

## Circuito Corpo, Mente e Movimento Em Um Centro Municipal de Educação Infantil

Body, Mind And Movement Circuit In A Municipal Early Childhood Education Center

Circuito Cuerpo, Mente Y Movimiento En Un Centro Municipal De Educación Infantil

### RESUMO:

**Objetivo:** Analisar as contribuições do circuito corpo, mente e movimento para as crianças de 2 a 4 anos em um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI) de Várzea Grande. **Método:** Trata-se de uma pesquisa de ação, descritiva de abordagem qualitativa desenvolvida em um CMEI em Várzea Grande no segundo semestre de 2024. A metodologia utilizada foi a da problematização, a partir dela foram utilizadas outras metodologias ativas para o desenvolvimento do circuito corpo, mente e movimento. A análise foi de conteúdo e a pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa pelo parecer nº 6.823.508. **Resultado:** O circuito promoveu o desenvolvimento infantil, destacou a eficácia das atividades na promoção da socialização, autoconfiança e habilidades motoras. Essas atividades proporcionaram um ambiente onde as crianças puderam explorar e expressar suas emoções de forma natural, contribuindo para a formação da competência socioemocional. **Conclusão:** A pesquisa apontou a necessidade de políticas educacionais que integrem o movimento e a expressão emocional como partes fundamentais do currículo escolar infantil e a importância do trabalho intersetorial entre saúde e educação.

**DESCRITORES:** Saúde; Escola; Medicina.

### ABSTRACT:

**Objective:** To analyze the contributions of the body, mind, and movement circuit for children aged 2 to 4 years in a Municipal Early Childhood Education Center (CMEI) in Várzea Grande. **Method:** This is an action research, descriptive with a qualitative approach developed at a CMEI in Várzea Grande in the second half of 2024. The methodology used was problematization, from which other active methodologies were used for the development of the body, mind, and movement circuit. The analysis was content-based and the research was approved by the Ethics and Research Committee under opinion No. 6,823,508. **Result:** The circuit promoted child development, highlighting the effectiveness of the activities in promoting socialization, self-confidence, and motor skills. These activities provided an environment where children could explore and express their emotions naturally, contributing to the formation of socioemotional competence. **Conclusion:** The research highlighted the need for educational policies that integrate movement and emotional expression as fundamental parts of the children's school curriculum and the importance of intersectoral work between health and education.

**DESCRIPTORS:** Health; School; Medicine.

### RESUMEN:

**Objetivo:** Analizar las aportaciones del circuito cuerpo, mente y movimiento para niños de 2 a 4 años en un Centro Municipal de Educación Infantil (CMEI) de Várzea Grande. **Método:** Se trata de una investigación-acción descriptiva con enfoque cualitativo realizada en un CMEI de Várzea Grande en el segundo semestre de 2024. La metodología utilizada fue la problematización, a partir de la cual se utilizaron otras metodologías activas para desarrollar el circuito cuerpo, mente y movimiento. El análisis se basó en el contenido y la investigación fue aprobada por el Comité de Ética en Investigación bajo el dictamen nº 6.823.508. **Resultados:** El circuito promovió el desarrollo de los niños, destacando la eficacia de las actividades en la promoción de la socialización, la autoconfianza y la motricidad. Estas actividades proporcionaron un entorno en el que los niños pudieron explorar y expresar sus emociones de forma natural, contribuyendo a la formación de la competencia socioemocional. **Conclusión:** La investigación señaló la necesidad de políticas educativas que integren el movimiento y la expresión emocional como partes fundamentales del currículo escolar de los niños y la importancia del trabajo intersectorial entre salud y educación.

**PALABRAS CLAVE:** Salud; Escuela; Medicina.

**RECEBIDO EM:** 04/12/2024 **APROVADO EM:** 19/12/2024

**Como citar este artigo:** Kawakami RMSA, Moreira ABF, Fares AB, Ferraz MEAS, Guadagnin MLN, Revelles MP, Carfi TNL, Ferreira PS. Circuito Corpo, Mente E Movimento Em Um Centro Municipal De Educação Infantil. Saúde Coletiva (Edição Brasileira) [Internet]. 2025 [acesso ano mês dia];15(92):13800-13806. Disponível em: DOI: 10.36489/saudecoletiva.2025v15i92p13800-13806

