minha formação acadêmica, pois a BNCC mostra um caminho, os currículos municipais mostram outros, as dificuldades do dia a dia escolar perpassam por outros.

Tive a experiência de trabalhar em diversas escolas ao longo desse tempo e trocar conhecimentos com muitas professoras pedagogas, mas o trabalho enquanto professora especialista de Educação Física foi sempre solitário, pois ficava sempre cada professor na sua escola, sem nenhuma proposição de partilha entre os professores da área por parte das prefeituras. Foi através do PROEF, suas disciplinas no formato EAD e os encontros presenciais, que tive contato maior com professores de Educação Física de fato, em contextos diversos, cujas discussões durante as aulas me motivaram cada vez mais no meu trabalho local.

Anteriormente ao ingresso no mestrado em 2023, havia feito um curso de Yoga para crianças e adolescentes e mesmo diante das problemáticas com os conflitos entre currículos que estava enfrentando e me instigaram a ingressar no mestrado, quando soube que meu orientador seria o Professor Dr. Flávio Soares Alves e conhecendo melhor seus estudos e publicações relacionadas a contemplação e presença, uniu-se à pesquisa acadêmica uma vontade em dar continuidade a temática do Yoga, que faz parte da minha vida enquanto prática e filosofia, na qual percebo transformações positivas ao longo do tempo. Agora, não mais sendo alguém de fora intervindo no ambiente escolar como nas experiências anteriores, mas numa perspectiva de pesquisadora e professora de Educação Física, que faz parte de um universo educativo específico, no qual tenho a chance de traçar um trabalho interventivo no âmbito da Educação Infantil, que evidencia relações de aproximação entre o Yoga e a Educação Física Escolar.

1 INTRODUÇÃO

Essa pesquisa realiza um trabalho educativo envolvendo a prática do Yoga no universo da infância. Para tanto, se propõe produzir, implementar e avaliar uma Unidade Didática envolvendo a prática do Yoga no âmbito da Educação Infantil.

Para começar o desenvolvimento desta proposta de pesquisa, cabe destacar, primeiramente, que o Yoga se refere à uma filosofia milenar indiana, que, em última análise, conecta o indivíduo com o processo, por meio do qual, se constitui o seu autoconhecimento (Mehta, 2012).

Partindo desta premissa, de que o Yoga visa, em última análise, a conexão e o autoconhecimento, pode-se perguntar: mas o que isso tem a ver com infância? Seria a infância o melhor momento para focar em questões relativas ao autoconhecimento? É justamente para se tentar responder essas perguntas de partida que se faz necessário revisitar algumas referências-chave acerca do Yoga.

Não se sabe exatamente quem inventou o Yoga, mas o que se pode dizer, com certeza, é que foi Patañjali quem estruturou seus princípios de trabalho (Arieira, 2017). Tal estruturação se constituiu no tratado de Yoga, também conhecido como Yoga Sutas, que são conjuntos de sentenças breves (fios de compreensão) que foram sendo passados através da cultura oral, de geração a geração e que organizam a filosofia prática do Yoga.

Logo nos primeiros versos (sutras), deste tratado, Patañjali apresenta o Yoga nos seguintes termos: “*yogaścittavṛttinirodhaḥ*” (Arieira, 2017, p. 42). Para a autora, a expressão em sânscrito é traduzida como: “Yoga é o controle dos movimentos da mente” (Arieira, 2017, p. 42). Uma outra tradução proposta por Barbosa indica que o Yoga é o recolhimento dos redemoinhos da consciência (2015). Em Gulmini, a tradução mais correta seria a seguinte: “Yoga é a supressão dos movimentos da consciência” (2002, p.115). Já em Taimni a melhor tradução seria: “Yoga é a inibição das modificações da mente” (2018, p. 19).

Independentemente das diferentes traduções do Yoga, o que se pode dizer, com absoluta certeza é que, seja o Yoga uma prática de recolhimento, supressão e/ou inibição das atividades da mente/consciência, tais ações não se fazem sem corpo. Isso não significa dizer que o corpo é a finalidade última do Yoga, mas para que o indivíduo possa estabelecer uma conexão com o autoconhecimento dentro de um

domínio que o acesse amplamente na direção de uma hiperconsciência cósmica, o despertar da corporalidade é um processo fundamental.

Neste sentido, pensar o Yoga como um tratado filosófico, significa cultivar, necessariamente, uma corporalidade mais desperta, que reclame por um certo regime de práticas, isto é, um conjunto de certos modos de ser e existir, que se expressa implacavelmente na experiência de movimento, ou seja, na corporeidade daqueles que se dedicam à essa prática (Eliade, 2017).

Nos Yoga Sutas, Patañjali sistematizou esse regime de práticas ao apresentar oito passos, ou “membros” do Yoga, que, quando cultivados na existência, levam à composição de um certo modo Yoga de ser. Na leitura de Eliade (2017), a composição deste modo Yoga de ser se traduz na experiência existencial junto a certas práticas fisiológicas e exercícios a serem aprendidos por quem deseja obter a chamada concentração suprema, ou *samādhi* (Eliade, 2017). Ao explicar tais passos, o mesmo autor coloca que:

“Estes “membros” do Yoga podem ser considerados ao mesmo tempo como um grupo de técnicas e como etapas do itinerário ascético espiritual, cujo fim último é a liberação definitiva. Eles são: 1) o refreamento (*yama*); 2) as disciplinas (*niyama*); 3) as atitudes e posições do corpo (*āsana*); 4) o ritmo da respiração (*prāṇāyāma*); 5) a emancipação da atividade sensorial da influência dos objetos exteriores (*pratyāhāra*); 6) a concentração (*dhāraṇā*); 7) a meditação (*dhyāna*); 8) o *samādhi*.” (Eliade, 2017, p. 54).

Convém observar que esses oito passos do Yoga vão muito além de uma experiência meramente sensório-motora, haja vista que o grupo de técnicas que organiza o itinerário ascético espiritual do Yoga alcançam diferentes níveis relacionais que vão desde um domínio perceptivo mais introspectivo – que explora as insondáveis dimensões da mente e da consciência – passando pela dinâmica ventilatória e por suas reverberações fisiológicas e psicológicas, até atingir o próprio cosmos, onde pousa o foco do *samādhi* – estado de hiperconsciência, em meio ao qual se instala a concentração suprema (Eliade, 2017).

Não obstante a esse entendimento mais amplo acerca do Yoga, vale destacar que é comum que as pessoas associem o Yoga apenas a posturas altamente flexíveis e a meditação. Isto significa dizer que o Yoga é muito mais do que a simples efetuação de posturas corporais específicas (os *āsanas*), e pela prática da meditação, o que reclama por uma expansão da noção de movimento dentro da prática do Yoga. Para além do enquadre que atrela o movimento a marcadores de natureza sensório-motora,

a noção de movimento no Yoga passa por um exercício de composição da existência que reclama necessariamente por uma experiência de cultivo e por um labor que implica corpo existencialmente em diferentes níveis e formas (Mehta, 2012).

Deixemos de lado, por um momento, as reflexões sobre o Yoga, para falar de outro ponto de interesse deste estudo: a Educação Infantil. Essa inflexão que aqui se quer fazer se justifica pelo seguinte: assim como no Yoga, há uma certa centralidade do movimento no âmbito da Educação Infantil. Eis aqui, portanto, a intersecção entre o Yoga e a infância que se quer evidenciar. E não é preciso ir muito longe para sustentar esse ponto de intersecção, isso porque, o movimento é a linguagem por meio da qual a criança se comunica consigo mesmo, com o espaço e com os outros, pois “enquanto crianças, construímos um sistema de comunicação com o meio social que, necessariamente, integra o movimento como expressão” (Sayão, 2002, p. 57).

Explorando a linguagem do movimento infantil, a criança dá vez e voz a seu desenvolvimento integral. Tal premissa é evidenciada nas orientações constantes na BNCC - Base Nacional Comum Curricular, documento norteador da Educação Básica nacional, que foi publicada em 2017 e atualizada em 2018.¹

Nesta referida Base, o campo da Educação Infantil, precisa se respaldar em objetivos de aprendizagem e desenvolvimento mais abertos, que possam dar visibilidade e protagonismo a um movimento exploratório que grave ao redor de uma linguagem em movimentos, que dê passagem para as diferentes frentes de desenvolvimento humano que se organizam durante a infância. No bojo desta preocupação, destacam-se cinco campos de experiências: 1. O eu, o outro e o nós; 2. Corpo, gestos e movimentos; 3. Traços, sons, cores e formas; 4. Escuta, fala, pensamento e imaginação; 5. Espaços, tempos, quantidades, relações e transformações (Brasil, 2018).

E que fator atravessa cada um destes cinco campos de experiência definidos para a Educação Infantil? O movimento, que em sua expressão pluricêntrica e multidimensional, fala a língua dos gestos, mas também dos sons, das cores, das

¹ A BNCC apresenta um marco importante para a Educação Básica no Brasil, já que atualmente é o documento que norteia os currículos estaduais e municipais, os projetos políticos pedagógicos das escolas e conseqüentemente, o trabalho dos professores no país. Em linhas gerais, a BNCC apresenta como trabalho do professor o de garantir uma pluralidade de situações que promovam o desenvolvimento da criança, por meio de dois eixos estruturante das práticas pedagógicas – as interações e as brincadeiras, bem como também assegurando-lhes seis direitos de aprendizagem e desenvolvimento: o de conviver, de brincar, de participar, de explorar, de expressar e conhecer-se (BRASIL, 2018).

formas, do pensamento e da imaginação, dos espaços, dos tempos e das relações, por meio das quais a criança se envolve consigo mesmo, com o espaço que a rodeia e com os outros, gerando ação e transformação continuamente. Portanto, será primariamente por meio do corpo, dos gestos e dos movimentos que a criança produzirá conhecimento sobre si, sobre o outro e seu universo social e cultural (Brasil, 2018).

Cabe salientar que, ao lançar olhares para os campos de experiência, a Base relaxa um pouco a tendência de objetificação dos conteúdos de ensino, não distinguindo uma disciplina da outra como ocorre nas etapas de Ensino Fundamental e Ensino Médio. Pelo contrário, propõe que quaisquer professores envolvidos no processo de ensino infantil mantenham uma intencionalidade educativa através de experiências interdisciplinares, de modo a integrar o cuidar e o educar por meio dos campos de experiências. Ainda assim, no tocante à Educação Física, há um campo de experiências particularmente interessante, que envolve o trabalho com o corpo, gestos e movimentos. A respeito desse referido campo a BNCC coloca que:

Com o corpo (por meio dos sentidos, gestos, movimentos impulsivos ou intencionais, coordenados ou espontâneos), as crianças, desde cedo, exploram o mundo, o espaço e os objetos do seu entorno, estabelecem relações, expressam-se, brincam e produzem conhecimentos sobre si, sobre o outro, sobre o universo social e cultural, tornando-se, progressivamente, conscientes dessa corporeidade (Brasil, 2018, p. 40-41).

Neste sentido, o movimento para a criança – assim como o movimento para o Yoga – é muito mais do que a expressão de uma dinâmica sensório-motriz, na medida em que ecoa a partir e para além da corporeidade, de modo a reverberar para diferentes frentes que, juntas, orientam o progresso do desenvolvimento infantil.

No caso da infância, o movimento se constitui enquanto linguagem (Soares et. al., 2016) e, portanto, acaba funcionando como veículo de projeção da expressividade infantil que, de movimento em movimento, vai forjando os modos de ser e de viver da criança. Assim, tendo em vista essa centralidade do movimento no âmbito do desenvolvimento humano na infância e, considerando o Yoga como um conjunto de diferentes práticas que reclama pelo movimento para se constituir no âmbito da existência, pergunta-se: **não seria o contexto da infância um momento particularmente propício para abrir caminhos para o Yoga?**

Embora não seja interesse desta pesquisa encontrar uma resposta final para essa questão acima, parte-se dela para instalar, no âmbito da Educação Infantil, um espaço experimental, exploratório e compositivo envolvendo a prática do Yoga para crianças na Educação Física Infantil.

Em iniciativas exploratórias anteriores que realizei envolvendo a prática do Yoga com as crianças, pude observar o seguinte problema: pessoas do convívio escolar, ao tomarem conhecimento desse movimento de instalação do Yoga para crianças, sempre me perguntavam: “Yoga para crianças, mas como isso?”, “É meditação?”, “Por que Yoga para crianças?”. E a resposta sempre foi devolvida com a pergunta: E por que não, Yoga para crianças?

Já existe a iniciativa de diversos autores que apresentam os conteúdos de Yoga na infância (Carr, 1979; Saraswati, 2006; Massola, 2008; Bassoli, 2018; Flack e Coulon, 2021). Ou seja, não há aqui, na minha iniciativa de pesquisa, qualquer pioneirismo. Coloco-me, como pesquisadora, dentro de um campo de estudos que, embora ainda insipiente, principalmente dentro do contexto brasileiro, já está se afirmando e revelando um estado da arte envolvendo o Yoga na infância, que se concentra no estudo e na prática de atividades voltadas para crianças, tanto em ambientes familiares, quanto voltados para o ambiente escolar.

Dentro desta área de estudos, envolvendo o Yoga para crianças, destaco aqui o livro de Massola (2008). Nesta obra há uma frase registrada no prefácio do livro, e que foi assinada pelo professor Marcos Rojo Rodrigues (2007), na qual se afirma que o “Yoga prestigia valores que são próprios da criança, como simplicidade, ingenuidade, pureza e contentamento, compondo uma boa combinação, desde que a criança seja tratada como criança e yoga como yoga” (Massola, 2008, p. 7). Essa frase é extremamente provocativa, pois faz pensar que embora o Yoga e o universo da infância sejam contextos totalmente distintos, e que, em um primeiro olhar, parecem não ter nada a ver um com o outro, eles podem se aproximar, de modo a estabelecer composições potentes que qualificam a linguagem dos movimentos da criança.

A escolha do Yoga como temática para a pesquisa se dá também de modo a atender um objetivo de ensino e conteúdo específico oriundo do Currículo de Educação Física da Secretaria Municipal de Educação de Limeira (2019), na qual importa a participação em brincadeiras de imitação.

Dessa forma, reitera-se, portanto, a intenção de se estabelecer nesta presente pesquisa, um espaço compositivo de exploração e experimentação lúdica envolvendo

a produção, implementação e avaliação de uma Unidade Didática envolvendo a prática do Yoga na Educação Infantil. Assim, com a instalação desta proposta, pretende-se verificar os movimentos que diferenciam a prática do Yoga para esse contexto educacional específico e que, portanto, passam por um trabalho de permanente adaptação dos oito passos do Yoga no contexto infantil, para que o trabalho pedagógico se afine com os interesses e as necessidades das crianças.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

- Instalar um espaço compositivo – de natureza exploratória e lúdico-experimental – envolvendo a produção, implementação e avaliação de uma Unidade Didática envolvendo a prática do Yoga na Educação Infantil.

2.2 Objetivos específicos

- Verificar o estado da arte dos estudos envolvendo a prática do Yoga no âmbito da educação – particularmente na Educação Infantil – no Brasil.
- Analisar os termos como a BNCC destaca a Educação Física no âmbito da Educação Infantil e, neste contexto, situar a possibilidade de trabalho envolvendo a prática do Yoga.
- Observar possibilidades de aproximação entre a Educação Física na Educação Infantil e a prática do Yoga, tomando como referência a BNCC e outras bibliografias envolvendo o estudo do Yoga.
- Verificar os movimentos que diferenciam a prática do Yoga no contexto da Educação Infantil, dando visibilidade para o trabalho de permanente adaptação dos oito passos do Yoga considerando os interesses e as necessidades infantis, de modo a elaborar um recurso educacional de Yoga na Educação Infantil.

3 YOGA E CRIANÇA: COMPONENTES PARA A PRÁTICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Tendo em vista que esta pesquisa tem como foco central a prática do Yoga na Educação Física Infantil, situaremos neste capítulo algumas discussões sobre o Yoga para depois traçar um recorte, evidenciando o campo da Educação Física Infantil.

3.1 Definição e caminho óctuplo do Yoga

Yoga é uma prática milenar de origem indiana, mas que atrai cada vez mais praticantes no ocidente. A palavra Yoga deriva da palavra sânscrita *yuj*, que significa união. Eliade (2017), coloca que o próprio termo permite uma variedade de significações. Há quem siga o Yoga como filosofia, outros como um caminho espiritual, como estilo de vida, uma técnica ou apenas como um exercício físico. Não se encaixando em uma única definição, o Yoga acaba por ser mais do que as palavras podem dizer, e apesar de conter componentes de espiritualidade, não exige a fé religiosa e nem a crença em poderes sobrenaturais (Pinto, 2015). Podemos dizer então que há diversas maneiras de compreender os Yogas, que podem se modificar, a depender da cultura, da região e das crenças em que se insere.

Feuerstein (2006) coloca que o Yoga acumula muitos milênios, pois há indícios de seu surgimento há mais de cinco mil anos e, a partir de então, foi se dividindo e se espalhando ao que conhecemos hoje, mas sua origem diverge ao longo de sua história. O que se sabe com unanimidade é que os primeiros escritos encontrados de forma organizada do Yoga são atribuídos ao indiano Patañjali, que para abençoar a humanidade, escreveu os sutras (Arieira, 2017). A respeito do mestre Patañjali, Arieira (2017) afirma que pouco se sabe acerca de sua vida, o que se fala sobre ele não são fatos, mas sim lendas, por isso há quem diga que ele seja uma encarnação divina.

Patañjali, embora não seja considerado o autor do Yoga, foi quem compilou o seu caminho em oito passos, conhecido como Yoga clássico, ocorrido provavelmente no século II d.C. Eliade (2017, p. 21) coloca que “Este Yoga “clássico”, tal como foi formulado por Patañjali e interpretado por seus comentadores, é também o mais conhecido no Ocidente”. São os oito passos do Yoga: *yamas* (disciplina), *niyamas* (autocontrole), *āsanas* (posturas), *prāṇāyāmas* (controle da respiração), *pratyāhāra*

(recolhimento dos sentidos), *dhāraṇā* (concentração), *dhyāna* (meditação) e *samādhi* (êxtase) (Feuerstein, 2006).

Feuerstein (2006) aponta que os *yamas* e *niyamas* podem ser considerados os fundamentos do Yoga, por tratarem de aspectos éticos, tanto de maneira individual quanto coletiva. De maneira simples, podemos compreender os *yamas* como uma conduta ética daquilo que seria ideal nos afastar, deixar de lado, e os *niyamas* como uma conduta ética do que aproximar e desenvolver.

Os *yamas*, disciplina, ou refreamentos, compreendem cinco princípios: *ahimsā*, que seria a não-violência, ou não matar; *satya*, a veracidade, ou não mentir; *asteya*, a libertação da avareza, ou não roubar; *brahmacharya*, o controle do prazer sensual, ou abstinência sexual; e *aparigraha*, a libertação da cobiça e do desejo de possuir mais do que o necessário, ou ausência de avareza (Eliade, 2017; Iyengar, 2021).

Feuerstein (2006) afirma que a finalidade dos *yamas* é colocar regras nos pensamentos instintivos, sendo o primeiro preceito, *ahimsā* (não-violência), a base de todos os demais preceitos. Isso é importante para que tenhamos compreensão que não se trata de uma imposição moral, mas um guia que pode organizar e auxiliar os seres humanos a ser, viver e conviver, mas sempre tendo o norte da *ahimsā*, para si e para o mundo.

Ahimsā, ou não-violência, seja de pensamentos ou de ações, é um estado mental favorável a vida, a partir do desejo de não fazer mal a si mesmo ou a outro ser (Feuerstein, 2006).

Satya, ou não mentir, é considerada a melhor das ascetes (Feuerstein, 2006), já que todos os atos e pensamentos tem por fundamento a veracidade. Isso não significa apenas falar a verdade, mas pensar e agir com sabedoria e reflexão, ao mesmo tempo em que busca viver com autenticidade.

Asteya, ou não roubar liga-se a não se apropriar de coisas sem autorização (Feuerstein, 2006). Porém, assim como todos os preceitos éticos, não se limita ao não roubar apenas material, mas também ao se apropriar de ideias, oportunidades, tempo, sentimentos, entre outras.

Brahmacharya, definida como controle do prazer sensual, embora seja interpretada de diversas maneiras, o preceito traz a ideia de maneira geral que essa estimulação em excesso pode ser um obstáculo (Feuerstein, 2006). Iyengar (2021) coloca que é o controle das sensações físicas, das flutuações mentais e da contemplação intelectual. Para Oliveira (2022), *Brahmacharya* é a busca por uma vida

plena, encontrar limites sem exceder em quaisquer áreas da vida, encontrando equilíbrio nos prazeres da vida.

Aparigraha, ou libertação da cobiça, traz o significado de desapego. Através do *Aparigraha*, os seres são encorajados a cultivar a simplicidade voluntária, tendo a renúncia como um dos aspectos do seu estilo de vida (Feuerstein, 2006).

Os *niyamas*, conhecidos como os elementos do autocontrole, ou disciplinas corporais e psíquicas, são: *sauca*, que é a pureza, limpeza ou purificação dos órgãos internos; *santosha* é o contentamento, ausência do desejo de ampliar a necessidade da existência; *tapas* consiste em suportar os contrários, ou ardor, esforço sobre si mesmo; *svadhyaya* é o autoestudo; e *Isvara-pranidhana* a entrega de si próprio (Eliade, 2017; Iyengar, 2021).

Sauca, ou pureza, é considerada uma forma de autocontrole através da purificação, seja ela interna ou externa (Feuerstein, 2006). Ou seja, a busca de uma boa alimentação e higiene pessoal, bons pensamentos, palavras e boas relações fazem parte da busca por *sauca*.

Santosha, ou contentamento, para Feuerstein (2006) é uma renúncia voluntária de coisas materiais que não necessitamos, sabendo valorizar com intensidade o que se tem na vida.

Tapas, ou esforço sobre si mesmo, tem como significado a disciplina sobre todas as coisas, transformando em hábitos os diferentes esforços. Além de disciplina, Iyengar (2021, p. 81) explica que *tapas* é "geralmente traduzido como austeridade, mas seu significado é mais bem definido como "desejo ardente". É um desejo ardente de purificar cada célula de nosso corpo e cada célula de nossos sentidos."

Svadhyaya ou autoestudo, é a reflexão sobre si mesmo, a busca pela sabedoria. Nem sempre será uma compreensão intelectual, mas também aquilo que o coração é capaz de receber e deixar-se transformar (Feuerstein, 2006). Para Iyengar (2021) *Svadhyaya* é o estudo de si mesmo em sua profundidade, desde a pele do corpo até o âmago do ser.

Isvara-pranidhana ou redenção traz o sentido da auto entrega - o se abrir às sensações, as percepções, as coisas, aos momentos vividos. Feuerstein (2006) a respeito dessa virtude coloca que a experiência da entrega nos deixa abertos a sensação de que há algo cuidando de nós.

Os passos seguintes, *āsanas*, *prānāyāmas* e *pratyāhāra*, tratam dos aspectos a nível psicofísico do Yoga, que são caracterizados por técnicas e movimentações

corporais, mas que objetivam ser um facilitador para o controle da consciência, significado do Yoga.

Os *āsanas* são as posturas que harmonizam as funções físicas e fisiológicas do corpo com o padrão psicológico da disciplina do Yoga (Iyengar, 2021). Eles dão uma firme estabilidade ao corpo, ao mesmo tempo que reduzem o esforço físico, evitando a fadiga e regulando os processos fisiológicos, de maneira que permite à atenção uma ocupação exclusiva da consciência (Eliade, 2017). Feuerstein (2006) traz que os *āsanas* objetivam eliminar toda a flutuação da mente, que se concentra a partir do esforço corporal.

Prāṇāyāma é a disciplina da respiração, são as paradas dos movimentos inspiratórios e expiratórios, as técnicas de controle da respiração (Eliade, 2017). Iyengar (2021) coloca que é a ciência da respiração, que conecta o macrocosmo ao microcosmo e vice-versa.

Pratyāhāra é a jornada dos sentidos para o interior (Iyengar, 2021). Eliade (2017) afirma que por meio do *pratyāhāra* o praticante pode verificar a qualidade da sua concentração, portanto, seria a faculdade de libertar a atividade sensorial da influência dos objetos exteriores. Para Feuerstein (2006), *pratyāhāra* significa a contenção dos sentidos, que em conjunto das demais práticas colocam o praticante no mundo interior da mente.

Os três passos finais do Yoga, *dhāranā*, *dhyāna* e *samādhi*, tentam explicar as experiências subjetivas da consciência, tendo em vista o autoconhecimento.

Dhāranā, traduzida como concentração, seria o ato de focar a atenção no âmago do ser (Iyengar, 2021). Na definição de Patañjali, é a fixação do pensamento em um único ponto, onde não se pode obter a *dhāranā* sem ajuda de um objeto no qual se fixe o pensamento (Eliade, 2017). Feuerstein (2006) explica que essa concentração atinge profundidade psíquica, proporcionando alta energia e criatividade.

Dhyāna é a meditação, método pelo qual a mente é esvaziada, ao mesmo tempo em que está alerta e consciente. Feuerstein (2006) explica que na meditação a pessoa se concentra cada vez mais em menos coisas.

Samādhi, considerada a essência e plenitude, seria quando corpo, mente e alma estão unidos (Iyengar, 2021). Eliade (2017) dá significado ao *samādhi* através dos termos união, totalidade ou conjunção, onde afirma uma diferença entre o *dhyāna* e o *samādhi* – o primeiro pode ser interrompido se os sentidos tiverem contato com

objetos atraentes, enquanto o segundo é um estado invulnerável, completamente fechado aos estímulos.

Iyengar (2021), a fim de exemplificar os oito passos, faz uma analogia entre o Yoga e uma árvore, que para o seu desenvolvimento, é preciso o seu cultivo, até tornar-se um tronco forte, produzindo galhos carregados de folhas, flores e frutos. Porém, esse desenvolvimento nem sempre segue um itinerário conforme a ordem acima. Embora muito se apresentem os passos de maneira ordenada, não há uma sequência correta para as experiências com o Yoga. Há quem comece com as posturas, outros com a meditação, e há quem comece por apenas um refreamento, e cada experiência leva a pessoa ao caminho de outra, até o alcance final. Dessa forma, através dos seus preceitos, o Yoga prepara a mente para a aquisição do autoconhecimento (Arieira, 2017).

Corroborando com tal afirmação, Saraswati (2006), declara que o Yoga incorpora um sistema de disciplina que promove o desenvolvimento integrado de todos os aspectos do indivíduo, isso porque não se pauta apenas como uma prática. Através do desenvolvimento dos oito passos, o Yoga traz à luz o circuito que liga consciência e subconsciência (Eliade, 2017).

Pensando no desenvolvimento dos oito passos do Yoga para crianças, é preciso simplificar e adaptar tais caminhos do Yoga, a fim de facilitar a sua compreensão no contexto infantil.

Massola (2008) apresenta os oito passos de maneira simplificada, com termos destinados a explicação para crianças e adolescentes: os *yamas* são a disciplina externa e os *niyamas* a disciplina interna, que são princípios éticos e morais; os *āsanas* são as posturas psicofísicas; os *prāṇāyāmas* são técnicas de controle da respiração; *pratyāhāra* é a abstenção dos sentidos; *dhāranā* refere-se à concentração; *dhyāna* é definida como a meditação; *samādhi* é a integração. Embora não sejam os termos exatos a sua significância, essa simplificação é importante ao destinar uma explicação possível do que seja o Yoga para o público infantil.

De forma semelhante, ao apresentar uma proposta de Yoga para crianças, Flack e Coulon (2021) apresentam o itinerário de maneira que as palavras em sânscrito foram deixadas de lado, mas as definições representam um significado fiel: 1. Viver juntos. 2. Eliminar as 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. Concentrar suas forças. 7. Ampliar sua consciência. 8. Colocar-se no mesmo comprimento de onda que a fonte de toda energia.

3.2 O Hatha Yoga

Sendo o Yoga sutra de Patanjali a filosofia mais popular e apresentada acima, é preciso saber que há outras diversas maneiras de compreender a filosofia do Yoga. Assim como a filosofia podem ser compreendidas diferentemente, há também muitas linhas/estilos de suas práticas, com enfoques diversificados, que utilizam técnicas específicas e que atendem públicos e culturas pelo mundo. O Hatha Yoga pode ser considerada uma dessas linhas que apontam um caminho para o samādhi, porém não é um único método, nem o melhor de todos (Martins, 2017).

O Hatha Yoga é a prática mais conhecida e difundida no Brasil, por ter uma principal valorização dos *āsanas* (posturas) para alcançar o equilíbrio físico de quem os praticam. Em um dos principais textos indianos acerca do Hatha Yoga escrito há cerca de 500 anos atrás pelo Svamin Svatmarama - o Hatha-Yoga-Pradipika, as posturas (Asanas) são descritas como primeiro membro do Yoga, demonstrando sua importância. "A prática das posturas produz firmeza ou estabilidade do corpo e do espírito, controlando a agitação comum" (Martins, 2017, p. 30). Por ter esse enfoque ao movimento corporal através das posturas, é também a mais conhecida e praticada por crianças e jovens.

Na filosofia do Hatha Yoga, o ser possui uma mesma unidade essencial a ser cuidada para a saúde e bem-estar, que se difere entre aspectos mentais, espirituais e físicos, não sendo o corpo menos digno de cuidados e reverência (Hermógenes, 2024). Feuerstein (2006) explica que o Hatha Yoga busca o equilíbrio ou harmonia através da força do corpo.

Hatha Yoga é conhecido como o Yoga do sol e da lua. Iyengar (2021, p. 25) explica que "Ha significa sol, que é o sol do seu corpo, ou seja, sua alma. E Tha significa lua, que é a sua consciência." Para o autor, o sol em cada um de nós não desaparece, enquanto a consciência tem modulações, assim como as fases da lua, sendo a busca por uma unificação do corpo com a consciência, objetivando o equilíbrio ideal para cada um de nós.

A presença do corpo e movimento que o Hatha-Yoga propõe pode ser adequado às crianças, porque o movimento é uma linguagem importante da infância. “Dentro do Hatha-Yoga, acredita-se que os Ásanas apresentam um maior potencial para interferir de forma positiva na formação da criança” (Santos, 2022, p. 9).

Tendo em vista que a filosofia do Yoga pode promover o desenvolvimento de vários aspectos do indivíduo e o Hatha Yoga apresenta uma prática de movimento corporal oportuna as crianças, podemos enxergar aproximações entre o desenvolvimento integral e autoconhecimento que o Yoga se propõe com os objetivos para a Educação no Brasil atualmente.

3.3 Yoga e as relações com a Educação no Brasil

O Yoga como forma de expressão e movimento na Educação tanto é possível, quanto a inserção da sua prática está prevista pela BNCC, no componente curricular da Educação Física. Dentro da Unidade Temática Ginásticas, há as chamadas ginástica de conscientização corporal, propostas para serem vivenciadas nos 8º e 9º anos do Ensino Fundamental (Brasil, 2018).

As ginásticas de conscientização corporal (Essas práticas podem ser denominadas de diferentes formas, como: alternativas, introjetivas, introspectivas, suaves. Alguns exemplos são a biodança, a bioenergética, a eutonia, a antiginástica, o Método Feldenkrais, a **ioga**, o tai chi chuan, a ginástica chinesa, entre outros) 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. Algumas dessas práticas que constituem esse grupo têm origem em práticas corporais milenares da cultura oriental. (Brasil, 2018, p. 218, grifo meu).

