



Yoga no Contraturno

- 1. Categoria do Projeto:** Projetos em andamento (projetos em execução atualmente)
- 2. Nome do(s) autor(es) do Projeto:** Simone Celia Baumel
- 3. Instituição/Empresa onde estuda/trabalha:** Prefeitura Municipal de Curitiba, E.M. Foz do Iguaçu
- 4. Município:** Curitiba
- 5. Telefone do responsável pelo projeto:** 41 84176372
- 6. E-mail do responsável pelo projeto:** baumelsimone@gmail.com
- 7. Identificação:** Projeto de Órgão Público
- 8. Equipe:** Simone Célia Baumel, Professora de Educação Física com pós graduação em Yoga
- 9. Para qual ODM o projeto contribui:** ODM 2 - Garantir educação básica de qualidade para todos, ODM 3 - Promover igualdade entre os sexos e valorização da mulher, ODM 7 - Promover a qualidade de vida e respeito ao meio ambiente, ODM 8 - Ter todo mundo trabalhando pelo desenvolvimento
- 10. Para qual ODS o projeto contribui:** ODS 3 - Assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades
- 11. Justificativa:** A correria do dia a dia tem influenciado diretamente no comportamento físico e mental das crianças, tornando-as agitadas, desinteressadas. Os pais necessitam colocar seus filhos muito cedo nas creches e escolas de educação integral e muitos convivem poucas horas do dia com a família, desta forma o papel da escola na sociedade atual precisa adequar-se a esse novo perfil de aluno, deixando de preocupar-se somente com o ensino das crianças, passando a resgatar valores, promovendo também momentos de afeto e diálogo, enfim educar integralmente os pequenos. .O ensino moderno não pode mais se basear apenas nas memorizações de datas, fatos e fórmulas, muito mais que isto, a educação atual precisa estar comprometida com a formação do cidadão integral, autônomo, criativo e consciente da necessidade que o desenvolvimento deve ser sustentável. Pensando nisso surgiu este projeto onde a Educação Física através de aulas práticas de Yoga vem ajudar a



resgatar valores e estimular a afetividade entre os alunos e também promover um equilíbrio corporal e mental, diminuindo a agitação e ansiedade que estão tão presentes hoje no comportamento das crianças, pretendendo-se resgatar a tranquilidade das crianças, fazer com que elas levem para casa um novo estilo de viver, no qual através da paz interior, do saber ouvir e respeitar a si mesmo e ao outro seja possível viver melhor.

12. Objetivo geral: O objetivo principal deste projeto é promover uma atividade capaz de baixar o nível de ansiedades dos alunos, proporcionando uma melhor qualidade de vida e aprendizagem na escola, visto que a ansiedade e a agitação interferem na concentração e rendimento escolares.

13. Objetivos específicos: Desenvolver atividades com exercícios respiratórios que aumentam a concentração e diminuem a dispersão dos alunos. Explorar os exercícios físicos que melhoram a postura das crianças, tornando mais fortes a musculatura e ossos. Promover uma maior consciência corporal e o auto conhecimento, levando a criança a observar e respeitar seus limites, conseqüentemente respeitar as pessoas que fazem parte do seu dia a dia e diminuir a agressividade.

14. Voluntariado: Não prevê participação de voluntariado

15. Valor investido: -