

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA - UFSC  
CENTRO DE DESPORTOS - CDS  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – DEF  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA - LICENCIATURA**

**ALESSANDRA SOSIN MACHADO**

**YOGA NA ESCOLA: UM OLHAR PARA A EDUCAÇÃO INFANTIL**

**FLORIANÓPOLIS, SC  
2019**

Alessandra Sosin Machado

**YOGA NA ESCOLA: UM OLHAR PARA A EDUCAÇÃO INFANTIL**

Trabalho Conclusão do Curso de Graduação  
em Educação Física do Centro de Desportos  
da Universidade Federal de Santa Catarina  
como requisito para a obtenção do Título de  
Licenciada em Educação Física  
Orientador: Prof. Dr. Fabio Machado Pinto

Florianópolis, SC  
2019

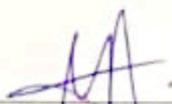
ALESSANDRA SOSIN MACHADO

**YOGA NA ESCOLA: UM OLHAR PARA A EDUCAÇÃO INFANTIL.**

Monografia julgada adequada para obtenção do Título de Licenciada em Educação Física.

Florianópolis, 26 de junho de 2019.

**Banca examinadora:**



---

Prof. Dr. Fabio Machado Pinto  
Orientador  
CED/UFSC

---

Profa. Dra. Cintia de La Rocha Freitas  
Membro  
CDS/UFSC

---

Prof. Dr. Carlos Luiz Cardoso  
Membro  
CDS/UFSC

## AGRADECIMENTOS

Sou grata a todas as pessoas que estiveram envolvidas direta e indiretamente na minha vida durante estes anos de formação. Com certeza, cada uma contribuiu de forma singular na construção desta pesquisa e na minha formação humana. Em especial aos meus amigos, pela inspiração, pelos momentos de descontração e por compreenderem minhas ausências.

Nominalmente gostaria de agradecer:

Aos meus pais, Carmen e José, pela oportunidade da vida;

Ao meu querido companheiro, André, por todo apoio, amor e compreensão;

Ao Tales Nunes, por ensinar tão delicadamente a arte do Yoga.

A Professora Cristiane Ker, pela confiança ao abrir as portas permitindo minha primeira experiência como professora de Yoga.

A Professora Cíntia De La Rocha, por me incentivar sempre com carinho e alto astral.

Ao Professor Cardoso, por aceitar fazer parte da banca examinadora.

A todos os colegas, professores, técnicos e terceirizados da UFRGS e da UFSC por sustentarem o ensino e as condições de estudo nestas instituições.

E finalmente, ao Professor Fábio Machado, pela orientação e por contribuir com meu projeto de ser professora compartilhando experiências de vida e seus conhecimentos de forma muito amiga.

## **LISTA DE ABREVIATURAS**

EF - Educação Física

EI - Educação Infantil

PPP - Projeto Político Pedagógico

RYE - Recherche le yoga Dan's education/Pesquisa em Yoga na Educação

UFSC - Universidade Federal de Santa Catarina

## RESUMO

O presente estudo busca apresentar o Yoga como temática pedagógica para bebês e crianças pequenas em período de creche com base no método de Pesquisa sobre Yoga na Educação criado por Micheline Flak, pioneira em abordar o tema na Escola. Esta prática surgiu na Índia e ficou popularmente conhecida após a publicação dos Yoga Sutras de Patânjali. Chegou de fato ao Ocidente através dos movimentos de contracultura da década de 1960 e foi trazido ao Brasil pelo francês, Leo Alvares de Costet de Mascheville. A pesquisa em questão ocorreu no âmbito do Estágio Supervisionado em Educação Física em uma unidade de educação infantil vinculada a uma universidade federal do sul do país, com o objetivo de analisar e compreender as possibilidades e os desafios de abordar o Yoga como temática pedagógica em uma turma de sete bebês e quinze crianças com até dois anos de idade. Trata-se de uma pesquisa participante do tipo aplicada, pois buscou gerar conhecimento para aplicação prática do Yoga no contexto escolar fundamentada na concepção histórico-cultural do desenvolvimento e na metodologia de ensino crítico-emancipatória da Educação Física. Como resultado, o estudo desta temática nos primeiros anos da Educação Infantil contribuiu para a educação dos sentidos dos alunos por meio das vivências práticas e no processo de aprendizagem das diversas linguagens considerando os valores expressos na relação pedagógica como um princípio da função educativa escolar. Além disso, apontou a necessidade de se ampliar os estudos científicos relacionados ao tema para esta faixa etária.

**Palavras-chave:** Yoga, aprendizagem, Educação Física, Educação Infantil

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	08
1.1 OBJETIVOS.....	11
1.1.1 OBJETIVO GERAL.....	11
1.1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	11
<b>2. REVISÃO TEÓRICA - EDUCAÇÃO (FÍSICA) INFANTIL E YOGA</b> .....	12
<b>3. METODOLOGIA</b> .....	17
3.1 PROCEDIMENTOS E INSTRUMENTOS DE PRODUÇÃO DE DADOS .....	18
3.2 REVISÃO DOS DADOS .....	22
<b>4. RESULTADOS</b> .....	23
4.1 CONJUNTURA ESCOLAR.....	23
4.2 EDUCAÇÃO FÍSICA.....	24
4.3 GRUPO 1.....	25
4.4 ANÁLISE E REFLEXÃO SOBRE A EXPERIÊNCIA DE ENSINO.....	25
<b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	31
<b>6. REFERÊNCIAS</b> .....	32

## 1. INTRODUÇÃO

Em um estudo pioneiro sobre o Yoga na educação, Flak (1985) escreveu em seu livro *Des Enfant qui réussissent: Le yoga à l'école* sobre os yogues há milênios terem fixado placas indicativas para favorecer a educação permanente. Isto quer dizer que há muito tempo foram deixadas pistas que contribuem para o entendimento de que o ser humano precisa ser visto em sua completude no processo de aprendizagem.

Os yogues quiseram dizer, antes de tudo, que o corpo e o mental, longe de serem separados, são manifestações de uma energia que vai do denso ao sutil, em forma de espiral (FLAK, 2007). Na filosofia do Yoga existe a concepção de três corpos do ser humano: o corpo denso (físico), o corpo sutil - constituído de órgãos de percepção, órgãos de ação, mente e intelecto; e o corpo causal ligado a natureza espiritual, a experiência e a ancestralidade. Isto quer dizer, que todos agem em consonância num movimento integrativo.

A palavra *Yoga* é de origem sânscrita, foi traduzida como união. Segunda a descrição feita pelo professor indiano ,B.K.S Iyengar, significa "o jungir de todas as forças do corpo, do intelecto, da mente, das emoções, da vontade, que é o que o yoga pressupõe; significa uma atitude da alma que permite a alguém encarar a vida em todos os seus aspectos com equanimidade" (IYENGAR,1980, p. 17).

Entre outras manifestações como o Yoga do som (*mantra yoga*), da ação (*karma yoga*) e do estudo das escrituras (*jnana yoga*),o equivalente a Educação Física (EF) é o *Hatha Yoga*. Esta forma está associada às posturas psicofísicas (*ásanas*), que podem existir tantas quanto seres humanos vivendo na Terra. O Yoga Sutra (II:46) resume o ásana como sendo uma postura firme e agradável, nada além disso. Está ligado ao conceito de consciência corporal e a capacidade de perceber-se de forma profunda e completa. O ásana se refere ao equilíbrio entre firmeza e rigidez, esforço e conforto. "O seu objetivo é idêntico ao de todas as formas de yoga: transcender a consciência egóica" (FEURESTEIN, 1998, p. 66).

O período clássico do Yoga ficou popularmente conhecido pela obra de Patânjali, o *Yoga Sutras*. Patânjali, foi o primeiro sábio a compilar os ensinamentos do yoga. Antes disso, este conhecimento esteve fundamentado na oralidade, advindo da relação mestre e discípulo. "[...] O principal mérito dos *Sutras* foi o de estabelecer um código regulador da prática, baseado em preceitos éticos e numa delimitação dos conceitos teóricos envolvidos" (BARBOSA, 1999, p. 9).

Com mais de dois mil anos, o texto em forma de 196 aforismos apresenta as oito partes do Yoga, o *Ashtangayoga*, que literalmente significa oito partes, ou membros, do yoga:

1. *Yamas*- conduta ética e moral relacionada à vida em sociedade; 2. *Niyamas* - práticas que apontam a organização da vida pessoal (desde hábitos de higiene à atenção às sensações e emoções); 3. *Ásana*- postura física; 4. *Pranayama* - percepção e controle da respiração; 5. *Pratihara*- absorção dos sentidos; 6. *Dharana*- concentração; 7. *Dhyana*- meditação; e 8. *Samadhi*- liberação ou percepção do estado de não separação.

