

## QUALIDADE DE VIDA E SUAS IMPLICAÇÕES NA MELHORIA DO ENSINO NA EDUCAÇÃO BÁSICA

Autora: Mônica Ap. Barbarini<sup>(1)</sup>

Co-autoras; Alessandra Giasseti Malatesta<sup>(2)</sup>

Djenane Vieira dos Santos Silva<sup>(3)</sup>

Evelyn Regina Vendramin<sup>(4)</sup>

Relato de Experiência – Diálogos Abertos Sobre Educação Básica

**Resumo:** Este relato de experiência versa sobre as atividades do Programa Arte & Movimento, da Secretaria Municipal de Educação de Jundiaí, São Paulo, que visa a formação de professores, qualidade de vida e integração de funcionários da Educação. As atividades permeiam os três aspectos da vida humana: Mente, Corpo e Espírito, com atividades de Música, Artes Visuais e Fitness. Embora seja um espaço de educação informal, voltado para profissionais da Educação, as práticas pedagógicas utilizadas nesse espaço refletem de forma positiva na qualidade do trabalho desses profissionais que frequentam o espaço e são pautadas por referenciais teóricos consistentes em cada área de atuação. Para MASSOLA e CALDERARI (2011), o trabalho de estímulo e busca da qualidade de vida envolve o bem estar físico, mental, psicológico e emocional dos indivíduos, refletindo na melhoria dos relacionamentos interpessoais, salientando a importância dos benefícios de tais atividades no meio educacional onde atuam. Os resultados mostram-se favoráveis e satisfatórios em todas as áreas. Muitos professores que frequentam as aulas do Programa demonstram uma melhora na autoestima e na disposição física para o trabalho em sala de aula. O fazer artístico (nas aulas de Pintura em Tela, Teclado, Flauta e Fotografia) permite também a descoberta de uma nova habilidade. Muitos alunos afirmam que o programa oportunizou a chance de desenvolver uma atividade que há tempos almejavam e outrora não haviam tido oportunidade de desenvolvê-la. Através de depoimentos, os alunos afirmam que as atividades desenvolvidas permitem novas possibilidades de ações em sala de aula, proporcionando uma melhora significativa em sua práxis pedagógica. Os resultados das avaliações físicas periódicas também apontam para uma melhora consideravelmente positiva na aparência física e na qualidade de vida dos funcionários que frequentam o espaço, confirmando que as atividades desenvolvidas pelo programa Arte & Movimento contribuem para o bom desenvolvimento global dos funcionários participantes e conseqüentemente uma melhora na qualidade de ensino em nossas escolas.

**Palavras-chave:** Formação – Qualidade de vida – Práticas Pedagógicas

(1)Coordenadora, (2) Professora de Pintura em Tela, (3) Professora de Música e Fotografia, (4) Professora de Educação Física. Secretaria Municipal de Educação de Jundiaí – Programa Arte & Movimento

## **Introdução**

Com o avanço da tecnologia e com o crescimento cada vez mais desordenado das cidades, o stress, a depressão, o descontrole emocional e o cansaço físico tomam cada vez mais espaço na vida das pessoas. Na área da Educação, constantemente cresce o número de professores afastados por doenças de natureza psicológica devido ao stress e outras desordens psicológicas, principalmente a depressão.

A qualidade de vida é um termo usado por diversas áreas do conhecimento e que ainda carece de uma definição clara (ALMEIDA, GUTIERREZ e MARQUES, 2012, p.15), contudo, podemos dizer que é o conjunto de atitudes positivas e cuidados pessoais que permitem ao ser humano uma vida mais organizada e prazerosa, com um olhar positivista pra si mesmo e para a sua perspectiva de vida futura.

## **Justificativa do Programa Arte & Movimento**

Sob esta ótica da qualidade de vida, entendemos que o profissional da Educação, principalmente aqueles que lidam diretamente com alunos em sala de aula, não apenas professores, quando desenvolvem atividades que melhoram sua qualidade de vida em todos os aspectos (mental, físico e espiritual) são mais produtivos e eficientes. Sabemos que pessoas que buscam melhoria na qualidade de vida e desenvolvem atividades físicas e mentais com relativa frequência tendem a ter um envelhecimento mais saudável.

## **Objetivos Gerais do Programa**

Programa Arte & Movimento foi criado em Março de 2009 como um projeto da Secretaria de Educação de Jundiaí, voltado exclusivamente a profissionais desse setor. Inicialmente, os principais objetivos desse programa eram promover qualidade de vida e integração dos funcionários participantes, com atividades de lazer que contemplavam os três aspectos da formação humana: MENTE (Pintura em Tela, Artesanato com Tear, Música e Fotografia Digital) - CORPO (Fitness, com atividades de Alongamento, Flexibilidade, Jump, Pilates, Dança do Ventre, entre outros) – ESPÍRITO (Massagem Terapêutica e Meditação) contudo, ao longo desses 4 anos de atividades, o viés temático também apontou para a Formação de Professores, grupo com participação maciça. Todas as atividades são ministradas por professoras com formação específica em cada área. As aulas são gratuitas.