- ID Roselma Marcele da Silva Alexandre Kawakam**  
Mestre em Enfermagem. Especialista em Vigilância em Saúde. Especialista em Auditoria dos Serviços de Saúde. Professora do Curso de Medicina do Centro Universitário UNIVAG.  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5581-8115>
- ID Ana Beatriz Francio Moreira**  
Acadêmica de Medicina do Centro Universitário UNIVAG.  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3153-9423>
- ID Anwar Bouzeid Fares**  
Acadêmico de Medicina do Centro Universitário UNIVAG.  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-3001-7558>
- ID Maria Eduarda dos Anjos Silva Ferraz**  
Acadêmica de Medicina do Centro Universitário UNIVAG.  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-2612-6271>
- ID Maria Laura Netto Guadagnin**  
Acadêmica de Medicina do Centro Universitário UNIVAG.  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-5204-2221>
- ID Marcus Paulo Revelles**  
Acadêmico de Medicina do Centro Universitário UNIVAG.  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-0417-8058>
- ID Thaiz Nadine Lavezzo Carfi**  
Acadêmica de Medicina do Centro Universitário UNIVAG.  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-8266-3739>
- ID Patrícia da Silva Ferreira**  
Supervisora do Programa Extensionista Integrador e Professora do Curso de Medicina do Centro Universitário UNIVAG.  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6501-5818>

## INTRODUÇÃO

O Programa Saúde na Escola utiliza estratégias intersetoriais para aproximar a educação e a saúde, fortalecer as políticas públicas e desenvolver ações de promoção da saúde e prevenção de doenças e agravos. Este programa está inserido estrategicamente na atenção primária à saúde e também na educação infantil.<sup>(1)</sup>

Considerando a importância das ações de saúde na escola, o curso de medicina do Univag por meio do Programa Extensionista Integrador possibilitou o desenvolvimento do circuito que envolve o corpo, a mente e o movimento para crianças de 2 a 4 anos em um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI) do Município de Várzea Grande.

Nesse sentido, é importante compreender que a longa trajetória escolar das crianças na educação infantil inicia-se ao frequentar o CMEI, um período de estimulação e con-

vência primordiais para o desenvolvimento da criança. A partir desse processo de inserção nas escolas se evidencia problemas relacionados à falta de ativação psicomotora e o comportamento sedentário que vai sendo instalado, de forma gradativa, no corpo e na mente das crianças. Diante dessa problemática evidenciada, o programa cultivar foi estabelecido pela secretaria de educação para ser desenvolvido em todas sedes educacionais de Várzea Grande. Nesse programa é proposto o desenvolvimento do projeto escola do movimento, que é uma ferramenta que permite às escolas trabalharem a educação física e a cultura do movimento de forma inclusiva.<sup>(2)</sup>

Este programa, visa misturar movimento e ensino sendo de extrema importância, pois considera a realidade escolar do país, a qual a cada dia mais enclausura os alunos dentro de salas, aumentando o sedentarismo. A escola tem o papel de utilizar uma pedagogia que englobe o movimento dentro de seu planeja-

mento de ensino, a fim de que todos possam usufruir de seus benefícios para o desenvolvimento integral das crianças.<sup>(3)</sup>

“Os movimentos são de fundamental importância para a vida do ser humano em seus diferentes aspectos. Onde existe vida, existe movimento; e vida é impossível sem movimento.”<sup>(4)</sup> A prática regular de atividade física proporciona saúde e qualidade de vida, além de desenvolvimento cognitivo, afetivo e emocional. Na atualidade os brasileiros têm utilizado tecnologias, como a TV e internet para ter acesso à informação e, o excesso de conteúdo, sem acompanhamento de um profissional capacitado, pode ocasionar em diversos problemas como o sedentarismo na vida adulta, originado na fase infantil.<sup>(2)</sup>

A atividade física está relacionada ao crescimento e desenvolvimento saudável das crianças. Durante a primeira infância, essas atividades podem diminuir o risco de obesidade, melhorar a coordenação motora,

aprimorar a qualidade do sono, fortalecer as funções cognitivas, beneficiar a saúde cardiometabólica além de ajudar no desenvolvimento de habilidades psicológicas e sociais.<sup>(5)</sup>

A respeito disso, surge a problemática evidenciada no CMEI, em que o comportamento sedentário se tornou visível nos discursos das crianças, as alterações no crescimento e desenvolvimento, a falta escolar e problemas de convivência. A fim de minimizar esses problemas e propor soluções surge a proposta do circuito corpo, mente e movimento. Deste modo, essa pesquisa teve como objetivo analisar as contribuições do circuito corpo, mente e movimento para as crianças de 2 a 4 anos em um CMEI de Várzea Grande.