Historicamente o Yoga é atribuído aos povos védicos que viveram na região do Indu-Sarasvatî, então norte da Índia, entre o quinto e o terceiro milênios a.C, onde hoje corresponde ao Paquistão. Chegou ao Ocidente em 1893, apresentado pelo indiano Swami Vivekananda no Parlamento das Religiões, em Chicago — apesar da proximidade com o hinduísmo, não é considerado uma religião (CUNHA, 2011).

Através dos movimentos de contracultura, da década de 1960, que viram no Oriente uma alternativa de busca por novas formas de vivência, de autoconhecimento, de espiritualidade, conforme Kupfer (2000), o Yoga se expande para o Ocidente aliado a este movimento que fazia oposição à “cultura do desperdício nos grandes centros urbanos, ao vazio existencial da vida que tem como única medida o ter e esquecendo do ser” (CUNHA, 2011. p. 128). "Pode-se dizer que o Yoga, dentro do meio alternativo, esteve sempre associado aos seus valores intrínsecos. Ou seja, valores de contestação, de autonomia, de busca pela interioridade, de exaltação da natureza [...]"(NUNES, 2008, p.17).

Segundo Cunha (2011), o Yoga veio ao Brasil no início da década de 1950, quem o trouxe oficialmente foi o francês, Śrī Sêvanánda Swami, seu nome verdadeiro era Leo Alvarez Costet de Mascheville. Ele viajava pelo país fazendo conferências e retiros. Destes encontros começaram a surgir os professores que influenciariam o desenvolvimento do Yoga no Brasil. Entre eles, está o mais popular, José Hermógenes, conhecido como Professor Hermógenes.

Em sala de aula, a pioneira foi a Dr<sup>a</sup> Micheline Flak, professora de Inglês e pesquisadora do Centro de Formação Docente no Centro de Ciências da Educação da Universidade de Sorbonne, em Paris. Visando aprimorar o bem-estar e o rendimento escolar dos alunos, Micheline Flak introduziu o Yoga em suas aulas de Inglês para guiar os jovens para uma melhor gestão e aproveitamento de sua energia (PRADO, 2014).

Na escola, o conteúdo é apresentado de forma lúdica, geralmente associado aos elementos da natureza, da História e aos animais. Os elementos da cultura do Yoga são um campo vasto para brincadeiras e conteúdos de aulas. Contudo, principalmente com crianças a prática necessita de muita atenção e preparo docente.

Denominar Yoga para Crianças é também uma forma de compartimentar a prática na direção de uma faixa etária com as limitações e possibilidades que cada faixa

etária exige. [...]Trata-se de uma busca de compartimentar para garantir a especialização, forma bem ocidental de conceber o conhecimento (SILVEIRA, 2012, p. 184)

De acordo com Martins & Cunha (2001), o Yoga para crianças é uma forma de educação integral, que utiliza a experiência corpóreo-sensorial como suporte para a aprendizagem sobre si mesma. Bracht (1999, p. 70) utiliza o termo educação integral para se referir à união de uma "educação intelectual, moral e física". No contexto da EI, isto significa o reconhecimento das diferentes dimensões do ser humano no que se refere à linguagem, a expressão e aos campos emocional, cultural e social.

\*

A vivência como instrutora de yoga no projeto de extensão Práticas Corporais durante a formação acadêmica no curso de licenciatura em EF, o fato de ter cursado a disciplina Yoga na Aprendizagem no Centro de Educação (CED) e, também, o contato e a rotina diária de yoga fora da universidade foram os motivos que impulsionaram este estudo diante a possibilidade de associar saberes e técnicas milenares ao processo de ensino e de aprendizagem no âmbito do estágio docente na Educação Infantil (EI).

Neste sentido, esta pesquisa busca apresentar e analisar a experiência de docência na EI no âmbito do Estágio Obrigatório Supervisionado em Educação Física Escolar, no Núcleo de Educação Infantil da UFSC durante o segundo semestre de 2018, com o grupo de bebês - G1 e com os grupos de crianças de até dois anos - G2A e G2B.

A proposta pedagógica buscou estabelecer relações com o método RYE (Recherché le Yoga d'ans Education - Pesquisa sobre Yoga na Educação) desenvolvido por Flak (1985), adaptando-o aos bebês e crianças em período de creche. Com o propósito de proporcionar vivências relacionadas à cultura do Yoga na Educação Infantil durante as aulas de Educação Física foram realizadas sete intervenções, uma por semana.

No âmbito da Educação Física e do movimento humano, este tema é abordado com inspiração na concepção de ensino crítico-emancipatória de Elenor Kunz que, referenciado na pedagogia de Paulo Freire e nos estudos da Escola de Frankfurt, orienta para uma prática pedagógica da didático-comunicativa e uma visão integrativa da linguagem, considerando o "movimentar-se" humano como forma de comunicação. Além disso, tem em vista a formação do sujeito através de um viés emancipatório.

Neste sentido, também as Diretrizes Educacionais-Pedagógicas para a Rede Municipal de Educação Infantil de Florianópolis (2012) propõem que as dinâmicas metodológicas se pautem na intensificação das ações das crianças relativas aos contextos sociais e naturais, no sentido de ampliá-los e diversificá-los, sobretudo através das interações

sociais, da brincadeira e das diversas formas de linguagem tendo em vista o cumprimento da função educativa.

## **1.1 OBJETIVOS**

### **1.1.1 OBJETIVO GERAL**

Analisar e compreender as possibilidades e os desafios de abordar o Yoga como temática pedagógica na ação com bebês e crianças pequenas na Educação Infantil.

### **1.1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- a) Identificar o Yoga na área da Educação Física voltada a Educação Infantil no período de creche ( 0 a 3 anos).
- b) Analisar a experiência de ensino de Educação Física com o tema Yoga em um Núcleo de Educação Infantil no âmbito do Estágio Supervisionado em Educação Física Escolar.
- c) Analisar e compreender as contribuições do Yoga na formação dos alunos.

## 2. REVISÃO TEÓRICA - EDUCAÇÃO (FÍSICA) INFANTIL E YOGA

De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais (1997), há que se superar através de análise crítica a concepção de origem médica e militar da Educação Física (EF) e considerar as dimensões cultural, social, política e afetiva que estão presentes no corpo vivo dos sujeitos.

Para tal, a EF não está mais incluída no bloco curricular de Comunicação e Expressão como esteve desde 1970. A partir dos PCN passou a compor a área de Linguagens, Códigos e suas Tecnologias. Remetendo a necessidade de reflexão sobre a concepção de uma Educação Física formadora de atletas que se apresenta ainda hoje fundamentada em teorias educacionais conservadoras e propagadoras de fraco suporte pedagógico (SILVA, 2013).

Trata-se de descobrir em cada prática instrumentos de educação que promovam um agir social com base no respeito às diversas formas de expressão, de corpos e de movimento. Além de fundamentar os múltiplos conhecimentos numa perspectiva de desenvolvimento da autonomia do educando, em paralelo com os princípios da infância, valores sociais e os direitos das crianças.

A partir das discussões da pedagogia crítica brasileira e do movimento renovador surgiram metodologias da EF "[...] no sentido de fazer da crítica do papel da educação na sociedade capitalista uma categoria central" (BRACHT, 1999, p. 79).

Uma dentre as primeiras metodologias que emergiram, neste sentido, partiu de um Coletivo de Autores (1992), baseada fundamentalmente na pedagogia histórico-crítica e é intitulada crítico-superadora. Essa proposta coloca o conhecimento da EF no centro e entende que seu objeto é a cultura corporal, o sistematiza em ciclos e "[...] propõe que este seja tratado de forma historicizada, de maneira a ser apreendido em seus movimentos contraditórios" (BRACHT, 1999, p. 80).

Outra proposta denominada crítico-emancipatória foi desenvolvida por Elenor Kunz. Nesta perspectiva, a concepção de movimento é considerada dialógica, está em comunicação com o mundo. E a tematização dos elementos da EF visa desenvolver nos "alunos a capacidade de analisar e agir criticamente nessa esfera." (BRACHT, 1999, p. 80).

A metodologia de ensino de Kunz fundamenta o estudo em questão por estar em conformidade com os princípios da temática central que, em oposição a mecanização de gestos e a indústria cultural — responsável pela produção em massa de mercadorias e conceitos capitalistas — busca promover através da percepção profunda o impacto de cada

indivíduo e de suas ações no meio em que está inserido, despertando a consciência crítica e emancipação frente as relações com o mundo social.