## Metodologia

### **As atividades da área Fitness**

As atividades físicas propostas pelo Programa tem como foco principal, proporcionar alterações no condicionamento físico geral, resistência muscular, coordenação e consciência motora, equilíbrio, flexibilidade, agilidade, força, alinhamento postural, associados aos aspectos psicossociais de cooperação.

MASSOLA e CALDERARI (2011), afirmam que o trabalho de estímulo e busca da qualidade de vida envolve o bem estar físico, mental, psicológico e emocional dos indivíduos, além de seus relacionamentos sociais, como família e amigos. Salientando a importância do envolvimento de tais benefícios no meio educacional onde atuam. A iniciativa de desenvolver um programa adequado de qualidade de vida aos funcionários de uma empresa, torna a mesma mais humanizada e proporciona o desenvolvimento pessoal do indivíduo. Com a prática regular das atividades físicas, o indivíduo tem a possibilidade de adquirir condicionamento físico e mental, resistência aeróbia, força muscular, equilíbrio, flexibilidade, correção postural, relaxamento, entre outras como afirmam KOLYNIK e GARCIA (2012). Trazendo mais saúde física para a sua vida no ambiente de trabalho e pessoal, evitando lesões e distúrbios provocados por atividades repetitivas, por exemplo.



Aula de Jump

Antes da prática das atividades, são realizadas avaliações de saúde, avaliação postural e avaliação global, sendo ainda necessária e indispensável a apresentação de atestado de liberação médica no ingresso das atividades.



Aula de pilates

As atividades físicas são ministradas em aulas de cinquenta minutos cada, com no máximo vinte alunos, em média duas vezes por semana. É orientado aos alunos que estejam sempre devidamente trajados para as aulas. O trabalho é instrumentalizado com o uso de equipamentos como bolas suíças, therabands, arcos flexíveis, rolos de e.v.a, entre outros, a fim de dar atenção e adaptação específica aos alunos portadores de lesões nas articulações como joelhos, ombros e coluna.

Concordando com AQUINO (1979), esse trabalho justifica-se devido a promoção da valorização dos colaboradores dentro de uma instituição e como esse benefício implica na integração dos mesmos.

### **As Artes no Programa Arte & Movimento.**

MARQUES e BRAZIL (2012, p.35), afirmam que o “conhecimento das diferentes linguagens artísticas permite ampliar o universo da comunicação humana, das relações interpessoais, das relações entre o pessoal e o coletivo”. Partindo deste pensamento, consideramos que as atividades artísticas desenvolvidas também contribuem para o desenvolvimento de ações pedagógicas mais eficazes em sala de aula.

### **Pintura em Tela**

A modalidade de Pintura em Tela, tem como principal foco melhorar a qualidade de vida de seus participantes e ampliar os conhecimentos de professores generalistas e professores de Arte. A pintura possibilita a exteriorização de sentimentos, vontades e sensações, que são traduzidas pelas pinceladas, cores e formas escolhidas.



Aula de Pintura em Tela

As aulas de pintura acontecem em horários pré-estabelecidos de acordo com a possibilidade do funcionário e do professor, com duração de duas horas. Englobam prática e teoria. O aluno tem livre escolha para decidir sobre a técnica e materiais que deseja utilizar e são orientados durante todo o tempo no ateliê.

A prática pedagógica das aulas de pintura seguem princípios norteadores que apontam a proposta triangular de Ana Mae Barbosa como aporte teórico e inspira-se na experiência de Faya Ostrower, artista polonesa radicada no Brasil, que desenvolveu um trabalho de história da arte e prática artística com operários de uma fábrica no Rio de Janeiro, em 1970.

### **Fotografia Digital**

O curso de Fotografia Digital é ministrado uma vez por semana. Com duração de 1 hora e 30 minutos, tem como objetivo principal desenvolver a sensibilidade artística através da prática, do exercício diário do olhar. Os funcionários/alunos trabalham em diversos setores da Educação. O curso foi oferecido com o intuito de promover a criatividade artística por meio da linguagem fotográfica.



Professora Djenane dando orientações a alunas

Muitas pessoas ainda tem a dificuldade de associar Fotografia a Arte, contudo, através do curso é possível desmistificar essa relação, a partir do momento em que o aluno é incentivado a “ver com a alma”. Em sua célebre definição, Henri Cartier - Bresson nos diz que “Fotografar é por na mesma linha de mira a cabeça, o olho e o coração”. Pautando-nos por esse viés, as aulas de fotografia digital buscam despertar o olhar fotográfico, buscando as poéticas visuais das imagens do cotidiano. A questão mais pontual do curso foi o manuseio da máquina fotográfica e a utilização dos diferentes modos (paisagem, retrato, macro). Muitos professores utilizam desses novos conhecimentos para melhorarem a qualidade dos registros fotográficos de seus portfólios, instrumento obrigatório de registro de desenvolvimento dos alunos ao longo do ano e das atividades aplicadas. Saídas fotográficas em locais diversos dentro e fora da cidade e exposição pública dos trabalhos realizados são mecanismos utilizados na didática e que permitem a apreciação da arte e a sensação desse fazer artístico.

