



**QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE: UMA EXPERIÊNCIA PEDAGÓGICA  
INTERDISCIPLINAR NO RECANTO DOS IDOSOS EM EUNÁPOLIS**

Wilney Fernando Silva  
Rosicler Sauer

**RESUMO**

*Este trabalho apresenta uma experiência pedagógica interdisciplinar que envolveu as disciplinas artes, educação física e geografia, na perspectiva de elaborar um projeto de ensino, pesquisa e extensão com alunos do IFBA e os moradores do Recanto dos Idosos localizado no bairro Rosa Neto, região circunvizinha ao IFBA - Campus Eunápolis. No primeiro momento a proposta foi visitar a comunidade dos idosos para conhecer o perfil desse público alvo, suas características e necessidades. A partir desses dados organizamos ações que envolveram o cuidado com a saúde, aspectos biológico, psíquico e social, por meio de atividades dessas áreas do conhecimento. Esta proposta buscou proporcionar melhorias nas condições de vida para essa faixa etária da população, que vem crescendo nos últimos tempos, sem políticas públicas que atendam às suas reais necessidades, bem como desenvolver a iniciativa da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão na organização do trabalho pedagógico. Para tanto, houve o envolvimento dos docentes e discentes, para organizarem palestras de prevenção da saúde, atividades físicas e lúdicas, discussões sobre o convívio social dentre outras ações que atendiam às necessidades desse público.*

**Palavras-chave:** Trabalho Pedagógico; Educação Física; Qualidade de Vida.

**ABSTRACT**

*This paper presents an interdisciplinary educational experience that involved the arts disciplines, physical education and geography from the perspective of developing a project of teaching, research and outreach to students and residents IFBA Recanto dos Idosos, located in the neighborhood of the Elderly Rosa Neto, the area surrounding the IFBA - Eunápolis. At first the proposal was to visit the community of older people to know the profile of target audience characteristics and needs. From these data, organize activities involving the health care, biological, psychological and social activities through these areas of knowledge. This proposal sought to provide better conditions of life for this age group, which has been increasing in recent years without public policies that meet their needs, and develop the initiative of the connection between teaching, research and extension in the organization of the pedagogic. For that there was involvement of faculty and students, to organize lectures on the prevention of health, physical and recreational activities, discussions on social interaction among other actions that met the needs of the public.*

**Keywords:** Pedagogical Work; Physical Education; Quality of Life.



## RESUMEN

*Este artículo presenta una experiencia interdisciplinaria educativos que participan las disciplinas artísticas, educación física y la geografía desde la perspectiva de desarrollar un proyecto de docencia, investigación y divulgación a los estudiantes y residentes de esquina IFBA está situado en el barrio de la Neto Ancianos Rosa, los alrededores de la IFBA - Campus de Eunápolis. Al principio, la propuesta fue a visitar a la comunidad de las personas mayores para conocer el perfil de las características del público objetivo y sus necesidades. A partir de estos datos, organizar las actividades relacionadas con el cuidado de la salud, biológica, psicológica y social a través de las actividades de estas áreas de conocimiento. Esta propuesta tenía por objeto ofrecer mejores condiciones de vida de este grupo de edad, que ha ido aumentando en los últimos años sin políticas públicas que respondan a sus necesidades, y desarrollar la iniciativa de la conexión entre la enseñanza, investigación y extensión en la organización de la autonomía pedagógica. Para que no había participación de profesores y estudiantes, para organizar conferencias sobre la prevención de las actividades de salud, física y recreativa, los debates sobre la interacción social entre otras acciones que cumplen las necesidades del público.*

**Palabras clave:** Trabajo Pedagógico; Educación Física; Calidad de Vida.

## Introdução

O crescimento da população idosa mundial faz com que o estudo do envelhecimento esteja em evidência. Segundo Benedetti et al (2008), o processo de envelhecimento, que antes era restrito aos países desenvolvidos, está ocorrendo nos países em desenvolvimento e de modo mais rápido. Dentre estes, o Brasil é o país em desenvolvimento com envelhecimento populacional mais acelerado do mundo, passando de 7,5% em 1991 para cerca de 15% em 2025, ficando dentro da atual proporção de idosos dos países europeus (RAUCHBACH, 2001).

Na literatura, encontramos várias perspectivas de programas de atividade física para a terceira idade. Assim sendo, este trabalho apresenta uma experiência pedagógica interdisciplinar que envolveu as disciplinas artes, educação física e geografia, na perspectiva de elaborar um projeto de ensino, pesquisa e extensão com alunos do IFBA e os moradores do Recanto dos Idosos, localizado no bairro Rosa Neto, região circunvizinha ao IFBA, Campus Eunápolis.

Segundo Rauchbach (2001), o envelhecimento biológico se caracteriza por perdas orgânicas e funcionais, que tende em resultar na atrofia muscular e na diminuição da eficiência funcional. Já o psicossocial envolve as relações sociais e o desequilíbrio psicológico causado pela depressão, ansiedade e isolamento em decorrência da velhice. Sendo assim, no primeiro momento, a proposta foi visitar a comunidade dos idosos para conhecer o perfil desse público alvo, suas características e necessidades.