## MÉTODO

A respeito disso, surge a problemática evidenciada no CMEI, em que o comportamento sedentário se tornou visível nos discursos das crianças, as alterações

no crescimento e desenvolvimento, a falta escolar e problemas de convivência. A fim de minimizar esses problemas e propor soluções surge a proposta do circuito corpo, mente e movimento. Deste modo, essa pesquisa teve como objetivo analisar as contribuições do circuito corpo, mente e movimento para as crianças de 2 a 4 anos em um CMEI de Várzea Grande.

Trata-se de uma pesquisa de ação, descritiva de abordagem qualitativa, proveniente da pesquisa matricial “Ações de saúde na escola do município de Várzea Grande”, que surgiu da extensão universitária curricularizada do Programa Extensionista Integrador do Univag.

A metodologia da problematização por meio do arco de maguerez permitiu conhecer a realidade, aprender teoricamente sobre a promoção do desenvolvimento e criar estratégias para minimizar os problemas encontrados, conforme evidenciado na imagem abaixo.

godão, bolas de gude, objeto elástico, folha seca e água). Além disso, foi organizado um jogo da memória com as partes do corpo humano.

O quebra-cabeça com as partes do corpo humano, cabeça, olhos, sobrancelhas, boca, nariz, pernas, braços, pés e cabelo. Esse jogo foi distribuído nas mesas com cerca de cinco alunos em cada, sendo um jogo para cada criança.

No circuito da mente, foram desenvolvidas as seguintes ações: Bolada dos amigos em que era solicitado para as crianças darem as mãos e sair de um ponto de partida com as mãos dadas até um ponto referido, chutando a bola de forma interativa e sem soltar as mãos. O boliche das emoções foi um jogo composto pelos pinos das emoções (raiva, alegria, tristeza, medo, ansiedade), foi solicitado que a criança jogasse o pino em uma emoção e posteriormente na emoção que estava sentindo. O jogo do espelho envolveu imitação de movimentos e a reflexão sobre o que viam e se gostavam.

O circuito do movimento contou com a corrida da tartaruga, onde as crianças foram colocadas para engatinhar com uma almofada sobre as costas, assimilando a almofada como a casca da tartaruga, e não podendo deixar cair, até chegar na linha de chegada, fortalecendo o seu equilíbrio. Outra música trabalhada foi vivo ou morto, em formato de roda. Por fim, o coelho sai da toca, utilizando os bambolês, os mesmos foram colocados no chão, espaçados entre si, formando “tocas” coloridas. As crianças deveriam conseguir se mover entre elas com facilidade. A brincadeira foi explicada para as crianças sobre a história dos coelhos que têm tocas coloridas e que elas iam brincar de serem coelhos que entram em suas tocas. As crianças deveriam entrar na toca na sequência dos bambolês disponíveis no chão. Todos os jogos tiveram duração de cerca de 30 minutos cada um.

Para o planejamento foi utilizada a ferramenta 5W2H e para a análise de dados foi utilizada a análise de conteúdo que envolve a pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados. Foi solicitado

Imagem 1: Metodologia da problematização, a partir do arco de maguerez do CMEI, 2024.



Fonte: Elaborado pelos acadêmicos de medicina, em 2024.

A partir do uso desta metodologia, foi realizada a verificação da situação vacinal e avaliação do crescimento e desenvolvimento. Após a coleta dos dados, foram preenchidas as informações em prontuários criados pelos acadêmicos de medicina e disponibilizados ao CMEI. A partir dessas atividades, foi or-

ganizado um circuito.

No circuito do corpo por meio da música “cabeça, ombro, joelho e pé” do Bob Zoom estimulou-se o conhecimento das crianças sobre as partes do corpo, além disso o conhecimento das texturas, utilizando potes com (areia, pedra, palha, al-

a assinatura dos termos de consentimento livre e esclarecido e assentimento, totalizando 72 autorizações para a pesquisa. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa pelo parecer nº 6.823.508.