Os aportes teóricos para esse trabalho baseiam-se em livros e trabalhos sobre o tema, desenvolvidos por nomes como Ana Maria Mauad e Annatherine Faubris. Alguns sites e páginas da internet que se dedicam ao tema também são consultados e disponibilizados para uma melhor teorização.

## **Educação Musical**

Para Gainza (1982) o objetivo da Educação Musical é tornar o indivíduo sensível aos fenômenos musicais. As aulas de instrumento são realizadas em grupo com no máximo 5 alunos. O espaço possui os instrumentos.



Um dos grupos de Teclado

A questão da Educação Musical no programa Arte & Movimento tomou um viés de formação continuada de professores da rede municipal de Jundiaí. A princípio, alguns

professores e demais funcionários que se inscreveram para as aulas de Teclado, Flauta Doce e Canto Coral o fizeram como atividade de lazer. Com o tempo, alguns professores da rede municipal, selecionados para fazerem parte de um projeto de Música nas escolas, sentiram a necessidade de adquirirem conhecimento musical, sendo que, de um grupo de 10 professores apenas 2 tem conhecimento musical um pouco mais aprimorado. Desse grupo de professores, 5 se matricularam nas aulas de Teclado, Flauta doce e Canto Coral. Outros professores que não fazem parte desse grupo também se inscreveram para aprenderem um instrumento e utilizarem os conhecimentos musicais adquiridos com seus alunos em suas respectivas escolas. A partir da observação dessa necessidade, foram introduzidas nas aulas de música algumas oficinas de construção de instrumentos musicais com material alternativo e também aulas de rítmica. Os professores levam esses conhecimentos para a sala de aula, produzindo atividades de estímulos musicais com seus alunos.



Grupo de Flauta Doce

A fundamentação teórica baseia-se na teoria das Pedagogias Abertas Musicais, onde não existe apenas um aporte teórico contudo a teoria Willems mostra-se como ponto chave mas não único de todo o trabalho de Educação Musical do Programa.

### **Dança do Ventre**

O trabalho de Dança do Ventre é formado por dois grupos: o primeiro é composto por alunas que não tem pretensão de apresentarem-se em público, fazendo da dança apenas um mecanismo de promoção de bem-estar e o segundo grupo que funciona como uma espécie de “corpo de baile”, apresentando-se com frequência em espaços culturais dentro e fora da cidade.



Grupo de Dança do Ventre

A dinâmica de trabalho para os dois grupos tecnicamente é a mesma o que difere é a formação de coreografia temática para o segundo grupo, visando principalmente o festival de dança que é promovido anualmente na cidade, sob o comando da professora que ministra essas aulas.

A didática utilizada pela professora contempla aspectos importantes do ensino da dança como investigação do movimento corporal e compreensão do funcionamento do corpo.

### **Avaliação e Considerações Finais**

Ao longo desses quatro anos, pudemos perceber que as atividades desenvolvidas pelo espaço Arte & Movimento tem proporcionado não apenas o bem estar dos funcionários da Secretaria de Educação de Jundiaí mas como também mostra-se como um importante canal de formação de professores nas atividades oferecidas.

Na área Fitness, até o presente momento, podemos concluir que os resultados estão sendo visíveis pelos funcionários, que relatam, por meio de questionários e entrevistas, ter maior disposição no dia-a-dia e no trabalho, abandonando o sedentarismo e adquirindo hábitos de vida saudáveis.

Os gestores das escolas que possuem profissionais matriculados nos cursos do Programa Arte & Movimento, por meio de depoimentos, declaram que reconhecem a melhoria na qualidade de vida de seus colaboradores, a disposição para o trabalho e o bem estar que essas atividades proporcionam.

## **Referências**

AQUINO, C. P. Administração de recursos humanos: uma introdução. São Paulo: Atlas, 1979

GAINZA, Violeta H. Estudos de Psicopedagogia Musical. Ed. Summus, SP, 1988.

KOLYNIAK, C., GARCIA, I. E. Contrologia: O autêntico método pilates de condicionamento físico e mental. 1ª ed. São Paulo: Stampato, 2012.

MARQUES, Isabel A. ; BRAZIL, Fábio. Arte em questões. Ed. Digitexto. São Paulo. 2012

MASSOLA, M. F. , CALDERARI, P. Qualidade de vida no trabalho. III Encontro Científico e Simpósio de Educação Unisalesiano: Educação e Pesquisa: a produção do conhecimento e a formação de pesquisadores. Lins, 17 – 21 de outubro de 2011.

OSTROWER, Faya. Universos da Arte. Ed Campus. Rio de Janeiro. 4ª edição. 2004.