A partir desses dados organizamos ações que envolveram o cuidado com a saúde, aspectos biológico, psíquico e social, por meio de atividades dessas áreas do conhecimento. Esta proposta buscou proporcionar melhorias nas condições de vida para essa faixa etária da população, que vem crescendo nos últimos tempos, sem políticas públicas que atendam às suas reais necessidades, bem como desenvolver a iniciativa da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão na organização do trabalho pedagógico. Para tanto, houve o envolvimento dos docentes e discentes, para organizarem palestras de prevenção da



saúde, atividades físicas e lúdicas, discussões sobre o convívio social dentre outras ações que atendiam às necessidades desse público, pois estas atividades “atuam de forma benéfica nessa fase da vida contribuindo para liberações de tensões e estados de inseguranças”, como aponta Rauchbach (2001, p.17).

## **1. Qualidade de vida na Terceira Idade**

Todo ser humano passa por um processo de vida natural que costuma ser dividido em três fases: a fase de crescimento e desenvolvimento; a fase reprodutiva e a senescência ou envelhecimento. A primeira fase compreende-se como a fase na qual ocorrem o desenvolvimento e crescimento dos órgãos especializados, e assim, o organismo vai crescendo e adquirindo capacidades funcionais, tornando-o apto a se reproduzir. A segunda fase é caracterizada pela época de reprodução do indivíduo; e a terceira fase, a senescência, é caracterizada pelo declínio da capacidade funcional do organismo (CANCELA, 2007).

Os aspectos sobre os quais o envelhecimento influencia na vida do homem são os seguintes: o biológico, o psicológico e o sociológico. O aspecto biológico liga-se ao envelhecimento orgânico, à diminuição da capacidade do funcionamento dos órgãos. O aspecto social se refere à capacidade de sociabilidade, da sua ocupação como membro efetivo na sociedade. E o aspecto psicológico refere-se às competências comportamentais que o homem deve exercer; tem estreita ligação com a inteligência e memória humana (FILHO, 2005).

Nesse sentido a velhice é uma etapa vital que, atualmente vem sendo prolongada, chegando a durar muitos anos, mas as limitações interferem na qualidade de vida do idoso em frente a alguns desafios, como a perda das capacidades orgânicas e, portanto, com as dificuldades para enfrentar tarefas da rotina do dia-a-dia. O indivíduo perde massa magra ou a massa livre de gordura, o que causa redução da taxa metabólica basal. Entre os 50 e 60 anos, segundo Rahal et al (2007), essa perda chega a 30% da força muscular, o que provoca um maior índice de fadiga, a diminuição da mobilidade articular, do equilíbrio e coordenação motora, o que aumenta a possibilidade de quedas. Sendo assim, são pessoas com necessidades específicas que visam manter estável o funcionamento do corpo.

Segundo Rahal et al (2007, p. 86), “é importante ressaltar que exercícios físicos não se restringem a uma série de exercícios semelhantes aos da academia ou à prática de atividades esportivas”. Estão enquadradas aí também, atividades de lazer, como: dançar, andar de bicicleta, atividades laborais como jardinagem, atividades artísticas, passeio com cachorro. Qualquer atividade deve ser constante e prazerosa, gradual para diminuir riscos, auxiliar prováveis tratamentos, promover a motivação e satisfação. Com isso, pode-se chegar aos objetivos esperados associados à redução na incidência de doenças crônicas-degenerativas e maior potencial de reabilitação. De acordo, ainda com o mesmo autor, “a atividade física pode ser considerada um remédio para diversas disfunções do indivíduo” (RAHAL et al, 2007, p. 87).

Além da atividade física é importante destacar o valor das atividades laborativas como: bordados, crochês, pinturas, dentre outras. Entende-se por qualidade de vida as sensações subjetivas de sentir-se bem, inseridas em um sistema de valores, com perspectivas que variam individualmente (VELARDE-JURADO; AVILA FIGUEROA, 2002).

Segundo Assis e Araújo (2004), os exercícios são importantes para manter o idoso ativo e aumentar sua disposição para as atividades do dia-a-dia. Sua prática regular possibilita a prevenção de



quedas, favorece a autoestima, contribui para a alimentação da ansiedade e o controle da depressão e faz com que o idoso aprenda a conhecer melhor o seu corpo e suas funções. A integração do idoso com outras pessoas é um ponto crucial, neste sentido. É preciso, pois, permitir a esta população uma interação por meio de atividades físicas, artísticas, culturais, de caráter diversificado, que objetivem a manutenção da saúde bio-psico-social e, conseqüentemente, a melhoria da qualidade de vida (SANFONS, 2003).

Devemos sempre estar cientes de que uma velhice tranquila é o somatório de tudo quanto que beneficia o organismo, como por exemplo, exercícios físicos, alimentação saudável, espaço para lazer, bom relacionamento familiar, enfim, é preciso investir numa melhor qualidade de vida (TAKAHASKI, 2004).

## **2. Experiência Pedagógica com alunos do IFBA<sup>1</sup> e os Idosos do Recanto dos Idosos**

A experiência pedagógica teve início no primeiro semestre de 2010, com a elaboração de um projeto pedagógico entre as disciplinas educação física, geografia e artes, bem como envolveu a psicóloga da escola e outros servidores do IFBA, Campus Eunápolis. A proposta era de articular o trabalho pedagógico com a prática social. Para tanto tivemos como base o método didático da prática social (GASPARIN, 2005), que é aquele capaz de fazer o estudante ler criticamente a prática social na qual vive. O método didático da prática social tem cinco momentos, a saber: a prática social, a problematização, a instrumentalização, a catarse e o retorno à prática social<sup>2</sup>. De acordo com Saviane

<sup>1</sup> Andréia; Darciany; Elionei; Ingrid; Janili; Juliane; Marília; Sanchele; Yhasmim (alunas do Ensino Médio, 2010).

