



PROJETO: "Movimento e Alegria: Esporte e Lazer na Escola"

Etapa: Ensino Fundamental (Anos Iniciais ou Finais)

Duração: 4 semanas

Introdução

O esporte e o lazer são elementos fundamentais para o desenvolvimento integral dos estudantes, contribuindo não apenas para a saúde física, mas também para a socialização, o respeito às regras, o espírito de equipe e a valorização das habilidades individuais. Na escola, essas práticas devem ser incentivadas de forma lúdica, democrática e educativa.

A prática esportiva ajuda a desenvolver o senso de responsabilidade, disciplina e autocontrole, além de promover a inclusão e a autoestima dos alunos. Já o lazer proporciona momentos de relaxamento, criatividade e prazer, colaborando para a formação de cidadãos mais saudáveis e equilibrados.

Integrar esporte e lazer no ambiente escolar é garantir aos alunos uma vivência prazerosa da escola, em que o corpo e o movimento sejam valorizados como formas legítimas de aprender e de se expressar. Por meio dessas práticas, é possível também trabalhar valores como cooperação, solidariedade, respeito e empatia.

Este projeto busca promover o bem-estar dos estudantes por meio de ações planejadas e acessíveis, que envolvam atividades esportivas, jogos cooperativos, oficinas de recreação e momentos de convivência entre turmas. Tudo isso considerando a diversidade, as potencialidades de cada aluno e a realidade da comunidade escolar.

A proposta é criar uma rotina semanal que envolva diferentes formas de movimento, promovendo saúde, diversão e interação, além de fortalecer a cultura do esporte e do lazer como direito de todos.



Objetivo Geral

Promover o desenvolvimento físico, emocional e social dos alunos por meio de atividades esportivas e recreativas, valorizando o movimento como forma de expressão, saúde e convivência.



Objetivos Específicos

- Estimular a prática de esportes de forma lúdica e cooperativa.
- Desenvolver o espírito de equipe, respeito às regras e superação de desafios.
- Proporcionar momentos de lazer e descontração na escola.

- Trabalhar a inclusão e a participação de todos, respeitando os limites e potencialidades.
- Integrar diferentes turmas e promover o convívio saudável entre os estudantes.

Metodologia

As atividades serão realizadas de forma prática e participativa, organizadas semanalmente, com foco em diferentes modalidades esportivas e jogos recreativos. Serão utilizadas estratégias como:

- Jogos cooperativos (sem competição)
- Oficinas de esportes (futsal, vôlei, queimada, etc.)
- Brincadeiras tradicionais (pula corda, elástico, amarelinha)
- Gincana esportiva com desafios
- Sessões de alongamento e relaxamento
- Oficinas de dança, capoeira ou zumba escolar
- Cine Esporte com vídeos curtos sobre atletas e valores esportivos

Cronograma Semanal

Semana	Tema da Semana	Atividades Principais
1ª	Movimento e Cooperação	Jogos cooperativos + roda de conversa sobre o que é esporte e lazer
2ª	Esportes e Desafios	Oficinas esportivas (futsal, vôlei, queimada) + treino de equipe
3ª	Brincar é Viver	Brincadeiras tradicionais + sessão de dança e relaxamento
4ª	Grande Gincana Escolar	Gincana com estações de jogos + encerramento com medalhas simbólicas e piquenique

Avaliação

A avaliação será formativa e contínua, considerando:

- Participação ativa nas atividades
- Respeito às regras e aos colegas
- Demonstração de espírito esportivo e cooperação
- Interesse e envolvimento nas oficinas
- Reflexões orais e registros das vivências (cartazes, murais, depoimentos)



Resultados Esperados

- Maior engajamento dos alunos nas atividades físicas e recreativas
- Desenvolvimento do senso de grupo, respeito mútuo e responsabilidade
- Melhoria na convivência escolar e no bem-estar dos estudantes
- Valorização do esporte e do lazer como práticas saudáveis e educativas
- Participação das famílias e da comunidade escolar nas ações finais do projeto



Bibliografia

- BRASIL. *Base Nacional Comum Curricular – BNCC*. MEC, 2017.
- PAES, Roberto Rodrigues. *Esporte na escola: a pedagogia da iniciação esportiva*. São Paulo: Phorte, 2001.
- FRIEDMANN, Adriana. *Brincar: crescer e aprender*. São Paulo: Moderna, 2006.
- KISHIMOTO, Tizuko Morchida. *O brincar e suas teorias*. São Paulo: Pioneira, 2001.
- COLETÂNEAS de jogos e brincadeiras do portal MEC e instituições de educação física escolar.