Ainda que presente na BNCC, o Yoga é uma prática pouco presente na escola e nas propostas curriculares, e ainda que mencionada, aponta apenas para o Ensino Fundamental.

Corrêa e Costa (2022) colocam que há uma barreira cultural que o Yoga ainda encontra no Brasil, pois muitos atribuem a essa técnica um viés religioso ou místico, necessitando de explicação da prática aos pais previamente a qualquer intervenção nas escolas. Um outro fato da ausência do Yoga na escola se deve a formação profissional, que muitas vezes não contempla sua prática, nem quaisquer conteúdos.

Silva e Oliveira (2022), ao buscar identificar como o ensino do Yoga vem sendo oportunizado na formação acadêmica e profissional em Educação Física, constatou que apenas 12 cursos no Brasil ofertam pelo menos uma disciplina que aborda tal conteúdo.

Mesmo com essas barreiras a enfrentar, acredita-se que a inserção do Yoga revela um potencial na oferta de experiências corporais significativas para crianças, "bem como a apropriação do patrimônio cultural de diferentes povos, a garantia de uma formação humana integral e a construção de uma sociedade mais justa, democrática e inclusiva" (Oliveira, 2022, p. 19).

3.4 Yoga, Corporeidade e Educação Física Infantil

Tendo como delimitação problemática da pesquisa o envolvimento da prática do Yoga voltadas para a Educação Física Infantil, temos uma série de desafios, considerando que crianças nessa faixa etária possuem características distintas do Ensino Fundamental, e necessitam de situações criadas de maneira que possam estimular explorações de movimento (Nista-Piccolo e Moreira, 2012).

Com relação a formação da criança e essa necessidade dos estímulos e explorações de movimento, o Referencial curricular nacional para a Educação Infantil de 1998 já mencionavam a necessidade das crianças se expressarem através das posturas corporais, trazendo a importância do movimento como linguagem.

Ao movimentar-se, as crianças expressam sentimentos, emoções e pensamentos, ampliando as possibilidades do uso significativo de gestos e posturas corporais. O movimento humano, portanto, é mais do que simples deslocamento do corpo no espaço: constitui-se em uma linguagem que permite às crianças agirem sobre o meio físico e atuarem sobre o ambiente humano, mobilizando as pessoas por meio de seu teor expressivo (Brasil, 1998, p. 15).

Ou seja, sendo o movimentar-se importante na infância, não há como olhar para a Educação Infantil sem que se associe os gestos e posturas corporais ao seu processo, o qual não deixa de ser um processo educacional. Por seu caráter específico que dá prioridade ao movimento corporal, a Educação Infantil vem sendo objeto de estudos e pesquisas, levando em consideração uma perspectiva polivalente, sem dissociar o educar do cuidar necessário para a faixa etária.

Diante desse panorama, o pensar em Educação Física na Educação Infantil se faz um tema necessário, pois não há um espaço exclusivo da mesma como componente curricular.

A educação física na educação infantil pode configurar-se como um espaço em que a criança brinque com a linguagem corporal, com o corpo, com o movimento, alfabetizando-se nessa linguagem. Brincar com a linguagem corporal significa criar situações nas quais a criança entre em contato com diferentes manifestações da cultura corporal (Ayoub, 2001, p. 57).

De forma similar, Sayão (2002) aponta que para pensar a Educação Física com crianças de pouca idade, é necessário articular diferentes áreas do conhecimento e profissionais.

Assim como na construção de um mosaico, estes/as profissionais vão articulando saberes e práticas que não podem ficar reduzidos a uma única disciplina ou a uma única área do conhecimento. Isso se acreditamos que as crianças, assim como nós, adultos, também são capazes de produzir cultura (Sayão, 2002, p. 65).

Percebe-se que antes mesmo que houvesse uma legislação, a Educação Física é objeto de estudo para inserção na Educação Infantil, já que a criança naturalmente se movimenta.

A respeito da Educação Física na Educação Infantil, Rangel et. al. (2010) colocam que as crianças não mantem a atenção por muito tempo, porém são curiosas, altamente interessadas no brincar e falam o tempo todo, por isso, o interesse e expressividade devem ser bem aproveitados pelo professor.

De encontro a isso, a BNCC compõe um campo de experiência a fim de tratar dessa especificidade infantil, denominado de corpo, gestos e movimento.

Na Educação Infantil, o corpo das crianças ganha centralidade, pois ele é o partícipe privilegiado das práticas pedagógicas de cuidado físico, orientadas para a emancipação e a liberdade, e não para a submissão. Assim, a instituição escolar precisa promover oportunidades ricas para que as crianças possam, sempre animadas pelo espírito lúdico e na interação com seus pares, explorar e vivenciar um amplo repertório de movimentos, gestos, olhares, sons e mímicas com o corpo, para descobrir variados modos de ocupação e uso do espaço com o corpo. (Brasil, 2018, p. 41).

Visto que o universo da infância dá certo protagonismo para o movimento como linguagem principal da infância, é enquanto movimento, portanto, que a prática do Yoga precisa fazer sentido no contexto infantil, daí uma certa preferência de se pensar

o Yoga a partir da prática dos *āsanas*. Porém, a BNCC carrega em sua proposta os seis direitos de aprendizagem e desenvolvimento - conviver, brincar, participar, explorar, expressar e conhecer-se (Brasil, 2018). Portanto, é por uma busca por esse “conhecer-se” que a composição das relações entre a educação convencional e os 8 passos do Yoga pode ser observada.

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 (Lauris, 2020, p. 88).

Iyengar (2021) afirma que crianças têm velocidade, não gostam de monotonia, amam variedade e novidade em tudo, e mesmo assim se concentram muito bem, desde que se perceba qual linguagem elas entendem e se apresente o tema de maneira apropriada. Flack e Coulon (2021) indicam que exercícios de Yoga com crianças são capazes de despertar a consciência de si mesmo, ao mesmo tempo que permanecem atentos aos outros, pois as práticas recorrem a gestos em conjunto e a respirações sintonizadas.

A prática de yoga tem a intenção de canalizar a vitalidade infantil para o desenvolvimento integral e harmonioso da criança, sem forçar nada, apenas incentivando-a a expandir a sua criatividade, a alongar seus músculos, ouvir os seus próprios sons (respiração e batimentos cardíacos), cantar e representar personagens míticas, animais, o sol, a lua, as profissões, entre outros elementos do vasto repertório do yoga adaptado ao seu universo (da criança). (Martins e Cunha, 2011, p. 2).

Hermógenes (2024, p. 291-292) coloca que a prática de Yoga mais indicada para criança seja a partir do brincar, onde os “*āsanas* que mais os beneficiam já são praticados instintivamente por elas em seus jogos e traquinagens”. Dessa forma, o Yoga no ambiente escolar deve assumir um caráter lúdico, através de jogos e brincadeiras, uso de músicas, contação de histórias, imitações de personagens, uso de brinquedos, dentre outras manifestações que façam uma interação dos princípios do Yoga com o contexto educacional que se insere, respeitando e adequando as manifestações da infância.

Para além de apenas movimento, a corporeidade se faz importante nessa relação, pois diz respeito a atitude, englobando a motricidade, mas também o que é sensível, inteligível (Moreira, Campos e Simões, 2019). Ao falar da compreensão da

corporeidade, é importante destacar que não diz respeito a apenas um conceito, mas uma maneira de pensar que se corporifica em atitudes, no qual Merleau-Ponty (2018) aponta que o indivíduo constrói sua experiência no cotidiano através de seus sentidos pela motricidade, pois o corpo é condição da existência.

Mas eu não estou diante de meu corpo, estou em meu corpo, ou antes sou meu corpo. Portanto, nem suas variações nem seu invariante podem ser expressamente postos. Não contemplamos apenas as relações entre os segmentos de nosso corpo e as correlações entre o corpo visual e o corpo tátil: nós mesmos somos aquele que mantém em conjunto esses braços e essas pernas, aquele que ao mesmo tempo os vê e os toca (Merleau-Ponty, 2018, p. 207-208).

Merleau-Ponty (2018) defende, dessa forma, que o corpo é inseparável de uma visão de mundo, pois o corpo em movimento é a condição que possibilita a expressão e as aquisições de cultura. Para Moreira, Campos e Simões (2019, p. 172) as reflexões e produção de conhecimento acerca da Corporeidade no contexto educacional se fazem necessárias porque "colaboram para o esforço de compreender corpo não apenas algo acessório do processo educacional e das propostas pedagógicas no interior da escola".

A relação entre motricidade e corporeidade ocorre pela ligação que possuem: a primeira por ser uma ciência que permite a compreensão do movimento de forma mais ampla, a segunda por atribuir significado e construções filosóficas ao que antes era visto apenas como biológico (Franzé, 2019, p. 56).

Rossi (2020) estabelece aproximações entre corporeidade, Educação Infantil e vivência do Yoga na infância ao afirmar que é na corporeidade que a experiência de ser cultural e histórica da criança acontece, sensibilizada por afetos, gestos, interações e diferentes linguagens, sendo um fio condutor da existência.

O yoga na infância está relacionado com a construção de uma experiência que é sensível e respeitosa a cada criança. A filosofia do yoga concebe o sujeito em sua completude, sem supervalorizar ou desvalorizar nenhuma de suas formas de ser no mundo (Rossi, 2020, p. 117).

Expostos os tratados do Yoga, do movimento e corporeidade na infância e sua intersecção com a Educação Física Infantil, discutiremos agora sobre o histórico recente de sua legalidade, pois embora as crianças já fossem atendidas por instituições educacionais específicas há muito tempo, não havia uma obrigatoriedade quanto a organização da Educação Infantil.

3.5 Educação Infantil: regulamentações e normativas

Foi a partir da emenda constitucional nº 59 de 2009, que ficou determinada a obrigatoriedade da educação aos alunos entre 4 e 17 anos - chamada Educação Básica, compreendendo desde a Educação Infantil até o Ensino Médio (Brasil, 2009).

Concomitantemente a esse movimento, a resolução nº 5 do Ministério da Educação, em 2009 fixou as DCNEI - Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil, propondo que as práticas pedagógicas que compõem a proposta curricular da Educação Infantil devem ter como eixos norteadores as interações e a brincadeira (Brasil, 2009).

De acordo com as DCNEI (Brasil, 2009, p. 1), a criança é definida como "sujeito histórico e de direitos, que interage, brinca, imagina, fantasia, deseja, aprende, observa, experimenta, narra, questiona e constrói sentidos sobre a natureza e a sociedade, produzindo cultura".

Antes mesmo que houvesse tais diretrizes e obrigatoriedade da Educação Básica, a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional - LDB nº 9.394 de 1996 foi e é um importante mecanismo para a Educação brasileira. Com relação a Educação Infantil, foi preciso passar por uma nova redação em 2013, momento em que a LDB colocou a Educação Infantil como primeira etapa da Educação Básica, tendo como finalidade o desenvolvimento integral da criança até 5 anos, em seus aspectos físico, psicológico, intelectual e social, complementando a ação da família e da comunidade (Brasil, 2013).

Desde o artigo 210 da Constituição Federal de 1988 que se faz menção da necessidade de uma formação básica comum na Educação, apresentada também como estratégia de diversas metas, presente na Lei nº 13.005 de 2014, que aprovou o Plano Nacional de Educação. Dessa forma, a BNCC - Base Nacional Comum Curricular começou em 2015, tendo uma primeira versão publicada aberta para consulta pública online, para que houvesse debates e diálogos entre pesquisadores, docentes e sociedade para a construção de uma versão mais ampla (Alves e Oliveira, 2022).

Em 2018 foi publicada a versão final da Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que buscou atender as DCNEI vigente desde 2009, norteando o país para uma educação que interage e brinca, num contexto educacional para a infância.

A interação durante o brincar caracteriza o cotidiano da infância, trazendo consigo muitas aprendizagens e potenciais para o desenvolvimento integral das crianças. Ao observar as interações e a brincadeira entre as crianças e delas com os adultos, é possível identificar, por exemplo, a expressão dos afetos, a mediação das frustrações, a resolução de conflitos e a regulação das emoções. (Brasil, 2018, p. 37).

A organização das faixas etárias proposta pela BNCC² compõe-se em 3 grupos: os bebês, de 0 a 1 ano e 6 meses; as crianças bem pequenas, de 1 ano e 6 meses a 3 anos e 11 meses; e as crianças pequenas, dos 4 anos a 6 anos e 11 meses (Brasil, 2018). A BNCC coloca então as aprendizagens e desenvolvimento das crianças de 0 a 6 anos e 11 meses, compreendidas como Educação Infantil, a partir de 6 direitos – conviver, brincar, participar, explorar, expressar-se e conhecer-se.

- Conviver com outras crianças e adultos, em pequenos e grandes grupos, utilizando diferentes linguagens, ampliando o conhecimento de si e do outro, o respeito em relação à cultura e às diferenças entre as pessoas.
- Brincar cotidianamente de diversas formas, em diferentes espaços e tempos, com diferentes parceiros (crianças e adultos), ampliando e diversificando seu acesso a produções culturais, seus conhecimentos, sua imaginação, sua criatividade, suas experiências emocionais, corporais, sensoriais, expressivas, cognitivas, sociais e relacionais.
- Participar ativamente, com adultos e outras crianças, tanto do planejamento da gestão da escola e das atividades propostas pelo educador quanto da realização das atividades da vida cotidiana, tais como a escolha das brincadeiras, dos materiais e dos ambientes, desenvolvendo diferentes linguagens e elaborando conhecimentos, decidindo e se posicionando.
- Explorar movimentos, gestos, sons, formas, texturas, cores, palavras, emoções, transformações, relacionamentos, histórias, objetos, elementos da natureza, na escola e fora dela, ampliando seus saberes sobre a cultura, em suas diversas modalidades: as artes, a escrita, a ciência e a tecnologia.
- Expressar, como sujeito dialógico, criativo e sensível, suas necessidades, emoções, sentimentos, dúvidas, hipóteses, descobertas, opiniões, questionamentos, por meio de diferentes linguagens.
- Conhecer-se e construir sua identidade pessoal, social e cultural, constituindo uma imagem positiva de si e de seus grupos de pertencimento, nas diversas experiências de cuidados, interações, brincadeiras e linguagens vivenciadas na instituição escolar e em seu contexto familiar e comunitário (Brasil, 2018, p. 38).

² Embora a BNCC apresente uma organização e estrutura sugerida, trata-se de um documento de caráter normativo que aponta para um conjunto orgânico e progressivo de aprendizagens essenciais, mas não é lei e não tem um fim em si mesma. É um documento norteador de cunho político e social, que tem suas limitações teóricas, pois é efeito de um recorte conceitual que busca atender fins políticos. As políticas educacionais constantes na BNCC buscam por referências teóricas para se respaldarem e serem um ponto de partida para construções de currículos próprios, de acordo com as demandas de cada região do país.

A BNCC estrutura a organização curricular da Educação Infantil em 5 campos de experiências: O eu, o outro e o nós – que visa proporcionar o contato com diversos grupos sociais, modos de vida, atitudes, celebrações e narrativas, ampliando o modo de perceber a si e ao outro, respeitando as diferenças e valorizando a própria identidade; Traços, sons, cores e formas – que tem a intenção de promover experiências diversificadas, exercitando a autoria da criança com sons, traços, gestos, danças, mímicas, encenações, canções, desenhos, modelagens, manipulação de diversos materiais e de recursos tecnológicos; Escuta, fala, pensamento e imaginação – que visa promover experiências na cultura oral, de maneira que as crianças possam falar e ouvir, bem como na literatura, construindo hipóteses sobre a escrita que se revelam, inicialmente, em rabiscos e garatujas e, à medida que vão conhecendo letras, em escritas espontâneas; Espaços, tempos, quantidades, relações e transformações – que tem a intenção de promover experiências nas quais as crianças façam observações, manipulem objetos, investiguem e explorem seu entorno, levantando hipóteses e buscando respostas às suas curiosidades e indagações; e por fim, Corpo, gestos e movimentos, já elucidado anteriormente (Brasil, 2018).

Cada campo de experiência da BNCC (Brasil, 2018) apresenta seus objetivos de aprendizagem e desenvolvimento. Destaco aqui o campo O eu, o outro e o nós (EO) e o campo Corpo, gestos e movimentos (CG), cujo alguns de seus objetivos podem estar alinhados a área do Yoga e pertinentes à Educação Física:

- (EI03EO01) Demonstrar empatia pelos outros, percebendo que as pessoas têm diferentes sentimentos, necessidades e maneiras de pensar e agir.
- (EI03EO02) Agir de maneira independente, com confiança em suas capacidades, reconhecendo suas conquistas e limitações.
- (EI03EO05) Demonstrar valorização das características de seu corpo e respeitar as características dos outros (crianças e adultos) com os quais convive.
- (EI03EO07) Usar estratégias pautadas no respeito mútuo para lidar com conflitos nas interações com crianças e adultos.
- (EI03CG01) Criar com o corpo formas diversificadas de expressão de sentimentos, sensações e emoções, tanto nas situações do cotidiano quanto em brincadeiras, dança, teatro, música.

- (EI03CG02) Demonstrar controle e adequação do uso de seu corpo em brincadeiras e jogos, escuta e reconto de histórias, atividades artísticas, entre outras possibilidades.
- (EI03CG03) Criar movimentos, gestos, olhares e mímicas em brincadeiras, jogos e atividades artísticas como dança, teatro e música.

A partir dos enunciados da BNCC e amparados por suas orientações que são o ponto de partida nacional, cada município ou estado, junto às secretarias de educação e outras organizações, que se encarregam de construir seus Currículos, Diretrizes e Referenciais Curriculares, a depender das particularidades das cidades e regiões.

Diante dos direitos de aprendizagem, que deverão ser desenvolvidos a partir dos campos de experiências propostos pela BNCC, e também diante da proposta curricular específica do município de Limeira, temos uma pluralidade de conhecimentos que podem ser construídos a partir das aulas de Educação Física.

3.6 A Educação Física Infantil no Município de Limeira

No município de Limeira-SP, a Educação Infantil segue um currículo próprio, que se organiza a partir de conteúdos específicos para 3 professores que compõe a prática docente: pedagogos, professores de Artes e professores de Educação Física.

A respeito do professor de Educação Física Infantil, Nista-Piccolo e Moreira (2012) entendem que não se caracteriza como um animador de atividades físicas, mas é promotor de uma ação educativa em que o saber ser e o saber fazer são conjugados. Essa afirmação corrobora com os propostos de Limeira-SP, que em relação à Educação Física, há uma organização que visa uma continuidade de práticas, compreendendo conteúdos que iniciam desde o Maternal II e seguem até o 5º ano do ensino fundamental, que cabe ao professor específico da área desenvolver.

O município, que optou por organizar em seu currículo o desenvolvimento de aprendizagens a partir de Conteúdos e não dos “Campos de Experiências”, como na BNCC, aponta uma justificativa no documento, colocando que:

Em relação à Base Nacional Comum Curricular (2017) que indica um trabalho com habilidades e competências, o Currículo da Rede Municipal de Limeira se estrutura a partir de **conteúdos e objetivos de ensino**. Entende-se que o conteúdo é o objeto de ensino do professor e meio capaz de promover o desenvolvimento das habilidades. Sem a clareza do que deve ser ensinado, o docente pode

se perder em práticas pedagógicas generalistas que reverberam a falta de progressão de aprendizagem. Dessa forma, o Currículo Municipal não deixou de contemplar em seus conteúdos as habilidades propostas pela BNCC, mas adota uma perspectiva de aprendizagem máxima e clareza do que deve ser ensinado em cada ano de escolaridade. (Limeira, 2019, p. 6, grifo meu).

Apoiados nas perspectivas da cultura corporal de movimento, o currículo do município não objetiva a recreação, mas assegurar a construção de um acervo cultural, proporcionando a apropriação crítica dos conhecimentos das práticas corporais (Limeira, 2019).

A cultura corporal de movimento e seu acervo de saberes, habilidades, valores e formas comunicativas que compõe o complexo cultural manifestado pelas práticas corporais são exemplificados nesse currículo pelos conteúdos gerais: 1) Jogos e Brincadeiras; 2) Esportes; 3) Manifestações Ginásticas; 4) Ritmo e Expressividade; 5) Lutas; 6) Conhecimento Corporal (Limeira, 2019, p. 723-724).

Dessa forma, com a exceção das lutas, propõe-se que crianças na Educação Infantil, a partir do currículo municipal de Limeira, tenham vivências com jogos e brincadeiras, esportes, manifestações ginásticas, conhecimento corporal e ritmo e expressividade.

O Currículo delimita um conteúdo geral denominado “Ritmo e Expressividade” e a partir dele, três conteúdos específicos: “Brincadeiras cantadas”, “Elementos básicos da dança” e “Imitações”. Com relação ao conteúdo de imitações, o Currículo orienta que sejam trabalhados nos anos iniciais em que o professor de Educação Física atua, compreendidos entre o Maternal II, a 1ª e a 2ª Etapa, cujo objetivo é de:

Participar de brincadeiras de imitação, percebendo a realidade a sua volta, expressando sua imaginação, fantasias, sentimentos e vontades, utilizando a linguagem corporal (diferentes posições, posturas, ações, gestos de si mesmo e dos demais). (Limeira, 2019, p. 740).

Há também nos conteúdos de jogos e brincadeiras, o destaque para dois objetivos, que são: explorar o ambiente por meio dos jogos sensoriais utilizando os diversos sentidos e vivenciar jogos dirigidos de faz-de-conta relacionados com diferentes situações e interpretações de personagens, compreendendo e explorando o espaço que os cercam, estimulando as potencialidades motoras, intelectuais, emocionais e sociais (Limeira, 2019).

A partir desses objetivos curriculares do Município, é notável que os movimentos de posturas, bem como expressão de sentimentos e vontades, podem se assemelhar e relacionar-se ao Yoga, ao mesmo tempo que, devido à sua especificidade, leva em consideração as proposições a partir dos campos de experiências da BNCC.

Portanto, na Educação Infantil, a Educação Física pode até não ser fragmentada como disciplina, mas preocupa-se em desenvolver a linguagem corporal nas crianças pequenas (Franzé, 2019). De Lucca (2007) traz que a Educação Física é um campo fértil para ser semeada a ideia de auxiliar as crianças em diversos processos, entre eles o de direcionar a atenção para dentro de si, percebendo as manifestações internas do seu corpo, seus pensamentos e as suas emoções.

Tendo em vista o caráter diverso e polivalente que cerca a Educação Física na Educação Infantil, caracterizado pelo movimentar-se, e tendo em vista os preceitos éticos e morais, as posturas e a busca pelo autoconhecimento objetivados pelo Yoga, a sua prática pode se apresentar no ambiente escolar infantil, proporcionando um repertório de vivências potente, de modo a atender algumas demandas dos supracitados.

4 PERCURSO INVESTIGATIVO

De forma a atender os objetivos colocados, a pesquisa de natureza qualitativa seguiu seu percurso através de 4 etapas:

- 1ª etapa: levantamento bibliográfico acerca dos temas relacionados à Educação Física e Yoga para a Educação Infantil, a fim de ampliar o campo reflexivo e compreender possibilidades e interfaces dessa relação.
- 2ª etapa: elaboração de uma Unidade Didática para crianças pequenas na Educação Infantil, contemplando atividades de Yoga dentro dos eixos norteadores interações e brincadeiras, que possam estar presentes no contexto da Educação Física escolar.
- 3ª etapa: aplicação da proposta de Unidade Didática com uma turma de 2ª etapa em uma escola municipal em Limeira-SP e observação de como ela se constituiu na prática pedagógica. Para isso, as observações das atividades desenvolvidas foram registradas por meio da escrita de diários de campo, a partir da perspectiva da professora pesquisadora.
- 4ª etapa: Análise dos registros produzidos em aulas a partir das observações e anotações dos diários de campo. Como etapa final da pesquisa, objetivou relacionar os registros obtidos com o plano teórico definido neste trabalho, buscando referenciar, discutir e identificar um caminho possível para a prática de Yoga na Educação Infantil.

4.1 Materiais e Métodos

Esta presente pesquisa se propõe pensar sobre novas perspectivas para a Educação Infantil a partir da produção, implementação e avaliação de uma unidade didática envolvendo a prática do Yoga com crianças no âmbito da Educação Infantil. Para tanto, o exercício investigativo irá partir da pesquisa bibliográfica na composição com as singularidades do universo de pesquisa considerado e a expertise da professora-pesquisadora, que é também praticante de Yoga.

Na esteira desta ideia, pretendeu-se, ampliar os estudos acerca da Educação Física na Educação Infantil. Particularmente, compreender como o Yoga pode estar presente na Educação Infantil no contexto da Educação Física.

A metodologia para o presente trabalho tem um caráter qualitativo e buscou princípios da abordagem da pesquisa-ação para dar mobilidade a um exercício investigativo intrinsecamente desenvolvido junto ao exercício educacional. Na leitura de Thiollent (2022), essa íntima relação entre um trabalho de pesquisa e o exercício educacional é particularmente evidenciado nas pesquisas do tipo ação, isso porque:

As pesquisas em educação, comunicação e organização acompanham as ações de educar, comunicar e organizar. Os “atores” sempre têm de gerar, utilizar informações e também orientar a ação, tomar decisões etc. Isto faz parte tanto da atividade planejada quanto da atividade cotidiana e não pode deixar de ser diretamente observado na pesquisa-ação. As ações investigadas envolvem produção e circulação de informação, elucidação e tomada de decisões, e outros aspectos supondo uma capacidade de aprendizagem dos participantes. Estes já possuem essa capacidade adquirida na atividade normal. Nas condições peculiares da pesquisa-ação, **essa capacidade é aproveitada e enriquecida em função das exigências da ação** em torno da qual se desenrola a investigação. (Thiollent, 2022, p. 76, grifo meu).

A pesquisa-ação é um tipo de investigação-ação, seguindo um ciclo entre agir no campo da prática e investigar a respeito dela. “Planeja-se, implementa-se, descreve-se e avalia-se uma mudança para a melhora de sua prática, aprendendo mais, no correr do processo, tanto a respeito da prática quanto da própria investigação.” (Tripp, 2005, p. 446).

Sob a perspectiva de Thiollent (2022) a pesquisa-ação é constituída pela ação ou participação, mas não apenas por elas, mas também constituída na contribuição para a discussão e no avançar do debate acerca das questões abordadas.

4.2 Universo da pesquisa

A pesquisa foi desenvolvida em uma Escola Municipal de Educação Infantil denominada EMEI “Mercedes Stuchi Duarte de Mattos”, localizada na Rua Professor Fariz Elias, nº 140, no bairro Jardim Olga Veroni na cidade de Limeira-SP. Situada na região leste, é uma zona periférica e urbana da cidade, contando com farmácias, supermercados, igrejas, creches, Escola Estadual e comércios em geral. Além disso, a região fica próxima a rodovia Anhanguera, por isso seu entorno conta também com diversas indústrias.

A escola é uma das 69 escolas do município e atende aproximadamente 120 crianças por ano, com idades entre 4 e 6 anos, organizadas em turmas de 1ª e 2ª etapa da Educação Infantil. A estrutura física da escola conta com 4 salas de aula, 1 sala administrativa, 1 sala de direção, 1 sala dos professores, 4 banheiros, 1 refeitório, 1 pátio coberto, 1 pátio descoberto e 1 parque com brinquedos, casinhas, quiosque e caixa de areia. Possui também uma variedade de recursos materiais, tais como sistema contra incêndio, sistema de alarme, câmeras e som ambiente, microfone, TV, máquinas fotográficas, filmadora, caixa amplificadora, notebooks, acesso à internet, materiais de papelaria e considerável acervo de livros didáticos e pedagógicos.

Com relação às aulas de Educação Física, geralmente são realizadas no salão coberto, no pátio ou no parque (Figuras 1, 2 e 3), a depender do clima e disponibilidade de espaços. Além da infraestrutura de espaço, a EMEI conta também com boa diversidade de recursos materiais para o desenvolvimento das atividades.

Figura 1 - Salão coberto.



Fonte: Acervo pessoal (2024).

Figura 2 - Pátio externo.



Fonte: Acervo pessoal (2024).

Figura 3 - Parque.



Fonte: Acervo pessoal (2024).

Com seu funcionamento em período integral – das 7:30 às 16:30 – as turmas são organizadas no período regular por etapa, sendo a 2ª etapa pela manhã – das 7:50 às 12:00 – e a 1ª etapa à tarde – das 12:20 às 16:30. São nesses períodos regulares em

que os estudantes têm aulas com a professor (a) polivalente, professores de Artes e de Educação Física. No horário inverso, os alunos permanecem na escola com as chamadas professoras de projeto, que realizam atividades lúdicas e educativas organizadas em 3 eixos pré-determinados pelo programa de educação integral do município.

A equipe escolar é composta por 1 diretora, 1 vice-diretora, 1 coordenadora, 13 pedagogas, 1 professora de Educação Física, 1 professora de Artes, 5 monitoras, 2 merendeiras e 3 auxiliares de serviços gerais.

A pesquisa foi realizada com uma turma de 2ª etapa do ensino infantil da EMEI. De acordo com o currículo da Secretaria Municipal de Educação de Limeira (2019), o conteúdo específico “Imitações”, dentro do conteúdo geral de ritmo e expressividade não difere entre a 1ª e a 2ª Etapas. A escolha se deu, portanto, devido à 2ª Etapa realizar as aulas de Educação Física pela manhã, período em que a professora-pesquisadora possui a maior carga horária de trabalho na Unidade Escolar, possibilitando maior organização para a implementação.

4.3 Participantes

A pesquisa de campo foi desenvolvida em uma turma da 2ª Etapa da Escola Municipal de Educação Infantil (EMEI) Profª “Mercedes Stuchi Duarte de Mattos” no município de Limeira-SP. A turma é composta por 20 alunos, sendo 9 meninos e 11 meninas, crianças com a faixa etária entre 5 e 6 anos de idade. Dos 20 alunos, 2 alunos não foram autorizados o uso dos dados para fins da pesquisa pelos responsáveis, embora todos tenham participado das atividades. Portanto, a coleta de dados contou com a participação de 18 estudantes.

Para que fosse possível a realização desta pesquisa contando com a participação das crianças na escola, o projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Biociências da UNESP – Campus de Rio Claro, sob o parecer número 6.555.973.

As atividades propostas através da Unidade Didática seguiram seu curso didático pedagógico, previamente planejado e autorizado pela gestão e coordenação escolar, de acordo com o previsto para a Educação Física no projeto político pedagógico da escola, apoiadas pelo Currículo de Educação Física da Secretaria Municipal de Educação de Limeira e pela BNCC.

O aproveitamento dos dados para fins da pesquisa foi possível mediante autorização dos pais e/ou responsáveis, que assinaram um TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice A), os quais foram informados e esclarecidos da pesquisa anteriormente ao início da implementação com as crianças.

Para a implementação do trabalho de campo, junto ao exercício didático com os alunos, foi feita uma reunião de pais com a professora-pesquisadora no mês de maio, contando também com a participação da equipe gestora da escola, bem como da professora polivalente da turma. Os responsáveis presentes ficaram cientes que podem ter acesso aos escritos nos diários produzidos e poderão apontar o que poderá ou não ser aproveitado para fins da pesquisa. Aos responsáveis que não compareceram à reunião, foi enviado duas vias do TCLE no caderno de recados dos alunos, e para esclarecimentos foi gravado um vídeo, que foi enviado no grupo de WhatsApp da turma, onde todos os responsáveis participam.