<sup>2</sup> A Prática Social é sempre o ponto de partida e o ponto de chegada. A Prática Social será alvo da problematização, e este é o segundo momento do método, onde os problemas da realidade são evidenciados e as questões que precisam de solução serão consideradas em relação à prática social, sendo identificados os conhecimentos que serão necessários para resolvê-los.

A apropriação de instrumentos teóricos e práticos necessários à solução dos problemas que têm referência na prática social, é o terceiro momento do método, o da instrumentalização. Neste momento, os conhecimentos produzidos e preservados historicamente são objeto de apropriação seja pela transmissão direta ou pela indicação de meios de investigação. Trata-se da aquisição de ferramentas culturais necessárias à transformação social no sentido da emancipação humana.

A expressão elaborada da nova forma de entendimento da prática social que se ascendeu a partir da problematização e instrumentalização é realizada como catarse, sendo este o quarto passo do método. É o momento da criatividade, onde se efetiva a incorporação dos instrumentos culturais em elementos ativos de transformação social.

O retorno do pensamento à prática social seria o quinto momento. Ou seja, é a construção do conhecimento sintético sobre a realidade, reduzindo-se a precariedade da parcela de síntese existente anteriormente, transformando-a em algo mais rico e orgânico. A prática social é transformada num espaço pedagógico pautado pelo diálogo entre os participantes, e, sobretudo, entre os níveis e tipos de pensamentos. Este diálogo que acontece o tempo todo deve contribuir para que o pensamento persiga o seguinte caminho: “primeiro, perceber e denotar; segundo, intuir e conotar; terceiro, raciocinar e criticar; e quarto, sentir e criar”. A prática social referida no primeiro e no último momento do método didático é e não é a mesma, pois a compreensão desta passa por uma alteração qualitativa. Esta é nossa intenção política alterar significativamente o trabalho pedagógico na perspectiva da educação emancipatória.

O retorno do pensamento à prática social seria o quinto momento. Ou seja, é a construção do conhecimento sintético sobre a realidade, reduzindo-se a precariedade da parcela de síntese existente anteriormente, transformando-a em algo mais rico e orgânico. A prática social é transformada num espaço pedagógico pautado pelo diálogo entre os participantes, e, sobretudo, entre os níveis e tipos de pensamentos. Este diálogo que acontece o tempo todo deve contribuir para que o pensamento persiga o seguinte caminho: “primeiro, perceber e denotar; segundo, intuir e conotar; terceiro, raciocinar e criticar; e quarto, sentir e criar”. A prática social referida no primeiro e no último momento do método didático é e não é a mesma, pois



(2005) é um método didático capaz de instrumentalizar o aluno para a leitura crítica da prática social na qual vive é o meio que vai tornar a escola progressista.

## **2.1. Perfil, características e necessidades dos Idosos do Recanto**

O primeiro momento se deu com a apresentação do projeto para turma, que se manifestou interessada em participar. Marcamos o dia da visita ao Recanto dos Idosos para pedir autorização para visitar os idosos e entrevistá-los e iniciarmos o contato com esse grupo. Precisávamos conhecer o público que iríamos desenvolver o projeto, e a partir daí instrumentalizar os alunos para darmos continuidade na organização das atividades para melhoria da qualidade de vida dos idosos.

Após autorização, marcamos a visita e iniciamos a integração com os alunos do IFBA (turma do 2º ano do ensino médio) e os idosos, moradores do recanto dos Idosos. Nesse primeiro contato foi levantado o perfil dos idosos, onde de 13 moradores entrevistados, 08 eram mulheres e 05 homens, nascidos entre 1916 e 1948, e moram no recanto desde o ano 2000.

Os motivos que os levaram serem moradores do Recanto dos Idosos são: falta de moradia (08), idade avançada, queriam descansar (02), dificuldades financeiras (01), morava sozinho (02). Sobre o processo de adaptação responderam que foi difícil para 04 idosos e para 09 foi fácil.

Quando abordados sobre como chegaram até o Recanto dos Idosos disseram que foi: viuvez (1), dificuldades financeiras (1), não optou (3), acordo com o cônjuge (1), vontade própria (3), trazida por autoridades (1), através da assistente social (3).

Também perguntaram quais foram as principais mudanças encontradas após chegar a terceira idade? Suas respostas foram: não poder trabalhar (2), era rico, ficou pobre (1), aparecimento de doença (8), deixar a família (1), perdeu a visão (1). Sobre como são as relações sociais de amizade atualmente, responderam que têm muitos amigos (10), só um amigo (1), não tem amigo (1), muitos amigos fora de asilo e poucos dentro (1). E como é a relação com seus familiares? Disseram ser: boa (5), não tem contato (4), recebe visita (4).

Quando questionados sobre o tipo de atividade que gostariam de desenvolver ali no recanto dos idosos, responderam que queriam: estudar (1), descansar (2), nenhuma (1), assistir danças e festas comemorativas (1), lazer (1), passear (3), cuidar da casa (2), contato com a natureza (2).

Outro ponto que foram abordados é sobre o que gostavam de fazer fora do Recanto, responderam que gostam de: observar paisagem (1), passeio coletivo (1), igreja (2), praia (1), fazenda (2), viajar (1), não gosta (2), passear (1).