## RESULTADO

### Avaliação do crescimento e desenvolvimento de crianças

Observou-se que a maioria das crianças eram eutróficas. Em seguida, identificou-se um risco de sobrepeso, seguido por obesidade e, por último, magreza. A primeira infância é essencial para o desenvolvimento infantil, tanto físico quanto cognitivo, emocional e social. Nessa fase, a criança passa por importantes marcos de crescimento que influenciam seu aprendizado e interação com o mundo. Em relação ao desenvolvimento, a maioria apresentava desenvolvimento adequado para a idade, porém uma minoria apresentou alerta ou atraso para o desenvolvimento.

As dificuldades apresentadas no desenvolvimento eram relacionadas a linguagem, envolvendo a dificuldade em compreender e produzir linguagem, vocabulário limitado, problemas na articulação das palavras; motricidade-dificuldade em realizar atividades motoras como andar, correr, pular, pegar objetos pequenos; Cognição-dificuldade em resolver problemas simples, seguir instruções, reconhecer formas e cores; e Socialização-dificuldade em interagir com outras crianças, apresentar comportamentos isolados ou agressivos.

O atraso no desenvolvimento infantil pode ter consequências a longo prazo, afetando o aprendizado, as relações sociais, a autoestima e a qualidade de vida da criança. Além disso, pode gerar sobrecarga para as famílias e para os profissionais da educação. Diante desse cenário, é fundamental a adoção de medidas urgentes e coordenadas, como a avaliação individualizada e a intervenção precoce para minimizar os impactos do atraso no desenvolvimento. As terapias e atividades devem ser adaptadas às necessidades de cada criança. Os profissionais do CMEI devem receber ca-

pacitação para identificar precocemente os sinais de atraso no desenvolvimento e para implementar estratégias de intervenção, tais como a parceria com as famílias.

### Promoção do desenvolvimento por meio do circuito do corpo, mente e movimento

A maioria das crianças participou ativamente das atividades. Na musicalização, as crianças de 3 anos cantaram e dançaram ao som das músicas imitando os acadêmicos de forma mais animada. Em relação às crianças de dois anos, observou-se que na sala 2C as crianças eram mais tímidas, do que nas turmas de 2A e 2B.

Sobre o jogo da memória, todos os alunos enfrentaram dificuldades, principalmente porque, além de encontrar as cartas corretas, era necessário esperar a vez de cada um, o que gerou um pouco de frustração. Nessa fase é esperado que as crianças comecem a se conhecer e ter maior autonomia, sendo importante determinar limites, e incentivar a independência, com esse jogo foi possível estimular tanto a independência quanto os limites, pois cada aluno precisava esperar a sua vez e seguir uma ordem.

Quanto ao quebra-cabeça, as crianças que tinham as peças do corpo e do rosto demoraram mais tempo para completar, e apenas as turmas de 3 anos conseguiram montar o boneco completo. As crianças de 2 anos participaram com o quebra-cabeça focado apenas no rosto. A atividade fomentou a memória, marco esperado a partir dos 4 anos, sendo a atividade desenvolvida de promoção do desenvolvimento.

Em relação a sensibilidade tátil, entende-se que deve ser estimulada desde de cedo, dessa forma esse jogo promoveu o estímulo e o conhecimento de texturas. Os resultados mostraram que as crianças encontraram dificuldades para descrever as texturas, se eram moles ou duras, sendo a atividade capaz de promover esse conhecimento.

No circuito da mente os resultados foram positivos no que tange o boliche das emoções, notoriamente foi a atividade que mais cativou todas as crianças alcançan-

do a meta de fazê-las refletir e reconhecer as principais emoções: alegria, medo, tristeza, raiva e nojo. Todas as crianças demonstraram bastante interesse e muitas já conheciam os personagens do filme divertidamente, mostrando também na explicação o entendimento das situações que causavam os determinados sentimentos, como sentir nojo ao ver uma barata, tristeza ao ficar de castigo, raiva ao brigar com o amiguinho, entre outros.

A utilização de pinos de cores diferentes, representando as emoções do filme de maneira divertida, foi uma estratégia lúdica que buscou facilitar a identificação e a escolha das emoções. Essa abordagem visual não apenas tornou a atividade mais envolvente, mas também ajudou as crianças a associar cores e personagens a sentimentos específicos. Ao fomentar um ambiente de aprendizado descontraído, encorajamos as crianças a se expressarem e a reconhecerem suas emoções de forma mais natural.