Houve o cuidado para não colocar os alunos em situações de exposição. Por isso, cada aluno também assinou um TALE - Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (Apêndice B), que foi lido e assinado com os alunos em aula de Educação Física, logo após a assinatura do TCLE pelos responsáveis. O TALE foi lido para os alunos. No ato da assinatura, cabe ressaltar que cada aluno escolheu um pseudônimo, para que a identidade dos estudantes seja preservada.

Quadro 1 - Informações dos participantes

GÊNERO	IDADE	PSEUDÔNIMO
Menina	5 anos	Abelha Eloa
Menino	5 anos	Urso Pedro
Menino	6 anos	Camelo Rock
Menina	5 anos	Coruja Any
Menino	5 anos	Cavalo Caramelo
Menina	5 anos	Cachorra Ana
Menina	6 anos	Girafa Lua
Menino	5 anos	Elefante Nico
Menina	6 anos	Ovelha Eloisa
Menina	5 anos	Coelha Sofia
Menina	6 anos	Tartaruga Marina
Menino	5 anos	Leão Marcos
Menino	5 anos	Pássaro Davi
Menino	5 anos	Tigre Rei
Menina	6 anos	Gata Lisa
Menina	6 anos	Zebra Sky
Menina	5 anos	Borboleta Blue
Menino	5 anos	Lobo Lucas

Fonte: elaborado pela autora (2025).

As atividades propostas foram desenvolvidas dentro de um clima agradável e afetivo, estimulando a integração entre os alunos e a composição de um clima de aprendizagem divertida e adequada para a Educação Infantil. Destaca-se também que a organização da Unidade Didática seguiu uma estrutura necessária dada a heteronomia das crianças nessa faixa etária, porém, o exercício didático se encaminha de acordo com as condições do ambiente escolar, bem como os acontecimentos trazidos pelos alunos, que puderam flexibilizar de alguma forma o trabalho planejado.

4.4 Instrumentos para a coleta de dados

Para garantir o registro de todo esse processo de implementação e desenvolvimento do exercício didático pedagógico, essa pesquisa lançou mão da escrita de diários de campo. Nessa escrita consta informações descritivas em detalhes, tais como os estudantes presentes na aula, a data, os aspectos que influenciaram o desenvolvimento da aula, antes/durante/depois, as atividades desenvolvidas e adaptações necessárias, a participação e interação dos alunos, seus envolvimento e conexões, a participação da professora/pesquisadora, as estratégias e sensações, bem como as situações adversas e outras observações/ atravessamentos.

A utilização dos diários de campo como instrumentos para coleta de dados torna-se uma ferramenta pertinente para abordagem da pesquisa-ação da qual a pesquisa propõe. Kroef et. al (2020) afirma que os diários de campo tratam de uma escrita que compreende tanto a descrição dos processos observados, quanto as observações do pesquisador.

A utilização de diários de campo como ferramenta de pesquisa possibilita visibilizar aspectos da implicação do(a) pesquisador(a) com o campo estudado. Tal modalidade de escrita compreende a descrição dos procedimentos do estudo, do desenvolvimento das atividades realizadas e também de possíveis alterações realizadas ao longo do percurso da pesquisa, além de servir como uma narrativa textual das impressões do(a) pesquisador(a) (Kroef et. al., 2020, p. 466).

A escrita diarística, portanto, trata de uma escrita intensiva, pois se ocupa com as narrativas, isto é, os acontecimentos que atravessaram a experiência de aula, dando vida à diferentes modos de ser e aprender em sala de aula. Lourau (2004, p.

267) coloca que em uma escrita diarística “o pesquisador, além de seu corpo e de seus instrumentos, não se pode furtar a utilizar também tudo que lhe passa pela cabeça”.

Consiste em transpor a contiguidade para o domínio da classificação dos fatos observados ou a observar: todo dado não apenas clama por outros para ser compreendido e interpretado como produz, hipoteticamente, o aparecimento de um conjunto de dados, cuja manifestação global é postulada como explicativa por si só, de tal ou qual dado já colhido ou a colher. (Lourau, 2004, p. 266-267).

As escritas dos diários de campo serão elaboradas por meio de uma observação atenta e estruturada durante as intervenções didáticas (Apêndice C), focadas na vivência das atividades a serem desenvolvidas, levando em consideração os aspectos que influenciarão o seu desenvolvimento, tais como gestos, comportamentos e falas dos alunos, atravessando também todas as experiências e informações cruzadas dos acontecimentos durante a implementação da Unidade Didática.

4.5 Forma de análise dos dados

Os diários de campo foram analisados de acordo com as etapas sugeridas por Farias et. al. (2020):

- Organização e leitura atenta dos materiais;
- Codificação dos materiais, identificando trechos, recortes de falas, palavras, ideias repetidas e comportamentos;
- Categorização, que aglutina os códigos da etapa anterior, estabelecendo uma relação dialógica entre eles.

Além dos procedimentos apresentados acima, a análise também considerou a possibilidade de compreensão da realidade estudada como multiplicidade, isto é, como ideia que expressa múltiplas perspectivas em constante processo de transformação. Deleuze (2018) aponta que cada coisa é uma multiplicidade na medida em que exerce uma ideia, cuja multiplicidade variável é o quanto, o como, o cada caso.

Portanto, a análise dos diários de campo foi constituída como um movimento compositivo tecido entre o material dos diários, o exercício da pesquisa bibliográfica

e a experiência da pesquisadora, a fim de gerar um campo de discussões que envolvam a prática docente no contexto da Educação Física Infantil.

5 O YOGA NO CONTEXTO DA EDUCAÇÃO INFANTIL E EDUCAÇÃO FÍSICA NO BRASIL

A fim de ampliar o campo reflexivo e compreender possibilidades e interfaces da relação entre a Educação Física e Yoga para a Educação Infantil, neste capítulo serão apresentadas a primeira e a segunda etapa da pesquisa, compondo um levantamento bibliográfico e a partir deste levantamento, a elaboração de uma Unidade Didática.

5.1 O Estado da Arte do Yoga na Educação Infantil no Brasil

O Yoga transita em diferentes abordagens, sejam elas religiosas, filosóficas, antropológicas, nas áreas da saúde, arte e educação. Siegel e Bastos (2020) trazem que o Yoga perpassa por vários campos do saber, delineando zonas de contato e fronteiras simbólicas.

Sabendo que o Yoga transita pelas mais diversas áreas, que extrapolam o campo científico e estão em fronteiras distantes das pesquisas acadêmicas, verificar o estado da arte do Yoga na educação brasileira é um grande desafio. Há diversas iniciativas que associam a prática do Yoga à educação no Brasil, sejam em escolas públicas, particulares, ONGs, o que se percebe é que profissionais de diferentes áreas da educação de modo pessoal se interessam pela prática do Yoga e a incluem em suas práticas pedagógicas (Lauris, 2020).

O Yoga também está presente em livros infantis, sejam através de posturas, histórias e cantigas, seu repertório não se esgota. Pelo contrário, a busca pelos conhecimentos do Yoga para crianças atrai cada vez mais adeptos, como ocorrem nas iniciativas da Maria Ester Massola (Massola, 2008), Cris Pitanga (Pintanga, 2013) e da dupla João Soares e Rosa Muniz (Muniz e Soares, 2020), que há mais de 10 anos vem oferecendo conteúdos diversos através de livros, cursos de formação, vídeos na internet e programas de televisão.

Sendo um campo tão amplo, como primeiro momento do procedimento foi realizado um levantamento bibliográfico, a partir de rastreamento de bibliotecas e bases de dados virtuais, a fim de selecionar livros, teses, dissertações e artigos científicos envolvendo as temáticas do trabalho. Para tal rastreamento, foram utilizadas as bases virtuais Athena, Acervus e Delalus, bem como site da revista Scielo, Portal de Periódicos Capes e Google Acadêmico. Para este levantamento

virtual, foram utilizadas as palavras-chave como “Yoga”, “Criança”, “Educação Infantil” e “Educação Física”, consideradas as referências dos últimos 11 anos [2013-2023].

Em um cenário geral, ao pesquisar pelo portal de periódicos da capes em janeiro de 2024, evidencia-se a existência de 13.786 artigos relacionados ao Yoga. Porém, objetivando realizar um levantamento bibliográfico acerca a fim de verificar o estado da arte dos estudos envolvendo a prática do Yoga no âmbito da Educação Infantil no Brasil, ao filtrar as palavras “Yoga” e “Educação Infantil”, e “Yoga” e “criança”, esse número ficou reduzido à 29 estudos que relacionam de alguma forma a prática do Yoga e a Educação. Realizando leitura atenta de tais resumos e bibliografias, entre artigos, teses, dissertações e trabalhos de conclusão de curso, foi necessário filtrar ainda mais, optando pelo aprofundamento a seguir em estudos e pesquisas que se fizeram presente apenas no âmbito da Educação Infantil.

Evidenciando de maneira clara a relação entre Yoga e infância, Simões, Mizuno e Rossi (2019) publicaram um artigo de revisão sistemática traçando um panorama das produções sobre Yoga para crianças e mobilizando uma reflexão sobre as possibilidades do Yoga para o desenvolvimento integral da criança. Foram consideradas pesquisas no intervalo de tempo de 11 anos (2007 a 2017) e como resultado foram encontrados 16 estudos, sendo 7 publicações em anais de eventos, 5 Trabalhos de Conclusão de Curso e 4 artigos em periódicos. A partir desse panorama, os autores concluíram que as pesquisas que relacionam a temática Yoga e crianças foi pouco estudado no campo acadêmico-científico, mas aponta a educação como uma potencialidade de inserção, já que 10 das 16 pesquisas ocorreram no ambiente escolar. Foi possível constatar também que benefícios físicos, psicológicos, sociais, comportamentais, entre outros, foram confirmados pelas investigações, o que aponta um caminho de contribuição do Yoga para a formação do ser integral (Simões, Mizuno e Rossi, 2019).

Após o panorama do artigo mencionado acima, ainda que pouco estudado no campo acadêmico-científico, a literatura aponta para um crescimento nas publicações nos anos subsequentes a atualmente (19 pesquisas), evidenciando que há sim maior interesse nos estudos que unem as temáticas do Yoga e crianças na Educação Infantil. Boa parte dessas pesquisas, inclusive, foram realizadas com professores participantes de cursos de formação continuada, ferramenta extremamente importante na continuidade dos estudos e qualificação dos professores, visto que a formação inicial não da conta de certas temáticas específicas, como é o caso da

prática de Yoga na Escola, que as formações “tornam-se imprescindíveis, pois seria limitante ensinar uma linguagem sem nunca sequer tê-la vivenciado” (Franzé e Rossi, 2019, p. 253).

Franzé (2019), em sua dissertação, analisou se os conhecimentos de uma formação continuada em ioga permanecem e influenciam a prática pedagógica de professoras na Educação Infantil após a sua conclusão. Com a participação de 17 professoras egressas de uma formação no município de Bauru-SP, os resultados apontam que as professoras formadas deram continuidade a prática de ioga, tanto como prática pessoal, quanto em vivências com seus estudantes na Educação Infantil. A autora ressalta que a pesquisa foi uma amostra de condução de uma formação específica, que não condiz com a realidade de toda ação de formação continuada para professores, porém, conclui que para um alcance de reelaboração e ressignificação da prática pedagógica, é importante que a formação ofereça elementos, “tais como a articulação entre o que se aprende, o que esse aprendizado contribui para formar o professor e como será reinterpretado e desenvolvido de forma pedagógica na escola” (Franzé, 2019, p. 133). Em continuidade a essa problemática, as autoras Franzé e Rossi (2019) publicaram um artigo acerca dos desafios e das possibilidades que professoras encontram ao levar a prática do Yoga para seus alunos, identificando que a formação pode implementar modificações no fazer pedagógico de professoras, que adequando-os as suas respectivas realidades e necessidades, ressignificam os aprendizados da formação continuada em Yoga para as suas práticas escolares.

Envolvidas nesse mesmo contexto de formação continuada, um artigo de Franzé e Rossi (2022) pode constatar que as vivências do Yoga resultaram às professoras percepções de mudanças em si: consciência corporal, respeito ao corpo, melhora da respiração, diminuição de dores, e compreensão de totalidade, que reflete no processo de criação e atuação no contexto escolar. A experiência corporal também se faz imprescindível nesse encontro entre a formação das professoras. Rossi e Ehrenberg (2022) indicam que as experiências corporais na formação potencializam os aprendizados para as professoras levá-los para seus alunos, além de levantar reflexões importantes sobre a corporalidade necessária para o educar, para o brincar, e para o ser individual, que se potencializaram a partir das experiências construídas e compartilhadas coletivamente com a formação vivida.

Rossi e Ehrenberg (2023) enfatizam a importância em oportunizar as professoras tempo e espaço para o perceber-se e para o experienciar do corpo, que

a partir das análises em seu artigo apontaram para uma atenção e reconexão com o corpo, deslocando-se para sentidos e olhares diversos da vida, potencializando conquistas corporais, sociais e emocionais, reverberando consequentemente nas ações pedagógicas. A relação das autoras com a temática é de grande importância, pois são docentes em universidades, atuando diretamente na formação de estudantes de Educação Física, bem como oportunizam formações continuadas para professores já em atuação no mercado de trabalho.

Os estudos acima demonstram que uma realidade local pode ser modificada e os conhecimentos sobre o Yoga e o interesse pela sua prática podem ser ampliados a partir do conhecimento adquirido por profissionais em contato com a formação continuada. Em um outro contexto, no município de Marília-SP, Doretto (2021) também oportunizou práticas de Hatha Yoga para professoras da Rede Municipal, e destacou que a partir da prática do Yoga em si mesmas, as professoras puderam fortalecer valores éticos na vida particular e no ambiente escolar, percebendo-se mais humanizadas e dispostas a construir com seus alunos uma Educação Integral, concluindo assim, que o Yoga pode ser um bom aliado à Educação, construindo-a sensível, afetiva e consciente.

A presença do corpo como protagonista nas iniciativas de formação apresenta justamente essa relação que o Yoga proporciona pela experiência com o movimento, mas que perpassa também reflexões acerca da ética, dos pensamentos, da integralidade do ser, não sendo fechada a um profissional ou área, mas que se apresenta relacionada a Educação Física Infantil. Possibilitar experiências como essa na infância pode ser um dos caminhos na direção de um educar respeitoso. Nesse sentido, diversos estudos demonstraram intervenções do Yoga com crianças, estudantes na Educação Infantil, etapa de desenvolvimentos constantes para o educando.

Um projeto de Yoga na escola ocorrido entre 2013 e 2015 no interior de São Paulo, oportunizou que crianças na Educação Infantil tivessem contato com o Yoga através de criação de materiais didáticos específicos, criação de personagens, histórias e adaptações de brincadeiras, criando uma identidade para a prática do Yoga (Deutsch et. al, 2015; Faria et. al, 2015). Essa identidade para a prática se mostra evidente também no relato de experiência de Rodrigues, Urias e Machuch (2023), que apresenta uma maneira diversificada para trabalhar o Yoga na escola através de um jogo de cartas com posturas, dinâmicas e variedade de dificuldades entre as posturas.

Esse jogo foi experienciado com alunos entre 2 e 13 anos de idade, onde foi possível perceber que o jogo desperta o interesse pelo Yoga no ambiente escolar nas diferentes faixas etárias, favorecido pelo material atrativo, as regras e as variações do jogo.

Além de ser imprescindível o uso da criatividade na construção de atividades para crianças, sejam elas de Yoga ou quaisquer outras práticas, as ideias vem justamente pela interação do planejamento prévio com o processo a partir da experiência com as crianças.

Para além dessa caracterização da prática e ambiente, Rossi (2020) chama a atenção para as experiências e descobertas das crianças ao vivenciar o Yoga na infância, estabelecendo relações com a corporeidade. Através de um projeto que oportunizou aulas de Yoga para 140 crianças entre 4 e 5 anos, ao longo de 1 ano, uma vez por semana, a partir da oralidade das crianças, refletiram que o Yoga na escola se faz uma experiência sensível e respeitosa a cada criança, podendo contribuir com um olhar sobre si e em si, reconhecer emoções, ações e afetos, percebendo as corporeidades que as atravessam desde criança (Rossi, 2020).

Lauris (2020), através de uma pesquisa participante, analisou um processo de ensino e aprendizagem de Yoga com seus alunos com idade entre 4 e 5 anos, que durante 6 meses, por 30 minutos, seus alunos praticaram asanas, pranayamas, literatura infantil e rodas de conversas com assuntos de características éticas social (yamas) e pessoal (nyamas), e a partir dessas vivências constatou o desenvolvimento de aspectos como autoestima, bem como concepção de valores, contribuindo para a formação integral das crianças.

As crianças exploraram suas espontaneidades, criatividade, se sentiram participantes socialmente e transformaram os encontros com colegas e família em encontros mais participativos e divertidos. A apreciação e percepção de si trouxe para as crianças novas expectativas e um olhar dedicado a conhecer-se, com comportamentos mais humanizados e compreensivos, apropriando-se da Cultura Corporal do Yoga com os ásanas e novas criações que somam com a percepção e foco ao ouvir e falar com atenção (Lauris, 2020, p. 87-88).

Oliveira (2022) desenvolveu por 2 anos um processo educativo intitulado de "Projeto Yoga na Educação Infantil", que possibilitou a prática de experiências corporais através de brincadeiras, imitações, desafios e histórias, para turmas com idade entre 4 e 5 anos de uma escola. A partir desse processo, a autora relacionou a

filosofia e prática do Yoga com a formação da corporeidade e de valores dos seus alunos, construindo uma proposta didático-pedagógica para o ensino do Yoga na Educação Infantil, destacando que apesar de não estar presente na maioria dos currículos da Educação Infantil, a prática do Yoga pode favorecer o autoconhecimento, a expressão corporal e a construção de respeito a todos (Oliveira, 2022).

Buscando analisar a receptividade das crianças com aulas de Yoga na Educação Infantil, Santos (2022) observou, escreveu diários de campo e notou que seus alunos, com idade entre 2 e 5 anos demonstraram um forte interesse em brincadeiras de corrida, desafios, brincadeiras de atenção e músicas. Quanto a atividades de menor interesse, a autora apontou para atividades e posturas em que as crianças tinham que ficar paradas. Santos (2022) coloca que tais atividades podem ser satisfatórias na Educação Infantil se as vozes das crianças sejam valorizadas ao longo da experiência, mas que o ambiente escolar enfrenta desafios, como barulhos excessivos, falta de recursos materiais e aceitação por parte da equipe escolar e responsáveis.

Assim como na pesquisa de Santos (2022), que utilizou a escrita de diários de campo como ferramenta principal para coleta de dados e análise, outros estudos e pesquisas anteriormente elucidados utilizaram da escrita diarística como um material secundário e complementar, demonstrando ser importante e adequado para as pesquisas qualitativas envolvendo educação, já que as análises a partir da escrita captam os momentos experienciados, sobretudo nessa relação entre professor-pesquisador, visto que a análise da própria prática deve ser constante na trajetória pedagógica do educador, que é subjetiva e perpassa diversos atravessamentos.

Podemos notar que os estudos e pesquisas presentes na literatura apresentam alguns indicadores em comum para compor o envolvimento da prática do Yoga na Educação Física Infantil. O movimento corporal, a interdisciplinaridade e envolvimento com outras áreas temáticas, pois envolve também o conhecer a si mesmo, o respeito a si e aos outros, as emoções, um caminho para uma Educação Integral. Caminho que é apontado também pela compreensão atual da Educação Infantil a partir da BNCC, que propõe um trabalho interdisciplinar nessa faixa etária a partir dos campos de experiência, que perpassam a todos os envolvidos no processo educativo. Os estudos e pesquisas publicados após a BNCC, em sua maioria, relaciona os diálogos

entre a presença dos valores preconizados pela filosofia do Yoga e os pressupostos da BNCC, documento normativo importante para a Educação no Brasil.

Sendo o movimento a base que pede passagem para o Yoga na Educação Infantil, todos os estudos que propuseram e desenvolveram atividades práticas de Yoga para crianças na Educação Infantil, estas deram prioridade a corporalidade, apontando para o caminho certo a partir de atividades lúdicas, através das variadas brincadeiras, alongamentos, jogos, músicas, histórias e posturas de imitações de animais e personagens queridos pelas crianças, mesmo que sem especificar um estilo fechado do Yoga, mas levando em consideração a complexidade e sensibilidades do Yoga através dos valores dos yamas e niyamas, asanas, pranayamas, pratyāhāra e dāhara, partindo de experiências de movimento.

Dessa forma, os estudos corroboram para que as escolhas das atividades para a Unidade Didática na Educação Infantil sejam através das atividades lúdicas. Porém, não há como homogeneizar as experiências de cada criança, já que ocorrem situações em que o aluno pode não gostar do Yoga, encontrar dificuldades em atividades paradas, como ocorreu com alguns alunos no estudo de Rossi (2020). A autora coloca que "as crianças podem apresentar uma multiplicidade de sentidos às suas experiências e precisam ser acolhidas em seus pontos de vista" (Rossi, 2020, p 119).

Considerando a especificidade da Educação Física e da presença da corporalidade como linguagem na Educação Infantil, a partir do levantamento bibliográfico e os caminhos evidenciados e a partir da experiência da professora-pesquisadora, além das singularidades do universo da pesquisa, a seguir apresento a Unidade Didática de Yoga na Educação Física Infantil.

5.2 Unidade Didática de Yoga para Crianças Pequenas

Como efeito do trabalho teórico pesquisado a partir do levantamento bibliográfico, em composição com as singularidades do universo da pesquisa, foi elaborada nesta segunda etapa, uma proposta de trabalho com o Yoga no contexto da Educação Física Infantil, através de uma Unidade Didática para Crianças Pequenas.

Crianças Pequenas é a nomenclatura colocada pela BNCC para crianças de 4 a 5 anos e 11 meses. No município de Limeira, essa faixa etária utiliza uma nomenclatura diferente, chamadas de 1ª e 2ª etapas da Educação Infantil.

Nesta segunda etapa da pesquisa, foram consideradas também as experiências anteriores da pesquisadora com a Educação Física Infantil e com temática do Yoga para Crianças, que respaldada na interface entre a prática e a teoria embasada na revisão de literatura, contribuiu nesse movimento de composição.

Portanto, a produção da Unidade Didática, que é efeito de um trabalho compositivo tecido por vários elementos, se norteou por alguns pontos de partida:

a) O processo de leitura e levantamento de dados, incluindo reflexões e discussões de diferentes autores sobre a temática.

b) As singularidades do universo da pesquisa, levando em consideração a realidade local, que abrange a infraestrutura do espaço, os materiais disponíveis e possíveis de serem utilizados, além da base legal e curricular que permeia a Educação Infantil e sua aplicação na unidade escolar.

c) A vivência pessoal da professora-pesquisadora, que, por meio da busca em diversos livros infantis, participação em cursos de aperfeiçoamento e experiências anteriores com a temática, contribuíram para a construção do conteúdo a seguir.

d) Os eixos norteadores para a Educação Infantil, que levam em consideração o caráter lúdico das crianças, que são as interações e as brincadeiras.

A Unidade Didática buscou seguir uma estrutura de aulas semelhante as do local em que se fará sua implementação. Portanto, cada aula apresentam atividades tendo em vista uma duração aproximada de 50 minutos, consistindo em:

- Uma atividade introdutória, que tematiza os conhecimentos a serem desenvolvidos;

- Uma atividade central, que desenvolve e estimula os conhecimentos a serem desenvolvidos.

- Uma atividade final, que proporciona um fechamento das atividades desenvolvidas e desperta para o relaxamento individual, característica importante do Yoga.

Os materiais necessários para o desenvolvimento das aulas estarão descritos juntamente com as atividades. Uma vez que o público-alvo são crianças de 4 a 6 anos que tem como características: limitado tempo de concentração e necessidade de rotina e repetição, é importante incluir nas aulas atividades curtas e variadas, como

pequenas músicas e posturas, que podem ser repetidas ao longo de toda a Unidade Didática.

Os objetivos a serem desenvolvidos na Unidade Didática além de buscam contemplar, de maneira geral, alguns dos objetivos do Currículo Municipal de Limeira e alguns dos objetivos de aprendizagem e desenvolvimento da Base Nacional Comum Curricular, buscam tematizar objetivos e aspectos particulares do Yoga, delineando assim a essência da sua prática, de modo a construir novos conhecimentos a partir das possibilidades da Educação Física Escolar.

Quadro 2 - Unidade Didática de Yoga para Crianças.

AULA 1
Tema: Yoga, o que é isso?
Objetivos: Despertar a curiosidade dos alunos sobre o Yoga Apresentar o Yoga para os alunos Desenvolver a atenção e permanência do corpo em uma postura Apresentar e vivenciar alguns ásanas sentado
Conhecimentos e incentivos: Concentração Autonomia Asanas: Montanha (parvatasana), Lótus (padmasana), Pinça (paschimotanasana), Torção Sentada (bharadvaja) Yamas: Satya, Asteya
Desenvolvimento da ação e recursos: De onde vem o Yoga? – Levar um globo terrestre giratório para a aula, formar uma roda e colocar o “mundo” no centro da roda, deixar que as crianças o toquem, com cuidado. Perguntar às crianças “Vocês conhecem o que é Yoga?” A partir das respostas delas, que naturalmente gostam de responder, ir construindo aos poucos com eles a explicação de maneira simples e adequada para crianças do que é Yoga (pode ser uma prática de estátuas ou poses paradinhas, se concentrar em um movimento, parar para respirar, relaxar, acalmar). Explicar brevemente onde estamos localizados, o nosso país Brasil, e em seguida o país Índia, onde surgiu a prática que faremos ao longo das próximas aulas. Caso surjam na conversa os Asanas (posturas), caminho mais conhecido do Yoga, realizar com

eles algumas posturas e mostrar que ao longo das aulas realizaremos muitas delas, bem como outras atividades e brincadeiras.

Brincadeira Batatinha frita 1, 2, 3 – A professora inicia de um dos lados do espaço disponível e, virada de costas, diz: "Batatinha frita um, dois, três". Em seguida, se vira para trás. As crianças, que iniciarão em uma linha na outra extremidade do espaço, enquanto a professora fala, deverão andar para frente, avançando, na tentativa de chegar até a professora antes que ela se vire, pois quando ela virar, todos terão que se transformar em estátuas. A professora dá uma olhada no grupo, virará de costas e falará novamente a frase. Caso algum aluno se movimente enquanto deveria se transformar em estátua, ele retorna para a linha inicial e recomeça a brincadeira mais distante. "Vencerá" quem conseguir encostar na professora antes de ela virar e será o próximo a comandar a brincadeira, substituindo a professora.

Formar novamente a roda inicial e juntamente com os alunos, realizar alguns movimentos de alongamentos sentados. Ao mesmo tempo em que movimentamos um pouco o corpo, ir perguntando as crianças: "Vocês gostaram da brincadeira?", "Aconteceu de algum colega não respeitar as regras?", "Vocês se mexeram em algum momento e não voltaram para o início?", "Como nos sentimos quando mentimos? E quando falamos a verdade?", "O que podemos fazer para melhorar nossas brincadeiras nas aulas?". A partir das queixas apresentadas, poderemos construir combinados que poderão permanecer ao longo de todas as próximas aulas de Yoga, caso os alunos concordem.

AULA 2

Tema:

O que posso aprender com os Yamas e Nyamas?

Objetivos:

Vivenciar brincadeiras que possam despertar conflitos

Abordar com clareza os aspectos da não-violência, não-roubar e da verdade no contexto das brincadeiras

Desenvolver a autonomia nas condutas entre si e com os outros

Conhecimentos e incentivos:

Agilidade

Organização e orientação espacial

Cooperação

Resolução de conflitos

Yamas: Ahimsa, Satya, Asteya

Nyamas: Samtosha, Tapas

Asanas: Arvore (Vrikshasana), Montanha (Tadasana, Parvatasana), Cadaver (Savasana)

Desenvolvimento da ação e recursos:

Convidar os alunos para cantar com a professora uma pequena cantiga. Juntamente, há posturas que acompanham o ritmo da cantiga. Cantar com os alunos primeiramente em ritmo normal, para em sequência repetir algumas vezes. A cada repetição, cantar de maneira mais lenta, de modo a permanecerem mais tempo em cada postura.

Bom dia, minha gente shanti shanti shanti om

Ceguei na minha Yoga shanti shanti shanti om

Quem tiver coração triste vem depressa se alegrar

Vou pegar meu tapetinho e se sentar para meditar

Brincadeira pega-pega cor – cada aluno receberá duas fitas de cores diferentes e colocarão na cintura, um de cada lado do quadril. Organizados em duas equipes, será deliberado uma cor que cada equipe vai pegar. Da mesma forma, a outra cor, as crianças tentarão proteger, simultaneamente. Ao sinal da professora, a brincadeira começa e todos podem correr pelo espaço, por um curto período, para que haja segurança dos alunos. O objetivo será ver quais atitudes vão aparecer para posterior diálogo sobre os Yamas Ahimsa (não violência), Satya (falar a verdade, não mentir), Asteya (não roubar). Será importante nesse momento, conversar com os alunos com relação aos aspectos da brincadeira: “Aconteceu de algum colega não respeitar as regras?”, “Quais eram as regras?”, “Alguém se machucou?”, “O que precisamos fazer para a brincadeira ficar mais segura?”. Após a primeira experiência, vivenciar a brincadeira novamente para verificar mudanças e permanências de atitudes.

Leitura do livro “O pote vazio”, da autora Demi (2019).

Cada aluno poderá pegar um colchonete e escolher como prefere ficar, pode ser sentado, deitado, com os olhos abertos ou fechados. A única regra será: não poderá grudar o colchonete em outro e ficaremos em silêncio para ouvir uma pequena história. A história do pote vazio enfatiza a importância de sermos sinceros e nos dedicarmos as nossas atividades. Ao final, pedir que as crianças ainda em silêncio, guardem o colchonete e formem uma roda. Com a roda formada e o livro no centro, os alunos poderão falar sobre a história, folhear o livro, ver as ilustrações e conversar brevemente sobre o que lembraram da história.

AULA 3
Tema: Ásana... que movimento é esse?
Objetivos: Conhecer e experienciar novas posturas Desenvolver a atenção e permanência do corpo em uma postura Valorizar as características e potencialidades do corpo
Conhecimentos e incentivos: Conhecimento do corpo Equilíbrio e resistência Yamas: Ahimsa, Satya, Asteya Nyamas: Samtosha, Tapas Asanas: Arvore (Vrikshasana), Pássaro (garudasana), borboleta (konasana), jacaré (makarasana), leão (simhasana), semente (balasana), Cadaver (Savasana) Pranayamas: técnicas de respiração que relaxam
Desenvolvimento da ação e recursos: O dado das posturas – Formar uma roda com as crianças e colocar um dado de EVA com desenhos diversos ao centro (Postura do pássaro, borboleta, jacaré, leão, semente e árvore). Antes que elas possam tocar no dado, perguntar sobre os desenhos, deixar que as crianças se expressem com o corpo de que forma podemos imitar esses desenhos. Em seguida, uma criança de cada vez jogará o dado para cima e o desenho que cair será a postura que todos faremos juntos, com a demonstração e orientação da professora. É importante que haja regrinhas básicas nesse momento: não pode tocar no corpo do amigo, temos que ficar em silêncio e tentar permanecer na postura, mas se o corpo doer, volte. Brincadeira da estátua de gelo – Nessa brincadeira, as crianças poderão correr e se deslocar pelo espaço, mas com muita atenção: quando ouvir da professora: “estátua de gelo” deverão escolher uma postura (pode ser as que aprendemos no início da aula ou outras que queiram) e ficar paradinhas até que a professora diga: “derrete!”, momento em que poderão voltar a correr. No decorrer da atividade, ir escolhendo uma criança de cada vez para dar os comandos no lugar da professora. A regrinha básica para essa atividade serão as mesmas combinadas na atividade anterior. Respiração com o dorminhoco – Cada criança pegará um colchonete e colocará no chão. A professora contará para as crianças que depois de tanto imitar a árvore, o jacaré, o leão,

entre outros personagens, chegou a hora de imitarmos um dorminhoco: “Como ele dorme?” Com os olhos fechados, com a barriga virada para cima, respirando bem fundo. Ele gosta de ouvir um som bem calminho... nesse momento, colocar uma música e deixar que as crianças tenham um curto momento de relaxamento, sempre falando da importância de respirar de maneira calma. Ao final, ensinar o movimento de Namastê, agradecendo-os por mais uma aula.