Neste sentido, a teoria crítico-emancipatória da EF caracteriza o conceito de "autonomia", na Educação Física, como um "processo de libertar o jovem das condições que limitam o uso da razão crítica e com isso todo o seu agir social, cultural e esportivo, que se desenvolve pela educação" (KUNZ, 2014, p.41).

Segundo o Plano Nacional de Educação (MEC, 2011), é na Educação Infantil que a criança estabelece as bases da personalidade humana, da inteligência, da vida emocional, da socialização. Portanto, "é na Educação Infantil, a primeira etapa da Educação Básica, que se deve iniciar a prática e aprendizado do Yoga" (SILVA, 2013, p. 6).

Deste modo, a metodologia de ensino da cultura do Yoga deve ser elaborada de forma que atenda às especificidades de cada faixa etária. Seu diferencial em relação à prática desportiva tradicional é que, além da prática física corporal, as atividades do Yoga envolvem o trabalho com as emoções e pensamentos de forma indissociada (RAMACHARAKA, 1995).

Segundo a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (1996), a Educação Infantil tem como finalidade "o desenvolvimento integral da criança de 0 a 5 anos de idade em seus aspectos físico, afetivo, intelectual, linguístico e social, complementando a ação da família e da comunidade" (LDB, 1996, Art. 29). Além de ser considerada constitucionalmente um direito de todas as crianças, é o espaço primeiro de aprendizagem de linguagens e de construção de culturas.

As Diretrizes Educacionais-Pedagógicas para a Rede Municipal de Educação Infantil de Florianópolis (2012) reconhecem que o período da EI coincide com as aquisições no desenvolvimento intrinsecamente ligadas a própria oportunidade de viver em relação com sujeitos em sociedade. Os primeiros anos de vida são estruturais para o desenvolvimento do ser humano. Há que se preencher esta lacuna no campo da Pedagogia e da Educação física para essa faixa-etária.

De acordo com a perspectiva histórico-cultural da educação expressa no documento do NDI, o trabalho cognitivo com as crianças se desenvolve em função das interações sociais, tanto com outras crianças como na convivência com adultos (VIGOTSKY, 1996).

Vaz et al. (2009) entende, que a Educação Infantil deve estar orientada por uma proposta pedagógica aberta, conectada à realidade e, sobretudo, deve considerar as crianças pequenas como produtores e protagonistas dos processos sociais. O que implica numa

proposta de trabalho que contempla as linguagens e rompe com modelos de disciplinas escolares que fragmentam os conteúdos e determinam o tempo de trabalho dos pequenos.

Contudo, mesmo com o distanciamento de um modelo escolar, a Rede Municipal de Ensino de Florianópolis desde 1982 instituiu a presença da disciplina da Educação Física na EI e, conseqüentemente, dos professores que atendem os pequenos, desde o berçário (VAZ et al., 2009).

A presença do professor de Educação Física na educação infantil está pautada pelas bases conceituais didático-pedagógicas específicas da Educação Física acerca do trato com o corpo e o movimento humano (SILVEIRA, 2015).

Além disso, a participação em outros tempos e espaços da EI possibilita o convívio com as crianças em diferentes situações que fazem parte da totalidade do trabalho pedagógico. Pois, apesar de haver a necessidade de o tempo das aulas de EF estar de acordo com o Projeto Político Pedagógico de cada unidade educativa, o corpo está sempre sendo educado. Nos momentos de alimentação, sono, higiene, parque, roda, atividade dirigida, a educação do corpo nunca está ausente (RICHTER, A. C.; VAZ, A. F, 2005).

A mediação adulta, sobretudo por meio da linguagem oral, cria na criança a necessidade de comunicação por palavras e de apropriação do mundo social. (VYGOTSKI, 1996). Apesar disso, a linguagem corporal também expressa símbolos e comunica sentidos. "Os adultos que trabalham com bebês não conversam oralmente o tempo todo com eles, seria ilusório fazer tal afirmação, todavia, falam ou dialogam constantemente por meio do corpo e de suas ações" (SCHMITT, 2011, p. 24). Neste sentido:

[...]o principal objetivo a ser atingido quando trabalhamos o Yoga para crianças é despertar nos pequenos a consciência do todo, de fazê-lo compreender o sentido da totalidade, de união, da relação consigo mesmo, com o outro e com o ambiente, possibilitando assim uma cooperação com tudo que está ao seu redor para poder viver em harmonia. (PACKER, 2011 apud SIMÕES, 2017, p. 17)

As Orientações Curriculares para a Educação Infantil de Florianópolis (2012) consideram a brincadeira como a primeira atividade social aprendida na infância e que, o processo educativo se estrutura por meio dela. "[...] A partir dela, a criança apropria-se do mundo concreto dos objetos humanos, por meio da representação das ações realizadas pelos adultos com esses objetos" (NDI, 2014, p. 63). Por outro lado, é preciso olhar para a brincadeira não apenas como um instrumento para que a aula seja mais eficiente (ARROYO, 1994). A centralidade da brincadeira se justifica pela sua importância para os processos de socialização das crianças, pelo seu papel no processo de humanização, no entanto:

A brincadeira tem sentido em si, porque somos seres lúdicos, tanto quanto seres conscientes, intelectuais, conectivos, etc. Somos seres corpóreos tanto quanto matemáticos. [...] Há uma super alfabetização e matematização de nossas crianças.

Nossa escola superestima o domínio da linguagem escrita porque esquece outras linguagens. Esquece outras dimensões" (ARROYO, 1994, p. 90).

Além disso, a brincadeira “ inserida numa lógica produtiva limita suas possibilidades e impede que as crianças recriem constantemente as formas de brincar e se expressar” (SAYÃO, 2002, p. 58) .

Dentre as diversas formas de interação e aprendizado, Demétrio (2016) considera algumas ações entendidas como comunicação dos bebês: o olhar, o choro, o toque, entre outras. A linguagem enquanto categoria de ensino faz parte de uma interação não somente verbal:

[...] inclui o "ser corporal" e o "se movimentar" o que contribui para um processo educacional do "saber pensar" e também do "saber sentir" para além do "saber fazer". Desta forma, "torna-se necessário, acima de tudo, que o ensino se concentre sobre a pessoa, a criança, o adolescente que se movimenta, e não sobre seus movimentos (KUNZ, 2014,p.107).

Os estudos sobre yoga para crianças, em sua maioria, ainda estão pautados nos benefícios que a prática propicia em relação a promoção da saúde dando ênfase aos aspectos físicos do desenvolvimento humano.

Além disso, em grande parte da produção científica as abordagens estão voltadas à prática com crianças maiores de três anos. O Yoga em período de creche é uma nova área de pesquisa a ser aprofundada.

Com bebês tem sido apresentado relacionado ao binômio mãe e bebê, onde, para a criança, o seu corpo/consciência continua ligado ao corpo da mãe. As práticas são compostas exclusivamente pelos dois. Essa relação tem sua importância e pesquisas apontam que a dinâmica corporal da mãe exerce influência no desenvolvimento do bebê, mas isso tem pouca relação com o processo de educação sócio-histórico e com a percepção da pluralidade de contatos que constitui o ser social desde a primeiríssima infância.

Considerar o contexto escolar como um lugar corresponsável pela criança legitima a responsabilidade social pela educação e seus critérios para o atendimento em creches e pré-escolas, considerando que por lei este é direito das crianças. Contudo, o desenvolvimento social de cada bebê que nasce é também responsabilidade de toda sociedade.

O ser humano, quando chega ao mundo, não está terminado. A educação tem por objetivo desenvolver suas potencialidades para levá-lo à compreensão de seu lugar na Terra e de seus vínculos com o Universo. A escola não tem por finalidade fazer de nós somente profissionais, mas também pessoas em evolução ao longo da vida (FLAK, 2007, p. 19).

No caso dos bebês, eles já nascem prontos para o Hatha Yoga, respiram corretamente e possuem corpo flexível, salvo alguns casos específicos. Este estudo não

pretende desconsiderar a importância da prática física na infância, que preserva estas e outras características de encontro à falta de incentivo ao movimento do corpo, ao tempo em frente à televisão, aos jogos virtuais e ao excesso de informações que engessam os movimentos naturais da infância (MARTINES, 2009).

Porém, o que se deseja ao abordar esta temática com crianças tão pequenas é que elas se desenvolvam numa relação afetiva com um ambiente seguro e interessante, alicerçadas pelos valores que se estabelecem nas relações mediadas.