Outra pergunta foi sobre quais as atividades físicas que praticavam quando eram crianças? Responderam: costura e brincadeiras de roda (1), brincava de boneca (2), brincadeira de roda e pular corda (1), brincadeira de roda (1), não respondeu (1), trabalhava (5), brincava de futebol (1), brincava de bolinha de gude (1).

Foram questionados sobre o tipo de atividades fazem em tempo livre, disseram ser: conversar (3), passear (1), nada (3), afazeres domésticos (1), costurar (1), cuidar das plantas (1), descansar (1), estudar (1), exercícios (1).

---

a compreensão desta passa por uma alteração qualitativa. Esta é nossa intenção política alterar significativamente o trabalho pedagógico na perspectiva da educação emancipatória (SAVIANE, 2005).



Quais atividades físicas que mais praticam e gostam? Responderam que: afazeres domésticos (2), não gosta (5), não respondeu (2), ginástica (2), não pode (1), caminhada (1). Sobre se realizam alguma atividade recreativa semanalmente, responderam que: não (12), igreja (1).

Em relação ao tempo que disponibiliza para realizar essas atividades, responderam: nenhum (6), não respondeu (5), muito tempo (1), 5 dias (1).

Quando questionados se gostam de realizar alguma atividade recreativa individual, e qual, não responderam (4), não (5), dominó (1), ler (1), ouvir rádio e ver televisão (1) e escrever (1). Que atividades recreativas você gosta de realizar coletivamente. As repostas foram: brincadeiras (3), se reunir nos fins de semana (2), não respondeu (2), gosta de tudo (1), nenhuma (4), receber visita (1).

Após a entrevista, nossas alunas serviram um lanche para eles e fizeram algumas brincadeiras para descontraí-los, foram bem aceitas pela grupo e nos comprometemos em entrar em contato para darmos continuidade ao projeto.

Conhecer o perfil do nosso público foi importante para organizarmos as próximas atividades que iríamos realizar com eles. A partir daí, propomos a oficina intitulada “Qualidade de Vida na Melhor Idade”, desenvolvida pelos professores das áreas de Educação Física, Artes e colaboração da psicóloga do IFBA, Campus Eunápolis.

A oficina “Qualidade de vida na Melhor Idade” foi realizada dentro da Semana de Ciência e Tecnologia e justifica-se pelas razões que se seguem: tem a intenção de oferecer à população do Recanto dos Idosos, em Eunápolis, atividades físicas, recreativas e artísticas, de caráter diversificado, que objetivem a integração do idoso, professores e alunos do Instituto Federal, permitindo a manutenção da saúde bio-psico-social, e conseqüente melhoria da qualidade de vida dos indivíduos; criar um espaço interdisciplinar para o desenvolvimento de pesquisa, ensino e extensão na área de Qualidade de Vida de populações; proporcionar um encontro saudável entre as pessoas envolvidas oportunizando a reinserção social.

A oficina “Qualidade de vida na Melhor Idade teve os seguintes objetivos:

- Reconhecer as mudanças físicas, psicológicas e sociais que acontecem com o processo de envelhecimento.
- Descrever os benefícios da Atividade Física e das atividades artísticas para o idoso.
- Analisar as atividades físicas e laborativas praticadas pelos idosos no Recanto dos Idosos, em Eunápolis/BA, e sua relação com a qualidade de vida.
- Desenvolver métodos e procedimentos adequados para o trabalho de atividade física, recreativa e artística com idosos.
- Desenvolver, com os idosos e alunos, oficinas de Artes com material reciclável, danças, músicas e atividades motoras-recreativas, buscando o desenvolvimento da sensibilidade criativa.
- Analisar com os idosos o filme Up, na perspectiva da integração do jovem com o idoso, bem como permitir o debate acerca do mesmo pelos idosos e alunos do Instituto Federal.
- Promover a autoestima, a integração e socialização do jovem com o idoso e permitir debates.
- Com as seguintes estratégias e metodologia:
  - Reuniões para discussão, programação e avaliação.
  - Apresentação do projeto para a coordenação e alunos.
  - Discussão em sala de aula (professores e alunos).
  - Divulgação da oficina (corpo-a-corpo, site etc.).
  - Inscrições dos participantes (20 vagas).



- Parcerias.
- Realização das oficinas de artes, atividades lúdicas e recreativas.
- Exibição do filme Up e debate acerca do mesmo com alunos, professores, psicóloga e idosos.
- Mostra dos resultados produzidos durante a Semana de Ciência e Tecnologia.
- Apresentação do resumo da oficina para posterior publicação.
- Avaliação processual pela equipe técnica responsável e pela comissão da Semana de Ciência e Tecnologia.

### **3. Experiência Pedagógica e a ótica dos discentes envolvidos no projeto Qualidade de Vida na Melhor Idade**

O trabalho pedagógico da Educação Física, na perspectiva da pedagogia crítica-superadora, se caracteriza no trato com o conhecimento dos temas cultura corporal: jogo, esporte, ginástica, danças, entre outros, que constituirão o seu conteúdo (COLETIVO DE AUTORES, 1992). Esses temas da cultura corporal foram construídos ao longo da história, os quais expressam sentidos, significados em diferentes dimensões como, sociais, políticas, econômicas e outras que possibilitem estabelecer relações dialéticas para o seu entendimento.