AULA 4

Tema:

Vamos brincar de Yoga? Corre, se concentra na postura e respira.

Objetivos:

Conhecer e experienciar novas posturas

Desenvolver a atenção e permanência do corpo em uma postura

Valorizar as características e potencialidades do corpo

Desenvolver a empatia e atitudes de cooperação

Conhecimentos e incentivos:

Conhecimento do corpo

Equilíbrio e resistência

Yamas: Aparigraha

Nyamas: Samtosha, Tapas

Asanas: Arvore (Vrikshasana), Pássaro (garudasana), borboleta (konasana), jacaré (makarasana), leão (simhasana), semente (balasana), Cadaver (Savasana), Montanha (Parvatasana), Lótus (Padmasana), Pinça (Paschimotanasana), Avião (Virabhadrasana), Dançarino (Natarajasana), Escorregador (Purvatasana), Cobra (Bhujangasana), Herói (Virasana), Arado (Halasana), Arco (Dhanurasana), Gato (Marjaryasana), Cachorro (Adho mukha svanasana).

Pranayamas: técnicas de respiração que relaxam.

Desenvolvimento da ação e recursos:

Pega-pega Namastê (adaptado de Santos, 2018) – Relembrar com as crianças a aula anterior o significado e movimento “Namastê”. No espaço disponível para a brincadeira, escolher um pegador. O aluno que for pego deverá ficar parado no lugar com a “postura” de agradecimento (namastê), podendo votar a brincadeira a partir do momento em que outro aluno, que ainda não tenha sido pego, chegue e cumprimente-o com o Namastê a sua frente.

Trocando colchonetes – Os alunos ficarão espalhados pelo espaço disponível, cada um em cima de um colchonete, como se fosse sua proteção. Em cada colchonete terá uma placa por baixo com a figura de uma postura (Asana) que eles terão que imitar enquanto estiverem ‘protegidos’. A cada sinal do professor “trocando colchonetes” eles devem andar pelo espaço à procura de outro colchonete. A regra será inicialmente para que não repitam o mesmo colchonete, de modo a estimular os alunos a conhecerem e realizar posturas diferentes. Ao final da atividade, conversar brevemente com os alunos, perguntando quais posturas eles passaram, quais foram mais difíceis, quais foram mais legais.

Respiração do barquinho (adaptado de Deutsch et. al., 2015) – cada criança irá receber um barquinho de papel. Deitadas no chão de barriga para cima, serão convidadas a explorar uma respiração diferente. Pedir para que os alunos apoiem o barquinho na barriga. A professora dará os comandos de que o mar é a barriga, e que inicialmente está bem calmo, pouco se movimenta. Em seguida, o mar se agita um pouco e o barco se move para cima e para baixo com a movimentação da respiração diafragmática, que ditará o “ritmo do mar”. Para auxiliar nessa atividade de relaxamento, colocar uma música com sons do mar.

AULA 5

Tema:

Eu me movimento, eu brinco, eu respiro e me concentro.

Objetivos:

Desenvolver a concentração, a percepção de si e do outro e a atenção para a respiração.

Conhecimentos e incentivos:

Autoconhecimento, autocontrole, autonomia e protagonismo

Yamas: Asteya

Nyamas: Sauca

Pranayamas: técnica de respiração que ajuda a desenvolver a consciência respiratória nas crianças

Dhāranā: concentrar-se em si para alcançar um desafio

Desenvolvimento da ação e recursos:

Não pisque, não ria, não se mova – Os alunos se sentarão em duplas e ficarão um de frente para o outro. Se for necessário, colocar uma corda ao meio, ou desenhar com giz a divisão do espaço. Cada dupla terá que se concentrar e se esforçar para não piscar. Em seguida, variando a atividade, com os alunos sentados ainda, poderão se mexer, de modo a tentar fazer a dupla rir, ao mesmo tempo que tenta não cair no riso. Como terceira variação, deixar

que os alunos fiquem em pé, mas agora o desafio será ficar imóvel, ao mesmo tempo que observa se a dupla está cumprindo o desafio.

A casa do pequeno Yogui – A brincadeira começa com um dos alunos no centro e o restante em uma linha de um dos lados do espaço. Chamaremos o aluno de centro de “pequeno Yogui” e ele será o pegador, enquanto os outros tentarão atravessar para o outro lado. Acontece que o pequeno Yogui que definirá a maneira como as crianças atravessarão para o outro lado, escolhendo a cada travessia, uma postura que se lembre. Caso o pequeno Yogui perceba que os amigos não fizeram o movimento, poderá correr para pegá-los e se ocorrer de serem pegos, ficarão uma rodada da brincadeira sentados em um colchonete até a próxima rodada.

Respiração com bolhas de sabão: para a técnica de respiração, usaremos um copo com água e sabão e canudinho. As crianças deverão inspirar pelo nariz e assoprar pelo canudinho, fazendo com que o copo se encha de bolhas.

AULA 6

Tema:

Eu sou... assim como o camaleão!

Objetivos:

Desenvolver a criatividade, atenção e concentração

Desenvolver a permanência do corpo em uma postura

Valorizar as características e potencialidades de si e dos outros colegas

Conhecimentos e incentivos:

Criatividade, expressão corporal, autonomia, autoconhecimento

Yamas: Ahimsa, Satya

Niyamas: Samtosha, Tapas

Asanas: a escolha dos estudantes

Pranayamas: técnicas de respiração que relaxam

Dharana: concentração com o tapete sensorial em formato de mandala com imagem e textura do camaleão.

Desenvolvimento da ação e recursos:

Os camaleões – Com os alunos em roda em volta de um tapete do camaleão, apresentar as crianças o livro “Calma, camaleão!” de Lauren Cardon (2010). O livro contém apenas

ilustrações, por isso, não será realizada a leitura, mas sim, uma construção da história a partir da interação dos alunos com as ilustrações.

Jogo do camaleão e da natureza – O espaço será dividido ao meio por uma corda e metade das crianças ficarão de um lado, que serão os camaleões, e a outra metade será a natureza. Enquanto os camaleões ficarão no seu espaço podendo andar, dançar, correr, se deslocar como quiserem, o lado da natureza escolherá uma postura da natureza para imitar (pode ser a árvore, a folha, a cachoeira, os diversos animais). Para ajudar, levar imagens de posturas para que visualizem e tenham repertório para reproduzir. Ao sinal da professora: “camufla, camaleão!”, os camaleões terão que escolher um colega do lado da natureza, ficar a sua frente e imitá-lo, se camuflando igual fazem os camaleões.

Voltar os alunos para uma roda em volta do tapete do camaleão e sugerir que as crianças coloquem as mãos no tapete, tateando e percebendo a textura do tapete, se concentrando e voltando a atenção a essa percepção sensorial. Lembrar das respirações que aprendemos nas aulas anteriores e deixar que os alunos se concentrem e tentem respirar e relaxar sentadinhos em contato com o tapete.

AULA 7

Tema:

O que aprendemos com o Yoga?

Objetivos:

Desenvolver atitudes de autoconfiança

Exercitar o autocontrole e permanência em postura deitada

Conhecimentos e incentivos:

Equilíbrio, autonomia, autoconfiança

Yamas: Ahimsa, Satya, Asteya

Asanas: Cadaver (Savasana) e a escolha dos alunos

Pranayamas técnica de respiração que ajuda a desenvolver a consciência respiratória nas crianças

Desenvolvimento da ação e recursos:

Brincadeira da estátua de areia – Nessa brincadeira, as crianças poderão correr e se deslocar pelo espaço, mas com muita atenção: quando ouvir da professora: “estátua de areia” deverão escolher uma postura (pode ser as que aprendemos no início da aula ou outras que queiram, deixar que as crianças demonstrem o que lembram, quais posturas

gostam) e ficar paradinhos até que a professora diga: “o vento desmoronou!”, momento em que poderão voltar a correr. No decorrer da atividade, ir escolhendo uma criança de cada vez para dar os comandos no lugar da professora, dando-lhes protagonismo e autonomia.

Jogo do Soldado e do Guerreiro (adaptado de Massola, 2008) – Escolher uma criança para ser o “soldado” e outra para se o guerreiro, que vai bater palma. As demais crianças ficarão deitadas cada uma em seu colchonete, com os olhos fechados e em silêncio, se concentrando para tentar encontrar o soldado. O soldado, por sua vez, terá que andar pelo espaço, sem fazer barulho para não ser encontrado. Quando o guerreiro, responsável por parar o soldado ao bater uma palma, imediatamente o guerreiro ficará uma estátua. Todas as crianças deitadas e com os olhos fechados, poderão apontar as mãos na direção em que acredita estar o guerreiro. Ir trocando os alunos, de modo que todas as crianças passem pelos papéis da atividade. É importante também se atentar se as crianças lembram do respeito as regras, e caso isso não parta deles, relembrar a importância dos Yamas e Nyamas durante a brincadeira.

Respiração da bexiga – Ainda nos colchonetes, pedir para que os alunos se deitem e barriga para cima e imaginarem que a barriga é como uma bexiga de aniversário bem bonita. Eles tentarão encher a bexiga e depois esvaziar bem devagar. Se quiser, podem até colocar a mão na barriga para sentir a “bexiga” se enchendo e esvaziando com a respiração. Em sequência, entregar uma bexiga para cada um e pedir que encham a bexiga com a expiração. Ou seja, irão ficar sentados, inspirar bem profundamente e ao soltar o ar, encherão a bexiga, deixando-a um pouquinho, pouco ou muito cheia.

AULA 8

Tema:

O que o Yoga é para mim? E para nós?

Objetivos:

Valorizar as expressões e potencialidades do corpo

Desenvolver atitudes de cooperação

Respeitar o tempo, fala e corpo de si e do outro.

Conhecimentos e incentivos:

Força e resistência

Autoestima, ampliar as relações interpessoais

Yamas: Ahimsa, Satya, Asteya

Nyamas: Samtosha, Tapas

Asanas: Arado (Halasana) e Pinça (Paschimottanasana)

Pratyahara e Dharana: abstração do sentido da visão e concentração na escuta

Desenvolvimento da ação e recursos:

Brincadeira das palavras – De maneira muito simples, pedir que as crianças se espalhem pelo espaço e fechem os olhos. Agora, por estarem com os olhos fechados, não poderão se deslocar. Por isso, sem sair do lugar, a orientação será que, ao escutar a palavra que a professora falar, a criança terá que se expressar com um movimento, como preferir, de maneira a representar de alguma forma a palavra escutada. As palavras podem ser referentes a emoções ou palavras que fazem referência ao Yoga como: alegria, amor, força, yoga, asana, respirar, relaxar, meditar. Em seguida, pedir que os alunos falem alguma palavra que represente algum aprendizado que o Yoga trouxe.

Pega-pega ajuda – Ainda com os pensamentos nas palavras da atividade anterior, faremos uma brincadeira de pega-pega em que ao ser pego, ao invés de acontecer algo ruim (que ocorre geralmente em brincadeiras do tipo), acontecerá algo bom – ao ser pego o amigo se tornará ajudante do pegador. Um aluno iniciará sendo o pegador, e conforme pegar um colega, deverá dar as mãos, e assim sucessivamente. Na medida que o restante vai sendo pego, as pontas deverão ajudar a encostar nos que estão livres, enquanto o meio que está com as mãos dadas cuidam para que ninguém se solte. Se soltar as mãos, não poderão pegar até que se juntem novamente. É uma atividade de cooperação, colaboração e participação de todos.

Flor de lótus gigante – Assim que todos estejam de mãos dadas com a atividade anterior, formar uma grande roda em que todos se sentem com os pés esticados e unidos uns com os outros. Para voltar a calma, propor algumas respirações profundas e em seguida, explicar como será feita a flor de lótus gigante – que depende da ajuda e força de todos ao mesmo tempo. A flor de lótus se fecha quando todos juntam as mãos nos pés se encolhendo, e se abre quando todos se deitam e jogam os pés para trás (na postura do Arado). Abrir e fechar a flor gigante por algumas vezes, respeitando o tempo das crianças e reforçando a eles a importância desse respeito ao tempo, ao movimento e ao corpo – de si e do outro, que está ligado ao seu através das mãos.

Fonte: Elaborado pela autora (2024).

6 A PRÁTICA DO YOGA NA EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL: UMA ANÁLISE DIALÓGICA A PARTIR DA ESCRITA DIARISTICA

Considerando a terceira e quarta etapa da pesquisa, neste capítulo apresento a análise dos registros produzidos em aulas a partir das observações e anotações dos diários de campo (Apêndice C), de maneira a relacionar os registros obtidos com as referências teóricas encontradas nas etapas anteriores.

Os diários de campo registrou a experiência da pesquisadora ao aplicar a Unidade Didática, ao longo de oito aulas de Yoga adaptadas para crianças no contexto da Educação Física Infantil.

A riqueza do material reside não apenas na descrição das atividades, mas nas interações, falas e comportamentos que emergiram ao longo desse processo. Portanto, a análise seguirá etapas sugeridas por Farias et. al. (2020), em que se concentra numa codificação dos materiais, identificando trechos, recortes de falas, palavras, ideias repetidas e comportamentos. Após a codificação, criam-se as categorias, que aglutina os códigos gerados e os relacionam, de maneira a dialogar sobre seus elementos discursivos e comportamentais, além de explorar a multiplicidade de perspectivas presentes nas interações.

6.1 Ensino e aprendizagem na Educação Física Infantil: identificando padrões nas aulas de Yoga

Ao buscar a identificação de trechos, falas e comportamentos recorrentes ao longo das oito aulas registradas, podemos codificar alguns padrões. A presença frequente a menção de **regras e combinados** é notável, pois surgem tanto como limites a serem respeitados, quanto como oportunidades para reflexão coletiva.

Isso fica evidente desde a primeira aula, quando a professora deixa claro "*Não podia correr, quando a professora virava todos teriam que ficar estátua*" ou os alertam durante uma atividade e outra "*Cuidado para não ser pego*" (aula 5), e permanece presente em todas as aulas. Na Educação Infantil, etapa em que as crianças gostam de correr, brincar e param por pouco tempo, os limites através dos combinados e das regras se faz importante, onde a professora destaca "alunos sabem sim reconhecer os limites e os respeitam, desde que façam sentido para eles", e é perceptível pelos

alunos também. Na aula 2, Tigre Rei relembra os colegas que *"Não pode roubar as regras das brincadeiras"*.

Em diversos momentos a professora relata a dispersão dos alunos, bem como a dificuldade de concentração em atividades silenciosas. Na aula 7 houve um momento em que *"dois alunos dispersaram da brincadeira, deixando de atender aos comandos"*. A **mediação** foi necessária ali, para lembrar a importância da atividade e dar voz a todas as crianças, tentando compreender os motivos para tal comportamento. Dessa mediação, surgiu uma ideia de alteração para uma brincadeira que se mostrava desinteressante para alguns - *"Camelo Rock deu a ideia de colocarmos um pegador, caso alguma criança não formasse a estátua ou ficasse só na parede"*.

É perceptível que mesmo com pouca idade, os alunos se mostram atentos ao que é conversado e refletem sobre as próprias ações diante das brincadeiras, dos conflitos, das histórias contadas, e mesmo apresentando agitação, comportamento comum da criança, isso se modifica através da intervenção respeitosa da professora.

Relacionado a essa compreensão de limites, regras e combinados, um segundo padrão identificado foi o **aprendizado ético**. Na Aula 1, a brincadeira "Batatinha Frita 1, 2, 3" levou as crianças a discutirem a importância de seguir regras para que a atividade fosse justa, culminando em falas como "Tem as regras pras pessoas não trapacear", *"Se trapacear não é ganhar de verdade"*. Leão Marcos diz *"eu corri, mas o Pássaro Davi não"*.

A respeito da história contada durante a aula 2, Tartaruga Marina identifica que *"A história mostra que o pingo falou a verdade e por isso virou rei"*. É percebido um cuidado da professora ao conversar a respeito dos preceitos éticos do Yoga ao longo das aulas *"Esse momento foi muito importante justamente para conversar sobre Yamas e Nyamas (verdade, não roubar, não violência)", "sempre fui lembrando a importância da verdade, do não mentir, não roubar, de toda a conduta ética dos yamas e niyamas"*.

Esses trechos e diálogos evidenciam uma internalização progressiva de valores como o falar a verdade, o não roubar, o vencer pelo próprio esforço, princípios alinhados aos Yamas e Nyamas do Yoga, e fica evidente o quanto foi reforçado ao longo de todo o processo experienciado, ao falar e ouvir os alunos, ao explicar as atividades e ao mediar situações de conflitos.

Outro padrão significativo é a **expressão corporal**, mas também das emoções e sensações, que variam desde a euforia inicial em atividades lúdicas de corrida até a calma durante exercícios de respiração.

As expressões corporais variadas, sejam ao criarem gestos, ao imitarem posturas, ao se deslocarem, ao interagirem umas com as outras, evidenciam a multiplicidade de formas de engajamento - *"cada um tinha autonomia para criar o gesto, houve variações dos movimentos, sons e os alunos ficaram empenhados em criar um gesto diferente para que os colegas imitassem"*.

Ao realizarem as posturas, movimentos, sons e sentimentos foram notáveis. As crianças espontaneamente rugindo como um leão, miando como um gato, piando como um pássaro, iam construindo para si uma nova linguagem corporal, pois, ao representar os animais, os objetos e os elementos da natureza, transmitiam mensagens pelas expressões do seu corpo. Isso fica evidente na terceira aula, em que é comentado que *"na postura do jacaré, teve criança que fez movimento de abrir e fechar das mãos em pé, já outros deitados de barriga para baixo. Na postura da borboleta e do pássaro a mesma coisa, alguns criaram movimentos sentados e outros em pé movimentando os braços e até pulando no lugar. Na postura do leão, alguns fizeram o som enquanto outros quiseram apenas mostrar os gestos."*

Em um outro momento, é perceptível nas escritas que a professora demonstra encantamento pela expressividade das crianças: *"Há muita beleza na facilidade e liberdade em que as crianças têm se expressarem sem se importar com o outro"*. Dessa forma, vemos que cada criança reinterpreta o que lhe é apresentado de modo singular, demonstrando que o "como" e o "cada caso" são constitutivos da prática.

Figura 4 - Crianças criando posturas corporais.



Fonte: Acervo pessoal (2024).

A tensão entre momentos de calma (através de rodas de conversas, atividades de respiração, atividades de concentração) e agitação (corrida em pega-pegas, brincadeiras diversas, estátuas, imitações) ilustra a multiplicidade de emoções e sensações que as crianças vivenciaram. A fala *"eu cansava e conseguia parar para respirar"* do Tigre Rei na aula 8, por exemplo, sugere que a oscilação entre a calma e a agitação é também parte do aprendizado da criança.

Figura 5 - Respiração com bolhas de sabão.



Fonte: Acervo pessoal (2024).

Cavalo Caramelo expressa sua preferência pelas atividades respiratórias com a frase *"Porque me acalmou"*, enquanto Tartaruga Marina destacou o aspecto lúdico e criativo para as novidades que as aulas de Yoga trouxeram ao dizer *"Porque foi diferente e eu gosto de brincadeira diferente"*.

Figura 6 - Momentos de descanso entre as brincadeiras.



Fonte: Acervo pessoal (2024).

Essas falas ilustram como as práticas corporais são ressignificadas subjetivamente, assumindo sentidos únicos para cada criança, que se expressam integralmente, com o movimento corporal, com seus contentamentos e descontentamentos, com seus cansaços e euforias.

Foi notável a presença da **cooperação**, tanto em situações de brincadeiras específicas para isso, quanto em situações em que eram induzidos ao conflito, que mesmo assim demonstravam terem vínculos fortes entre as crianças.

Figura 7 - Brincadeira cooperativa.



Fonte: Acervo pessoal (2024).

Há um auxílio mútuo em diversas atividades, ficando evidente, por exemplo, na brincadeira pega-pega cor (aula 2), momento em que não foi possível nem saber o desfecho da brincadeira: *"não foi possível contar as fitas por equipes porque os alunos foram dividindo as fitas entre eles assim que a brincadeira acabou, demonstrando cooperação entre eles"*, bem como na atividade da respiração com bexigas (aula 7) - *"outras crianças que também saíram de seus lugares para ajudar os amigos"*. Na imitação de posturas, *"quando alguma criança (as mais tímidas) ficavam pensando em como imitar, algumas sugeriam movimentos para ajudar"* (aula 3).

A cooperação fica perceptível também na proposta da aula 6, em que os alunos tiveram que construir uma história juntos. *"Tentamos contar uma história coletiva, de um camaleão que se aventurou a comer um mosquito vermelho e passou a se aventurar por muitos lugares diferentes"*. No final da aula, os alunos demonstram cumplicidade ao se deitarem e movimentarem juntos o tapete do camaleão, de forma espontânea.

Figura 8 - Aventuras com o camaleão.



Fonte: Acervo pessoal (2024).

A presença do **afeto** entre os alunos e entre os alunos e a professora é notável nos diários em alguns momentos, como por exemplo na aula 3, quando Tartaruga Marina disse *"eu não consegui pensar em nada, mas eu escutei tudo o que você falou"*, e a turma começou a se expressar em concordância. Também na aula 8, momento em que a professora pediu a *"Ajuda e cuidado de todos"* para que a flor de lótus coletiva desse certo, sem que ninguém se machucasse, bem como no momento da brincadeira do pega-pega, em que *"Todo mundo deu as mãos"*, se apoiando para os objetivos da atividade, ao mesmo tempo em que fortalecem os vínculos e conexões uns com os outros.

Figura 9 - A flor de lótus se abrindo.



Fonte: Acervo pessoal (2024).

Por fim, frequentemente presente nos diários foi a presença da **diversão**, os alunos demonstraram euforia diante das **brincadeiras**, se conectando com os gestos e com os desafios presentes nas situações didáticas, fazendo menção a frase *"a brincadeira ocorreu de maneira divertida"* por diversos momentos.

Sabemos que a linguagem da criança a partir do movimento é importante para, portanto, proporcionar vivências a partir de atividades lúdicas, se torna um momento divertido, em que as crianças constroem valores ao mesmo tempo em que brincam. Ao longo do desenvolvimento da Unidade Didática, ficou claro que a diversão, as gargalhadas, o engajamento e envolvimento das crianças nas brincadeiras era muito grande, principalmente sob desafios. Por exemplo, durante uma brincadeira na aula 5, houve uma alteração para motivar os alunos, momento em que *"a brincadeira ficou mais dinâmica e eles acabaram se envolvendo mais com a proposta, por terem descoberto um desafio"*.

No decorrer das aulas, a professora escreveu a respeito tanto em momentos curtos *"Foi uma brincadeira muito rápida, que com muita energia todas as crianças se entregaram"* (aula 2), em momentos de finalização das aulas, *"o que os divertiu bastante e finalizou a atividade com gargalhadas"* (aula 3), *"encerramos a aula com os alunos se divertindo e brincando com a bexiga"* (aula 7), em momentos de engajamento dos alunos, empenhados na atividade *"os alunos estavam participativos e empolgados, demonstrando diversão ao brincar"* (aula 4), ou até mesmo em momentos em que foram necessárias adequações *"a brincadeira pareceu mais atrativa para as crianças, que participaram com mais entusiasmo"* (aula 6).

Ainda assim, não escapou dos relatos nos diários a presença de momentos de **dificuldades**, como foi na situação que a professora relata caos, dizendo que a aula foi *"uma aula difícil, bem caótica, que eu me senti muito frustrada"*, isso porque houve percepções que as atividades estavam alcançando uma parte das crianças, mas não a todas, *"metade da turma estava envolvida com a proposta e outra metade da turma estava dispersa"*. Isso aponta que a realidade do professor enfrenta seus desafios diários, pois, ainda que com atividades atrativas e previamente planejadas, há muitos atravessamentos que percorrem as interações das crianças umas com as outras, com a professora, com o ambiente, com as atividades propostas e com o momento presente.

6.2 Categorização e as relações entre multiplicidade, Yoga e docência na Educação Física Infantil

Passado o processo anterior, onde se identificou códigos a partir do material contido nos diários de campo, agruparemos os dados em categorias analíticas mais amplas, estabelecendo relações dialógicas entre elas. Desse modo, três categorias foram organizadas.

A primeira categoria, denominada engajamento e aprendizado infantil, discutiremos acerca dos códigos relacionados ao aprendizado ético, a expressão corporal, brincadeiras, diversão, afeto e cooperação discorrendo acerca dos valores e significados construídos pelas crianças.

Em relação a segunda categoria, denominada mediação docente, desenvolveremos discussões aos aspectos que influenciam o trabalho do professor, sobre os códigos das regras e combinados, das dificuldades e da mediação na relação professor-aluno.

Por fim, a última categoria, corporeidade e multiplicidade, contará com a presença de todos os códigos, discorrendo sobre a literatura e a experiência da professora em diálogo com as singularidades encontradas nas análises.

6.2.1 Engajamento e aprendizado infantil

As observações contidas nos diários de campo indicam que o desenvolvimento da Unidade Didática pode ser uma das maneiras de construir um aprendizado ético com as crianças. Isso é importante, pois na Educação Infantil é preciso proporcionar condições em que as crianças tenham papel ativo, aprendendo em situações e "ambientes que as convidem a vivenciar desafios e a sentirem-se provocadas a resolvê-los, nas quais possam construir significados sobre si, os outros e o mundo social e natural" (Brasil, 2018, p 37).

A não violência (ahimsa) é um yama muito presente nas aulas de Educação Física Infantil, visto que aos 5 anos, as crianças se envolvem em brigas, conflitos e se entristecem, mesmo que sem querer, pois, ainda estão aprendendo a conviver. A partir das aulas, atividades e brincadeiras, os alunos puderam praticar a benevolência entre os amigos e consigo mesmo.

O yama satya (não mentir, ou veracidade) pode ser experienciado quando tiveram momentos em que nas brincadeiras, por exemplo, tinham que assumir suas verdades. Durante a história do pote vazio, puderam ver que o falar e o agir com a verdade sempre é o melhor caminho. Durante a prática de uma postura mais desafiadoras, tiveram que identificar com sinceridade quais eram os seus limites.

Asteya (não roubar) não é internalizado pelas crianças apenas quando elas entendem o não roubar das brincadeiras, mas também nas demonstrações de respeito ao lidarem com os pequenos conflitos, no respeito aos espaços e tempo para cada atividade. De certa forma, à medida que praticam esse yama, também praticam o niyama santosha (contentamento), valorizando os pequenos momentos das aulas, reconhecendo e agradecendo pelo corpo, pelo espaço, pelos materiais e atividades, pelos momentos de quietude e de agitos.

O niyama tapas (disciplina) demonstram a busca pelo equilíbrio das crianças nas posturas, no esforço em si mesmos para alcançar uma postura que ainda não havia alcançado, ao tentar "ganhar" uma brincadeira em que ainda não venceram, ao tentar encher uma bexiga que antes não conseguiam. Atrelada a esse esforço em si mesmo, está o niyama svadhyaya, que é o conhecimento de si, pois ao buscarem o equilíbrio e um alcance novo, também se conhecem, se orgulham em realizar as posturas, respirações, ao refletir sobre as próprias atitudes durante as rodas de conversa.

Os yamas e niyamas são apenas uma das maneiras de realizar um trabalho de aprendizado ético com as crianças, tão importante para a Educação Infantil. Através deles, é possível desenvolver valores como respeito e honestidade, mediados pelas interações e brincadeiras, presentes de maneira intensa nas aulas de Educação Física.

As interações nas aulas mostram como as crianças se sentem à vontade para expressar suas curiosidades e opiniões. Isso é fundamental para o aprendizado, pois quando os alunos se sentem ouvidos e valorizados, tendem a participar mais efetivamente das atividades. "A interação durante o brincar caracteriza o cotidiano da infância, trazendo consigo muitas aprendizagens e potenciais para o desenvolvimento integral das crianças" (Brasil, 2018, p. 37).

É justamente no brincar que isso se faz presente, sendo a maneira em que a criança se expressa, por isso a ênfase para as atividades de brincadeiras estarem presentes no decorrer da Unidade Didática. A ideia de que as atividades lúdicas

ajudam os alunos a aprender conceitos importantes é uma linha que perpassa toda a escrita diarística.

Lauris (2020) aponta que toda brincadeira permite o desenvolvimento de habilidades, sentimentos, a construção de conhecimentos e formas de agir na criança. Por isso, ao construir aulas de Yoga através das brincadeiras é o caminho para essa construção com as crianças.

Ao praticar uma postura (asana) em brincadeiras, por exemplo, as crianças praticam Yoga, ao mesmo tempo em que adquirem conhecimento dos limites do corpo, apreciam com satisfação suas potencialidades. Ao experimentar a tentativa de uma respiração (pranayama), vivenciam momentos de exercitar a paciência, aprendem mecanismos para agir em momentos futuros, ao mesmo tempo em que se divertem, como ocorreu com as situações da respiração com as bolhas de sabão.

Ao vivenciar uma brincadeira em que o foco está em apenas um sentido (pratyahara), como apenas ouvir, ou apenas ver, cheirar, as crianças experimentam uma percepção diferente, tanto de forma individual, quanto coletiva. Ao se concentrar, seja em ouvir ou criar histórias, em cantar a música, ao parar para cumprir uma postura, ao respirar, as crianças sutilmente focam no momento presente (dharana).

Bittencourt e Pimentel (2016, p. 238) destaca que “A concentração é voluntária e pode ser ensinada e aprendida. É o foco da mente em um determinado objeto de concentração”. Dessa forma, é preciso proporcionar situações que direcionem o foco dos alunos desde a primeira etapa de escolaridade, seja o focar no silêncio, seja nos sons, seja em alguma palavra, imagem, no despertar de algum sentimento.

Em todas essas experimentações de forma lúdica, há a aparição da expressão corporal, da diversão, da cooperação e do afeto nas crianças, demonstrando que as brincadeiras intensificam o engajamento com as vivências com o Yoga.

Da mesma forma que a expressão corporal e as brincadeiras se destacaram nos diários de campo, elas estão consolidadas como direitos de aprendizagem e desenvolvimento na Educação Infantil na BNCC.

A esse respeito, a BNCC coloca que a criança tem o direito de expressar “como sujeito dialógico, criativo e sensível, suas necessidades, emoções, sentimentos, dúvidas, hipóteses, descobertas, opiniões, questionamentos, por meio de diferentes linguagens” (Brasil, 2018, p. 38). O brincar como direito da criança, cotidianamente, em diversas formas e diferentes espaços, amplia o acesso “a produções culturais, seus conhecimentos, sua imaginação, sua criatividade, suas experiências

emocionais, corporais, sensoriais, expressivas, cognitivas, sociais e relacionais". (Brasil, 2018, p. 38).