Em vista disso, os documentos de bases da Rede Municipal de Ensino de Florianópolis reconhecem que propor diretrizes pautadas na concepção de conhecimento fundamentada na episteme, e na empiria significa eleger conteúdos que desenvolverão o intelecto dos estudantes da Educação Básica com vistas ao desenvolvimento das funções mentais superiores (VYGOTSKY, 1999).

### 3. METODOLOGIA

Esta pesquisa se desenvolve no âmbito do estágio docente, em uma unidade de educação infantil vinculada a uma universidade federal do sul do país.

Em princípio a turma referente ao estágio era o Grupo 1 (bebês de até 1 ano), mas em função do espaço físico do módulo integrar quatro grupos, neste período foi possível acompanhar, também, a rotina de um total de 33 crianças, 4 pedagogas e 8 professoras auxiliares estudantes de Pedagogia. Apesar desta configuração pedagógica, o Grupo 2A e o Grupo 2B aderiram a participação nas aulas, mas a professora do Grupo 3 optou por ficar de fora da proposta. Com isso, 10 crianças na faixa etária dos três anos não fizeram parte do estudo. Assim das 33 crianças que compunham o módulo, 23 participaram das aulas de Educação Física durante este período.

De acordo com Minayo (2011), a pesquisa é que alimenta a atividade de ensino e a atualiza frente à realidade do mundo. Portanto, embora seja uma prática teórica, vincula pensamento e ação, o que caracteriza este estudo como uma pesquisa participante, pois é expresso pela imersão do pesquisador no contexto do fenômeno e nas ações entre os participantes envolvidos na investigação. A partir do relatório desta experiência, realizou-se também uma análise dos documentos da unidade educativa, como o Projeto Político Pedagógico e o Projeto para a Educação Física.

Quanto à natureza, caracteriza-se como pesquisa do tipo aplicada, pois objetiva gerar conhecimento para a aplicação prática dirigido ao ensino do Yoga no contexto escolar em período de creche (SILVA, 2004).

Do ponto de vista dos objetivos o estudo se caracteriza como qualitativo exploratório. Uma vez que a pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares de um espaço profundo das relações, cujos processos e fenômenos não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis (MINAYO, 1992). É exploratório por caracterizar a imersão do pesquisador no universo do objeto de estudo promovendo uma maior familiaridade com o fenômeno.

Com a temática do Yoga pretendeu-se desenvolver atividades que proporcionassem experiências sensoriais, corporais e de movimento considerando as especificidades de três grupos (G1, G2A e G2B) que envolviam 7 bebês de 10 meses e 15 crianças pequenas de até dois anos de idade.

### 3.1 PROCEDIMENTOS E INSTRUMENTOS DE PRODUÇÃO DE DADOS

Os dados para a realização da pesquisa foram obtidos a partir do relatório produzido durante o Estágio Supervisionado em Educação Física Escolar, assim como, por meio de análise do Projeto Político Pedagógico e do Projeto para a Educação Física da Escola.

De acordo com o plano de ensino da disciplina, o estágio consiste na atividade de docência realizada na Educação Básica com vista a observar a escola e a comunidade, a partir do acompanhamento das atividades e da elaboração e desenvolvimento de projeto de ensino em turmas de Educação Física sob a supervisão de professores da disciplina e da instituição envolvida.

No início do semestre foram realizados encontros para definir os membros dos grupos, uma vez que o estágio costuma ser realizado em duplas e, também, para decidir os temas e a escola onde seriam realizadas as atividades. Houve divergências quanto à disponibilidade de horários entre a turma e acabei por assumir o estágio sozinha.

Durante o período de observação foram realizadas conversas e reuniões com o professor de EF do NDI, mas não houve a oportunidade de acompanhar nenhuma aula de Educação Física, pois o professor saiu de férias neste mesmo período. Além disso, neste tempo ocorreu troca de estagiários alterando o planejamento das ações voltadas a Educação Física nos grupos.

Assim, foram acompanhadas as rotinas dos bebês e as ações pedagógicas das professoras de sala com a supervisão do professor da disciplina de estágio. Cada semana do planejamento era voltada para uma temática com diferentes personalidades: artistas como Frida Kahlo, por exemplo, e cantoras como Ella Fitzgerald compunham o eixo temático das atividades.

O período de intervenção no grupo iniciou dia 5 de outubro e terminou em 21 de novembro de 2018. Foram realizadas, no total, sete intervenções às sextas-feiras e, eventualmente, às quartas-feiras, dependendo dos calendários da Universidade, do NDI e do planejamento pedagógico da turma.

No decorrer deste período foram realizados pontos de encontro semanais da turma de estágio para discutir a fundamentação teórica da prática docente na Educação Física Escolar, socializar informações referentes à atuação nas turmas, trocar experiências e receber orientação dos professores. Estes encontros sustentaram a atuação pedagógica, a construção do relatório e do planejamento de ensino.

As atividades foram elaboradas com base no método RYE (Pesquisa sobre Yoga na Educação) criado por Flak (1985) que posteriormente escreveu um livro sobre o assunto, traduzido no Brasil como *Yoga na Educação: Integrando corpo e mente na sala de aula*.

Para adaptar os ensinamentos do Yoga a sala de aula, Flak e Coulon (1985) criaram uma abordagem pedagógica que traduz, também de forma prática, do sânscrito para o francês as etapas de Patânjali, as quais Weininger e Soares (2007) traduziram para o português como: 1. Viver juntos (*yamas*); 2. Eliminar toxinas (*niyamas*); 3. Colocar-se em uma boa postura (*ásana*); 4. Respirar bem para manter a calma (*pranayama*); 5. Saber relaxar para manter um bom nível de energia (*prathiahara*); 6. Como o raio laser, concentrar suas forças (*dharana*); 7. Ampliar sua consciência (*dhyana*); 8. Colocar-se no mesmo comprimento de onda que a fonte de toda a energia (*samdhi*).

Para cada etapa existe um conjunto de atividades a serem abordadas com crianças dentro da sala de aula, com vista a equilibrar momentos de intensa atividade com relaxamento e redirecionamento da atenção.

No planejamento do estágio o tema de cada intervenção esteve relacionado às etapas do Yoga de Patânjali (Ashtangayoga). As atividades foram elaboradas a partir dos exemplos da Pesquisa Sobre Yoga na Educação (RYE) e adaptadas às possibilidades de abordagens na Educação Infantil.

Desta forma, foi desenvolvida uma unidade didática com o tema Yoga direcionado a promover experiências que atuassem na educação dos sentidos dos alunos dando ênfase à esfera dos bebês e das crianças de até dois anos de idade.

A primeira prática teve o objetivo de contemplar a primeira etapa do Yoga de Patânjali, os *Yamas*, que se referem a uma espécie de código de ética compostos por cinco condutas básicas: não ser violento, ser verdadeiro, não roubar, ser moderado na satisfação dos sentidos e ser livre de apego. Esta etapa corresponde a *Viver juntos* no RYE. Foi selecionada como atividade uma prática de *Hatha Yoga* somente com os bebês do Grupo 1 neste primeiro contato.

Nesta aula, cada adulto (5) ficou responsável por um bebê (5). Sentamos-nos em postura de meditação para entoarmos o mantra *om* com os bebês sobre as pernas, eles escutaram atentos quando começamos, mas até a terceira repetição uma deles já estava inquieta e logo começou a chorar. Mesmo em um clima de inquietação entre eles iniciamos algumas posturas deitados no chão com os bebês sobre o nosso corpo. Realizamos *Urdhva dahnurasana*, a postura da meia ponte, *Bujangasana*, a postura da cobra, *Badha Konasana*, a postura da borboleta - nessa hora cantamos uma cantiga e o clima abrandou. A aula ficou

mais tranquila quando entraram em cena brinquedos de referência do grupo, que já lhes eram íntimos.

A segunda aula fez referência aos *Niyamas*, eles estão relacionados a cinco disciplinas como: práticas de limpeza e purificação, contentamento, esforço sobre si próprio, auto-observação e a confiança. Correspondem no RYE a *Eliminar toxinas e pensamentos negativos*. Na intervenção, foi proposta como atividade uma dança circular com o tema Ho'oponopono para os três grupos participantes (G1, G2A e G2B).

No gramado, no centro da roda foram dispostos alguns brinquedos para que as crianças, principalmente os bebês, pudessem ficar livres para interagir com outros materiais e brincadeiras.

O círculo teve a configuração aberta, pois entre os passos da dança e enquanto os adultos ensaiavam a letra da canção as crianças se distraíam com as diversas atrações que existem em um parquinho infantil, mesmo que às vezes conseguíssemos retomar as mãos dadas e a atenção à canção.