No entanto, notamos que no momento de acertar o pino algumas escolhiam a emoção que mais gostava e não a emoção solicitada e, em algumas turmas, principalmente aos 2 anos de idade, apesar de conhecer os personagens eles tiveram dificuldade de compreender a atividade.

Ademais, em sua maioria eles conseguiram realizar a brincadeira proposta, principalmente as turmas de 3 anos e no momento de solicitar para acertar a emoção que eles estavam sentindo no momento, a emoção mais escolhida era a alegria, tendo um caso em particular de uma criança que escolheu a emoção raiva. A mesma manifestou comportamentos agressivos e falas desafiadoras em todo o tempo da dinâmica. Assim a partir da problemática evidenciada, foi entregue um encaminhamento aos responsáveis para avaliação pediátrica para acompanhar e verificar de forma mais assertiva as causas e se isso faz parte da realidade da criança ou de um momento restrito na atividade proposta, já que os comportamentos infantis sofrem grande influência do que é ouvido e visto no ambiente.

A perspectiva dessa dinâmica foi pro-



mover um ambiente acolhedor para as crianças no CMEI, e atividades que fossem capazes de estimular o conhecimento do corpo e a competência socioemocional, fundamentais para o desenvolvimento saudável das crianças. Ao encorajá-las a explorar e expressar suas emoções, criamos um espaço seguro onde elas se sentiram valorizadas e compreendidas. Esse ambiente de acolhimento é essencial para o ensino da competência socioemocional. As crianças aprenderam a identificar e lidar com suas emoções de maneira construtiva, fortalecendo o vínculo entre os colegas de classe.

Além disso, a construção de um clima escolar positivo e a formação de habilidades socioemocionais prepararão as crianças para a vida adulta. Deste modo, as atividades desenvolvidas ensinaram sobre emoções, mas também a cultivar empatia, autoconhecimento e resiliência, preparando-as para construir relacionamentos saudáveis e enfrentar os desafios da vida desde a primeira infância.

Em relação à bolada dos amigos, a atividade possibilitou desenvolver habilidades motoras, coordenação e trabalho em equipe. Inicialmente, as crianças realizaram um percurso de mãos dadas, apenas caminhando, etapa preliminar que foi importante para explicar as regras e manter a conexão física entre os participantes.

Após a compreensão do exercício, as crianças avançaram para a fase em que deveriam chutar a bola enquanto se deslocavam. Os resultados da atividade mostraram uma diferenciação significativa entre as faixas etárias. As crianças de 3 anos apresentaram um desempenho superior, conseguindo realizar a atividade com maior fluidez e coordenação. Elas demonstraram habilidades motoras mais desenvolvidas, permitindo uma maior facilidade em manter as mãos dadas enquanto chutavam a bola.

Em contraste, as crianças de 2 anos enfrentaram mais dificuldades em sustentar a conexão durante o trajeto, o que é esperado, considerando o estágio de desenvolvimento motor e social dessa faixa etária. No geral, a atividade não só proporcionou

momentos de diversão, mas também promoveu o desenvolvimento de habilidades motoras e sociais, reforçando a cooperação e a interação entre as crianças. A troca de incentivos e as risadas durante o percurso contribuíram para um ambiente positivo e enriquecedor, fundamental para o aprendizado na primeira infância.

Outra atividade proposta consistiu em formar duplas de crianças, onde uma delas executava movimentos enquanto a outra a imitava, atuando como um "espelho". Após essa fase, as crianças observaram seus próprios reflexos em um espelho e refletiram sobre o que viam, expressando se gostavam ou não de suas próprias imagens.

O objetivo da atividade era estimular o autoconhecimento e a autoestima das crianças, promovendo uma maior consciência sobre seus corpos e movimentos. Nos primeiros grupos, as crianças enfrentaram dificuldades em realizar a atividade como inicialmente planejado, demonstrando resistência ou falta de entendimento sobre o conceito de imitação.

Para contornar isso, a abordagem foi adaptada: as crianças passaram a imitar os movimentos das alunas de medicina que conduziam a atividade, facilitando a interação e o engajamento. Os resultados dessa adaptação foram positivos. A nova abordagem permitiu que as crianças se sentissem mais confortáveis e confiantes, promovendo um ambiente mais colaborativo.

A observação no espelho também se tornou um momento de autodescoberta e aceitação, onde muitas crianças expressaram apreciação por seus próprios movimentos e imagens. Isso contribuiu para o fortalecimento da autoestima e do autoconhecimento, essenciais para o desenvolvimento emocional e social das crianças.