Dentre essas diversas experiências emocionais, corporais, sensoriais, expressivas, cognitivas, sociais e relacionais, é que os alunos iniciam a construção da sua identidade pessoal e coletiva, desenvolvem autonomia, criam vínculos, e, entre momentos de euforia e calma, refletem essa natureza dinâmica das crianças na Educação Infantil. E a capacidade de canalizar essa energia por meio de brincadeiras e atividades físicas é uma das vantagens do ensino do Yoga, sobretudo na área específica da experiência vivida, em aulas de Educação Física Escolar. Além disso, a maneira como os alunos ajudam uns aos outros nas brincadeiras, demonstra a construção de um ambiente colaborativo e inclusivo. Portanto, não se limita a uma coisa ou outra, favorecendo a formação integral do indivíduo.

Oliveira (2022, p. 67), a respeito de aulas de Yoga na Educação Infantil, constata que "demonstra sua intencionalidade educativa ao estabelecer como objetivo geral a ampliação das possibilidades de expressão corporal e a formação de valores na infância". De acordo Martins e Cunha (2011) as aulas de Yoga para crianças podem ser preparadas com o objetivo de oferecer momentos de interação social entre os colegas, e momentos de concentração e contemplação, alternando posturas ativas e passivas. Nesse sentido, as aulas de Yoga descritas na Unidade Didática e vivenciadas como constam nos diários de campo, não apenas ensinam posturas ou técnicas, mas constituem um campo dinâmico de experimentação ética, corporal e relacional.

As atividades experienciadas pela Unidade Didática, sobretudo as coletivas, criam espaços para a interdependência e o cuidado mútuo entre as crianças. O momento em que todos deram as mãos durante o pega-pega ajuda ou durante a flor de lótus, por exemplo, sintetiza a percepção das crianças de que a colaboração é essencial para o sucesso da tarefa. Os momentos de reconexão, como quando os alunos compartilham experiências pessoais espontaneamente, ou durante as rodas de conversa, promovem um ambiente emocional seguro. Isso não apenas fortalece os vínculos entre a professora e os alunos, mas também entre os próprios alunos, construindo um senso de comunidade.

No entanto, essa cooperação não é homogênea. Em momentos que houve dispersão de uma parte da turma, por exemplo, revela tensões que desafiam a harmonia da turma, acrescentando camadas de complexidade à análise. A Unidade

Didática indica o Yoga como um conhecimento e possibilidade a ser construída e desenvolvida nas aulas de Educação Física Infantil, desde que planejadas previamente, levando em consideração as características do universo infantil e as condições da turma e escola.

6.2.2 Mediação docente

Apesar da expressão corporal, do aprendizado ético, da cooperação e do afeto que demonstra ser possível construir a partir das aulas de Yoga pautados por brincadeiras divertidas, os relatos contidos nos diários não deixam de destacar desafios enfrentados pela professora, como a falta de tempo para concluir as atividades em momentos pontuais, a dificuldade em manter a atenção em atividades mais quietas, bem como as interrupções na frequência das aulas por conta de eventos.

A respeito do trabalho do professor na Educação Infantil, a BNCC (Brasil, 2018, p. 39) coloca que deve haver uma pluralidade de situações por parte dos professores, onde "parte do trabalho do educador é refletir, selecionar, organizar, planejar, mediar e monitorar o conjunto das práticas e interações, garantindo a pluralidade de situações que promovam o desenvolvimento pleno das crianças".

Nesse sentido, o planejamento prévio da Unidade Didática e todo o seu curso demonstra esse cuidado na pluralidade de situações, mas ainda assim há desafios. As escritas diárias deixam claro o apontamento de dificuldades e reflexões que atravessam o trabalho do professor. Isso é uma realidade comum no universo escolar, seja por problemas de pessoal (gestão, turmas, equipe escolar), seja pela infraestrutura (falta de materiais, locais inadequados, logística), seja por condições pontuais ou até mesmo pela característica natural da faixa etária em questão, são muitos aspectos que influenciam o trabalho do professor na Educação Infantil.

Na Educação Infantil, os momentos em que o comportamento dos alunos requer intervenções são frequentes, pois o tempo de atenção das crianças é curto e se dispersam com facilidade. É necessário construir rotinas e sempre parar para lembrar regras e combinados, o que mostra um equilíbrio entre a liberdade para o brincar, criar, se expressar, correr, e a disciplina, necessária para a organização das atividades, segurança dos alunos e um aprendizado significativo para cada criança.

"O importante é que ela assuma uma nova posição nas relações, que não seja mais tratada como um bebê e que exercite, na medida do possível, a sua autonomia" (Bissoli, 2014, p. 593).

O RCNEI (Brasil, 1998, p. 30) já indicava esse balanceamento, colocando que "é importante criar situações educativas para que, dentro dos limites impostos pela vivência em coletividade, cada criança possa ter respeitados os seus hábitos, ritmos e preferências individuais". Esse equilíbrio entre as individualidades da criança e o fazer coletivo, demanda tempo e adaptações ao longo das aulas. Por isso que a capacidade de adaptar atividades e manter o foco no aprendizado, apesar das dificuldades, é uma habilidade valiosa para qualquer educador.

Forma e conteúdo na Educação Infantil se entrelaçam na busca de um ser humano que, inserido na natureza e na cultura, se constrói e se transforma cotidianamente, nas ações, experiências, saberes e conhecimentos que produz e se apropria nas relações que estabelece, **mediadas pela ação fundamental do(a) professor(a) nesse processo** (Salles e Faria, 2012, p. 225, grifo meu).

O Currículo de Limeira aponta o caminho para os professores na Rede Municipal, afirmando que "para que haja aprendizagem e desenvolvimento, há que existir o ensino organizado e planejado para esse fim, ou seja, o trabalho educativo deve estar voltado à esta finalidade" (Limeira, 2019, p 19). Esse processo educativo é importante, justamente para nortear o professor quando surgem os desafios.

No decorrer da execução da Unidade Didática de Yoga, os escritos nos diários deixam claro que a ação planejada é na maior parte cumprida, porém, mais importante que seguir o planejado, é ter um olhar atento e sensível às situações que surgem no momento presente, demonstrando a necessidade de o professor mediar conflitos, propor conversas e buscar novas alternativas ao que demanda.

Não apenas os conflitos nas relações causam desconforto e tensão, mas, também, o excesso de informações, a correria do dia a dia e os pensamentos acelerados. Tudo isso pode contribuir para desassossego, impaciência e esgotamento (Oliveira, 2022, p. 87).

É possível dizer que a ação do professor precisa destacar os âmbitos de experiências essenciais para que não se perca nessas problemáticas que contribuem para o desassossego, impaciência e esgotamento. A BNCC diz que o professor "impõe a necessidade de imprimir **intencionalidade** educativa às práticas

pedagógicas na Educação Infantil" (Brasil, p. 38, grifo do autor). É possível constatar essa intencionalidade educativa na Unidade Didática ao estabelecer os objetivos das aulas de Yoga pautados tanto pelo Currículo Municipal, quanto pela BNCC. Mas voltando-se para as problemáticas citadas acima por Oliveira (2022), além da intencionalidade educativa, a experiência pessoal e vivência da professora com o Yoga contribui na maneira em que se constrói tais práticas pedagógicas.

O professor precisa envolver-se em ações que sejam voltadas ao seu enriquecimento cultural e intelectual, pois dentro de sua esfera de trabalho o professor é um incentivador e um propagador da apreciação pelas descobertas, por aquilo que aguça o interesse em aprender. O interesse pela prática de ioga pode contribuir para o conhecimento de uma nova cultura do movimentar-se e em concordância com os valores pertencentes à esta prática e filosofia, desenvolvê-los tanto em sua dimensão pessoal, quanto profissional (Franzé, 2019, p. 77).

A vivência com o Yoga na dimensão pessoal se estreita na vivência profissional, por exemplo, quando as regras e combinados, mencionadas com ênfase ao longo dos diários de campo, desempenham um papel crucial na criação de um ambiente seguro e respeitoso, construídas aos poucos, com cuidado e intencionalidade. Ao enfatizar da professora o porquê segui-las, não apenas por obediência ou recompensas, faz com que os alunos compreendam desde a infância que há aprendizados que se constrói através desses limites e responsabilidades.

Isso fica evidente, por exemplo, na discussão que houve com as crianças sobre o correr e gritar durante as brincadeiras logo na primeira aula, momento que ajudou a desenvolver a consciência sobre como suas ações afetam os outros. A partir daquele momento, um limite foi estabelecido e respeitado, de maneira que cada aluno esteve mais atento para si e para os colegas nas aulas que seguiram.

Ainda que se fale muito sobre regras e o que não fazer, o valor, a concentração e objetivo está no sim para o fazer das crianças, perceptível através dos elogios, da escuta ou do afeto com as mesmas no desenvolvimento da Unidade Didática, para além dos aprendizados relacionados aos movimentos e técnicas envolvendo o Yoga. É notável que a concentração não está apenas no fazer dar certo das aulas ou na dedicação para alcançar uma meta com as aulas, mas no como esse processo ocorre, pois há o tempo todo essa concordância da professora com os valores do Yoga. Flak e Coulon (2021, p. 63) afirmam que a “concentração de fato apenas é possível quando

se consegue unificar as tendências dispersas da mente tendo em vista alcançar um objetivo único e preciso”.

Portanto, a reflexão do professor sobre a prática pedagógica revela um comprometimento com o aprendizado contínuo, e a mediação do profissional às respostas das crianças reforça a natureza processual do ensino. O reconhecimento de que cada aula traz aprendizados, tanto para os alunos quanto para o educador, é um passo importante para o desenvolvimento profissional, o que também os desenvolve como pessoa.

6.2.3 Corporeidade e multiplicidade

As escritas dos diários e seus códigos demonstram que a inserção do Yoga na Educação Física Escolar vai além do ensino de técnicas corporais. As aulas documentadas constituem um espaço rizomático, onde ética, corporeidade e cooperação se entrelaçam de modos sempre novos. As falas e comportamentos das crianças revelam uma apropriação ativa e criativa dos conceitos trabalhados, enquanto a mediação da professora abre caminho para que a multiplicidade de vozes e corpos coexista. Em sintonia com Deleuze (2018), considera-se que a realidade educacional aqui estudada é um plano de imanência, ou seja, faz parte do ser do educador e das crianças, onde saberes e práticas não são fixos, mas se recombina infinitamente, produzindo devires que escapam a qualquer tentativa de categorização rígida.

Por isso a necessidade de finalizar essa análise com uma categoria constando a presença de todos os códigos numa coisa só, porque não se pode vê-los separados. A realidade estudada é plural e em constante devir.

As aulas não se limitam a transmitir técnicas de Yoga, mas criam um campo de possibilidades, onde regras são reinterpretadas tornando-se aprendizado ético, corpos se expressam de modos imprevisíveis no brincar, no afeto e na cooperação entre os pares, onde significados emergem coletivamente e dificuldades se tornam ponto de reflexão a partir da mediação na relação professor-alunos.

A análise privilegia a interação entre os códigos e categorias, articulando-os à teoria de Deleuze para destacar a dinâmica transformadora das práticas pedagógicas registradas nos diários de campo. Aplicando a lente deleuziana, é possível interpretar

as aulas de Yoga como multiplicidades. O próprio ser é a multiplicidade, que não está destacado do ser, mas que é imanente ao ser (Deleuze, 2018). Para o filósofo, a realidade não pode ser reduzida a unidades fixas, mas deve ser compreendida como um fluxo de variações, onde cada elemento é uma multiplicidade em constante transformação.

Cada atividade - seja uma brincadeira, uma postura, uma respiração, uma leitura ou uma roda de conversa - é um agenciamento que produz efeitos imprevisíveis. Quando as crianças recontam a história do camaleão (aula 6) ou reinventam regras (aula 7), elas não estão apenas reproduzindo um conhecimento, mas criando configurações de sentido. A professora, por sua vez, atua como mediadora desse processo, adaptando estratégias em resposta às reações da turma.

As expressões corporais variadas evidenciam a multiplicidade de formas de engajamento dos alunos. Cada criança reinterpreta os asanas de modo singular, demonstrando que o "como" e o "cada caso" são constitutivos da prática. Enquanto algumas imitavam o leão com sons e gestos exagerados, outras optavam por versões mais contidas, revelando que o corpo não é um instrumento passivo, mas um campo de experimentação singular. Franzé (2019, p. 48) coloca que "a visão integral do corpo em seus diferentes aspectos (biológico, intelectual e espiritual) deve começar pelas próprias professoras atuantes na Educação Infantil, sejam generalistas ou especialistas".

Essa visão integral do corpo e a variação de expressões das crianças corrobora a ideia deleuziana de que a multiplicidade não é quantitativa, mas qualitativa: não se trata de muitas cópias do mesmo, mas de diferenças que coexistem e se transformam (Deleuze, 2018). Da mesma forma, se relaciona à corporeidade, que não se fixa apenas ao aspecto biológico do movimento, mas a ideia do ser corpo, em todos seus segmentos, sensibilidades e expressões. Segundo Martins (2015, p. 171) em seus estudos sobre a corporeidade, "o corpo é o próprio espaço expressivo, que através da sua experiência alcança o mundo percebido, vivido".

As aulas desenvolvidas, portanto, integraram movimento, emoção e reflexão, alinhando-se à ideia de multiplicidade e corporeidade, manifestando que o Yoga como um conhecimento na Educação Física Infantil transcenderam a dimensão física, incorporando ética, cooperação e autoconhecimento, revelando um espaço educacional de saberes construídos em rede, onde a realidade é uma multiplicidade de multiplicidades, que se apresenta nas diversas atividades experienciadas.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa objetivou instalar um espaço compositivo – de natureza exploratória e lúdico-experimental – envolvendo a produção, implementação e avaliação de uma Unidade Didática envolvendo a prática do Yoga na Educação Infantil, sistematizando esse processo educativo em um recurso educacional.

Os estudos sobre criança e seus componentes para a prática do Yoga na Educação Infantil foram aprofundados, onde analisamos os termos como a BNCC destaca a Educação Física no âmbito da Educação Infantil e, neste contexto, situamos a possibilidade de trabalho envolvendo a prática do Yoga. Observamos a possibilidades de aproximação entre a Educação Física, Educação Infantil e Yoga, tomando como referência diversas bibliografias, que nos permitiram verificar o estado da arte dos estudos envolvendo a prática do Yoga no âmbito da educação – particularmente na Educação Infantil – no Brasil, que juntamente com a experiência pessoal da professora possibilitou a elaboração da Unidade Didática.

À luz do referencial teórico da pesquisa, os dados gerados foram organizados em códigos acerca do material contidos nos diários de campo, identificando padrões no processo do ensino e aprendizagem das aulas de Yoga na Educação Física Infantil. A partir daí, três categorias analíticas procurou responder à pergunta inicial: não seria o contexto da infância um momento particularmente propício para abrir caminhos para o Yoga?

Na primeira categoria analisada - engajamento e aprendizado infantil - constatamos que as práticas do Yoga realizadas com brincadeiras, músicas, histórias e outras atividades lúdicas proporcionaram novas possibilidades e desafios de expressão corporal para as crianças, assim como para o desenvolvimento de um aprendizado ético, afeto e cooperação entre os alunos. As rodas de conversas e escuta aos alunos garantiram um espaço de fala para as crianças, possibilitando que elas indicassem suas percepções. Isto favoreceu a compreensão do Yoga para crianças como um conhecimento e possibilidade a ser construída e desenvolvida nas aulas de Educação Física Infantil.

Na segunda categoria analisada - mediação docente - evidenciamos que as atividades de Yoga na Educação Física Infantil necessitam de um olhar atento do professor, construindo um ambiente acolhedor, reflexivo e mediador mesmo diante de dificuldades. Isto permitiu que as aulas não se limitassem a apenas movimentos ou

atividades em sequência, mas um meio para que aprendizagens dos oito passos do Yoga fossem construídos sutilmente, de forma que essas aprendizagens foram transferidas para as diversas situações de agitação das crianças durante as aulas e de frustração da professora com as situações que fugiam do esperado.

Na terceira categoria de análise - corporeidade e multiplicidade - observamos que as práticas do Yoga construídas no contexto da Educação Física Infantil, exercitam para além de aspectos físicos, mas constituem um espaço de alinhamento entre a corporeidade e multiplicidade, onde o ser é um corpo - este não apenas movimento, mas também sensações, afeto, interações e cultura - e múltiplo, não destacado desse ser corpo, mas singular a ele.

Compreendemos, assim, que o contexto da infância pode sim ser propício para compor práticas envolvendo o Yoga e o contexto da Educação Física Infantil pode favorecer essa relação. Ainda que ausente dos currículos e BNCC, o Yoga adaptado para crianças tem potencial para o desenvolvimento de valores, imitações, criatividade e autoconhecimento, contribuindo para a educação integral dos alunos.

Impulsionados pelas discussões com a bibliografia, criação, implementação e análise da Unidade Didática envolvendo a prática do Yoga no contexto infantil, foi elaborado um recurso educacional em formato de livro digital, denominado YOGA na Educação Infantil.

8 O PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DO RECURSO EDUCACIONAL

Zaidan et. al. (2020) ao discutirem os desafios do mestrado profissional, afirmam que a elaboração de um recurso educacional se mostra parte do processo de formação docente, proporcionando que o mestrando-professor tenha consciência de sua experiência profissional. Dessa forma, o Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF (2019) coloca que o recurso educacional pode ter diversos formatos, entre eles: projeto ou material curricular, unidade didática, estratégias de intervenção, elaboração de procedimentos e instrumentos de avaliação, desenvolvimento de aplicativos, produção de programas de mídia, materiais didáticos, instrucionais e projetos de inovações tecnológicas.

Tendo em vista o campo de reflexões desenvolvido com a presente pesquisa e implementação de uma proposta de unidade didática, foi desenvolvido como recurso educacional um livro digital, ou *e-book*, tendo em sua composição referências bibliográficas, situações e atividades didático-pedagógicas que buscou relacionar a prática do Yoga com a Educação Física no âmbito da Educação Infantil. Portanto, se caracteriza como um material de consulta aos professores de Educação Física que atuam na Educação Infantil e tenham interesse no trabalho com o Yoga para crianças, sendo um mecanismo consultivo, norteador e informativo, sem a necessidade de conhecimento prévio acerca da temática.

A estrutura do e-book está organizada em três capítulos. O primeiro capítulo conta com uma introdução contendo a base filosófica do Yoga, como podemos praticá-lo, de maneira que aos professores/leitores que desconheçam o Yoga, saibam brevemente seu conteúdo teórico-prático. Além disso, de maneira simples, apresenta a relação entre o Yoga e a educação brasileira, de forma a destacar as adaptações do Yoga para o universo infantil.

O segundo capítulo apresenta atividades práticas de Yoga para crianças estruturadas em formato de uma Unidade Didática, material construído, aplicado e analisado nesta pesquisa, de modo que sirvam de inspiração para os professores leitores se inspirarem acerca do Yoga como possibilidade na Educação Física e Educação Infantil.

E o terceiro capítulo conta com a disponibilização de materiais para impressão, chamados de cards de apoio com imagens de asanas (posturas), que podem ser

utilizados em diversas brincadeiras e práticas durante as vivências didático-pedagógicas.

Diante do exposto, é importante destacar que o recurso educacional foi efeito de um processo de produção, implementação e avaliação dessa produção, portanto, não se confunde com o planejamento prévio das aulas. Neste sentido, este recurso educacional não tem apenas uma função instrumental, mas cumpre a função de destacar alguns efeitos do processo que servem como dicas, orientações e sugestões abertas, que poderão ser relidas e modificadas, a depender das condições de implementação da iniciativa que cada professor poderá fazer, considerando sua própria realidade escolar.

REFERÊNCIAS

ALVES, M. M. F.; OLIVEIRA, B. R. A trajetória da Base Nacional Comum Curricular (BNCC): análise dos textos oficiais. **Olhar de Professor**, Ponta Grossa, v. 25, p. 1-21, 2022. Disponível em: <https://revistas2.uepg.br/index.php/olhardeprofessor>. Acesso em: 09 jun. 2024.

ARIEIRA, G. **O yoga que conduz à plenitude**. [recurso eletrônico] Rio de Janeiro: Sextante, 2017.

AYOUB, E. Reflexões sobre a Educação Física na Educação Infantil. **Revista Paulista de Educação Física**. São Paulo, supl.4, p.53-60, 2001. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.2594-5904.rpef.2001.139594>. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rpef/article/view/139594/134898>. Acesso em: 04 jun. 2023.

BARBOSA, C. E. G. **Os Yogasutras de Patañjali**. Texto clássico fundamental do Sistema Filosófico do Yoga. São Paulo: Mantra, 2015.

BASSOLI, R. M. **Yoga para crianças**. 2ª ed. Campinas: Átomo, 2018.

BITTENCOURT, P.; PIMENTEL, J. **Yoga para a Saúde**. São Paulo: Estante de Medicina, 2016.

BRASIL. **Emenda constitucional nº 59, de 11 de novembro de 2009**. Diário Oficial da União, Brasília, 12 de novembro de 2009, Seção 1, p. 8. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/emendas/emc/emc59.htm. Acesso em: 23 jul. 2023.

BRASIL. **LEI Nº 12.796, DE 4 DE ABRIL DE 2013**. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional, para dispor sobre a formação dos profissionais da educação e dar outras providências. Brasília, 2013.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Versão final. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf. Acesso em: 19 jul. 2023.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. **Diretrizes curriculares nacionais para a educação infantil** / Secretaria de Educação Básica. – Brasília: MEC, SEB, 2010.

BRASIL. **Referencial curricular nacional para a educação infantil**. Volume 3: Conhecimento de mundo. Ministério da Educação e do Desporto, Secretaria de Educação Fundamental. — Brasília: MEC/SEF, 1998.

BRASIL. **Resolução nº 5, de 17 de dezembro de 2009**. Fixa as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. 2009.

CARDON, L. **Calma, camaleão!** São Paulo: Ática, 2010

CARR, R. **Ioga para crianças.** São Paulo: Martins Fontes, 1979.

CORRÊA, E. M.; DA COSTA, P. H. L. Yoga nas escolas: percepção de crianças e seus responsáveis sobre seus efeitos. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 24, 2021. DOI: 10.5216/rpp.v24.67727. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/67727>. Acesso em: 23 jan. 2024.

DELEUZE, G. **Diferença e repetição** [livro eletrônico] – Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2018.

DEMI. **O pote vazio.** São Paulo: Martins Fontes, 2019.

DEUTSCH, S. AVALLONE, L. P.; PEDERSEN, M.; FARIA, A. C.; MARTINS DOS SANTOS, J. L. Produção de material didático: estratégias inovadoras para aulas de Yoga. **Anais**. XIII Congresso Internacional de Tecnologia na Educação, 2015. Disponível em: <https://www.pe.senac.br/congresso/anais/2015/index.html>. Acesso em: 03 fev. 2024.

DORETTO, S. **Educação integral: o yoga como instrumento de intervenção na formação continuada de educadoras (es).** 2021. Orientadora: Alessandra de Moraes. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Estadual Paulista, Faculdade de Filosofia e Ciências, Marília – SP, 2021. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/84d403f0-9f63-482e-bfb3-4fb8eb1b8637/content>. Acesso em: 20 jan. 2024.

ELIADE, M. **Yoga, imortalidade e liberdade.** 7ª ed. São Paulo: Palas Athena, 2017.

FARIA, A. C.; MARTINS DOS SANTOS, J. L.; PEDERSEN, M.; AVALLONE, L. P.; DEUTSCH, S. Yoga na escola: a experiência segundo os alunos de graduação do curso de Educação Física da UNESP Rio Claro-SP. **Anais**. XIII Congresso Internacional de Tecnologia na Educação, 2015. Disponível em: <https://www.pe.senac.br/congresso/anais/2015/index.html>. Acesso em: 03 fev. 2024.

FARIAS, A. N.; IMPOLCETTO, F. M.; BENITES, L. C. A análise de dados qualitativos em um estudo sobre educação física escolar: o processo de codificação e categorização. **Pensar a prática**, v. 23, 2020. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fef/article/view/57323/35350>. Acesso em: 02 set. 2023.

FEUERSTEIN, G. **A tradição do Yoga:** história, literatura, filosofia e prática. São Paulo: Pensamento, 2006.

FLAK, M.; COULON, J. de. **Yoga na escola.** Manual para professores e famílias. São Paulo: Omnisciência, 2021.

FRANZÉ, F. P. **A formação continuada de professores e a ressignificação dos conhecimentos nas práticas pedagógicas:** a ioga na educação infantil. Dissertação (mestrado) – Universidade Estadual Paulista (Unesp). Orientadora: Fernanda Rossi. Faculdade de Ciências, Bauru, 2019. Disponível em:

https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/190810/franz%C3%A9_fp_me_bauru.pdf?sequence=3. Acesso em: 07 set. 2023.

FRANZÉ, F. P.; ROSSI, F. Yoga na escola: possibilidades e desafios. **Práxis Educacional**, v. 15, n. 34, p. 246/266-246/266, 2019. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/index.php/praxis/article/view/5508>. Acesso em: 09 fev. 2024.

FRANZÉ, F. P.; ROSSI, F. A corporeidade e o desenvolvimento pessoal na formação continuada de professoras. **Revista Educação e Emancipação**, v. 15, n. 1, p. 308–336, 2022. Disponível em: <https://cajapio.ufma.br/index.php/reducacaoemancipacao/article/view/19159>. Acesso em: 14 fev. 2024.

GULMINI, L. C. **O Yogasutra de Patañjali**. Tradução e análise da obra, à luz de seus fundamentos contextuais, intertextuais e linguísticos. Dissertação (Mestrado) – Universidade de São Paulo (USP). Orientador: Mário Ferreira. Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, São Paulo, 2002.

HERMÓGENES, J. **Autoperfeição com Hatha Yoga**: um clássico sobre saúde e qualidade de vida. 69ª ed. Rio de Janeiro: Best Seller, 2024.

IYENGAR, B. K. S. **A árvore do Yoga**: o guia definitivo para yoga na vida diária. [livro eletrônico] São Paulo: Mantra, 2021.

KROEF, R. F. S.; GAVILLON, P. Q.; RAMM, L. V. Diário de Campo e a Relação do(a) Pesquisador(a) com o Campo-Tema na Pesquisa-Intervenção. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 464-480, 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812020000200005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 01 set. 2023.

LAURIS, M. A. **Yoga na educação infantil**: uma proposta de ensino e aprendizagem. Orientadora: Fernanda Rossi. Dissertação (Mestrado em Docência para a Educação Básica) – Universidade Estadual Paulista (Unesp). Faculdade de Ciências, Bauru, 2020.

LIMEIRA. **Currículo da Rede Municipal de Limeira – SP**. Limeira SP, 2019.

LOURAU, R. **Analista Institucional em Tempo Integral**. São Paulo: HUCITEC, 2004.

MARTINS, E. C. A corporeidade na aprendizagem escolar (Entrelaços fenomenológicos do pensar e agir), **Educação em revista**, Curitiba, n. 56, p. 163-180, jun. 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-40602015000200163&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 4 mar. 2025.

MARTINS, R. A. **Hatha-Yoga-Pradipika: uma luz sobre o Hatha-Yoga** / Svamin Svatmarama; Tradução comentada por Roberto de Andrade Martins. São Paulo: Mantra, 2017.

MARTINS, F. S.; CUNHA, A. C. **Yoga com crianças**: Um caminho Pedagógico-Didático. Atas do VII Seminário Internacional de Educação Física, Lazer e Saúde. Instituto de Educação, Universidade do Minho, Braga, Portugal, 2011.

MASSOLA, M. E. A. **Vamos praticar yoga?** Yoga para crianças, pais e professores. São Paulo: Phorte, 2008.

MEHTA, R. **Yoga, a arte da integração**. 2ª ed. Brasília: Teosófica, 2012.

MERLEAU-PONTY, M. **Fenomenologia da percepção**. 5. ed. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2018.

MOREIRA, W. W.; CAMPOS, M. V. S.; SIMÕES, R. Motricidade, corporeidade e complexidade: diálogos a partir do hemisfério sul. **Motricidades: Revista da SPQMH**, São Carlos, v. 3, n. 3, p. 167-176, 2019. Disponível em: <https://www.motricidades.org/journal/index.php/journal/article/view/2594-6463-2019-v3-n3-p167-176>. Acesso em: 15 out. 2024.

MUNIZ, R.; SOARES, J. **Yoga para crianças** - O rei que perdeu o pé e outras aulas lúdicas. 2. ed. São Paulo: Yoga com Histórias, 2020.

NISTA-PICCOLO, V. L.; MOREIRA, W. W. **Corpo em movimento na Educação Infantil**. São Paulo: Telos, 2012.

OLIVEIRA, C. A. de. **Yoga na Educação Infantil: corporeidade e formação de valores na infância**. 2022. Orientadora: Fernanda Rossi. Dissertação (Mestrado). Universidade Estadual Paulista, Faculdade de Ciências, Bauru – SP, 2022. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/items/aa3587ac-5f3f-43d8-8317-1f7fd6a55725>. Acesso em: 24 jan. 2024.

PINTO, A. C. G. de A. **A interferência da prática de aulas de yoga – presencial e virtual – nos estados de ânimo de seus participantes**. Orientador: Carlos José Martins. Dissertação (mestrado) – Universidade Estadual Paulista (UNESP). Instituto de Biociências, Rio Claro, 2015.

PITANGA, C. **Yoga com música**: músicas e posturas para relaxar e acalmar: Yoga para crianças. São Paulo: Omnisciência: 2013.

PROGRAMA DE MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA EM REDE NACIONAL – PROEF. **INSTRUÇÃO NORMATIVA Nº 10, 08 DE AGOSTO DE 2019**. Estabelece critérios para o trabalho de conclusão de curso (TCC). Presidente Prudente, SP, 11 dez. 2019.

RANGEL, I. C. A.; GASPARI, T. C.; SABINO, T. F. P.; LORENZETTO, L. A.; SOUZA, C. P.; CARVALHO, A. O.; SOMMERHALDER, A.; ALVES, F. D.; CARREIRO, E. A. Educação Física e a Criança de Zero a Seis Anos. In: RANGEL, I. C. A.; DARIDO, S. C. **Educação Física na Infância**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010.

RODRIGUES, M. R. Apresentação. 2007. In: MASSOLA, M. E. A. **Vamos praticar yoga?** Yoga para crianças, pais e professores. São Paulo: Phorte, 2008.

RODRIGUES, R. M.; URIAS, G. T. P.; MACUCH, R. S. Relato de Experiência: despertando o interesse pela prática de Yoga para uma Educação Emocional. **Anais**. IX Congresso Nacional de Educação, 2023. Disponível em: https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2023/TRABALHO_COMPLETO_EV185_MD1_ID12739_TB4852_17092023135540.pdf. Acesso em: 06 fev. 2024.

ROMANOWSKI, J. P. **As licenciaturas no Brasil**: um balanço das teses e dissertações dos anos 90. Tese (Doutorado) – Universidade de São Paulo (USP). Orientadora: Marli Eliza Dalmazo Afonso de André. Faculdade de Educação, São Paulo, 2002.