Repetimos a dança várias vezes até que a dispersão das crianças tomou conta da atividade, então, enquanto a música continuou tocando por vezes seguidas, as crianças brincaram no parquinho enquanto algumas professoras montaram as mesas e cadeiras para servir o lanche. Elas ficaram interessadíssimas na música. O ritmo e a melodia trazem uma sensação de paz e tranquilidade, ideais para tocar na sala nos momentos de agitação.

Na terceira semana o objetivo foi realizar, novamente com todos o grupos, a prática de algumas posturas imitando os animais. Assim, foi contemplada a terceira etapa de Patanjali: o *ásana* — a postura física, correspondente a *Adotar uma boa postura* na Pesquisa sobre Yoga na Educação (RYE).

Realizamos a atividade com música cantada e coreografada sobre "os animais da floresta". Na dança imitamos alguns deles, além de, livremente contextualizarmos o espreguiçar do gato, do cachorro e reproduzimos o som do leão, o rastejar da cobra e o salto do macaco.

Os bebês acompanharam a coreografia e as outras posições sentados no gramado dentro de um semicírculo que formamos com as demais crianças. Cada vez que a música chegava ao final as crianças gritavam: "De novo!". Assim, repetimos a dança quase que até a exaustão.

O tema da quarta aula *Pranayama*, o controle da respiração referente a *A respiração é vida* no RYE teve como objetivo imitar alguns bichos, suas posturas, sons, espreguiçar, etc; com uma coreografia tematizada, sincronizar os movimentos e expandir a respiração. Porém,

nesta semana vimos a necessidade de repetir a prática de Hatha Yoga apenas com as crianças menores (G1). Deste modo, a aula foi dedicada a mais uma prática adulto e bebê, desta vez com a participação da professora de referência do grupo.

Para este dia levei algumas folhas de ofício e fizemos dobraduras de papel, transformando-as em barquinhos e aviões. A atividade foi desenvolvida na sala do Grupo envolvendo a participação das professoras sob a supervisão do coordenador de estágio. A ideia era que os bebês observassem os objetos sobre o abdômen dos adultos acompanhando o movimento da respiração com a contextualização da história do barquinho que navega no mar. A partir daí resgatamos algumas posturas que haviam sido experimentadas na primeira aula, como a postura da meia ponte, na qual o adulto deita de costas no chão com os pés apoiados, elevando o quadril com o bebê sobre o corpo. Mas eles não estiveram muito interessados neste tipo de interação, novamente.

A ideia para a quinta semana era realizar uma massagem com os bebês (G1). Pois, a temática a ser contemplada, *Pratihara* — a absorção dos sentidos, correspondente a *Manter a forma através do relaxamento*. Contudo, neste dia estava previsto no planejamento pedagógico uma atividade de passeio ao ar livre no Herbário que fica ao lado Núcleo. Neste dia houve um imprevisto e eu só pude chegar ao NDI após o passeio. Fiquei sem acompanhar a atividade. Cheguei na hora do lanche e acompanhei a rotina pelo restante da manhã.

A sexta prática de acordo com o planejamento tinha como tema do Yoga, *Dharana* - a concentração, interpretado no RYE como *Concentrar as forças como um raio laser*. Existia aqui uma lacuna no planejamento que foi completada posteriormente durante o decorrer do estágio com a retomada de atividades propostas considerando a importância da repetição das atividades para apropriação do conhecimento.

Reunimo-nos no gramado para retomarmos a coreografia da terceira aula "a floresta dos animais" e incluir uma nova no repertório, a "cirandinha dos bichos" que é uma versão do yoga com base em outra cantiga desenvolvida pelo Yoga com Histórias (2017):

*Ciranda cirandinha vamos todos cirandar/Vamos passear na floresta/Na floresta passear/Olha só quantos bichos quantas aves moram lá/E lá vem o **elefante** /Com sua tromba a balançar/Olha só a dona **girafa** muito alta ela é /Mas se ainda não alcança sobe na ponta do pé/Quando quer conversar com as formiguinhas lá no chão/Logo vem abaixando o seu grande pescoço/O **gatinho** espreguiça olha pro sol e pensa assim/Também tenho um solzinho bem aqui dentro de mim/Seu amigo **cachorrinho** ouve sempre o que ele diz/Arrebita o rabinho sempre fiel e feliz/Dona **cobra** vem chegando se arrastando pelo chão/Levantando a cabecinha põe pra fora o seu linguão/Não podemos esquecer do reião da floresta/Vem chegando o **leão** pra fazer parte da festa/As **borboletas** voam com as suas asas coloridas /Vem trazendo alegria e colorindo*

*as nossas vidas/A tartaruga assustada logo quer se esconder/Fica toda encolhidinha acha que ninguém vai ver/Já está bem na hora de tirar um cochilinho/Vamos deitar confortável/Feche os olhos bem quietinho.*

Além, disso retomamos a atividade com os barquinhos de papel contextualizando a história da folha de papel que queria ser um barco passando por cada fase da dobradura, desta vez com a presença das crianças maiores. Foi realizada novamente a dinâmica de fazê-lo navegar nas ondas do mar , correspondente ao movimento respiratório do abdômen.

A última aula do estágio compreendeu o fechamento da proposta cujo objetivo foi criar uma mandala natural com elementos como folhas, galhos, pedrinhas e flores contando com a participação de todas as crianças e professoras envolvidas, caracterizado como o processo de avaliação do nosso trabalho.

Apesar de no RYE existir a interpretação das oito partes do Yoga, com as crianças são abordadas as etapas de Patânjali de 1 a 6. "As etapas 7 e 8 envolvem a vida interior do adulto. É a esfera privada de cada um, seja qual for sua idade e seu grau de prática do Yoga" (FLAK, 2007, p. 20).

### 3.2 REVISÃO DOS DADOS

Considerando a importância da cultura escolar, em primeiro lugar, foram analisados: a conjuntura e o PPP da Escola, seguido do documento que propõe o ensino da Educação Física no núcleo. A partir das observações participantes e dos registros como: vídeos, fotos, registros de aula e *feedback* de professoras, foi elaborado o relatório de estágio e posteriormente revisado como última análise deste estudo.

## 4 . RESULTADOS

### 4.1 CONJUNTURA ESCOLAR

De acordo com o PPP (2014), o Núcleo de Desenvolvimento Infantil (NDI) está localizado no campus universitário João David Ferreira Lima, no bairro Trindade, em Florianópolis. Vinculado ao Centro de Ciências da Educação (CED) da UFSC, iniciou suas atividades na Educação Infantil em maio de 1980. A partir da década de 1990 afirmou o envolvimento também com a pesquisa e a extensão ampliando as atividades pedagógicas para orientação dos acadêmicos que desenvolvem estágios obrigatórios e não-obrigatórios na instituição. Os primeiros estágios curriculares ocorreram em 1983, com os acadêmicos do curso de Pedagogia da UFSC. A partir desta esfera, iniciaram as contribuições para a formação acadêmica.

Atualmente, qualquer criança pode estudar no NDI, as vagas não se destinam mais apenas à comunidade universitária, como já o foi. Toda a comunidade pode concorrer nos sorteios das vagas.

O NDI desenvolve um trabalho pedagógico com alunos entre 0 e 5 anos de idade. As turmas são divididas em módulos e grupos de acordo com a faixa etária. São 212 alunos entre 4 meses a 5 anos e 11 meses, o que compreende a educação infantil de acordo com as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil (BRASIL, 2009).

A proposta curricular do núcleo, vista como um instrumento ideológico e político, apresenta duas importantes dimensões - a política e a pedagógica:

Em sua dimensão política, a proposta da escola tem como horizonte a emancipação humana e um compromisso com o futuro das novas gerações, contribuindo para sua humanização e para a sua realização como seres humanos que vivem e realizam suas atividades em sociedade. Sua dimensão pedagógica possibilita a efetivação da intencionalidade da escola, que, por meio do ensino, da apropriação da cultura e da transmissão dos conhecimentos produzidos historicamente, contribui para a aprendizagem e o desenvolvimento das crianças e sua formação (PPP - NDI, 2014,p.24).

O principal aporte teórico do Núcleo está vinculado a contribuições da teoria histórico-cultural, que tem como autor principal Lev Semiónovich Vygotski, (1896–1934), criador da teoria do desenvolvimento cultural das funções psíquicas superiores, o qual entende que o processo de desenvolvimento humano é concebido a partir da relação dialética entre as dimensões biológica e social.