Entendendo que a Educação Física deve desenvolver os temas da cultura corporal relacionados com a prática social é que nos propomos a desenvolver essa experiência pedagógica com os estudantes do ensino médio e os idosos do recanto. Nessa perspectiva “a finalidade da organização do trabalho pedagógico deve ser a produção do conhecimento (não necessariamente original), por meio do trabalho com valor social (não do “trabalho” de faz-de-conta, artificial); a prática refletindo-se na forma de teoria que é devolvida à prática” (FREITAS, 2005, p.100), dessa maneira o trabalho pedagógico da escola não pode estar desvinculado da prática social, para que não seja reduzido à aquisição de algumas normas técnicas, ou de procedimentos metodológicos.

Como resultado dessa experiência consideramos importante valorizar a fala das alunas envolvidas, pois através dos seus depoimentos podemos retratar a importância de práticas pedagógicas como esta. Após a execução do projeto, onde foram realizadas as atividades propostas no projeto e registradas com fotos, elaboramos um questionário para avaliarmos essa experiência com os alunos. Segue abaixo os seus depoimentos, de acordo com as perguntas feitas às alunas da turma EM21, que participaram de todas as etapas do projeto.

#### **1. Como avalia o projeto Qualidade de vida na melhor idade?**

*Logo quando a proposta foi feita na sala de aula, confesso que fiquei preocupada, pensando como iria me relacionar com eles, já que eu não sou nada paciente, sendo fundamental para eles a atenção. Enfim fomos lá buscar informações de quando poderíamos visitá-los. E desde então encontramos alguns idosos que foram muito carinhosos e atenciosos conosco. Com o decorrer do trabalho que fizemos com eles, passamos a nos familiarizar e vimos o quanto são amáveis e carinhosos, e quanto foi importante essa integração com eles. (Elionei Almeida)*

*Avalio de maneira muito prazerosa, tanto para nós alunos, quanto para os idosos, pois nos permitiu conhecer sobre a história de vida daquelas pessoas que ali estavam que com suas experiências já vividas, sentiam orgulho em compartilhar conosco. (Ingrid Raissa Almeida)*



*Excelente, pois além de ajudá-los, nos ensina a ter uma “melhor idade”. (Yasmim da Silva Santos)*

*Desde o início, quando tivemos a ideia de trabalhar com os idosos eu já sabia e esperava que fosse muito produtivo e que seria uma experiência incrível. Trabalhar nesse projeto com os idosos foi uma forma de aprender um pouco mais sobre a terceira idade, aprender os cuidados que essa fase da vida requer. Sendo assim espero que continuemos esse projeto ao longo do ano de 2011, pois são pessoas que assim como qualquer um, precisa de carinho, cuidado e atenção. (Juliane Menezes Gonçalves)*

*O projeto qualidade de vida na 3ª idade foi excelente porque conhecemos a realidade em que eles vivem, e aprendemos sobre suas vidas e suas histórias. (Andréia dos Santos Pereira)*

*É um projeto bastante dinâmico e produtivo, pois ao realizá-lo percebemos a diferença no comportamento dos idosos: A descontração, a aprendizagem de coisas novas e os resultados físicos. (Sanchele Oliveira)*

*O projeto qualidade de vida na 3ª idade foi bom, poderia ser melhor, se acontecesse com um pouco mais de frequência, pois passamos pouco tempo com os idosos e, portanto, conhecemos pouco sobre cada história já vivida. (Janili Azevedo)*

*Avalio como uma atividade muito importante para ambos os lados, tanto para os idosos quanto para nós alunas. Projetos assim ajudam, realmente, a melhorar a qualidade de vida dos idosos, a deixá-los mais felizes e tira-los da solidão que se acentua nessa fase da vida. (Marília Beatriz Santos).*

*Eu acho que foi um projeto muito bom e que os velhinhos gostaram (principalmente dos lanches). (Darciany R. Oliveira)*

## 2. Considera importantes atividades de extensão com a participação dos alunos?

*Sim, pois com o aproximar e o conhecer a rotina deles podemos obter experiências que jamais imagináramos ter. Podemos ainda ter relatos de acontecimentos que ocorreram há muito tempo ou até mesmo histórias contadas por eles. (Elionei Almeida)*

*Considero muito importante, pois com essas atividades os alunos passam a conhecer e conviver com pessoas diferentes com as do seu convívio. Sendo assim o aluno passa a ter conhecimento, até mesmo de coisas antigas que não teve a oportunidade de conhecer.*

*Desta forma o aluno perceberá que o conhecimento não se adquire somente nos prazeres, mas pode-se ir muito além. (Ingrid Raissa Almeida)*

*Com certeza sim, pois nos ajuda a ter uma nova visão de mundo e enxergar a realidade na vida de um idoso, atualmente. (Yasmim da Silva Santos)*

*Considero importante que haja, sim, atividades de extensão com a participação dos alunos, pois o aprendizado não é somente na sala de aula. Participando desses projetos nós crescemos cada vez mais como bons cidadãos. (Juliane Menezes Gonçalves)*



## IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

*Sim, já que essas atividades de extensão nos ajudam a entender melhor a nossa realidade, nos tira da “caixinha de cristal”, que muitas vezes nos colocamos. (Andréia dos Santos Pereira)*

*Sim, pois é uma forma de mobilizar os alunos a realizar alguma atividade que tenha cunho social. Além de ampliar seu conhecimento a cerca da realidade. (Sanchele Oliveira)*