ROSSI, F. Corporeidade e yoga na educação infantil: experiências e descobertas. **MOTRICIDADES: Revista da Sociedade de Pesquisa Qualitativa em Motricidade Humana**, v. 4, n. 2, p. 113-126, 2020. Disponível em: <https://www.motricidades.org/journal/index.php/journal/article/view/2594-6463-2020-v4-n2-p113-126>. Acesso em: 12 fev. 2024.

ROSSI, F.; EHRENBURG, M. C. Encontros entre corpos na formação continuada em yoga: o ser professora e o coletivo docente. **Revista Práxis Educacional**, Vitória da Conquista, v. 18, n. 49, p. e11000, 2022. DOI: 10.22481/praxisedu.v18i49.11000. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/index.php/praxis/article/view/11000>. Acesso em: 16 fev. 2024.

ROSSI, F.; EHRENBURG, M. C. Corpo, Yoga e Formação Continuada de Professoras: experiências e sensibilizações. **Educação & Realidade**, v. 48, p. e120442, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edreal/a/4hMZgbZfhWQdmChYT7hwBKg/>. Acesso em: 18 fev. 2024.

SANTOS, F. D. **Aulas práticas de Yoga na Escola**. Yoga e muito mais, 17 de março de 2018. Disponível em: <https://yogaemuitomais.blogspot.com/2018/03/aulas-de-praticas-de-yoga-na-escola-ha.html?m=1>. Acesso em: 03 mar. 2024.

SANTOS, M. F. **loga na Educação Infantil**: As vozes das crianças. 54 p. Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista (Unesp). Orientadora: Fernanda Rossi. Faculdade de Ciências, Bauru, 2022.

SARASWATI, S. S. **Yoga e Educação Para Crianças**. Índia: Yoga Publications Trust, 2006.

SAYÃO, D. T. CORPO E MOVIMENTO: NOTAS PARA PROBLEMATIZAR ALGUMAS QUESTÕES RELACIONADAS À EDUCAÇÃO INFANTIL E À EDUCAÇÃO FÍSICA. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**, Campinas, v. 23, n. 2, p. 55-67, jan. 2002.

SIEGEL, P.; BASTOS, C. L. G. B. Yoga: um objeto de fronteira?. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 24, p. e200180, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/4cnBK9zn9CQCxL3XHH5j9Cr/?lang=pt>. Acesso em: 20 jan. 2024.

SILVA, C. R.; OLIVEIRA, A. C. O Yoga como componente curricular na formação acadêmica e profissional em Educação Física. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 25, 2022. DOI: 10.5216/rpp.v25.73302. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/73302>. Acesso em: 03 set. 2023.

SIMÕES, B. D.; MIZUNO, J.; ROSSI, F. Yoga para crianças: um estudo de revisão sistemática da literatura. **Revista Cocar**, v. 13, n. 27, p. 597-618, 2019. Disponível em: <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/2859>. Acesso em: 09 fev. 2024.

SOARES, D. B.; PRODÓCIMO, E.; DE MARCO, A. O diálogo na Educação Infantil: o movimento, a interdisciplinaridade e a Educação Física. **Movimento**, v. 22, n. 4, p. 1195-1208, 2016. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=115349439013> Acesso em: 20 set. 2023.

TAIMNI, I. K. **A ciência do Yoga**. [livro eletrônico] 6ª ed. Brasília: Teosófica, 2018.

THIOLLENT, M. **Metodologia da pesquisa-ação** [livro eletrônico] – 1ª ed. São Paulo: Cortez, 2022.

TRIPP, D. Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. **Educação e Pesquisa**, v. 31, n. 3, p. 443–466, set. 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1517-97022005000300009>. Acesso em: 20 jul. 2023.

ZAIDAN, S.; REIS, D. A. F.; KAWASAKI, T. F. Produto educacional: desafio do mestrado profissional em educação. **Revista Brasileira de Pós-Graduação**, v. 16, n. 35, p. 1–12, 2020. DOI: 10.21713/rbpg.v16i35.1707. Disponível em: <https://rbpg.capes.gov.br/rbpg/article/view/1707>. Acesso em: 25 jul. 2023.

APÊNDICE A

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - (TCLE)

(Conselho Nacional de Saúde, Resolução 466/12)

PAIS OU RESPONSÁVEIS LEGAIS

Gostaria de convidar o(a) seu(sua) filho(a) e/ou menor de idade sob sua responsabilidade para participar de uma pesquisa intitulada “Composições envolvendo a prática do Yoga na Educação Física Infantil”, que eu, Amanda Cristina Faria, RG: 34639069-2, estou realizando no Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF), sob a orientação do Prof. Drº Flávio Soares Alves, docente da Universidade Estadual Paulista (Unesp) – Campus de Rio Claro.

O objetivo geral da pesquisa é instalar um espaço compositivo – de natureza exploratória e lúdico-experimental – envolvendo a produção, implementação e avaliação uma Unidade Didática envolvendo a prática do Yoga na Educação Infantil. Os benefícios da pesquisa são: contribuir na produção de conhecimentos para a área da Educação Física Escolar na Educação Infantil, observando possibilidades de aproximação entre a Educação Física na Educação Infantil e a prática do Yoga, de modo a considerar os interesses e as necessidades infantis.

Será elaborada e implementada uma Unidade Didática (conjunto de aulas, contemplando atividades de Yoga dentro dos eixos norteadores interações e brincadeiras), que possam estar presentes no contexto da Educação Física Infantil. A elaboração e implementação desta Unidade Didática acontecerá durante as aulas regulares de Educação Física, pela própria professora responsável pela turma. Ao final das aulas, a professora fará anotações em um diário de campo (caderno de registros) sobre o que foi observado em aula. É importante que saiba que esse registro a partir da observação integra o exercício didático pedagógico dos professores, pois os ajudam no acompanhamento dos alunos, portanto, à princípio, esse material terá fins unicamente didáticos.

Caso o (a) Sr. (a) aceite a participação do(a) seu(sua) filho(a) e/ou menor de idade sob sua responsabilidade nesta pesquisa, peço seu consentimento para o uso desse caderno de registros (diários de campo), para fins de pesquisa. Os alunos também preencherão um termo, Termo de Assentimento Livre e Esclarecido - TALE, onde acompanharão todo o processo da pesquisa e também serão esclarecidos da intenção de aproveitar os diários para fins de pesquisa.

A observação dos alunos pode gerar riscos mínimos, tais como: desconfortos e timidez ao serem observados. Visando minimizar tais riscos, as atividades serão desenvolvidas em um clima agradável e afetivo, que estimule a integração entre os alunos e a composição de uma aprendizagem divertida e adequada para a Educação Infantil. Além disto, dedicaremos tempo para conversar com os alunos, individual ou coletivamente, para pensarmos juntos possibilidades de modulação das atividades, de modo a sanar a sensação de desconforto e/ou timidez que eventualmente estejam sentindo. É no bojo desse movimento cuidadoso e interativo constituído entre professora e alunos, que se evidenciará possibilidades interessantes de composição dos diários de campo.

Cabe ressaltar que esses diários terão uma finalidade unicamente didática ao longo do desenvolvimento das aulas e os mesmos serão produzidos de acordo com as diretrizes firmadas pela rede municipal de ensino de Limeira. Somente após findada a relação educativa é que se considerará a possibilidade de aproveitamento desses diários para fins de pesquisa, mediante a autorização dos alunos e dos senhores pais e/ou responsáveis, assim, evita-se que o aluno entenda que sua participação na pesquisa é fator preponderante para a composição de sua nota nas aulas de Educação Física. Para diminuir ainda mais a sensação de desconforto e timidez dos alunos durante o exercício da observação, será esclarecido que os mesmos terão acesso aos diários produzidos e poderão apontar o que poderá ou não ser aproveitado para fins de pesquisa. Além disto, estenderemos aos pais e/ou responsáveis a liberação desse material, para que possam colaborar, se quiserem, na constituição do corpus de análise, pós consentimento dos mesmos.

A qualquer momento, antes, durante ou após sua participação coloco-me à disposição para esclarecimentos sobre eventuais dúvidas que possam surgir com a pesquisa. A participação é voluntária e sua recusa na participação do(a) seu(sua) filho(a), ou menor de idade sob sua responsabilidade, não lhe provocará nenhum dano ou punição. O(a) Sr.(a) poderá retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma para ele. A participação não irá gerar nenhuma despesa, bem como, não terá qualquer tipo de remuneração.

Os dados utilizados na pesquisa são confidenciais e será retirada toda e qualquer referência nominal sobre seu (sua) filho(a) e/ou menor de idade sob sua responsabilidade, para evitar que os dados possam ser identificados, portanto, será garantido sigilo e a privacidade da participação.

Se o (a) senhor (a) se sentir esclarecido sobre a pesquisa, seus objetivos, eventuais riscos e benefícios, convido- (a) a assinar este Termo, elaborado em duas vias, sendo que uma ficará com o senhor (a) e a outra com o pesquisador.

Limeira, _____ de _____ de _____.

Assinatura do Pesquisador Responsável

Assinatura do responsável legal do participante da pesquisa

Dados sobre a Pesquisa:

Título do Projeto: “Composições envolvendo a prática do Yoga na Educação Física Infantil”

Pesquisadora Responsável: Amanda Cristina Faria

Cargo/função: Mestranda

Instituição: Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”

Endereço: Av 24 A, 1515, Bela Vista. Cep: 13506-900 – Rio Claro - SP

Dados para Contato: (19) 996909990 e-mail: amanda.c.faria@unesp.br

Orientador: Prof. Dr. Flávio Soares Alves

Instituição: Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”

Cargo/função: Professor do departamento de Educação Física

Endereço: Av 24 A, 1515, Bela Vista. Cep: 13506-900 – Rio Claro - SP

Dados para Contato: fone (19) 35264329 e-mail: flavio.alves@unesp.br

Dados do responsável ou representante legal do participante:

Nome: _____

Documento de Identidade: _____

Sexo: _____ Data de Nascimento: ____/____/____

Endereço: _____

Telefone para contato: _____

CEP-IB/UNESP-CRC

Av. 24A, nº 1515 – Bela Vista – 13506-900 – Rio Claro/SP

Telefone: (19) 35269678

Número do parecer: 6.555.973

APÊNDICE B**TERMO DE ASSENTIMENTO - (TALE)**

(Conselho Nacional de Saúde, Resolução 466/12)

ALUNO (A)

OII! SOU A PROFESSORA AMANDA E ESTOU FAZENDO UM TRABALHO DE PESQUISA ENVOLVENDO A PRÁTICA DO YOGA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL.

COM ESSE TRABALHO, QUERO CONTRIBUIR COM A ÁREA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E QUERO TAMBÉM EXPERIMENTAR POSSIBILIDADES DE INSERÇÃO DO YOGA EM NOSSAS AULAS, CONSIDERANDO OS SEUS INTERESSES E NECESSIDADES INFANTIS.

DEPOIS DE ESTUDAR BASTANTE SOBRE O YOGA, CONHECER BEM A REALIDADE DA SUA ESCOLA E SOBRE AS PRINCIPAIS CARACTERÍSTICAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL, IREI ELABORAR UM CONJUNTO DE AULAS DE YOGA QUE ESTEJA DE ACORDO COM SUA IDADE.

NESTE CONJUNTO DE AULAS, QUE CHAMO DE “UNIDADE DIDÁTICA” CONHECEREMOS ALGUMAS HISTÓRIAS, FAREMOS MOVIMENTOS COM O CORPO E BRINCADEIRAS DE YOGA. TODAS ESSAS ATIVIDADES VÃO ACONTECER NOS HORÁRIOS DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA ESCOLA.



EU MESMA QUE DAREI ESSAS AULAS PARA VOCÊS, E ENQUANTO AS AULAS ESTIVEREM ACONTECENDO FAREI ALGUMAS ANOTAÇÕES EM UM CADERNO DE REGISTROS (DIÁRIOS) SOBRE O QUE EU FOR OBSERVANDO.

É IMPORTANTE QUE VOCÊ SAIBA QUE, ENQUANTO PROFESSORA, EU JÁ TENHO QUE TE OBSERVAR DURANTE AS AULAS. A REDE MUNICIPAL DE ENSINO, AQUI DE LIMEIRA, JÁ ME ORIENTA A FAZER ISSO, POIS SÓ ASSIM CONSIGO SABER SE VOCÊ ESTÁ indo BEM NAS AULAS E SE ESTÁ PRECISANDO DE ALGUMA AJUDA. ENTÃO, NÃO SE PREOCUPE MUITO COM ESSA OBSERVAÇÃO! NÃO QUERO COM ELA TE DEIXAR TÍMIDO, MAS APENAS ACOMPANHAR SEU PROCESSO DURANTE AS AULAS.

SE MESMO ASSIM VOCÊ SE SENTIR TÍMIDO, FAREI DE TUDO PARA ESTIMULAR A INTEGRAÇÃO ENTRE VOCÊ E SEUS COLEQUINHAS, DE MODO A DEIXAR NOSSA AULA BASTANTE DIVERTIDA. PROMETO DEDICAR TEMPO PARA CONVERSAR COM VOCÊS SOBRE AS ATIVIDADES, ASSIM, PODEMOS PENSAR JUNTOS SOBRE COMO DIMINUIR ESSA SUA TIMIDEZ.

AS ANOTAÇÕES QUE EU FOR FAZER NO CADERNO DE REGISTROS SERVIRÁ, PORTANTO, PARA A ORIENTAÇÃO DO MEU TRABALHO COMO SUA PROFESSORA E EU SÓ APROVEITAREI ESSES REGISTROS

PARA FINS DE PESQUISA CASO VOCÊ DÊ O SEU ASSENTIMENTO, OU SEJA, SUA PERMISSÃO!

ENTÃO, SE VOCÊ ACEITAR PARTICIPAR, PEÇO QUE ME DEIXE UTILIZAR AS ANOTAÇÕES DESSE CADERNO PARA O MEU TRABALHO.

ENTÃO, TE PERGUNTO: VOCÊ ACEITA PARTICIPAR DESTA PESQUISA?



SIM ()



NÃO ()

É IMPORTANTE SABER QUE VOCÊ NÃO É OBRIGADO (A) A PARTICIPAR, E SUA PARTICIPAÇÃO, OU NÃO, NADA TEM A VER COM SUA NOTA NAS MINHAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.

OS SEUS PAIS E/OU RESPONSÁVEIS TAMBÉM RECEBERÃO OUTRO DOCUMENTO, PARECIDO COM ESSE AQUI QUE ESTOU TE MOSTRANDO, ONDE SERÃO ESCLARECIDOS SOBRE ESSA MINHA INTENÇÃO DE PESQUISA. ELES TAMBÉM PODERÃO DECIDIR, SE VOCÊ PODERÁ, OU NÃO PARTICIPAR DESTA PESQUISA.

CASO, ENTÃO, ELES APROVEM A SUA PARTICIPAÇÃO, E VOCÊ TAMBÉM ACEITE, É IMPORTANTE QUE SABIA QUE VOCÊ TEM O DIREITO DE MUDAR DE IDEIA A QUALQUER MOMENTO E PODERÁ RETIRAR SUA PARTICIPAÇÃO SE ASSIM QUISER.

VOCÊ TAMBÉM PODERÁ ME PERGUNTAR SOBRE QUALQUER DÚVIDA QUE TENHA SOBRE ESSA MINHA PESQUISA, QUE EU TE RESPONDEREI QUANTAS VEZES FOREM NECESSÁRIAS!

CASO VOCÊ QUEIRA, VOU MOSTRAR TUDO O QUE ESCREVER NO CADERNO, E VOCÊ E OS SEUS PAIS E/OU RESPONSÁVEIS PODERÃO

APONTAR O QUE PODEREI OU NÃO COLOCAR NO TRABALHO, DEPOIS QUE ACABAREM AS NOSSAS ATIVIDADES DE YOGA.

PARA NÃO TE EXPOR, VOU RETIRAR O SEU NOME DAS ANOTAÇÃO, SUBSTITUINDO-O POR OUTRO, POIS ASSIM NÃO EXPONHO VOCÊ DENTRO DAS SITUAÇÕES QUE REGISTREI EM MEU CADERNO DE REGISTROS, EVITANDO QUALQUER CONTRANGIMENTO.

VOCÊ NÃO PRECISARÁ PAGAR PARA PARTICIPAR, E TAMBÉM NÃO RECEBERÁ NENHUM DINHEIRO PARA PARTICIPAR.

E, POR FIM, É O SEGUINTE: SE VOCÊ ENTENDEU TUDO O QUE EU COLOQUEI AQUI, TE CONVIDO A ASSINAR ESTE TERMO, CONCORDANDO EM PARTICIPAR DA PESQUISA.

LIMEIRA, DIA _____ DE _____ DE _____.

ASSINATURA DO PESQUISADOR RESPONSÁVEL

ASSINATURA DO ALUNO PARTICIPANTE DA PESQUISA

Seguem alguns outros dados para que você possa conhecer um pouco mais sobre essa minha pesquisa:

Título do Projeto: “Composições envolvendo a prática do Yoga na Educação Física Infantil”

Pesquisador Responsável: Amanda Cristina Faria

Cargo/função: Mestranda

Instituição: Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”

Endereço: Av 24 A, 1515, Bela Vista. Cep: 13506-900 – Rio Claro - SP

Dados para Contato: (19) 996909990 e-mail: amanda.c.faria@unesp.br

Orientador: Prof. Dr. Flávio Soares Alves

Instituição: Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”

Cargo/função: Professor do departamento de Educação Física

Endereço: Av 24 A, 1515, Bela Vista. Cep: 13506-900 – Rio Claro - SP

Dados para Contato: fone (19) 35264329 e-mail: flavio.alves@unesp.br

Agora, vou precisar de alguns dados seus, como participante da pesquisa:

Nome: _____

Documento de Identidade: _____

Sexo: _____ Data de Nascimento: ____ / ____ / ____

Endereço: _____

Telefone para contato: _____

E para finalizar, segue aqui abaixo, os dados de contato do comitê que aprovou a realização desta pesquisa. Caso queira saber se está tudo certo por lá, e se essa pesquisa tem aprovação, seguem os dados de contato:

CEP-IB/UNESP-CRC

Av. 24A, nº 1515 – Bela Vista – 13506-900 – Rio Claro/SP

Telefone: (19) 35269678

Número do parecer: 6.555.973

APÊNDICE C

Quadro 3 - Escritas diárias.

27 de maio de 2024 – O início de tudo
No dia 27 de maio de 2024, uma segunda-feira chuvosa, iniciou o processo da coleta de dados para análise. Anteriormente, já sabendo da reunião de pais previamente marcada pela equipe escolar, havia pedido abertura do espaço e tempo para comunicar aos responsáveis a respeito da pesquisa e coleta de assinaturas do TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Por conta da forte chuva, mesmo reforçando a necessidade da presença dos pais na reunião que iria tratar de assuntos pedagógicos, formatura e outros eventos escolares, estavam presentes apenas 10 responsáveis. A professora polivalente iniciou a reunião, e cerca de 30 minutos após o início, a gestão escolar entrou na sala para recados, e entrei juntamente com a diretora, vice-diretora e coordenadora. Elas falaram brevemente e em seguida passaram a palavra para mim. Eu não fiz a leitura do TCLE na íntegra, mas conversei comunicando o título do trabalho, reforçando que havia o apoio da equipe escolar, expliquei brevemente o que é yoga e como aconteceriam as aulas a partir de brincadeiras e imitações, cujo conteúdo iam constar nos planejamentos e que integram a proposta curricular do município. Expliquei que as aulas serão comuns aos alunos, que já estão acostumados com a construção de diversos conteúdos a partir de experiências lúdicas, mas que a diferença estaria justamente nas anotações dos diários de campo, bem como, se autorizada pelos responsáveis, o uso dessas anotações para análise e fins da minha pesquisa. Comuniquei que caso quisessem, terão acesso a toda e qualquer anotações, que não haverá identificação dos nomes dos estudantes e caso tivessem outras dúvidas poderiam entrar em contato comigo, cujos dados estavam ao final do TCLE. Ao fim da conversa, comuniquei que os termos estavam em duas vias porque uma iria ficar com eles e outra me devolveriam, e que poderiam ler na íntegra para depois assinar e me entregar. Saí da sala juntamente com a equipe gestora e aguardei a reunião terminar. Na saída dos responsáveis, fui recolhendo os termos. Dos 10 presentes, apenas uma mãe não autorizou o TCLE e assim que recebi o termo pela professora polivalente fiquei um pouco desorientada. A mãe, presente na sala, não quis me falar nada e eu simplesmente respondi a professora e a mãe que tudo bem. Logo depois me recordei que essa família em questão costuma ser mais cuidadosa com relação a filha na escola, tendo em outras situações anteriores, sido contra a participação da menor em passeios fora do ambiente escolar, bem como não assinou a autorização de termo de imagem que a escola coleta a todos os alunos, para a postagem nas redes sociais da escola.

Passada a reunião, no dia seguinte fiz a gravação de um vídeo com todas as informações do TCLE e pedi que fosse encaminhado ao grupo de WhatsApp da turma, para que os pais que não compareceram a reunião tivessem conhecimento da pesquisa. As duas vias do termo foram enviadas na pasta das crianças, juntamente com a lição de casa, no dia 28 de maio.

Terça-feira, 04 de junho de 2024 – O TALE

Na semana seguinte a entrega do TCLE e comunicação com os pais e responsáveis, foi a vez da leitura e conversa com as crianças a respeito da pesquisa. Durante a aula de Educação Física, todo início temos o costume de formar uma roda. Nesse formato inicial, peguei os termos de assentimento e entreguei um para cada criança. Havia presentes 15, do total de 18 estudantes. Com a figura colorida na primeira página do termo, que chamou a atenção das crianças, já começaram a agitação do que vinha pela frente. Tendo que pedir calma algumas vezes, consegui fazer a leitura do TALE com eles, ao mesmo tempo que expliquei brevemente que o yoga seria uma atividade que envolve movimentos de posturas, imitações e brincadeiras. Nesse momento, um dos alunos já mencionou “é para acalmar”. Surpresa, respondi “isso mesmo! Também teremos atividades de calma e relaxamento”. Um outro aluno mencionou “Eu vi que você mandou um vídeo pra minha mãe no celular, eu vi viu”. Eu ri e prontamente respondi “A lá, foi justamente sobre as nossas aulas que eu mandei o vídeo”.

De maneira bem simples, expliquei que faríamos as nossas aulas igualzinho sempre fazemos, mas que os alunos me veriam dessa vez com um caderno nas mãos, ou em alguns momentos com o computador junto, anotando com caneta ou digitando informações sobre os acontecimentos da nossa aula. Ao passo que eles foram entendendo, distribuí canetas e eles entenderam que se aceitariam participar marcariam um X no sim verde ou senão, marcariam um X no não vermelho. Todos assinalaram um X no sim verde. Um dos estudantes respondeu feliz aos colegas “olha, eu aceitei participar”. Aproveitando essa fala, já indiquei que na página seguinte, já que eles marcaram um X, agora teriam que assinar o documento, escrevendo também o próprio nome com a caneta na linha indicada. A estudante cuja mãe não autorizou, participou desse momento normalmente, para que não ficasse excluída dos demais, mas o seu TALE ficará reservado.

Seguido do momento da assinatura, comuniquei que os nomes deles não apareceriam no projeto, e que por isso, teríamos que colocar outros nomes para identificá-los nas minhas anotações. Como yoga apresenta muitas posturas de animais, sugeri que escolhessem um animalzinho para nominá-los. E à medida que foram falando, fui anotando como gostariam de serem mencionados. Agradei a participação e assinatura e finalizei o momento confirmando o início das nossas aulas de yoga para a semana seguinte.

Quarta-feira, 12 de junho de 2024

Findadas as etapas das assinaturas do TCLE e TALE, tudo estava pronto para o início. No dia 12 estavam presentes 17 estudantes. Conforme o planejamento da aula 1 na Unidade Didática, as atividades seriam uma breve explicação sobre o Yoga, as aulas e movimentos, a brincadeira "Batatinha Frita 1, 2, 3" e uma roda de conversa final sobre o que a brincadeira despertar nos alunos.

Como de costume, sempre que chegamos no espaço da Educação Física já formamos uma roda. Porém, o espaço foi organizado anteriormente aos alunos chegarem, contando com um globo terrestre no meio da área. Por isso, comuniquei que os materiais que estavam presentes na educação física não poderiam ser tocados, mas que a roda seria formada em volta do que estivesse lá. Respeitando os espaços e regras, formamos a nossa roda ao redor do globo, os alunos estavam muito eufóricos pela presença do globo, começaram a dizer que no globo tinha o nome dos países e desenhos. Tartaruga Marina muito esperta logo perguntou "Você pode mostrar qual o nosso país?", e assim iniciamos o nosso diálogo, fui rodando o globo e mostrando o Brasil, muitos comentaram felizes "como nosso país é grande!", "azul não é país, é água". Eles puderam se achegar e rodar o globo individualmente, e em seguida comecei a falar de alguns países e suas diferenças, inclusive da Índia, bem pequeno se comparado ao nosso país, onde o Yoga começou.

Quando perguntei a respeito do Yoga "alguém sabe o que que é isso?", responderam "imitar o animal". Surpresa, perguntei como sabiam disso, e o Camelo Rock logo respondeu "minha mãe que falou". Aproveitando essa fala, pude mostrar um livro com ilustrações de crianças, e conforme observavam as posturas, mencionavam os animais e outros personagens que as crianças estavam imitando, algumas até se permitiram imitar conforme o que viam nas imagens também. Expliquei que ao longo das aulas teríamos muitos momentos de imitações e brincadeiras, e que uma delas começaria agora.

Organizei o espaço rapidamente com uma corda e expliquei a primeira brincadeira da nossa aula de Yoga, a batatinha frita 1, 2, 3. Boa parte dos estudantes já conheciam e ficaram muito agitados com o anúncio. Reforçando a ideia da brincadeira, destaquei que as regras precisavam ser respeitadas (não podia correr, quando a professora virava todos teriam que ficar estátua, caso alguém se movimentasse voltaria para o início da linha) e que o primeiro a chegar do outro lado, seria o próximo a comandar a brincadeira. Como esperado, a maioria dos estudantes correram e atravessaram o espaço num estante, o que tornou a brincadeira bem dinâmica no início. Conforme foram trocando os que falavam "batatinha", começou a ter gritos e atropelamentos, o que foi preciso uma intervenção.

Conversando com os alunos, eles mesmos identificaram que correram (o que não podia na regra definida) porque queriam ganhar e que gritavam (o que atrapalhava de ouvir

o amigo falando batatinha frita). Esse momento foi muito importante justamente para conversar sobre Yamas e Nyamas (verdade, não roubar, não violência), até mesmo nas brincadeiras. Nesse momento os estudantes tiveram oportunidade de pensar no comportamento diante da atividade, Leão Marcos já começou a dizer "eu corri e não parei, mas o Passaro Davi não correu, nem o Lobo Lucas". Diante disso, os combinados foram reforçados e fizemos uma nova tentativa da brincadeira andando bem devagar, concordando que não iria "ganhar" a brincadeira se os combinados não fossem seguidos.

Ainda que muito eufóricos, a brincadeira após a conversa teve pequenas diferenças, pois os próprios alunos começaram a apontar os que mexiam e tinham que retornar ao início, eles mesmos pediam silêncio para conseguir ouvir o que estava de costas falando batatinha e houve outros "ganhadores", o que motivou os que ainda não tinham falado a "batatinha frita 1, 2, 3". Em determinado momento, eu paralisei a brincadeira e perguntei "falando a verdade no seu coração, quem correu volta para o início e quem se mexeu volta para o início". E diversos alunos voltaram, confirmando estarem atentos ao que conversamos anteriormente.

Finalizamos a aula retornando para a roda semelhante ao início e fiz algumas perguntas, pedindo a confirmação dos alunos através do levantar das mãos. "Quem se divertiu?" "Quem cumpriu todas as regras?" "Quem correu?" "Quem se mexeu?". A partir daí, os estudantes mencionaram "tem as regras pras pessoas não trapacear", "se trapacear não é ganhar de verdade". Através dessa rápida conversa, me atravessou que boa parte das crianças compreendem comportamentos importantes através das brincadeiras, ainda que não os sigam por completo.

Quarta-feira, 19 de junho de 2024

Na aula 2, tendo como tema "O que posso aprender com os Yamas e Nyamas?" havia como proposta uma música como atividade inicial, a brincadeira pega-pega cor e finalização com a leitura de um livro a respeito da sinceridade. Estavam presentes 16 crianças, que formaram a roda inicial em pé, já preparados para a primeira atividade. Ao avisá-los que íamos cantar uma música, Gata Lisa resolveu ensinar uma música e começou a cantar e dançar "casinha da vovó". Achei muito legal a iniciativa, e os colegas também, por isso, seguimos cantando e dançando com ela e repetimos os gestos. Puxaram também a música do corre-cutia, e em seguida expliquei que conheceríamos uma música diferente - a música da aula de Yoga. Primeiramente eu cantei e eles foram cantando comigo, e em seguida cantamos e fomos realizando os gestos e movimentos, repetindo algumas vezes. Os alunos demonstram que a conexão com a música é sempre muito boa, e a facilidade para as imitações de posturas e gestos (direcionadas a mim, aos colegas, as imagens, vídeos) também me surpreendem cada vez mais.

Os estudantes estavam aparentemente tranquilos e ficaram sentados em silêncio para ouvir a explicação da atividade em sequência, a brincadeira pega-pega cor. Fiz a preparação com os alunos com a entrega das fitas, organização da turma em duas equipes e colocamos as fitas uma de cada lado da cintura. Embora todos tivessem recebido duas fitas, uma verde e uma vermelha, a equipe vermelha tentaria pegar todas as fitas verdes (impedindo que a equipe adversária pegasse a fita vermelha da cintura) e a equipe verde pegar as fitas vermelhas (impedindo que pegasse a fita verde). Ao falar "valendo", todas as crianças saíram correndo em busca do objetivo. De início, achei que a maioria não tinha entendido muito bem o que era para ser feito, mas deixei rolar e todos participaram. Alguns capturaram mais fitas, outros menos, alguns permaneceram com pelo menos a fita de sua equipe no corpo, alguns vieram me mostrar as fitas capturadas. Foi uma brincadeira muito rápida, que com muita energia todas as crianças se entregaram.

Quando percebi que estavam sem fitas para resgatar, nos sentamos em uma roda para conversar sobre a brincadeira. Durante a conversa, perguntei primeiramente se alguém havia ficado sem nenhuma fita de sua equipe na cintura, e os alunos logo começaram a apontar que ficaram porque os colegas tinham roubado as fitas. Nesse momento, perguntei como eles se sentiram com essa atitude e Camelo Rock, muito esperto respondeu "Eu me senti normal, porque eu já tinha pegado de alguém". Sendo uma brincadeira cujo objetivo era "roubar", perguntei o que acharam da brincadeira, Coelha Sofia e Zebra Sky disseram que não gostaram da brincadeira porque não gostaram que roubaram as suas fitas, foi então que Tigre Rei fez uma observação importante: "Tudo bem roubar nessa brincadeira porque tinha que pegar, mas em outras brincadeiras não pode, não pode roubar as regras das brincadeiras". A partir das falas dos alunos, ficou claro que uma parte compreendeu a importância das regras, da não-violência, do não roubar e da verdade no contexto das brincadeiras, mas uma parte ainda se entristecia porque ter a fita roubada nessa situação indicou que a criança perdeu. Não foi possível contar as fitas por equipes porque os alunos foram dividindo as fitas entre eles assim que a brincadeira acabou, demonstrando cooperação entre eles de certa forma.

