

Brincando e Aprendendo com o Coração

Conteúdo:

Coração

Fundamentação Teórica:

O coração tem grande importância na vida do ser humano, pois ele exerce um papel fundamental no sistema circulatório, transmitindo energia para o sangue rico em oxigênio, fazendo-o bombear com pressão e quantidade suficiente para que todo corpo receba sangue na composição adequada, renovando o meio pelo qual as células estão expostas (MASAKO, 2003). O jogo “Brincando e Aprendendo com o Coração” tem a intenção de explicar de forma resumida e compreensível, a função do coração, sua importância para a sobrevivência do ser humano e os cuidados que se deve ter para garantir um coração saudável.

O coração é um órgão muscular oco, que tem como função bombear o sangue empurrando-o para que, passe pelos vasos sanguíneos através dos movimentos de contração (sístole) e relaxamento (diástole). Envolvido por uma bolsa denominada pericárdio, cuja função, é não permitir que o coração atrapalhe os demais órgãos, seus batimentos são contrações musculares, que são comandados por alterações rítmicas do potencial transmembrana. Em um minuto, o coração lança 5 litros de sangue em todo o corpo. É como se fosse uma bomba que movimentada 400 litros de sangue a cada hora, tendo pulsações cardíacas que se deve ao fato da passagem do sangue dos ventrículos para as aurículas e ao ato das válvulas dos ventrículos fecharem para não permitirem o retrocesso do sangue.

Todas as células de nosso corpo necessitam de oxigênio para viver. O papel do coração é enviar sangue rico em oxigênio a todas as células que formam nosso organismo. As artérias são os meios por onde é enviado sangue oxigenado. A aorta é a maior das artérias, localizada no ventrículo esquerdo. As artérias são vasos extremamente finos, pelas quais o oxigênio sai para os tecidos. Após a retirada de oxigênio e recebimento de gás carbônico, os capilares levam o sangue até as veias. As mesmas enviam sangue pobre em oxigênio e com alto teor de gás carbônico de volta ao coração e daí aos pulmões onde o sangue recebe novamente oxigênio e retira gás carbônico. Sendo continuamente repetido esse processo (BLIOMED, 2000). Para mantermos o nosso coração saudável, requer uma série de cuidados como, por exemplo, a alimentação rica em carboidratos, proteínas, gorduras, vitaminas e sais minerais, e a prática de exercícios físicos.

O Jogo:

Esse jogo possibilita “conhecer o próprio corpo e dele cuidar, valorizando e adotando hábitos saudáveis como um dos aspectos básicos da qualidade de vida e agindo com responsabilidade em relação à sua saúde e à sua saúde coletiva” (BRASIL, 2008).

Estilo do Jogo:

Tabuleiro, sendo uma corrida composta por 2 jogadores. Contém: 01 tabuleiro, 01 dado de seis faces, 02 pinos, 15 cartas de perguntas.

Como Jogar:

Os jogadores decidem quem irá começar a partida através do dado. O primeiro jogador lançará o dado e irá avançar as casa de acordo com o número sorteado, e o mesmo ocorrerá com o segundo jogador. O jogador deverá seguir as ordens de cada casa, por exemplo, se um dos jogadores pararem na casa onde estiver “Carta”, ele deverá responder uma pergunta. Vence o primeiro a completar o percurso.

Referência:

Adaptado do livro:

- SILVA, Rejâne Maria Lira da. Ciência Lúdica: Brincando e Aprendendo com Jogos sobre Ciências, 1ª edição. Salvador/Bahia: Editora da Universidade Federal da Bahia, 2008