*Sim, considero bastante importante, pois existem muitos alunos que por não conhecer ou por não conviver com os idosos, não os respeitam, não dão lugar para eles na frente da fila de um banco, entre outros. E com esse projeto, conhecendo um pouco mais da história de vida de alguns, se sentiram sensíveis e darão lugar aos idosos, onde que estejam. (Janili Azevedo)*

*Sim. Os alunos aprendem na prática o que se vê na teoria. Foi assim que aconteceu: Lemos alguns livros sobre qualidade de vida na 3ª idade e elaboramos perguntas sobre o tema. Depois foi a vez de fazermos as perguntas aos próprios idosos do abrigo. (Marília Beatriz Santos).*

*Foi importante as atividades de extensão com a participação dos alunos por que ajudou os idosos a se soltarem mais e a querer brincar mais na nossa companhia. (Darciany R Oliveira)*

3. O projeto lhe ajudou conhecer o modo de vida dos idosos? A partir dessa experiência acha que terá novas atitudes diante dos idosos? Comente:

*Sim! Eu nem imaginava como funcionaria um “lar dos idosos” e fiquei surpresa com a relação deles uns com os outros, relações muito afetivas, já que alguns deles não têm familiares ou são abandonados pela família.*

*A partir desse trabalho comecei a me enxergar e me colocar no lugar de um idoso em determinadas situações, assim me tornado mais gentil e colocando como prioridade a 3ª idade. (Elionei Almeida)*

*Sim, porque até então o meu convívio com idosos era somente com os da minha família, e com o projeto passei a conhecer vários outros com suas dificuldades e limitações.*

*Quanto as minhas atitudes perante eles, devo reconhecer que já eram boas e tentava sempre os respeitar, e a partir do trabalho percebi que devo continuar assim. (Ingred Raissa Almeida)*

*Sim e é muito gostoso saber relatos sobre a história de cada um, além de me fazer entender que eles são idosos, mas ainda há muita energia para gastar. As atitudes mudam completamente. Você entende que só em ajudar um idoso a atravessar a rua, ajudá-lo a sentar, conversar com ele, é muito gratificante e você passa a dar valor e respeitar um idoso. (Yasmim da Silva Santos)*

*Com esse projeto eu pude conhecer um pouco mais sobre os idosos e os seus modos de vida. Depois dessa experiência eu passei a tratar com mais atenção e amor a todos os idosos que tenho ao meu redor. São pessoas fantásticas e com experiências de vida incríveis. (Juliane Menezes Gonçalves)*

*Sim, com a visita passei a entender a vida dos idosos, principalmente, os que vivem em asilos, a partir dessa experiência passei a vê-los com outros olhos, porque descobri que suas necessidades vão muito além das básicas, eles precisam de carinho, amor e muito afeto. (Andréia dos Santos Pereira)*

*Com certeza, pois foi através desse projeto que eu pude atestar a condição de cada idoso. Além de conversar sobre sua infância, família, desejos, tristezas e as muitas alegrias.*



**IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE**

*Participar desse projeto me fez refletir sobre as atitudes que tomarei daqui pra frente, procurando dar mais atenção, cuidado e carinho àqueles idosos que me cercam. Os idosos são memórias vivas do nosso passado e tem muito a nos ensinar. (Sanchele Oliveira)*

*Sim, me ajudou bastante, pois não conhecia o modo como eles viviam ao chegar a um recanto, alguns estão sozinhos, sua família não o visita. É triste e doloroso saber dessa parte da história. Mas com tudo isso aprendi a respeitar e a dar mais valor para essas pessoas da terceira idade, não só por isso, e sim porque todos eles merecem. (Janili Azevedo)*

*Sim. Pensamos que os idosos são todos iguais, que só por causa da idade não são ativos. O que não é verdade, pois no abrigo percebemos que há muitos idosos “sexelepeps”, como a Dona Amélia que é muito engraçada e comunicativa. Eles vivem normalmente no recanto, têm a casinha deles com a vida particular deles. Alguns têm necessidades especiais, problemas de saúde. Acho sim que essa experiência me ajudou a ter um olhar mais atento às necessidades das pessoas idosas a pensar com maior intensidade que eles precisam de atenção, amor, demonstração de afeto. (Marília Beatriz Santos).*

*Esse projeto me ajudou muito a conhecer o modo de vida deles e acho que a partir dessa experiência terei uma atitude melhor com os idosos (que eu já tinha), pois as pessoas com mais idade merecem um respeito ainda maior. (Darciany R. Oliveira)*

**4. Considera importante trabalhar com outros conteúdos da prática social? Dê sugestões.**

*Com certeza! Só assim podemos ter uma visão diferenciada da sociedade em que vivemos o que pode influenciar muito em algumas ações do nosso cotidiano. Uma sugestão interessante é um trabalho envolvendo crianças carentes, oficinas, entre outros. (Elionei Almeida)*

*Sim! Visita a creches, visita a famílias do lixão. (Ingrid Raissa Almeida)*

*Sim. Nós poderíamos trabalhar, também, com deficientes mentais, cadeirantes, deficientes auditivos e visuais, pois, assim como com os idosos, nós iríamos sentir, realmente, como é viver de forma “diferente”. (Yasmim da Silva Santos)*

*Sim, poderíamos trabalhar também com crianças carentes, pessoas viciadas e droga e te mesmo fazer visita a presídios. (Juliane Menezes Gonçalves)*

*Considero. Acho que poderíamos trabalhar com as crianças da creche S.O.S vida ou com as famílias que vivem (ou sobrevivem) no lixão. (Andréia dos Santos Pereira)*