Eles apresentaram vontade de repetir a brincadeira, então deixei que redistribuísse as fitas e recomeçamos. Tanto na primeira vez quanto na segunda, não precisei falar para os alunos que eles não podiam segurar os colegas, somente pegar a fita. Imaginei que em algum momento isso poderia acontecer, ou ocorrer alguma briga entre eles pelos roubos das fitas, mas tudo ocorreu bem e não foi necessária nenhuma mediação. Isso demonstrou para mim o quanto os alunos sabem sim reconhecer os limites e os respeitam, desde que façam sentido para eles, como foi nessa atividade, uma brincadeira.

Finalizando a aula com a volta a calma, a proposta era realizar a leitura do livro "O pote vazio". Ao invés da leitura, apresentei a história do livro através de um vídeo no YouTube, pois o visual através do vídeo apareciam todas as imagens ilustradas dos livros, além de uma música de fundo, recursos que eu não teria se simplesmente fizesse a leitura para eles. Os alunos ficaram atentos a história, sentados e atentos durante os 5 minutos da história, para a minha surpresa, já que a atividade anterior os tinham agitado por conta da corrida. Ao final quando perguntei da história, Tartaruga Marina logo assimilou e disse com convicção "A história mostra que o pingo falou a verdade e por isso virou rei", simples assim. Gata Lisa e Camelo Rock concordaram com a fala de Tartaruga Marina, e ainda mencionaram que as outras crianças levaram o pote cheio de flores, mas não era de verdade. Tivemos que finalizar a aula por conta do tempo, os demais alunos repetiam praticamente as mesmas falas, outros não quiseram falar nada, mas fiquei satisfeita com as respostas que apareceram, o que acabaram por reforçar o falar a verdade, assunto em que tenho investido de maneira direta e indireta através da temática dos Yamas e Nyamas dessas duas primeiras aulas.

Quarta-feira, 7 de agosto de 2024

Depois de um período de ensaios para festa junina e recesso escolar, retornamos com as aulas de Educação Física e consequentemente, as aulas de Yoga. Antes de iniciar a aula 3, relembrei com os alunos as atividades que realizamos nas duas primeiras aulas, as brincadeiras da batatinha frita, do pega-pega cor, a história do pote vazio, cantamos novamente a musiquinha do bom dia yoga e deixei que eles fossem se lembrando aos poucos das atividades juntamente comigo. Esse momento foi importante pois também virou um momento de reconexão com os alunos, dois alunos puderam relatar a tristeza que estavam porque parentes tinham ido embora (foram passar as férias com eles), outros comentaram passeios legais que tiveram fora da escola, presentes que ganharam, nesse momento conversei sobre a importância de guardar os bons momentos no coração para nos lembrar sempre, já que em alguns outros momentos poderão ocorrer situações de tristeza.

O planejamento para aula 3, com a temática dos Asanas tinha como proposta as atividades do dado com as posturas, a brincadeira estátua de gelo e a respiração do dorminhoco. Para iniciar a primeira atividade, fui colocando um colchonete atrás de cada criança, que se deslocaram para os colchonetes distribuídos em roda. Coloquei também o dado de posturas no meio da roda e expliquei que um de cada vez jogaria o dado e a figura que caísse para cima, a criança que jogou teria que criar uma pose que combinasse com a imagem, tendo como regra apenas que não poderiam sair de cima do próprio colchonete e que todos os colegas fariam o mesmo gesto que quem jogou o dado criou. Como o dado

possui apenas 6 imagens, a brincadeira passou por todas as crianças repetindo as figuras, mas como cada um tinha autonomia para criar o gesto, houve variações dos movimentos, sons e os alunos ficaram empenhados em criar um gesto diferente para que os colegas imitassem. Na postura do jacaré, teve criança que fez movimento de abrir e fechar das mãos em pé, já outros deitados de barriga para baixo. Na postura da borboleta e do pássaro a mesma coisa, alguns criaram movimentos sentados e outros em pé movimentando os braços e até pulando no lugar. Na postura do leão, alguns fizeram o som enquanto outros quiseram apenas mostrar os gestos. Quanto as regras, foi respeitada a maior parte do tempo. Em momentos pontuais um ou outro aluno saía do colchonete, mas ao lembrar com eles sobre o espaço da atividade, logo retornavam. Um outro ponto foi que quando alguma criança (as mais tímidas) ficavam pensando em como imitar, algumas sugeriam movimentos para ajudar, que foram aceitos por algumas e não aceitos por outras, mas foi interessante de observar a cooperação entre os pequenos. Quando chegou na minha vez, a última da roda, demonstrei todas as posturas do dado conforme as posturas do Yoga. Nesse momento, eles puderam associar que alguns movimentos eram iguais ao que já tinham realizado, mas que outras posturas eram bem diferentes, como foi com as posturas da árvore e da semente, pois a árvore com um pé só no chão foi uma novidade, e a postura da semente foi representada na roda apenas com o fechar das mãos, e depois viram que a postura era realizada com o encolher do corpo todo. A postura do leão com a língua para fora também foi novidade, o que os divertiu bastante e finalizou a atividade com gargalhadas.

Finalizada a primeira atividade, aproveitamos as posturas aprendidas para realizar a próxima. Os alunos guardaram rapidamente os colchoes e expliquei a brincadeira da estátua de gelo, em que aproveitamos as posturas do Yoga junto com a corrida. Comecei eu mesma falando estátua de gelo (e eles ficavam em postura do Yoga) e derrete (eles podiam correr pelo espaço). Como eu já conheço os alunos e sempre brinquei de estátua com eles, sabia que eles estariam bem conectados com a atividade, e assim foi. Eu enfatizei que era para eles variarem as posturas a cada vez que falasse "estátua de gelo", porque imaginei que pudessem ficar repetindo as mesmas, porém eles mais uma vez demonstraram estar conectados com as posturas vivenciadas, pois a maioria dos alunos variaram as imitações a cada rodada. Quando eles começaram a grudar um no outro, expliquei que a estátua era separada e que não podíamos encostar no corpo do amigo nesse momento, e após essa conversa não houve mais esse comportamento. Outros aspectos que pude observar com essa brincadeira foram a atenção e a permanência. Atenção porque a cada comando que eu falava, os alunos rapidamente formavam a estátua ou corriam. Permanência porque a cada vez que faziam a estátua de gelo, eu demorava

mais tempo para falar derrete. Foi uma brincadeira bem proveitosa e mais organizada que o esperado, quando os alunos começaram a dispersar e fazer estátua se jogando no chão, já era a hora da próxima atividade.

Pedi que os alunos fossem beber água e aproveitei esse tempo para espalhar novamente os colchonetes pelo chão. Conforme foram chegando, falei para cada um escolher um colchonete e se deitar. Leão Marcos ficou confuso e falou "mas eu queria brincar de pega-pega". Nesse momento, aproveitei para conversar que nas aulas de educação física e de yoga, nem sempre correremos, terão momentos de descanso também. Lobo Lucas disse "ainda bem, porque eu estou cansado". Foi então que pedi para que descansassem no colchonete deitados de barriga para cima. Nesse momento, alguns alunos arrastaram os colchonetes para grudar no colega do lado, outros ficaram mexendo os pés, outros falaram que ia dormir. Assim que comecei a contar a história do dorminhoco, eles pararam para ouvir em silêncio, ainda um pouco inquietos com o corpo, que se movimentavam um pouco. Como tínhamos pouco tempo e era a proposta, foi uma atividade curtinha. Quando falei para se movimentarem aos poucos, se sentarem, Borboleta Blue falou "ah, tava tão bom ficar deitada", Tartaruga Marina disse "eu não consegui pensar em nada, mas eu escutei tudo o que você falou", e boa parte da turma concordou. Cachorra Ana, reclamou "eu não sonhei nada", isso porque durante a história, eu pedi para que imaginassem a natureza, alguns animais, sons e o dorminhoco, mas foi importante esse momento para finalizarmos a aula com uma conversa gentil de que estava tudo bem, que era um momento para descanso, tanto para quem pensou em muitas coisas quanto para os que ficaram sem pensar em nada.

Quarta-feira, 21 de agosto de 2024

A aula 4 planejada na unidade didática tinha como temática "brincar de yoga" e estavam previstos o pega-pega namastê, a brincadeira trocando colchonetes e a respiração do barquinho. Estavam presente 15 crianças, e como de costume, relembrei as atividades da aula anterior, em seguida cantamos a música de início, nos sentamos em roda e rapidamente expliquei a primeira brincadeira, lembrando que o Yoga começou na Índia, que existe uma palavrinha e gesto "Namastê", significando obrigada e que faríamos o gesto e fala do namastê para salvar o amigo, uma variação do pega-pega gelo. Fui variando rapidamente os pegadores, para dar tempo de todos participarem pegando os colegas. Durante todas as rodadas, tudo ocorreu bem, sem grandes problemas. Quando o pegador pegava, realmente ficavam parados na postura e os colegas estavam salvando os que precisavam, os alunos estavam participativos e empolgados, demonstrando diversão ao brincar. Aproveitei então, ao finalizar a brincadeira, para parabenizá-los pelas atitudes tomadas durante a brincadeira, quando foram pegadores, pegaram os colegas sem

empurrar ou segurar os amigos, não houve brigas, todos cumpriram as regras de salvar o amigo e agradecer, fazendo a postura do namastê.

Aproveitando que tínhamos parado para uma breve conversa, expliquei a próxima atividade que era a da troca de colchonetes e pedi para que cada um pegasse um colchonete e colocasse no chão, com a única regra que não poderiam deixar colchonetes grudados, deixando espaço para passarem entre os colchonetes, pois na brincadeira, mudariam de colchonete. Assim que eles colocaram o colchonete no chão, fui colocando as plaquinhas uma em cada cantinho do colchonete virada para baixo. Esse momento foi meio desordenado e levou mais tempo do que o esperado, mas funcionou. Demos início cada um no seu colchonete, que ao comando "troca", viraram a placa e tentavam imitar a postura que estava na imagem, que também eram de crianças realizando asanas, umas diferente das outras. Imediatamente, se jogaram na proposta, mas começaram a me chamar e querer mostrar a postura. Fui passando de colchonete em colchonete, incentivando-os a se concentrar na postura em que estavam. Rapidamente, pedi para desvirar a placa novamente e ao dizer "troca", todos correram para trocar de lugar.

No início a curiosidade para experimentar uma nova postura era o que chamava a atenção, mas fui notando que conforme os alunos foram descobrindo as posturas mais diferentes e desafiadoras, começaram a disputar para chegar primeiro em tal colchonete, principalmente o das posturas da aranha, do avião, do escorregador e do dançarino. Achei positivo, pois demonstra a liberdade que as crianças têm em movimentar e desafiar o corpo. Além disso, como não puderam repetir, no final tiveram que percorrer as posturas mais tranquilas de qualquer forma. A brincadeira começou bagunçada e no começo achei que não fosse dar certo, mas fui surpreendida positivamente mais uma vez com o envolvimento das crianças com a atividade proposta. Não houve silêncio em nenhum momento da aula, mas como a intenção das atividades era a concentração nos gestos e isso eu vi ocorrer, nem fiz nenhuma intervenção. Juntamos todas as placas e em roda, fui passando, associando os movimentos ao significados das posturas, momento em que falei os nomes dos asanas que eles haviam experimentado. Nesse momento, boa parte dos alunos se levantaram na roda para seguir a figura mais uma vez, mesmo depois da brincadeira ter finalizado. Por conta do tempo, a terceira atividade não foi realizada e será vivenciada no início da próxima aula.

Terça-feira, 03 de setembro de 2024

Nesta quinta aula estavam presentes 15 alunos, utilizei duas atividades da aula 4, a aula anterior. A primeira atividades realizamos a brincadeira da troca de colchonetes novamente, pois foi bem proveitosa na aula anterior, só que dessa vez usei figuras de animais e representações das posturas, e não de crianças fazendo as posturas. Eu queria

testar com os alunos se eles se lembrariam de como era cada postura somente ao associar o nome/significado dos asanas. Como eles já conheciam a atividade, se organizaram muito mais rápido e logo iniciamos.

Os alunos estavam tranquilos e menos falantes, e quando visualizaram as figuras, poucos tiveram dúvida de como fazer a postura, demonstrando que se lembravam dos asanas aprendidos na aula anterior. Quando eu via que o aluno ficava olhando e pensando, chegava perto e ajudava a lembrar/mostrar como que fazia tal postura. Aproveitando da calma que pareciam estar, tentei permanecer mais tempo nas posturas, os mantendo no colchonete e falando que caso alguém cansasse, poderiam ficar sentados descansando até a próxima troca. Sempre orgulhosos dos próprios movimentos, me chamavam o tempo todo para mostrar que sabiam como eram as posturas ou perguntar se estava certo, e eu aproveitei desses momentos para elogiá-los por seus comportamentos, gestos e envolvimento com o corpo e com a brincadeira proposta. Finalizei a atividade semelhante a outra vez, mostrando as figuras e reforçando os nomes e gestos, caso algum aluno não tenha passado pela postura, foi lembrado ali naquele momento final.

Pedi para que deixassem o colchonete onde estava, e nos juntamos em um cantinho, onde rapidamente expliquei a segunda atividade. A proposta era fazer com os alunos a respiração com barquinho de papel, que não havia sido realizada antes por conta do tempo da aula. Deixei os barquinhos prontos e entreguei um para cada um, já abertos e falei para escolherem um colchonete, se deitar de barriga para cima e colocar o barquinho na barriga. E assim eles fizeram, mas estavam fazendo muito barulho. Foi então que pedi para que falassem baixinho para me escutarem e se conseguissem, que fizessem silêncio para ouvir a história, que eles poderiam movimentar o corpo, mas bem devagar e sem conversar, para não haver barulho. Pedi também para que fechassem os olhos se quisessem, e comecei a falar que a barriga era o mar e que o barquinho precisava navegar, e para isso acontecer eles precisariam respirar fundo, estufando e esvaziando a barriga. Os alunos foram tentando respirar movimentando o barco de papel do jeitinho deles, fui mostrando em pé e expliquei pausadamente que caso tivessem dúvidas poderiam olhar para a professora. Fui falando o nome das crianças para saberem que estavam fazendo certinho e que estava observando o movimento, por mínimo que fosse. Em momentos pontuais dois alunos tentaram falar comigo, foi então que reforcei que o momento era de silêncio, e não voltou a se repetir. Após a barriga, o mar se tornou o corpo todo, e junto com eles fui demonstrando como que o barquinho poderia navegar. Em sequência, o mar se tornou o chão e os colchonetes, e eles levaram o barquinho para navegar engatinhando pelo chão. Por último, o mar foi o alto, e em pé eles levaram o barco e falei que nesse

momento os barcos poderiam se encontrar. Foi então que os sons e barulhos voltaram e a correria entre as crianças também.

A brincadeira foi curtinha, durou cerca de 5 minutos, mas achei que os alunos cumpriram muito bem os comandos e a atividade foi positiva. Antes de terminar a aula, em pé mesmo, conversamos sobre a importância de respirar para ficarmos mais calmos e com o barco na barriga segurando com as duas mãos, respiramos novamente algumas vezes juntos e eles ganharam o barco para levarem para casa, com a mensagem que sempre que lembrarem do barco, lembrarem também de respirar igual respiramos na aula.

Quarta-feira, 11 de setembro de 2024

A aula 5 conforme o planejamento contava com 3 atividades: a brincadeira do não pisque, a brincadeira da casa do Yogui e respiração com bolhas de sabão. Estavam presente 14 crianças, formamos uma roda, cantamos a musiquinha e comecei a explicar a dinâmica da aula, já dizendo como era a primeira atividade, que foi a da casa do pequeno Yogui. A escolha de mudança na ordem das atividades foi para que a atividade de corrida fosse a primeira, visto que os alunos chegam mais agitados para a aula de educação física. Aproveitei as figuras da aula anterior para relembrar as posturas e reforçar o repertório para usarem na atividade dessa aula também. Semelhante a brincadeira mãe da rua, expliquei que todos ficariam de um lado do espaço e teriam que atravessar para o outro lado, porém teria um mestre Yogui que escolheria o modo como passariam, fazendo alguma postura, caso contrário ele pegaria. Comecei ficando no meio e aproveitei para conferir se tinham entendido a brincadeira e para falar as posturas menos populares, já que as mais conhecidas eles lembrariam para falar depois. Fiz duas rodadas e já troquei e escolhi uma criança para ser o mestre, e assim sucessivamente, de modo que deu tempo de todos participar sendo o mestre.

No início da brincadeira, o mestre falava a postura e todas as crianças atravessavam para o outro lado a imitando corretamente. No andamento da brincadeira, também houve um conflito porque o mestre da rodada pegou o colega, mas o colega estava fazendo o movimento pedido. Mediando a situação, entendi que o mestre entendia o movimento de um jeito e o colega que estava passando de outro, e a partir dessa situação comecei a pedir que além de falar, o mestre também demonstrasse o gesto solicitado. Do meio para o final da brincadeira, algumas crianças conseguiram assimilar que o mestre os pegariam se eles não seguissem o movimento, e foi a partir daí que começaram a querer desafiar e passaram a correr e fazer outros movimentos, diferentes do que era pedido. Em alguns momentos, reforçava dizendo "pessoal, lembrem das regras da brincadeira, não adianta querer chegar mais rápido se não fizer o movimento, cuidado para não ser pego", mas deixei a brincadeira rolar e a cada vez que eram pegos, ficavam uma rodada sentados, retornando na rodada

seguinte. Eu não sei se foi a melhor estratégia, mas naquele momento percebi o quanto a brincadeira ficou mais dinâmica e eles acabaram se envolvendo mais com a proposta, por terem descoberto um desafio, pois corriam para serem pegos, mas quando o pegador chegava perto, faziam a postura para não serem capturados, o que de certa forma era um dos objetivos da brincadeira e temática da aula (dharana - concentrar-se em si para alcançar um desafio). Outro destaque foi a diversidade de posturas e movimentos sugeridos, poucos foram os alunos que repetiram, e a atividade contou com muitos gestos diversificados em deslocamento.

A atividade seguinte foi a do não pisque, não ria, não se mova. Coloquei os alunos sentados em duplas um de frente para o outro rapidamente e falei que eles teriam alguns desafios com o colega que estava a sua frente, sendo o primeiro deles não piscar, eles colocaram as mãos no chão para não mexer nos olhos. Abelha Eloa disse que não estava conseguindo ficar sem piscar. Eu expliquei que por ser difícil mesmo que era um desafio, que era para tentar, que poderiam escorrer até lágrimas dos olhinhos. Eles ficaram em silêncio e concentrados no desafio, pude observar algumas risadas também, percebendo a atividade inusitada e nos momentos que o amigo desafiado piscava. Em seguida, fomos para o desafio não ria, orientando que um dos amigos teria o desafio de fazer o outro rir, seja fazendo careta, algum gesto, gracinha. O outro teria o desafio de não rir com a graça a sua frente. Rapidamente, trocaram-se os papéis. Como esperado, a maioria dos alunos riram e se divertiram com a proposta, e assim seguimos para a terceira parte, o não se mova. Expliquei que novamente os amigos de frente um para o outro teria que observar se houvesse movimento, como dificuldade, pedi para que levantassem os braços esticados para cima, braços para o lado e mãos nos joelhos. Conforme foram observando, também iam apontando quem havia se mexido. Foi uma brincadeira curta, mas que os alunos demonstraram bastante concentração, permanecendo na proposta da atividade em todas as variações. Conversando com os alunos, os relatos foram que a atividade foi difícil porque fizeram careta e deu vontade de rir, difícil porque não queria ficar parado e tinha que ficar, para o piscar as crianças responderam ser mais fácil, acredito que pela percepção do piscar ser mais sutil para as crianças.

Seguimos para a última atividade, a da respiração com bolhas de sabão. Antes de distribuir materiais, realizamos uma respiração com a palma das mãos, ao fechar a mão inspiramos e ao abrir as mãos assopramos, soltando o ar pela boca. Essa respiração foi importante para não haver dúvidas, para que entendessem como funcionaria a respiração com as bolhas de sabão. Fui entregando um copo para cada um e deixei que fossem buscar um pouquinho de água, até a metade do copo. Quando voltaram, coloquei o sabonete e entreguei o canudo, pedindo para que esperasse que iríamos fazer todos juntos. Enquanto

esperavam, demonstravam estar bem empolgados com a atividade, conversando o tempo todo, sentindo o cheiro do sabonete no copo, mostrando as cores do canudo que iriam assoprar. Quando tudo estava pronto, me sentei com eles, contei 1, 2, 3 inspira e assopra, repetidas vezes, até que a mágica aconteceu. As bolhas de sabão foram saltando dos copos e ficando cada vez maior. Com alegria me chamavam para mostrar o feito, e com alegria também respondia a eles que isso estava acontecendo porque eles estavam respirando, inspirando e assoprando com calma. Deixei que brincassem até a água do copo acabar, momento em que eles faziam as bolhas e pegavam com as mãos. Foi uma atividade bem proveitosa, os alunos se comportaram melhor do que eu esperava (não engoliram sabão, todos esperaram, ninguém se molhou) e perguntando ao final como fizeram as bolhas de sabão, eles conseguiram associar a importância da respiração naquele momento.

Terça-feira, 24 de setembro de 2024

Na aula 6 do planejamento da unidade didática, com a temática do camaleão, estava proposta as atividades de leitura do livro do camaleão, o jogo do camaleão e da natureza e a volta a calma com o tapete do camaleão.

Estavam presentes 16 alunos e começamos da mesma maneira de sempre, cantando a musiquinha até se sentar na roda, aí comentei que iríamos "ler" uma história. A escola tem 7 exemplares do livro Calma, Camaleão!, por isso eles ficaram em duplas e trios para observarem o livro. Falei para irem acompanhando as páginas e irem contando uma história do que estavam vendo, entre as duplas e os trios mesmo. Depois que já tinham visto as imagens do livro, compartilhamos na roda as impressões com a turma toda. As crianças estavam agitadas e falando ao mesmo tempo, foi meio caótico para entender as falas para contarem sobre a história, mas tentamos contar uma história coletiva, de um camaleão que se aventurou a comer um mosquito vermelho e passou a se aventurar por muitos lugares diferentes, ficando igual a tudo que tocava, mudou de cor a cada página. A interação das crianças com o livro foi interessante, pois alguns já conheciam o camaleão e outros não, então o livro ajudou ilustrando como se camufla, parte importante da brincadeira do camaleão, que expliquei rapidamente por que os alunos já estavam se dispersando.

Para a brincadeira do camaleão, coloquei uma corda no meio do espaço e dividi a turma metade para um lado e metade para o outro lado, um lado dos camaleões e outro lado a natureza. Como o lado da natureza teriam que representar posturas da natureza, pedi que eles falassem e demonstrassem, e as crianças foram lembrando da árvore, semente e dos diversos animais. Já o lado camaleão, decidimos juntos que ficaríamos igual um lagarto, até o comando "Camufla, camaleão!" chegar. Quando eu falei o comando, os camaleões correram e procuraram alguma postura da natureza para imitar/camuflar. Fomos trocando as turmas de lado, e todos estavam participando, mas com uma certa monotonia.

Aí, para desafiá-los, coloquei um "caçador", que ficou em um dos cantos do espaço, e ao sinal do comando, teriam que correr para pegar quem não se camuflasse. Dessa forma, a brincadeira pareceu mais atrativa para as crianças, que participaram com mais entusiasmo.

Seguimos para a atividade final com o tapete do camaleão, enquanto as crianças foram tomar água eu rapidamente o coloquei no meio do espaço, quando os alunos voltaram, já associaram que o tapete parecia a pele do camaleão, cheio de cores. Nos sentamos em volta e colocamos as mãos no tecido, e eu fui falando para as crianças em silêncio sentir o tecido, observar as cores e respirar fundo. Nesse momento, algumas crianças se deitaram de barriga para baixo, então sugeri que todos fizessem isso, e descansassem um pouco com a cabeça e os braços no tapete. Ficamos assim por um minuto e depois eles começaram a movimentar o tecido para cima e para baixo, foram se sentando e ficando em pé. Durante essa finalização pude perceber que metade da turma estava envolvida com a proposta e outra metade da turma estava dispersa, fazendo barulhos e puxando o tapete e barulhos para os demais colegas, mas não impediu que da atividade ter ficado diferente e atrativa para a maioria.

A sensação da aula é que foram atividades proveitosas, mas no geral uma aula difícil, bem caótica, que eu me senti muito frustrada principalmente na segunda atividade, pois enquanto explicava a brincadeira, achava que ninguém havia entendido, porque não pararam para prestar atenção, mas depois que começou percebi que eles tinham entendido tudo e por fim a brincadeira fluiu.

Quarta-feira, 02 de outubro de 2024

Para o desenvolvimento da aula 7, foram planejadas 3 atividades - a brincadeira da estátua de areia, o jogo do guerreiro e soldado e a respiração da bexiga. Estavam presentes 17 crianças, começamos em roda com a música de sempre e já iniciamos os preparativos para a primeira atividade. Peguei as placas de posturas com foto de crianças, coloquei fitas atrás e fui chamando as crianças uma a uma para colarem em uma parede do espaço. As crianças estavam tranquilas e foi boa essa preparação participativa, porque eles puderam ficar observando as figuras, lembrando as posturas e comentando as preferências. Voltamos para a roda e expliquei como funcionaria a brincadeira, que ao comando "estátua de areia" virariam uma estátua, escolhendo realizar as posturas do yoga - caso quisessem observar tinham o mural na parede com as imagens e ao comando "o vento passou" eles sairiam da postura e voltariam a correr pelo espaço. Além das regras dos comandos e estátua que não se mexe, não fala e não encosta no amigo, as figuras não poderiam ser tocadas para não sair da parede, os alunos poderiam somente olhar as imagens durante a brincadeira.

A atividade estava ocorrendo dentro do esperado, boa parte dos alunos estavam observando as posturas no mural, e a cada rodada escolhendo posturas diferentes. Por isso, fui tentando permanecer, a cada estátua, maior tempo, para que os alunos permanecessem nas posturas. Em pouco tempo de atividade, dois alunos dispersaram da brincadeira, deixando de atender aos comandos e começaram a tirar as figuras da parede. Nesse momento, parei a brincadeira e chamei a todos em roda novamente e relembrei as regras - de atender aos comandos, permanecer na postura e somente observar as figuras da parede sem tocar. Nesse momento, as crianças mesmas já falaram o nome dos meninos que não estavam cumprindo as regras. Deixando que as crianças falassem, algumas delas pediram para que eu os levasse para a diretoria e outras comentaram para deixá-los sentados. Perguntando aos meninos o porquê de tirar as figuras e não seguir na brincadeira, eles permaneceram em silêncio. Tentando solucionar esse problema, comentei com as crianças que a brincadeira era para todos participarem, bem como as regras eram necessárias para que ficasse organizada, mas que poderíamos colocar outras regras para ficar mais divertido. Foi então que Camelo Rock deu a ideia de colocarmos um pegador, caso alguma criança não formasse a estátua ou ficasse só na parede. Atendi a ideia e coloquei um dos meninos que havia deixado de participar, depois o outro colega que também não parecia tão motivado, e aos poucos fui alternando os pegadores e a brincadeira funcionou muito melhor dessa maneira, já que os alunos ficaram motivados a formar a estátua para não serem pegos. Para finalizar a atividade, fui removendo as figuras da parede e fomos imitando juntos as posturas do yoga.

Os alunos foram beber água e quando retornaram já viram os colchonetes empilhados. Fui orientando que pegassem um, colocasse no chão onde quisessem e se deitassem. Quando estavam todos, comecei a explicar o jogo do guerreiro e do soldado, onde as crianças deitadas tinham que ficar com os olhos fechados, o guerreiro tinha que andar pelo espaço sem fazer barulho para não ser identificado e o soldado veria tudo, sendo responsável por ficar em um dos cantos, batendo palma quando quisesse que o guerreiro parasse. As crianças nesse momento, sem enxergar nada, teriam que apontar com a mão onde achavam que o guerreiro estava. Foi uma atividade bem silenciosa, fiquei até surpresa e me chamou a atenção a calma das crianças para perceber os sons, pois achei que não iriam entender de início, ou que todos fossem olhar (alguns olharam, mas a maioria se dedicou a tentar ouvir o som dos passos do guerreiro no chão). Quando os alunos abriam os olhos e viam que acertavam/erravam a direção, se divertiam rindo e comentando que acertou ou que achava que estava em outro lugar. Fomos revezando a cada rodada os guerreiros e soldados, e a medida que o tempo foi passando, percebi que os alunos estavam olhando mais e prestando menos atenção aos sons. Por isso, apenas coloquei a

regra que eles teriam que ficar deitados de barriga para baixo e com a testa no colchonete, como a postura do crocodilo. Além disso, sempre fui lembrando a importância da verdade, do não mentir, não roubar, de toda a conduta ética dos yamas e niyamas.

Finalizando a aula com a última atividade, pedi que os alunos deitados no colchonete ficassem sentados pois realizaríamos a respiração da bexiga, onde colocamos as mãos na barriga e imaginamos que a barriga é uma bexiga de aniversário, que se enche e esvazia. Fizemos juntos algumas vezes essa respiração e logo depois entreguei uma bexiga de verdade, para que tentássemos inspirar enchendo a barriga e soltar o ar pela boca, tentando encher a bexiga de aniversário. Boa parte dos alunos já sabiam encher a bexiga e aos que não sabiam, fui ajudando individualmente, além de outras crianças que também saíram de seus lugares para ajudar os amigos. No final, percebi que os alunos conseguiram entender que ao respirar mais profundamente a bexiga enchia mais, e encerramos a aula com os alunos se divertindo e brincando com a bexiga.

Quarta-feira, 16 de outubro de 2024

A aula 8, encerramento da Unidade Didática contou com 3 atividades - a brincadeira das palavras, o pega-pega ajuda e a flor de lótus gigante. Estavam presentes 15 crianças, formamos uma roda, relembramos as aulas anteriores e expliquei a brincadeira das palavras, onde as crianças ficariam andando devagar pelo espaço com muito cuidado, pois tentariam ficar com os olhos fechados, focando em perceber pelos sons ou toques caso chegasse perto de algum amigo ou obstáculo, e focando em expressar com o corpo algo que represente as palavras ditas por mim. Comecei com palavras simples - de animais, tipo pássaro, borboleta, entre outros e em seguida comecei a falar algumas palavras de emoções, tipo amor, felicidade, força, alegria, yoga, respiração, relaxamento. Os movimentos foram diversos, muitos sorrisos, corações com as mãos, postura de meditação, crianças deitadas

Ao passo que a atividade foi acontecendo, as crianças foram se encontrando com os olhos fechados e tateando uma a outra no rosto, se divertindo ao tocar os amigos com cuidado e tentando descobrir quem era. Além disso, se superavam nos movimentos a cada palavra falada. Há muita beleza na facilidade e liberdade em que as crianças têm se expressarem sem se importar com o outro, percebi que não havia nem a necessidade de ficarem com os olhos fechados para se expressarem, mas por terem gostado mantive a brincadeira dessa forma até o fim. Ao final dessa atividade inicial, formei uma roda e perguntei que palavras ou atividades que eles lembravam que tinham a ver com as aulas de yoga, a fim de saber o que ficou marcado para eles desse conhecimento através dessa Unidade Didática. O que mais falaram foram as atividades de respiração, mencionando a respiração com bolhas de sabão, a do barquinho e a da bexiga na barriga, seguido das atividades com colchonetes,

que também chamaram a atenção dos alunos. Não satisfeita com as respostas, perguntei a eles o porquê dessas atividades terem sido as preferidas deles, ao passo que algumas respostas me chamaram a atenção: "porque me acalmou" (Cavalo Caramelo), "porque foi diferente e eu gosto de brincadeira diferente" (Tartaruga Marina), "porque eu cansava e conseguia parar para respirar" (Tigre Rei).