O processo de aquisição do desenvolvimento cultural e das funções superiores envolve um percurso desde o nascimento, de aprendizagem e desenvolvimento de funções

especificamente humanas (VYGOTSKI, 2000). Sendo o principal objetivo do NDI a promoção de condições para o desenvolvimento integral da criança, por meio da apropriação e ampliação dos conhecimentos historicamente produzidos, considerando as especificidades da infância, baseados em estudos e pesquisas, justificando sua existência no interior da universidade (PPP - NDI, 2014).

## 4.2 EDUCAÇÃO FÍSICA

A proposta de Educação Física para o NDI foi desenvolvida por um Técnico Administrativo em Educação (TAE) formado em EF. No período do estágio era coordenador do Projeto de Educação Física no Núcleo.

Em conjunto com estagiários da EF, as aulas são programadas através de um sistema de agenda semanal. As atividades podem durar vinte minutos, trinta ou até mesmo todo um período do dia, dependendo do que for articulado com os professores de cada grupo (LERINA, 2012).

No Projeto de Educação Física Infantil para o NDI, justifica-se que a proposta visa garantir “[...] a experimentação e a aproximação das diversas culturas e produções presentes na humanidade, como jogos, danças, ginásticas, esportes diversos, lutas, dentre outros” (COLETIVO DE AUTORES, 1992 apud LERINA, 2012, p. 04).

O trabalho articulado aos professores, auxiliares e estagiários, busca compreender a importância do corpo e do movimento na educação infantil para desenvolver um trabalho com qualidade na instituição, levando em conta a importância do brincar na infância e a especificidade de cada grupo de acordo com a faixa etária. (LERINA, 2012)

Os momentos são planejados, executados e avaliados em articulação com os professores dos diferentes grupos de crianças, com intuito de se estabelecer uma prática que privilegie o corpo e o movimento como eixo do trabalho, respeitando a infância e o processo de desenvolvimento integral de cada grupo (LERINA, 2012, p. 7).

Os espaços onde as atividades são desenvolvidas envolvem as salas de aula, os espaços externos — gramado e parquinhos — e uma sala de desafios com parede de escalada. As atividades ganham a especificidade de cada grupo atreladas ao que está sendo trabalhado em cada sala. A avaliação é feita ao final da aula com todos os envolvidos, professores e crianças.

### 4.3 GRUPO 1

A professora responsável pelo G1 — grupo de referência do estágio — é formada em Pedagogia e mestra em Educação pela UFSC, com pesquisa relacionada à dimensão do corpo das professoras na relação educativa com bebês. Além do fato dela ter sido muito amável, receptiva e cuidadosa com o conhecimento compartilhado, esta proximidade entre a sua pesquisa na área da Pedagogia com a dimensão da Educação Física estudada enriqueceu muito a relação que se estabeleceu, sendo excepcional na concretização das práticas e na elaboração do planejamento e da pesquisa.

Os bebês do G1 eram quatro meninas e três meninos, entre 10 meses e 1 ano de idade. Somado a eles, duas professoras auxiliares estudantes de Pedagogia. Os outros grupos que participaram de algumas intervenções agregaram mais 15 crianças às atividades.

Embora cada profissional pertencesse a uma turma específica, há momentos em que os grupos se fusionam — como nas chegadas — e momentos em que as turmas se dividem, por exemplo, na hora do lanche. Todos os adultos são referência para qualquer criança neste espaço, não há segregação na atenção devido a organização e ao espaço físico do módulo ser integrado.

A rotina do módulo não segue um horário rígido, o tempo no relógio tem a função de balizar as ações, mas as atividades são organizadas em blocos: primeiro acontecem as chegadas, entre 7:00 e 8:00, em torno de 9:30 é hora do lanche, segue o momento de ações pedagógicas (contação de histórias, brincadeiras e etc.), aproximadamente, após o cochilo é o momento de encontrar a família e se despedir da escola.

### 4.4 ANÁLISE E REFLEXÃO SOBRE A EXPERIÊNCIA DE ENSINO

Conforme o Yoga propõe, a primeira etapa da prática — *Yamas* — é referente a um tipo de código de ética social, correspondente a *Viver juntos*. Para abordar estes fundamentos em aula, neste primeiro dia, conforme o planejamento, foi escolhido trabalhar primeiramente com os bebês do G1 para aproximar o contato com o grupo e entender quais eram suas demandas, assim como conhecer mais de perto para qual contexto as aulas deveriam se direcionar considerando o exposto no PPP do NDI (2014) de que a comunicação emocional direta dos bebês com os adultos é a atividade principal desde as primeiras semanas de vida, constituindo-se como base para a formação de ações sensorio motoras de manipulação.

A partir deste contato e da prática conjunta entre adulto e bebê é possível estabelecer elos com os valores que este primeiro passo do Yoga propõe, observando que, nas entrelinhas desta relação se explicitam os valores como o respeito, a paciência ao tempo da criança e ao seu querer. Como essas relações se constituem faz parte da aprendizagem. Pois, “para estabelecer uma relação com seus pares e com os adultos e principalmente para fazer com que suas necessidades e desejos sejam atendidos os bebês utilizam-se da emoção e do corpo e captam a atenção e redirecionam a ação do adulto para suas demandas.” (DEMETRIO, 2016, p. 42).

A pedagoga responsável pelo Grupo 1 neste dia estava de licença médica. Com isso, outra professora ficou como regente da turma. O fato de ter a professora de referência ausente mexeu bastante com a dinâmica da aula, eram muitos adultos desconhecidos propondo algo em uma sala que eles pouco frequentavam. Além disso, os adultos não eram praticantes de yoga, nem haviam tido contato com a prática anteriormente.

A partir daí, foi reforçada a ideia da possibilidade de praticar somente com os adultos em outro período, para que todos tivessem mais intimidade com o assunto na hora da aula — infelizmente, isto não ocorreu.

Com isto, surgiram algumas questões sobre aspectos da docência compartilhada e do “não lugar” da Educação Física na Educação Infantil (GONZALEZ; FENSTERSEIFER, 2010). Visto que, para além da aula de EF há dependência física do corpo do professor em diversas outras ações com as crianças, além da necessidade de se estar presente em cada gesto motor do dia-a-dia, também é necessário a atenção a disposição e ao estado energético do adulto, a segurança emocional e a tudo que é comunicado ao bebê através do olhar, do toque, da frequência da respiração e de outros gestos.

De acordo com Vygotski (1996), o adulto é para o bebê o centro psicológico de toda situação. “A criança é uma magnitude dependente e derivada de suas relações diretas e concretas com o adulto” (VYGOTSKI, 1996, p. 304).

A aula que fez referência aos *Niyamas* — *Eliminar toxinas e pensamentos negativos*, conforme a Pesquisa Sobre Yoga na Escola (RYE), no primeiro ponto convida ao desbloqueio do corpo pela suavização sistemática das articulações com vista a eliminação das toxinas. O segundo ponto diz respeito ao pensamento positivo: “ao cultivá-lo, acalmamos a mente que é aliviada de seu fardo de medos e ansiedade” (FLAK, 2007, p. 30).

Foi utilizado como instrumento da prática a Dança Circular que tem o círculo como elemento universal e o gesto de cantar e dançar de mãos dadas como elemento simbólico da vida em comunidade. “Na verdade, estas práticas remetem a gestos alcançados em conjunto,

as respirações harmonizadas e a um ideal simbolizado pelo centro” (FLAK, 2007, p. 22). Elas ainda reforçam a importância da convivência explorada na etapa anterior.

O segundo ponto foi contemplado na letra da canção de Davi Duarte (2017) que fala de uma antiga técnica havaiana para eliminar pensamentos e emoções negativas — o *Ho'oponopono*:

*Eu sinto muito, me perdoe, eu te amo e agradeço/Eu te chamo e reconheço esse bem/Se a divindade vem de dentro/E está no centro da verdade/Cada um é responsável/Implacável condição/Kahuna êêêê/Ho'oponopono Ho'oponopono/Cada um é o próprio dono da razão!/[refrão]Cada memória conta a história/De onde eu venho/Eu tenho tanto pranto/Eu tenho tanto medo pra limpar/Mas o segredo é confiar, estar presente/Com a mente no amor, na paciência/Que essa dor já vai passar/Kahuna êêê/Ho'oponopono Ho'oponopono/A consciência pondo tudo no lugar!/[refrão]Cada momento traz a oportunidade/O sentimento e a vontade/De expressar esse perdão/De atravessar esse portal iluminado do qual/A realidade é resultado de total inspiração/E despertar deste sono com gratidão!/Ho'oponopono Ho'oponopono/Cada um é o próprio dono da razão!/Ho'oponopono Ho'oponopono/A consciência pondo tudo no lugar!/Ho'oponopono Ho'oponopono/E despertar deste sono com gratidão!*

A importância desta prática no contexto da infância diz respeito à passagem da comunicação emocional à colaboração prática: os adultos ensinam as crianças a se relacionarem com o mundo social, apresentando as ações com objetos — neste caso a música e a dança — às crianças, que, pela imitação, vão se apropriando simbolicamente desse mundo (NDI, 2014). Entre as novas formações estão a linguagem, como dito, mas também a autoconsciência: a criança percebe que existe para si e para os outros (VYGOTSKI, 1996).