*Sim. Por exemplo, ao trabalhar com esportes como futebol, Voleibol que exigem trabalho em equipe, mostrar a importância da união da população pode mudar algumas faces da nossa sociedade: Como a violência. (Sanchele Oliveira)*

*Trabalhar com outros e esse assunto, que está relacionado com a prática social é completamente importante, pois vivenciando e conhecendo de perto nos torna mais sensível e nos faz pensar como esta a nossa sociedade. Uma sugestão a ser dada é trabalhar com os mendigos, sabe, para saber como e porque chegarão ali. Se foram por questões financeiras, drogas e coisas assim e também trabalhar com crianças carentes. (Janili Azevedo)*



**IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE**

*Sim, pois assim aprendemos a ser mais ativos na nossa sociedade, afinal, somos jovens. Exemplo: Trabalhos voluntários em creches, projetos com música e teatro para crianças e jovens. (Marília Beatriz Santos).*

*É muito importante trabalhar com alguns conteúdos relacionados à prática social, pois isso nos ajuda a entender de perto a realidade de outras pessoas, uma sugestão é entrar em contato com pessoas que precisam (de certa forma) de um apoio ou até mesmo de uma motivação para seguir em frente e assim torna-los um pouco mais felizes. (Darciany R. Oliveira)*

**5. Dê sugestões para a continuidade desse projeto no IFBA com outras turmas.**

*Os alunos juntamente com o professor poderiam desenvolver mais atividades como exercícios, brincadeiras que podem mexer com suas articulações, jogos que exigem mais do raciocínio, etc. (Elionei Almeida).*

*Creio que se pode fazer o mesmo projeto da gente com outras turmas em outras turmas em outro azilo, para que eles possam ver esse convívio também com os idosos. (Ingred Raissa Almeida)*

*Poderíamos continuar fazendo visitas, uma turma a cada mês, fazendo brincadeiras, passando filmes, tarde recreativa, atividades físicas, festas típicas, levando-os para passear, animações, etc. (Yasmim da Silva Santos)*

*Acredito que nós que já tivemos um primeiro contato com esse projeto, deveríamos apresentar as outras turmas também para que possam entender um pouco mais sobre a terceira idade. (Juliane Menezes Gonçalves)*

*Acredito que poderia cada turma fazer uma visita mensal, levando brincadeiras, diversão e carinho aos idosos de Eunápolis. (Andréia dos Santos Pereira)*

*Sugiro que as outras turmas façam um pequeno mural com a memória da vida de cada idoso. Outra sugestão seria que eles levassem os idosos para uma atividade de lazer, por exemplo, ir à praia, algo que muitos idosos nunca fizeram. (Sanchele Oliveira)*

*Dar continuidade de projeto será muito gratificante para o IFBA em geral e também lá fora. Seria bom que começasse no início da unidade e que tivesse pelo menos uma visita ao recanto por mês, para que idosos pudessem se sentir amados e nós aprenderíamos mais sobre cada um ali recepcionado. (Janili Azevedo)*

*Acho que nos próximos anos a Semana de Ciência e Tecnologia deveria continuar tendo as oficinas para os idosos. E que as próximas turmas deveriam fazer o mesmo que nós da EM 21, conhecendo o recanto dos idosos ou qualquer outro projeto voltado para essa faixa etária. (Marília Beatriz Santos).*

*O IFBA tem a capacidade de trabalhar em algumas turmas a questão dos idosos (que é muito legal), pois é uma escola que tem boa estrutura e bons professores. A única sugestão que eu dou é que tragam esses idosos para cá e que façam eles rirem muito (que é a melhor coisa), porém não rir, apenas, e sim se sentirem felizes e contentes por estarem conosco e assim terem uma vida melhor. (Darciany R. Oliveira)*



Diante dos depoimentos das alunas, entendemos que é necessário para a transformação do trabalho pedagógico fazer os nexos dos objetivos da disciplina voltados para a prática social com base num projeto histórico de sociedade e de escola, em que se almeje a possibilidade de uma escola e sociedade qualitativamente melhor. Estes aspectos confirmam as ideias de Freitas (2005, p. 95) sobre os “objetivos sociais que medeiam e produzem limites para o desenvolvimento do trabalho pedagógico na sala de aula.” Nestas análises ficou evidenciado em relação à organização do trabalho pedagógico que deve existir uma articulação entre os conteúdos e métodos e a prática social. Essa preocupação é abordada por Taffarel e Stramann (2007), levantando as seguintes considerações:

[...] o educador precisa, para poder efetivar plenamente sua tarefa educativa, manter uma relação consciente para com o papel do trabalho educativo na formação daquele indivíduo-educando concreto que tem diante de si e para com as implicações desse trabalho educativo na produção e reprodução da vida social (TAFFAREL; STRAMANN, 2007, p. 51).

Portanto, o educador tem como compromisso a formação dos educandos com vistas a desenvolver uma atitude científico-investigativa que lhes possibilite, tanto no âmbito teórico como prático, um conhecimento para a prática social. Faz-se necessário a compreensão do professor como trabalhador da educação, orientado pelo trabalho socialmente útil, que seja engajado em promover a auto-organização, a atitude crítica nos alunos.