Partimos para a segunda atividade, o pega-pega ajuda. Rapidamente expliquei as regras - por se tratar de um pega-pega ajuda, começava com um pegador e a cada pessoa capturada, se aliava de mãos dadas para pegar mais pessoas, até que só restasse uma pessoa de fora da "corrente", corrente essa que não podia se soltar, e caso se soltasse teria que se reorganizar para poder continuar a pegar. Iniciei a primeira rodada sendo a pegadora e fui mediando e participando da atividade, parando quando alguma criança saía das mãos dadas para querer pegar os que ainda estavam fora da corrente, enfatizando a importância de todos se ajudarem, quem estava no meio para articular o espaço e os que estavam nas pontas para conseguir alcançar e pegar os fugitivos. Quando chegou no final e a corrente já estava gigante, comentei com eles sobre a importância da união de todos para finalizar a brincadeira.

Fizemos mais algumas rodadas e a brincadeira ocorreu de maneira divertida, as regras foram cumpridas, os alunos compreenderam a necessidade de cooperar na prática e ao final, quis ouvi-los novamente, que disseram que só deu pra ganhar porque todo mundo deu as mãos e que o pega-pega era ajuda porque todo mundo tinha que ajudar, mesmo que só as pontas que pegavam.

Aproveitando essa compreensão de ajuda e mãos dadas, fechamos uma roda final para realizar a flor de lótus gigante. Relembramos juntos as diversas posturas conhecidas e realizadas ao longo das aulas e demonstrei como era a flor de lótus individual, ao mesmo tempo que expliquei como faríamos ela de maneira coletiva, com os pés unidos e de mãos dadas. Fizemos algumas vezes sem dar as mãos, apenas iniciando com as mãos nos pés, subindo as mãos até deitar e depois subindo os pés até a vela na postura invertida. Até que finalmente nos aproximamos e demos as mãos e grudamos nossos pés para a postura coletiva. Foi muito afetuoso ver a diversão das crianças realizando a postura em movimento, com a ajuda e cuidado de todos para sair linda. Finalizo essa sequência didática confirmando para mim o que o Yoga pode trazer enquanto conhecimento na Educação Física, que vão para além do movimento prático, mas atravessam condutas, emoções e vínculos, que também perpassam a corporeidade.

ANEXO A**CARTA DE ANUÊNCIA INSTITUCIONAL**

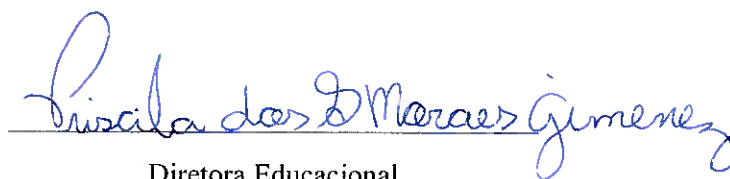
Aceito que AMANDA CRISTINA FARIA, mestranda regularmente matriculada no Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – PROEF, núcleo da UNESP, Campus de Rio Claro/SP, sob a orientação do professor Doutor Flávio Soares Alves, desenvolva a pesquisa intitulada: **“COMPOSIÇÕES ENVOLVENDO A PRÁTICA DO YOGA NA EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL”**, tal como foi submetida à Plataforma Brasil, sob coordenação do docente supracitado.

Ciente dos objetivos, métodos e técnicas que serão utilizados nesta pesquisa concordo em fornecer todos os subsídios para seu desenvolvimento, desde que seja assegurado o que se segue:

- 1) O cumprimento das determinações éticas da Resolução CNS nº 466/2012
- 2) A garantia de solicitar e receber esclarecimentos antes, durante e depois do desenvolvimento da pesquisa.
- 3) Que não haverá nenhuma despesa para esta instituição que seja decorrente da participação nesta pesquisa.
- 4) No caso do não cumprimento dos itens acima a liberdade de retirar a minha anuência a qualquer momento da pesquisa sem penalização alguma.

O referido projeto ocorrerá nas dependências da Escola Municipal de Educação Infantil Professora Mercêdes Stuchi Duarte de Mattos e somente poderá iniciar a partir da aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Instituição Universitária na qual essa pesquisa está alocada – UNESP/IB-RC.

Limeira, 04 de outubro de 2023



Diretora Educacional

Priscila Dos Santos Moraes Gimenez

ANEXO B

UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL
PAULISTA



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Composições envolvendo a prática do Yoga na Educação Física Infantil

Pesquisador: AMANDA CRISTINA FARIA

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 74834823.0.0000.5465

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA JULIO DE MESQUITA FILHO

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 6.555.973

Apresentação do Projeto:

Trata-se de uma pesquisa de mestrado, que será desenvolvida pelo(a) aluno(a) Amanda Cristina Faria, sob a orientação do Prof. Dr. Flávio Soares Alves, do Departamento de Educação Física do Instituto de Biociências da Unesp – Rio Claro no Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF (2019). O projeto de pesquisa tem como título “Composições envolvendo a prática do Yoga na Educação Física Infantil.”

O resumo da pesquisa é:

“O Yoga é uma prática de recolhimento, supressão e/ou inibição das atividades da mente/consciência, mas para que o indivíduo possa estabelecer uma conexão com o autoconhecimento dentro de um domínio que o atravessasse amplamente na direção de uma hiperconsciência cósmica, o despertar da corporalidade é um processo fundamental. O Yoga tem sua prática organizada por oito passos que relacionam condutas, movimentos e posturas, técnicas respiratórias, de concentração e meditação. Assim como no Yoga, há uma certa centralidade do movimento no âmbito da Educação Infantil, pois o movimento é a linguagem por meio da qual a criança se comunica consigo mesmo, com o espaço e com os outros, premissa que é constantemente evidenciada nas orientações da BNCC. Assim, tendo em vista a centralidade do movimento no âmbito do desenvolvimento humano na infância e, considerando o Yoga como um conjunto de diferentes práticas que reclama pelo movimento para se constituir no âmbito da existência, o contexto da infância pode ser um momento propício para abrir caminhos

Endereço: Av.24-A n.º 1515 -sala anexa à Seção Técnica Acadêmica - prédio da Administração do Instituto de
Bairro: Bela Vista **CEP:** 13.506-900
UF: SP **Município:** RIO CLARO
Telefone: (19)3526-9678 **Fax:** (19)3534-0009 **E-mail:** cepib.rc@unesp.br

**UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL
PAULISTA**



Continuação do Parecer: 6.555.973

para o Yoga. A pesquisa objetiva estabelecer um espaço compositivo de exploração e experimentação lúdica envolvendo a produção, implementação e avaliação de uma Unidade Didática envolvendo a prática do Yoga na Educação Infantil. Assim, com a instalação desta proposta, pretende-se verificar os movimentos que diferenciam a prática do Yoga para esse contexto educacional específico e que, portanto, passam por um trabalho de permanente adaptação dos oito passos do Yoga no contexto infantil, para que o trabalho pedagógico se afine com os interesses e as necessidades das crianças. A metodologia para o presente trabalho terá um caráter qualitativo e buscará princípios da abordagem da pesquisa-ação para dar mobilidade à um exercício investigativo intrinsecamente desenvolvido junto ao exercício educacional. Será realizado um levantamento bibliográfico acerca dos temas relacionados à Educação Física e Yoga para a Educação Infantil, a fim de ampliar o campo reflexivo e compreender possibilidades e interfaces dessa relação. A partir desse movimento, será elaborada uma Unidade Didática para crianças pequenas na Educação Infantil, contemplando atividades de Yoga dentro dos eixos norteadores interações e brincadeiras, que possam estar presentes no contexto da Educação Física escolar. A proposta de Unidade Didática será aplicada a uma turma de 2ª Etapa da Escola Municipal de Educação Infantil Profª “Mercedes Stuchi Duarte de Mattos”, no município de Limeira-SP. A turma é composta por aproximadamente 20 crianças, com idade entre 5 e 6 anos. De modo a observar como a Unidade Didática se constitui na prática, a coleta de dados das atividades desenvolvidas será registrada por meio de diários de campo. Os registros dos diários de campo serão analisados a partir da organização e leitura atenta dos materiais, codificação e identificação de trechos, recortes de falas, palavras, ideias repetidas e comportamentos e categorização, que aglutina os códigos, estabelecendo uma relação dialógica. Os procedimentos para a análise dos dados referentes ao levantamento bibliográfico, bem como a análise criteriosa dos diários de bordo irão compor a escrita da pesquisa, a fim de relacionar as análises reflexivas à experiência da pesquisadora com a temática, construindo composições que envolvam a prática docente, buscando referenciar, discutir e identificar um caminho possível para a prática de Yoga na Educação Infantil.”

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo geral

- “Instalar um espaço compositivo – de natureza exploratória e lúdico-experimental – envolvendo a produção, implementação e avaliação uma Unidade Didática envolvendo a prática do Yoga na

Endereço: Av.24-A n.º 1515 -sala anexa à Seção Técnica Acadêmica - prédio da Administração do Instituto de
Bairro: Bela Vista **CEP:** 13.506-900
UF: SP **Município:** RIO CLARO
Telefone: (19)3526-9678 **Fax:** (19)3534-0009 **E-mail:** cepib.rc@unesp.br

**UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL
PAULISTA**



Continuação do Parecer: 6.555.973

Educação Infantil.”

Objetivos específicos

- “• Verificar o estado da arte dos estudos envolvendo a prática do Yoga no âmbito da educação – particularmente na Educação Infantil – no Brasil.
- Analisar os termos como a BNCC destaca a Educação Física no âmbito da Educação Infantil e, neste contexto, situar a possibilidade de trabalho envolvendo a prática do Yoga.
- Observar possibilidades de aproximação entre a Educação Física na Educação Infantil e a prática do Yoga, tomando como referência a BNCC e outras bibliografias envolvendo o estudo do Yoga.
- Verificar os movimentos que diferenciam a prática do Yoga para no contexto da Educação Infantil, de modo a dar visibilidade para o trabalho de permanente adaptação dos oito passos do Yoga, de modo a considerar os interesses e as necessidades infantis.”

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

“A observação dos alunos pode gerar riscos mínimos, tais como: desconfortos e timidez ao serem observados. Vindo minimiz tais io, as atividades serão desenvolvidas em um clima agradável e afetivo, que estimule a integração entre os alunos e a composição de uma aprendizagem divertida e adequada para a Educação Infantil. Além disto, dedicaremos tempo para conversar com os alunos, individual ou coletivamente, para pensarmos juntos possibilidades de modulação das atividades, de modo a sanar a sensação de desconforto e/ou timidez que eventualmente estejam sentindo. É no bojo desse movimento cuidadoso e interativo constituído entre professora e alunos, que se evidenciará possibilidades interessantes de composição dos diários de campo.”

Benefícios:

“Contribuir na produção de conhecimentos para a área da Educação Física Escolar na Educação Infantil, observando possibilidades de aproximação entre a Educação Física na Educação Infantil e a prática do Yoga, de modo a considerar os interesses e as necessidades infantis.”

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

- “Trata-se de uma pesquisa de caráter qualitativa” com [...] “abordagem pesquisa-ação”.
- O tamanho da amostra constante nos diferentes documentos totaliza 20 crianças na faixa etária

Endereço: Av.24-A n.º 1515 -sala anexa à Seção Técnica Acadêmica - prédio da Administração do Instituto de
Bairro: Bela Vista **CEP:** 13.506-900
UF: SP **Município:** RIO CLARO
Telefone: (19)3526-9678 **Fax:** (19)3534-0009 **E-mail:** cepib.rc@unesp.br

**UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL
PAULISTA**



Continuação do Parecer: 6.555.973

5-6anos de uma “escola uma turma de 2ª Etapa do ensino infantil da EMEI Profª “Mercedes Stuchi Duarte de Mattos” no município de Limeira-SP.”(Apresenta carta de anuência da escola em anexo)

- Os procedimentos de pesquisa a serem utilizados são:

- Levantamento bibliográfico

-“será elaborada uma proposta de trabalho com o Yoga no contexto da Educação Física Infantil, através de uma Unidade Didática para crianças pequenas, nomenclatura colocada pela BNCC para crianças de 4 a 5 anos e 11 meses, que compreende a 1ª e 2ª etapas da Educação Infantil de acordo com a nomenclatura adotada pelo município de Limeira.”

- serão utilizados como instrumentos para coleta de dados os diários de campo.

“ As escritas dos diários de campo serão elaboradas por meio de uma observação atenta e estruturada durante as intervenções didáticas, focadas na vivência das atividades a serem desenvolvidas, levando em consideração os aspectos que influenciarão o seu desenvolvimento, tais como gestos, comportamentos e falas dos alunos, atravessando também todas as experiências e informações cruzadas dos acontecimentos durante a implementação da Unidade Didática.”

- Indica que: “As informações dos diários de bordo serão analisadas de acordo com as etapas sugeridas por Farias et. al. (2020):

- Organização e leitura atenta dos materiais;
- Codificação dos materiais, identificando trechos, recortes de falas, palavras, ideias repetidas e comportamentos;
- Categorização, que aglutina os códigos da etapa anterior, estabelecendo uma relação dialógica entre eles.”

- No projeto de pesquisa (p.28-29) destaca procedimentos éticos:

“No percurso das observações e escritas dos diários de campo, cabe ressaltar que o aproveitamento de seus dados só será considerado para fins de pesquisa mediante autorização dos pais e/ou responsáveis, que terão acesso aos diários produzidos e poderão apontar o que poderá ou não ser aproveitado para fins da pesquisa. Será tomado todo o cuidado para não colocar os alunos em situações de exposição, tanto no exercício da observação, quanto no movimento da escrita dos diários.

É importante destacar também que oboevção integra o exercício didático pedagógico do professor em sala de aula e ge io mínimos, tais como a sensação de desconforto e timidez

Endereço: Av.24-A n.º 1515 -sala anexa à Seção Técnica Acadêmica - prédio da Administração do Instituto de
Bairro: Bela Vista **CEP:** 13.506-900
UF: SP **Município:** RIO CLARO
Telefone: (19)3526-9678 **Fax:** (19)3534-0009 **E-mail:** cepib.rc@unesp.br

**UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL
PAULISTA**



Continuação do Parecer: 6.555.973

ao serem observados. Visando minimiz ees io, as atividades propostas serão desenvolvidas dentro de um clima agradável e afetivo, que estimule a integração entre os alunos e a composição de um clima de aprendizagem divertida e adequada para a Educação Infantil.”

A coleta de dados junto aos alunos está prevista para o primeiro semestre de 2024 (01/03/2024 a 30/04/2024) nos diferentes documentos apresentados.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Sobre o TCLE

- Consta no cabeçalho do termo a resolução 466/2012. O TCLE e dirigido aos pais e responsáveis.

- A redação está adequada e na forma de convite e com a devida apresentação do pesquisador (número de Identidade e sua instituição e orientador).

- Apresenta o objetivo geral e os benefícios da pesquisa.

- apresenta o seguinte esclarecimento aos pais e responsáveis:

"Será elaborada e implementada uma Unidade Didática (conjunto de aulas, contemplando atividades de Yoga dentro dos eixos norteadores interações e brincadeiras), que possam estar presentes no contexto da Educação Física Infantil. A elaboração e implementação desta Unidade Didática acontecerá durante as aulas regulares de Educação Física, pela própria professora responsável pela turma. Ao final das aulas, a professora fará anotações em um diário de campo (caderno de registros) sobre o que foi observado em aula. É importante que saiba que esse registro a partir da obevção integra o exercício didático pedagógico dos professores, pois os ajudam no acompanhamento dos alunos, portanto, à princípio, esse material terá fins unicamente didáticos."

- Apresenta os riscos e procedimentos de minimização.

"A observação dos alunos pode gerar riscos mínimos, tais como: desconfortos e timidez ao serem observados. Vindo minimiz tais io, as atividades serão desenvolvidas em um clima

Endereço: Av.24-A n.º 1515 -sala anexa à Seção Técnica Acadêmica - prédio da Administração do Instituto de
Bairro: Bela Vista **CEP:** 13.506-900
UF: SP **Município:** RIO CLARO
Telefone: (19)3526-9678 **Fax:** (19)3534-0009 **E-mail:** cepib.rc@unesp.br

**UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL
PAULISTA**



Continuação do Parecer: 6.555.973

agradável e afetivo, que estimule a integração entre os alunos e a composição de uma aprendizagem divertida e adequada para a Educação Infantil. Além disto, dedicaremos tempo para conversar com os alunos, individual ou coletivamente, para pensarmos juntos possibilidades de modulação das atividades, de modo a sanar a sensação de desconforto e/ou timidez que eventualmente estejam sentindo. É no bojo desse movimento cuidadoso e interativo constituído entre professora e alunos, que se evidenciará possibilidades interessantes de composição dos diários de campo.

Cabe ressaltar que esses diários terão uma finalidade unicamente didática ao longo do desenvolvimento das aulas e os mesmos serão produzidos de acordo com as dietize fimd pel ede municipal de enino de Limeira. Somente após findada a relação educativa é que se considerará a possibilidade de aproveitamento desses diários para fins de pesquisa, mediante a autorização dos alunos e dos senhores pais e/ou responsáveis, assim, evita-se que o aluno entenda que sua participação na pesquisa é fator preponderante para a composição de sua nota nas aulas de Educação Física. Para diminuir ainda mais a sensação de desconforto e timidez dos alunos durante o exercício da observação, será esclarecido que os mesmos terão acesso aos diários produzidos e poderão apontar o que poderá ou não ser aproveitado para fins de pesquisa. Além disto, estenderemos aos pais e/ou responsáveis a liberação desse material, para que possam colaborar, se quiserem, na constituição do corpus de análise, pós consentimento dos mesmos.”

- Informou a garantia de esclarecimentos, o sigilo sobre o participante, o envolvimento voluntario dos participantes e sobre os participantes da pesquisa não ter nenhuma despesa, bem como, remuneração para participar da mesma.

“A qualquer momento, antes, durante ou após sua participação coloco-me à disposição para esclarecimentos sobre eventuais dúvidas que possam surgir com a pesquisa. A participação é voluntária e sua recusa na participação do(a) seu(sua) filho(a), ou menor de idade sob sua responsabilidade, não lhe provocará nenhum dano ou punição. O(a) Sr.(a) poderá retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma para ele. A participação não irá gerar nenhuma despesa, bem como, não terá qualquer tipo de remuneração.

Os dados utilizados na pesquisa são confidenciais e será retirada toda e qualquer referência nominal sobre seu (sua) filho(a) e/ou menor de idade sob sua responsabilidade, para evitar que os dados possam ser identificados, portanto, será garantido sigilo e a privacidade da participação.”

- Foi finalizado em forma de convite:

Endereço: Av.24-A n.º 1515 -sala anexa à Seção Técnica Acadêmica - prédio da Administração do Instituto de		
Bairro: Bela Vista	CEP: 13.506-900	
UF: SP	Município: RIO CLARO	
Telefone: (19)3526-9678	Fax: (19)3534-0009	E-mail: cepib.rc@unesp.br

**UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL
PAULISTA**



Continuação do Parecer: 6.555.973

“Se o (a) senhor (a) se sentir esclarecido sobre a pesquisa, seus objetivos, eventuais riscos e benefícios, convido- (a) a assinar este Termo, elaborado em duas vias, sendo que uma ficará com o senhor (a) e a outra com o pesquisador.”

- Ao final do TCLE consta o título, as informações completas sobre o pesquisador responsável e orientador/supervisor (RG, filiação institucional e o telefone de contato), os dados do CEP no final do documento (Nome do CEP, endereço, contato telefônico) e os dados sobre o participante conforme formulário de identificação sugerido.

- Contém os campos para assinatura do pesquisador responsável e o participante da pesquisa.

Sobre o TALE

- Consta no cabeçalho do termo a resolução 466/2012. O TCLE é dirigido aos alunos.

- Apresenta uma redação mais acessível os alunos em letras de forma grandes maiúsculas e com figura, não se inicia como convite, apresenta-se como professora, mas não informa seu nome e do orientador e traz uma explicação sobre o tema yoga.

(fiquei na dúvida de como será feito, possivelmente o pesquisador irá ler para os alunos- não apresenta esta informação).

- explica como será o procedimento metodológico junto aos alunos.

“NESTE CONJUNTO DE AULAS, QUE CHAMO DE “UNIDADE DIDÁTICA” CONHECEREMOS ALGUMAS HISTÓRIAS, FAREMOS MOVIMENTOS COM O CORPO E BRINCADEIRAS DE YOGA. TODAS ESSAS ATIVIDADES VÃO ACONTECER NOS HORÁRIOS DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA ESCOLA. EU MESMA QUE DAREI ESSAS AULAS PARA VOCÊS, E ENQUANTO AS AULAS ESTIVEREM ACONTECENDO FAREI ALGUMAS ANOTAÇÕES EM UM CADERNO DE REGISTROS (DIÁRIOS) SOBRE O QUE EU FOR OBSERVANDO.”

- Apresenta os riscos e procedimentos de minimização.

“É IMPORTANTE QUE VOCÊ SAIBA QUE, ENQUANTO PROFESSORA, EU JÁ TENHO QUE TE OBSERVAR DURANTE AS AULAS. A REDE MUNICIPAL DE ENSINO, AQUI DE LIMEIRA, JÁ ME ORIENTA A FAZER ISSO, POIS SÓ ASSIM CONSIGO SABER SE VOCÊ ESTÁ INDO BEM NAS AULAS E

Endereço: Av.24-A n.º 1515 -sala anexa à Seção Técnica Acadêmica - prédio da Administração do Instituto de
Bairro: Bela Vista **CEP:** 13.506-900
UF: SP **Município:** RIO CLARO
Telefone: (19)3526-9678 **Fax:** (19)3534-0009 **E-mail:** cepib.rc@unesp.br

**UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL
PAULISTA**



Continuação do Parecer: 6.555.973

DE ALGUMA AJUDA. ENTÃO, NÃO SE PREOCUPE MUITO COM ESSA OBSERVAÇÃO! NÃO QUERO COM ELA TE DEIXAR TÍMIDO, MAS APENAS ACOMPANHAR SEU PROCESSO DURANTE AS AULAS. SE MESMO ASSIM VOCÊ SE SENTIR TÍMIDO, FAREI DE TUDO PARA ESTIMULAR A INTEGRAÇÃO ENTRE VOCÊ E SEUS COLEGUINHAS, DE MODO A DEIXAR NOSSA AULA BASTANTE DIVERTIDA. PROMETO DEDICAR TEMPO PARA CONVERSAR COM VOCÊS SOBRE AS ATIVIDADES, ASSIM, PODEMOS PENSAR JUNTOS SOBRE COMO DIMINUIR ESSA SUA TIMIDEZ.

AS ANOTAÇÕES QUE EU FOR FAZER NO CADERNO DE REGISTOS SERVIRÁ, PORTANTO, PARA A ORIENTAÇÃO DO MEU TRABALHO COMO SUA PROFESSORA E EU SÓ APROVEITAREI ESSES REGISTROS PARA FINS DE PESQUISA CASO VOCÊ DÊ O SEU ASSENTIMENTO, OU SEJA, SUA PERMISSÃO!."

- Apresenta o convite com ilustração referindo-se a opção afirmativa e negativa

"ENTÃO, SE VOCÊ ACEITAR PARTICIPAR, PEÇO QUE ME DEIXE UTILIZAR AS ANOTAÇÕES DESSE CADERNO PARA O MEU TRABALHO.

ENTÃO, TE PERGUNTO: VOCÊ ACEITA PARTICIPAR DESTA PESQUISA?

SIM ()

NÃO ()

É IMPORTANTE SABER QUE VOCÊ NÃO É OBRIGADO (A) A PARTICIPAR, E SUA PARTICIPAÇÃO, OU NÃO, NADA TEM A VER COM SUA NOTA NAS MINHAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA."

- Informou a garantia de esclarecimentos, o sigilo sobre o participante, o envolvimento voluntário dos participantes, sobre os participantes da pesquisa não ter nenhuma despesa, bem como, remuneração para participar da mesma.

"OS SEUS PAIS E/OU RESPONSÁVEIS TAMBÉM RECEBERÃO OUTRO DOCUMENTO, PARECIDO COM ESSE AQUI QUE ESTOU TE MOSTRANDO, ONDE SERÃO ESCLARECIDOS SOBRE ESSA MINHA INTENÇÃO DE PESQUISA. ELES TAMBÉM PODERÃO DECIDIR, SE VOCÊ PODERÁ, OU NÃO PARTICIPAR DESTA PESQUISA.

CASO, ENTÃO, ELES APROVEM A SUA PARTICIPAÇÃO, E VOCÊ TAMBÉM ACEITE, É IMPORTANTE QUE SABIA QUE VOCÊ TEM O DIREITO DE MUDAR DE IDEIA A QUALQUER MOMENTO E PODERÁ

Endereço: Av.24-A n.º 1515 -sala anexa à Seção Técnica Acadêmica - prédio da Administração do Instituto de
Bairro: Bela Vista **CEP:** 13.506-900
UF: SP **Município:** RIO CLARO
Telefone: (19)3526-9678 **Fax:** (19)3534-0009 **E-mail:** cepib.rc@unesp.br

**UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL
PAULISTA**



Continuação do Parecer: 6.555.973

SUA PARTICIPAÇÃO SE ASSIM QUIZER.

VOCÊ TAMBÉM PODERÁ ME PERGUNTAR SOBRE QUALQUER DÚVIDA QUE TENHA SOBRE ESSA MINHA PESQUISA, QUE EU TE RESPONDEREI QUANTAS VEZES FOREM NECESSÁRIAS!

CASO VOCÊ QUEIRA, VOU MOSTRAR TUDO O QUE ESCREVER NO CADERNO, E VOCÊ E OS SEUS PAIS E/OU RESPONSÁVEIS PODERÃO APONTAR O QUE PODEREI OU NÃO COLOCAR NO TRABALHO, DEPOIS QUE ACABAREM AS NOSSAS ATIVIDADES DE YOGA.

PARA NÃO TE EXPOR, VOU RETIRAR O SEU NOME DAS ANOTAÇÃO, SUBSTITUINDO-O POR OUTRO, POIS ASSIM NÃO EXPONHO VOCÊ DENTRO DAS SITUAÇÕES QUE REGISTREI EM MEU CADERNO DE REGISTROS, EVITANDO QUALQUER CONTRANGIMENTO.

VOCÊ NÃO PRECISARÁ PAGAR PARA PARTICIPAR, E TAMBÉM NÃO RECEBERÁ NENHUM DINHEIRO PARA PARTICIPAR.”

- Foi finalizado em forma de convite:

“E, POR FIM, É O SEGUINTE: SE VOCÊ ENTENDEU TUDO O QUE EU COLOQUEI AQUI, TE CONVIDO A ASSINAR ESTE TERMO, CONCORDANDO EM PARTICIPAR DA PESQUISA.”

- Ao final do TCLE consta os campos de assinatura do pesquisador e dos alunos bem como as informações sobre o título, sobre o pesquisador responsável e orientador/supervisor (RG, filiação institucional e o telefone de contato), os dados do CEP no final do documento (Nome do CEP, endereço, contato telefônico) e os dados sobre o participante conforme formulário de identificação sugerido que a pesquisadora irá solicitar aos alunos (dúvida se eles conseguirão fornecer todas as informações propostas).

Outros aspectos

- Foi apresentado a carta de anuência da escola onde ocorrerá a pesquisa.

- Há coerência entre as informações constantes nos documentos/ arquivos submetidos.

Observação: O telefone indicado pela pesquisadora no IBP e folha de rosto é diferente do indicado no TCLE, e TALE.

Endereço: Av.24-A n.º 1515 -sala anexa à Seção Técnica Acadêmica - prédio da Administração do Instituto de
Bairro: Bela Vista **CEP:** 13.506-900
UF: SP **Município:** RIO CLARO
Telefone: (19)3526-9678 **Fax:** (19)3534-0009 **E-mail:** cepib.rc@unesp.br

**UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL
PAULISTA**



Continuação do Parecer: 6.555.973

Recomendações:

-padronizar os telefones indicados da pesquisadora(O telefone indicado pela pesquisadora no IBP e folha de rosto é diferente do indicado no TCLE, e TALE.)

- recomenda-se que a pesquisadora, se necessário, faça a leitura do TALE aos participantes.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

“O CEP referenda o parecer preliminar emitido pelo parecerista:

Sugiro aprovação pelo CEP”.

Considerações Finais a critério do CEP:

O projeto encontra-se APROVADO para execução. Pedimos atenção aos seguintes itens:

- 1) De acordo com as Resoluções CNS nº 466/12 e 510/16, o pesquisador deverá apresentar relatório final ao término da pesquisa.
- 2) Os protocolos de pesquisa aprovados que têm 18 meses de duração ou mais, deverão entregar obrigatoriamente RELATÓRIO PARCIAL no meio do percurso da pesquisa, além do relatório final já habitualmente solicitado.
- 3) Eventuais emendas (modificações) ao protocolo devem ser apresentadas, com justificativa, ao CEP de forma clara e sucinta, identificando a parte do protocolo a ser modificada.
- 4) Sobre o TCLE: caso o termo tenha DUAS páginas ou mais, lembramos que no momento da sua assinatura, tanto o participante da pesquisa (ou seu representante legal) quanto o pesquisador responsável deverão RUBRICAR todas as folhas , colocando as assinaturas na última página.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P ROJETO 2225957.pdf	09/10/2023 12:35:07		Aceito

Endereço: Av.24-A n.º 1515 -sala anexa à Seção Técnica Acadêmica - prédio da Administração do Instituto de
Bairro: Bela Vista **CEP:** 13.506-900
UF: SP **Município:** RIO CLARO
Telefone: (19)3526-9678 **Fax:** (19)3534-0009 **E-mail:** cepib.rc@unesp.br

**UNESP - INSTITUTO DE
BIOCIÊNCIAS DE RIO CLARO
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL
PAULISTA**



Continuação do Parecer: 6.555.973

Folha de Rosto	FolhaRosto_AmandaFaria.pdf	09/10/2023 12:33:25	AMANDA CRISTINA FARIA	Aceito
Outros	Carta_Anuencia_Institucional.pdf	06/10/2023 09:20:30	AMANDA CRISTINA FARIA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TALE_AmandaFaria.docx	06/10/2023 09:05:52	AMANDA CRISTINA FARIA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_AmandaFaria.docx	06/10/2023 09:04:30	AMANDA CRISTINA FARIA	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_AmandaFaria.docx	06/10/2023 09:01:49	AMANDA CRISTINA FARIA	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita apreciação da CONEP:

Não

RIO CLARO, 05 de Dezembro de 2023

**Assinado por:
José Angelo Barela
(Coordenador(a))**

Endereço: Av.24-A n.º 1515 -sala anexa à Seção Técnica Acadêmica - prédio da Administração do Instituto de
Bairro: Bela Vista **CEP:** 13.506-900
UF: SP **Município:** RIO CLARO
Telefone: (19)3526-9678 **Fax:** (19)3534-0009 **E-mail:** cepib.rc@unesp.br