Os exercícios propostos tem o objetivo de fazer a criança viver a sensação de pertencer a um grupo que anda na mesma direção, evidenciando a importância de adotar uma atitude positiva diante da vida.

Na terceira semana, o objetivo foi realizar uma coreografia cantada que proporcionava a prática de algumas posturas imitando os bichos. “As crianças sabem manter o contato com os reinos mineral, vegetal e animal [...]. É daí que nasce seu gosto espontâneo pela imitação dos animais” (FLAK, 2007, p. 42).

Correspondente a *Adotar uma boa postura* na Pesquisa sobre Yoga na Educação, a postura física, ou o *ásana*, faz alusão a como nos expressamos, como nos colocamos diante as formas e maneiras de existir e enfrentar os diversos aspectos do mundo. Nesta prática os animais podem se tornar o símbolo de como viver com a leveza de um passarinho, a agilidade de um macaco, a miudeza de uma formiga ou com a fúria de um leão.

O desafio aqui se mostrou em pensar e fazer a prática partindo do contexto dos bebês, pois nesta a na última proposta — que foi a dança circular — as crianças maiores

acabaram predominando como o foco da atividade por interagirem mais, instrumentalizadas pelo desenvolvimento das linguagens.

Um exemplo da aplicação desta atividade no cotidiano pedagógico retoma o conceito relacionado a não violência, que exige constante vigilância por parte do professor para que as crianças não adotem uma postura arbitrária em relação ao próprio corpo e ao colega durante a permanência escolar.

A partir das impressões referentes à prática da quarta aula, onde o adulto era o único intermediário entre o conhecimento e o aluno, pode-se observar que nem sempre era respeitado o tempo e a vontade das crianças, ficando o adulto como um condutor do corpo delas. E que não era proporcionado, numa escala progressiva que elas realizassem algum movimento por conta própria. O movimento era, quase sempre, induzido. Isso que nos levou pensar em termos de uma formação emancipatória desde os primeiros anos, estabelecendo canais de comunicação adequados à cada criança.

Há sem dúvidas, uma intencionalidade educativa em todas as ações docentes, porém o direito que a criança possui de se movimentar não pode ficar restrito às intenções do professor, sendo que sua vontade independe do horário destinado à Educação Física (COMICHOLI, 2011,p.34).

Além disso, abordar o yoga no modelo aluno-professor, apesar de sua carga benéfica no que tange a comunicação emocional a partir do contato físico, distancia a criança do conteúdo e da oportunidade do aprendizado da cultura corporal, pois, as ações de cuidado e a comunicação emocional dos professores com os bebês em outros espaços-tempo, mesmo que dentro de um mesmo contexto, interferem no fluxo e na transmissão das ações pedagógicas, mais do que se uma criança mais velha com a idade próxima realizar a atividade ao alcance do bebê. Desta maneira, pude inferir que os bebês não estavam de coadjuvantes nas atividades anteriores, como havia pensado, onde os maiores se destacavam, pelo contrário, eles estavam se desenvolvendo apenas por estar ali, respirando aquela atmosfera com outras crianças e adultos.

A partir da quinta semana houve algumas alterações no planejamento. A temática era *Pratihara*, a absorção dos sentidos, relacionada a *Manter a forma através do relaxamento*. A ideia inicial era de fazer massagem nos bebês, conhecida como *shantala*. Mas, coincidiu com uma atividade do planejamento pedagógico de fazer outra dinâmica: levar os grupos para um passeio ao Herbário Floral que fica ao lado das dependências do Núcleo. No entanto, considero que a proposta de relaxamento foi contemplada pela visita às áreas verdes, que proporcionou um distanciamento da rotina das atividades corriqueiras na Escola, estimulando a utilização dos sentidos através da conexão com a natureza.

A sexta etapa era, em princípio, uma lacuna no planejamento. Tinha como tema no Yoga, *Dharana*, interpretado pelo RYE como *Concentrar as forças como um raio laser*. Para este dia, então, consideramos a importância da repetição das atividades com crianças pequenas no processo de aprendizagem.

Na vida moderna acontece uma estimulação excessiva que acarreta na superexcitação da mente. Neste contexto as crianças crescem acostumadas a seguir um padrão reativo a diversos estímulos e metas a serem alcançadas. Acalmar a mente é a primeira etapa para que se desenvolvam mecanismos de apropriação interna do conhecimento.

Neste ponto, devemos reconhecer que existe uma latência entre gravar um conteúdo na memória e retomá-lo depois. É preciso conhecer esse “gerenciamento mental” para atingir a segunda etapa que consiste em permanecer consciente e reproduzir internamente as sensações ou os conceitos (FLAK, 2007, p. 63).

A última aula compreendeu o fechamento da proposta de estágio retomando algumas atividades como as músicas e coreografias dos bichos. Foi criada uma mandala natural com elementos como folhas, galhos, pedrinhas e flores com todas as crianças. A construção coletiva deste componente simbólico representou o conhecimento que construímos juntos neste período.

Como exposto nos objetivos, abordar o Yoga com bebês e crianças em período de creche desdobra em possibilidades e desafios. No entanto, se transpusermos a dimensão física fundamentados pelos valores contidos no Yoga notaremos sua contribuição para a EI no que se refere aos aspectos sociais e culturais propostos na prática. Além disso, a educação dos sentidos através de componentes como a música, a dança e as próprias posturas e imitações se mostram como importantes ferramentas na impressão sensorial das vivências e memórias construídas a partir desta faixa etária. Desta maneira torna o saber vivo: o aluno é capaz de reproduzir, mas certamente, se tornará apto a inventar coisas novas. A partir do cultivo destes sentidos internos, a criatividade ganha espaço e segurança.

Desta forma, a educação concede ao aluno “seu direito a conhecer o mundo a partir da sua vivência e do envolvimento em experiências ricas e diversificadas que permitirão o seu desenvolvimento, sobretudo, a fala e a imaginação.” (FLORIANÓPOLIS, 2015, p. 39)

Os professores tiveram a oportunidade de vivenciar a prática do Yoga junto com os alunos e, desta maneira, foram provocadas questões da docência em relação às práticas corporais na relação com bebês. “Desse modo, pode-se afirmar que um eixo comum da Educação Básica é uma educação baseada nas relações, que por sua vez tem como cerne a educação e cuidado.” (FLORIANÓPOLIS, 2015, p. 39).

Desta maneira, há a evidência de que o conteúdo da aula se mostra indissociado da maneira como se vive e se expressa em diversas dimensões da interação social, uma vez que o conhecimento se mostrou diretamente dependente do filtro que o professor representa para o aluno nesta relação.

O itinerário da proposta começa com uma boa concordância entre nós e o nosso ambiente. Através de limpezas que purificam o corpo e os pensamentos podemos, então, adotar uma boa postura. O bom domínio da respiração pode equilibrar as energias e a aprendizagem do relaxamento permite recarregar as baterias. Consideramos que a etapa da concentração é o nível no qual a qualidade da aprendizagem está em jogo. A gradação que leva ao aperfeiçoamento da inteligência e das funções superiores merece ser estudada com cuidado quando se trata de introduzir o Yoga na escola, apontando fatores limitantes neste sentido em função da faixa etária dos alunos.

Em resumo, as instruções do Yoga transmitidas por Patânjali agem no sentido de estabelecer o equilíbrio introduzindo uma dimensão interior da vida e da própria presença, com vista ao condicionamento da atenção e da autopercepção, neste sentido compreendemos que se articula a uma abordagem emancipatória, ainda que linguagem e comunicação estejam em fase inicial, se estruturando, ampliar seu repertório com relações e experiências tão ricas como as proporcionadas pelo Yoga desde os primeiros meses de vida. Diria até, quando da sua gestação, mas isso seria um outro estudo.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao realizar o estudo sobre Yoga com bebês no contexto escolar, verificou-se que este tema ainda é pouco conhecido e, sobretudo, pouco estudado no campo acadêmico-científico da Educação Física.