Nesse sentido, é fundamental que se reafirme a educação física como:

uma disciplina escolar destinada ao ensino de conteúdos selecionados do universo da cultura corporal e ou, esportiva da humanidade, orientada pela teoria pedagógica que procura as regularidades ou o que há de comum no ensino das diversas disciplinas escolares. Reafirmamos o enfoque materialista histórico-dialético que demonstra a existência de uma teoria educacional interpretativa e de intervenção da prática pedagógica da escola e de uma teoria pedagógica, elaborada como categorias da prática, que investiga as regularidades subjacentes ao processo de trabalho pedagógico e medeia as relações entre a teoria educacional e as metodologias específicas, destinadas ao ensino dos conteúdos escolares que dizem respeito à própria prática da sala de aula (TAFFAREL; STRAMANN, 2007, p. 104).

### **Algumas Considerações**

As avaliações preliminares da experiência foram de fundamental importância para o projeto, pois os dados destas auxiliaram na melhoria da proposta metodológica específica para esse grupo de idosos, objetivando principalmente benefícios na satisfação com a vida e na percepção do estado geral de saúde.

Dessa forma, conclui-se que o projeto necessita de continuidade, devido sua influência benéfica na vida dos participantes, sendo visíveis algumas melhorias nos aspectos físicos, psicológicos e sociais, principalmente no que se trata a respeito da interação e autoestima dos idosos e também, porque este se tornou um meio de construção e prática do conhecimento sistemático na área de Educação Física escolar.

Docentes e discentes do IFBA, Campus Eunápolis, envolvidos na ação pedagógica, obtiveram uma experiência significativa e de grande relevância social, conscientizando-os do grande papel em uma escola, enquanto espaço de produção, de pesquisa e de aplicação de conhecimentos, exerce na construção



da cidadania de grupos marginalizados e alvos do preconceito de toda uma sociedade, revelando sua importância na comunidade e seu papel transformador, formador e socializador.

## Referências

ASSIS, Mônica de; ARAÚJO, Terezinha Duarte. *Atividade Física e Postura Corporal* In: SALDANHA, Assuero Luiz; CALDAS, Célia Pereira. *Saúde do Idoso: A arte de cuidar*. 2. ed. Rio de Janeiro: Interciência, 2004.

CANCELA, Diana Manuela Gomes. *O processo de envelhecimento*. In: Psicologia.com.pt – O portal dos psicólogos. Lusíada do Porto: Disponível em: <http://www.psicologia.com.pt>. Acesso: 19. set. 2010.

COLETIVO DE AUTORES. *Metodologia do Ensino de Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.

FAZENDA, I. *Didática e Interdisciplinaridade*. Campinas, São Paulo: Papirus, 1998.

FILHO, Wilson Jacob. *Envelhecimento e atendimento domiciliares*. In: DUARTE, Yeda Aparecida de Oliveira; DIOGO, Maria José D' Elboux. *Atendimento domiciliar: um enfoque gerontológico*. São Paulo, 2005.

FREITAS, Luis Carlos Teixeira. *Ciclos, seriação e avaliação: confrontos de lógicas*. São Paulo: Moderna, 2003.

\_\_\_\_\_. *Crítica da Organização do Trabalho Pedagógico e da Didática*. Campinas: Papirus, 2005.

GASPARIN, Luiz João. *Uma Didática para a Pedagogia Histórico-Crítica*. Campinas, SP: Autores Associados, 2005.

RAHAL, Miguel Antônio et al. *Atividade Física para o Idoso e Objetivos*. In: PAPALÉO NETTO, Matheus; *Tratado de Gerontologia*. 2. ed. Ver. e ampl. São Paulo: Atheneu, 2007. pp. 781-793.

RAUCHBACH, Rosemary. *Atividade Física para Terceira Idade: envelhecimento ativo, uma proposta para vida*. 2. ed. revisada e ampliada. Londrina: Miodiograf, 2001.

SAFONS, Marisete Peralta. *Qualidade de vida na terceira idade: uma proposta multidisciplinar – Relato de experiência*. *Efdeportes.com/Revista Digital*. Buenos Aires/Argentina. Ano 09. Nº. 64, setembro de 2003. Disponível em <http://www.efdeportes.com>. Acesso: 29. set. 2010.

SAVIANE, Dermeval. *Escola e Democracia*. Campinas, SP: Autores Associados, 2005.



\_\_\_\_\_. *Pedagogia Histórico-Crítica: primeiras aproximações*. Campinas, SP: Autores Associados, 2005.

TAFFAREL, Celi Zulk; STRAMANN, Reiner Hildebrandt (Orgs). *Currículo e Educação Física*. Ijuí: Unijuí, 2007.

TAKAHASHI, Sandra Regina da; TUMELERO, Sérgio. Benefícios da atividade física na melhor idade. *Revista Digital Efdeportes.com*. Buenos Aires, nº 74, Jul. 2004. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd74/idade.htm>. Acesso em 19 de set. 2010.

VELARDE-JURADO, E; AVILA-FIGUEROA, C. Evaluación de La cualidad de vida. *Salud Publica Mexico*, 44(4), jul-ago, 2002, 349-61.

**Wilney Fernando Silva**

Professor Mestre em Educação

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Bahia – IFBA

**Endereço para correspondência:**

Rua Paulino Mendes Lima, 983, Ap. 01, Centro, Eunápolis-BA, CEP: 45820-440

**E-mail:** [wilneyfernando@yahoo.com.br](mailto:wilneyfernando@yahoo.com.br)

Recurso tecnológico para apresentação da comunicação oral: data-show

**Wilney Fernando Silva**

**Rosicler Sauer**

Mestres em Educação

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Bahia – IFBA