No circuito do movimento, a atividade coelhinho sai da toca foi realizada com crianças da faixa etária de 2 a 4 anos e, possibilitou desenvolver habilidades sociais, motoras e companheirismo. Os resultados da atividade demonstraram um interesse participativo maior entre a faixa etária de 02 anos com essa atividade, visto que, o movimento é fundamental para o seu de-

envolvimento integral.

Os resultados da outra atividade chamada a corrida da tartaruga, promoveu o desenvolvimento do equilíbrio, raciocínio e percepção de espaço, além da expressão de felicidade e desejo pela brincadeira. Vale ressaltar que foi necessário haver representação física da brincadeira, para ser executada posteriormente. Somente falando como seria, as crianças encontram dificuldade para iniciar, porém, após demonstrado, foi facilmente executada.

Os resultados para essa atividade foi que após as crianças derrubarem a almofada as crianças compreenderam que ir muito rápido não era a melhor opção visto que eles diminuíram o movimento para encontrar o equilíbrio. Posteriormente, a última atividade de musicalização do morto e vivo, possibilitou desenvolver a atenção, concentração, agilidade e coordenação motora. Os resultados apresentaram um melhor desenvolvimento com a faixa etária de 3 e 4 anos, pela sua melhor compreensão das orientações pedidas. O circuito contemplou várias atividades de corpo, mente e movimento, a atividade foi encerrada com um dia lúdico para entrega de medalhas a todas as crianças do CMEI.

## DISCUSSÃO

As crianças precisam ter liberdade para brincar, ou seja, o ambiente escolar precisa ser lúdico e atraente. Além disso, oficinas podem ser estratégias para incentivar atividades com movimento, permitindo que a criança tenha autonomia para realizar as atividades psicomotoras e mentais. O movimento e o corpo não são objetos exclusivos da atividade física. É na infância que se inicia a educação dos sentidos, como: abordagem psicomotora, postura, tônus, os quais possibilitam a avaliação do desenvolvimento da criança, percebendo sua capacidade de equilíbrio, locomoção e manipulação.<sup>(1)</sup>

O desenvolvimento motor é uma questão de desenvolvimento social, o cérebro da criança continua se desenvolvendo até a adolescência, desse modo, entende-se que quanto mais estímulos motores a criança

tiver, maior a contribuição do processo de mielinização.<sup>(6)</sup>

“

Nesse sentido, uma escola ativa contribui para o desenvolvimento inicial do sistema nervoso, o que permite uma maior segurança própria da criança. O processo de repetição é importante para a formação da criança, pois permite conexões no cérebro em relação às novas informações de forma mais permanente.

”

O desenvolvimento do sistema nervoso é um processo gradativo e as estratégias pedagógicas, brincadeiras e jogos são ferramentas essenciais para um bom desenvolvimento neurológico. A performance humana é construída por meio das habilidades motoras, dos sentidos, das noções de tempo e espaço, entre outros elementos. A pedagogia do movimento deve ser pautada na autonomia e no aprimoramento de habilidades motoras e cognitivas.<sup>(1)</sup>

O crescimento infantil é um processo fascinante e complexo, repleto de transformações tanto físicas quanto emocionais. A genética, a nutrição, o sono adequado, a prática de atividades físicas, o ambiente familiar e a saúde em geral também influenciam significativamente o crescimento. Em relação a habilidade de memória e linguagem, de acordo com o Ministério da Saúde, aumenta aos 4 a 6 anos.<sup>(7)</sup>

O sistema tátil discriminativo envia ao cérebro informação específica relativamente ao tamanho, forma e textura dos objetos. É através do toque que a criança conhece o que a rodeia, desenvolvendo, simultaneamente, a noção de corpo e dos próprios limites.<sup>(8)</sup>

O crescimento infantil é um processo fascinante e complexo, repleto de transformações tanto físicas quanto emocionais. A genética, a nutrição, o sono adequado, a prática de atividades físicas, o ambiente familiar e a saúde em geral também influenciam significativamente o crescimento.<sup>(7)</sup>