O Yoga como prática corporal da EF na Educação Infantil promove uma reflexão e mudança de comportamento na sociedade contemporânea e nas formas como o ser humano vem produzindo e reproduzindo a vida, no sentido de ressignificar o entendimento dualista que supervaloriza a mente e o intelecto no processo de ensino e, no entanto, não elucida que também há educação corporal em outras áreas além da Educação Física.

A ideia de abordar o tema Yoga com bebês parece desafiadora porque, a priori, se pensa apenas na dimensão física da prática. De fato é um desafio. No entanto, esta experiência e estudo servem como subsídio para ampliar os horizontes nesta área. Visto que, os bebês estão em um processo de transição do colo e do ambiente familiar para o chão e o ambiente escolar, onde entram em contato com diversos objetos e pessoas de várias idades e, de alguma forma se relacionam com elas, para além das dimensões físicas e do cuidado. Reconhecendo como parte deste processo a aprendizagem de diferentes tipos de linguagens se afirma o espaço das crianças enquanto sujeitos sociais e de direitos.

O Yoga como conteúdo das aulas, fundamentado na concepção histórico-cultural do desenvolvimento, explicita a importância do convívio social e do estímulo ao pensamento crítico para o desenvolvimento humano. Este tema agrega valores à prática pedagógica no que se refere aos primeiros contatos com as coisas do mundo, apresentando às crianças formas harmoniosas de se relacionarem com o meio em que vivem.

O caminho é uma herança do diálogo entre Oriente e Ocidente em favor do esforço pela autocompreensão e ao processo de desenvolvimento, mas não precisamos aceitar sem questionamentos as concepções do Yoga, na medida em que, esta abordagem cultural foi transferida para os contextos: ocidental, escolar e infantil.

O Yoga como temática pedagógica pode servir como instrumento para traçar um caminho para o autoconhecimento, por meio da sensibilização dos sentidos e da consciência do corpo. Mas ele vai mais além abrangendo também a qualidade nas relações da esfera social onde é praticado. Através dos valores intrínsecos, desperta a consciência de si mesmo, dos outros e da grande teia que se forma a partir de relações intergeracionais complementando a ação da educação no que se refere à constituição da humanidade em cada indivíduo.

## 6. REFERÊNCIAS

ARENAZA, Diego. **Pesquisa de Yoga na educação.** Disponível em: <<http://yoga.ced.ufsc.br/>>.

ARROYO, Miguel Gonzales. **O significado da infância.** In: SIMPÓSIO NACIONAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL, 1, 1994, Brasília. *A educação infantil no municípios.* Brasília: Mec, p. 88–92, 1994.

BARBOSA, Calos Eduardo Gonzales. **Os Yogasutras de Patânjali.** São Paulo; Edipro, 1999.

BRATCH, Valter. A constituição das teorias pedagógicas da educação física. Campinas, **Cadernos Cedes**, p.68-88,ago. 1999.

BRASIL, Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física /Secretaria de Educação Fundamental.** Brasília: MEC/SEF, 1997.

\_\_\_\_\_. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB n.9.394).** Brasília, 1996.

\_\_\_\_\_. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil.** Resolução n. 5, de 17/12/2009, Brasília: MEC, 2009.

COLETIVOS DE AUTORES. **Metodologia do ensino da educação física.** São Paulo: Cortez, 1992.

COMICHOLI, Leticia. **Educação Física Infantil: Observando essas práticas na rede municipal de ensino de Florianópolis.** Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2011.

CUNHA, Flávio Teixeira da. **A emergência da tradição do yoga em Florianópolis na década de 1970.** Monografia (Especialização) - Curso de História, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2011.

DEMETRIO, Rúbia Vanessa Vicente. **A dimensão corporal na relação educativa com bebês: na perspectiva das professoras**. Dissertação (Mestrado) - Curso de Pedagogia, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2016.

FEUERSTEIN, George. **A tradição do yoga: História, literatura, filosofia e prática**. 4 ed. São Paulo: Pensamento, 1998.

FLAK, Micheline. **Des Enfant qui réussissent: Le yoga à l'école**. Paris: Desclée de Brouwer, 1985.

\_\_\_\_\_; COULON, Jaques de. **Yoga na educação: integrando corpo e mente na sala de aula**. Tradução do francês Markus Weininger; Noêmia Soares. Florianópolis: Comunidade do Saber, 2007.

FLORIANÓPOLIS, Educação Infantil - **Orientações Curriculares para a educação infantil da rede municipal de Florianópolis**. Prefeitura Municipal. Secretaria Municipal de Educação. 2012.

\_\_\_\_\_. Secretaria Municipal de Educação de Florianópolis. **Currículo da Educação Infantil da rede municipal de ensino de Florianópolis – Volume III**, 2015.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GONZALEZ, Fernando Jaime; FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. Entre o "não mais" e o "ainda não": Pensando saídas do não lugar da EF escolar II. **Revista Brasileira Ciências do Esporte**, Brasília, p.10-21, 2010.

IYENGAR, Bellur Krishnamachar Sundararaja. **A árvore do yoga**, Porto Alegre, Globo, 2001.

\_\_\_\_\_. **A luz da yoga**. São Paulo: Cultrix, 1980.

RAMACHARAKA, Y. **Bhagavad Gita, a mensagem do mestre**. São Paulo; Pensamento. 1995.

KUNZ, Elenor. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. 8. ed. Ijuí: Unijuí, 2014.

KUPFER, Pedro. **Vivendo a ética do yoga**. Disponível em: <<https://www.yoga.pro.br/openarticle?id=53&VIVENDO-A-%C3%89TICA-DO-YOGA>>.

LERINA, Gilberto Lopes. **Projeto de Educação Física para o Núcleo de Desenvolvimento Infantil da Universidade Federal de Santa Catarina**, 2012.

MARTINS, Florbela dos Santos; CUNHA, António Camilo. **Yoga com crianças: um caminho pedagógico–didático**. Dissertação (mestrado em Estudos da Criança). Universidade do Minho, Braga, 2011.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade**. 21.ed. Petrópolis: Vozes, 1992.

NDI (Florianópolis). Núcleo de Desenvolvimento Infantil. **Proposta curricular para o NDI**. 2014. Disponível em: <<http://ndi.ufsc.br/proposta-crricular-do-ndi/>>.

NUNES, Tales da Costa Lima. **Yoga: Do corpo, a consciência; do corpo à consciência. O significado da experiência corporal em praticantes de yoga**. Monografia (Especialização) - Curso de Antropologia, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2008.

PRADO, Gisele Aparecida Ortiz. **O yoga educacional e suas contribuições para a atuação docente**. TCC (Graduação) - Curso de Pedagogia, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2014.

RECHERCHE SUR LE YOGA DANS L'ÉDUCATION. **Le projet du RYE**. Disponível em: <<https://www.rye-yoga.fr/pourquoi-le-yoga-dans-leducation/>>.

RICHTER, Ana Cristina; VAZ, Alexandre Fernandez. **Corpos, sabers e infância: um inventário para estudos sobre a educação do corpo em ambientes educacionais de 0 a 6 anos**. In: **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. Campinas, 2005.

SARASWATI, Swami Satyananda. **Yoga education for children**. 6 ed. Reino Unido: Yoga Publications Trust, 2006.

SCHMITT, Rosinete Valdeci. **O encontro com bebês e entre bebês: uma análise do entrelaçamento das relações**. In: ROCHA, Eloisa Acires Candal; KRAMER, Sônia. Educação Infantil: enfoque em diálogo. Campinas: Papirus, 2011.

SILVA, Jairo Araújo. **Yoga: Como disciplina na grade curricular das escolas**. TCC (Graduação) - Curso de Pedagogia, Universidade de Brasília, Brasília, 2013.

SILVEIRA, Juliano. Reflexões sobre a presença da educação física na primeira etapa da educação básica. Florianópolis, **Motrivivência**, p.13-27, 2015.

SILVEIRA, Maria Claurênia Abreu de Andrade. Yoga para crianças: Uma prática em construção. Paraíba; **Religare**, p.177-185, 2012.

SIMÕES, Bruna Carvalho Delmanto. **Yoga para crianças: Um estudo de revisão sistemática da literatura**. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Estadual Paulista, Bauru, 2017.

VAZ, Alexandre Fernandes et al. Corpo, infância, cuidados de si: Educação Física no contexto da Educação Infantil. **Inter-ação: Rev. Fac. Educ., Ufg**, p.199-214, 2009.

VYGOTSKY, Lev Semyonovich. **Obras Escogidas**. Vol. IV. 1 edição. Madrid: Visor, 1996.

\_\_\_\_\_. **Obras Escogidas**. Vol. III. Madrid: Visor, 2000.