Em relação à atividade física, crianças de 1 a 2 anos de idade devem passar ao menos 180 minutos em uma variedade de atividades físicas de intensidade moderada à vigorosa. Já as crianças de 3 a 4 anos, devem passar ao menos 180 minutos em atividade física de qualquer intensidade, dos quais, ao menos 60 minutos seja de atividade moderada ou vigorosa. Em relação ao tempo sedentário, crianças de 1 a 2 anos de idade, não devem ficar inativas por mais de 1 hora seguida. Em relação ao tempo de tela, para crianças de 1 a 4 anos, o tempo de tela não deve ultrapassar 1 hora.<sup>(1)</sup>

Em relação ao sono, crianças de 1 a 2 anos devem ter de 11 a 14 horas de sono de boa qualidade; 3 a 4 precisam de até 10

a 13 horas, incluindo cochilos. Mesmo que as crianças tenham comportamento mais ativo para a idade, é difícil vê-las praticando, ao menos, 60 minutos de atividade física. Conforme o avanço da idade, o comportamento sedentário aumenta, sendo necessário destacar a importância da escola em atribuir o início das atividades físicas.<sup>(1)</sup>

Considerando esse contexto, utilizar jogos na escola possibilita desenvolver habilidades cognitivas, emocionais e sociais, permitindo a colaboração mútua e interação social, e no desenvolvimento das funções executivas.<sup>(9)</sup>

w

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O circuito corpo, mente e movimento, promoveu o desenvolvimento e experiências enriquecedoras para as crianças, já nos primeiros anos de vida. Os resultados destacaram a eficácia das atividades na promoção da socialização, autoconfiança e habilidades motoras. As atividades proporcionaram um ambiente onde as crianças puderam explorar e expressar suas emoções de forma natural, contribuindo para a formação da competência socioemocional. A inclusão de atividades físicas e sensoriais mostrou-se essencial para enfrentar o crescente problema do comportamento sedentário.

Esta pesquisa ressalta a necessidade de políticas educacionais que integrem o movimento e a expressão emocional como partes fundamentais do currículo escolar infantil. Por fim, entende-se que é necessário um trabalho intersetorial entre saúde e educação, para assegurar que as necessidades físicas e emocionais das crianças sejam atendidas.

# Artigo Original

Kawakami RMSA, Moreira ABF, Fares AB, Ferraz MEAS, Guadagnin MLN, Revelles MP, Carfi TNL, Ferreira PS  
Circuito Corpo, Mente e Movimento Em Um Centro Municipal de Educação Infantil

## REFERÊNCIAS

1. Brasil. Ministério da Saúde. Caderno gestor do PSE. [recurso eletrônico]. Ministério da Saúde e Educação. Brasília, Ministério da Saúde, 2022.
2. Fari Júnior, Marcos Antonio Escola do movimento: subsídios para uma escola ativa. Educação infantil/ Marcos Antonio Fari Junior. Palhoca, SC: Cultivar Editora, 2021.
3. Fari Júnior, Marcos Antonio Escola do movimento: subsídios para uma escola ativa: Manual do professor. 1.ed. Palhoca, SC: Cultivar Editora, 2022.
4. Manoel, E.J (et al.) Educação física escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista. EPU, 1988.
5. Silva et al. Atividade física para crianças até 5 anos: Guia de Atividade Física para a População Brasileira. Rev Bras Ativ Fís Saúde, 2021.
6. Delgado DA. Michelon RC. Gerzson LR. Almeida CSA. Alexandre MG. Avaliação do desenvolvimento motor infantil e sua associação com vulnerabilidade social. Fisioter. Pesqui. 27 (1) 2020, Jan-Mar.
7. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.
8. Nascimento IF. As experiências sensoriais enquanto promotoras do desenvolvimento motor na creche e jardim de infância. Relatório do Projeto de Investigação do Mestrado em Educação Pré-Escolar; 2021 Jul.
9. Ramos DK. Rocha NL. Rodrigues KJR. Roisenberg BB. O uso de jogos cognitivos no contexto escolar: contribuições às funções executivas. Psicol. Esc. Educ. 21 (2) ▪ Ago 2017.



The image is a promotional banner for a nursing conference. It features a teal background with a white water drop graphic on the left. The text 'Nursing IMUNE' is prominently displayed in large, bold, blue and white letters. Below this, the dates '24 e 25 Abril' and the location 'Novotel Center Norte, São Paulo' are listed. The MPM Editora logo is in the top left corner.

**MPM**  
Editora

# Nursing IMUNE

**Nursing  
IMUNE** | **24 e 25  
Abril** | **Novotel Center Norte,  
São Paulo**