



MONITORIA DA DISCIPLINA DE FISIOLOGIA HUMANA APLICADA A EDUCAÇÃO FÍSICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Vitória Lilian Sousa Fidelis¹, Hudday Mendes da Silva², João Marcos Ferreira de
Lima Silva³**

Resumo. A monitoria acadêmica se apresenta como uma oportunidade enriquecedora para o desenvolvimento acadêmico, permitindo ao monitor vivenciar o processo de ensino e aprendizagem de forma mais profunda e colaborativa. Na disciplina de Fisiologia Humana Aplicada à Educação Física, ministrada no primeiro semestre de 2025, a experiência foi desafiadora por envolver conteúdos amplos e complexos. Esse relato tem a finalidade de compartilhar os desafios, as estratégias e as contribuições da monitoria para o aprendizado dos alunos. A disciplina possui 7 créditos com uma carga horária de 126 horas/aula, distribuídos em dois encontros semanais, exigindo planejamento constante e metodologias diversificadas. Durante o período da monitoria, busquei adaptar as atividades às necessidades dos alunos, com base na observação das aulas, nas discussões em sala e no acompanhamento contínuo do desempenho da turma. Em parceria com o professor responsável, elaborei trabalhos e provas específicas, além de conduzir momentos presenciais de revisão e orientação, que contribuíram para o esclarecimento de dúvidas e reforço dos conteúdos. Para facilitar a comunicação e ampliar o suporte, utilizamos um grupo de WhatsApp, espaço que se tornou essencial para troca de informações, lembretes e discussões rápidas sobre os temas abordados. Ao longo dos nove meses de atuação, observei que muitos, alunos apresentavam dificuldades em relacionar os conteúdos da fisiologia com a prática profissional da Educação Física, especialmente ao compreender como aplica-los à saúde e ao cotidiano. Ainda assim, houve avanços significativos na compreensão teórica e na melhora das notas, reflexo da dedicação e participação dos alunos nas atividades propostas. A experiência como monitória proporcionou crescimento pessoal e acadêmico e, contribuiu para tornar o aprendizado mais acessível, dinâmico e integrado, incentivando os alunos a desenvolver uma visão mais crítica e aplicada sobre os conteúdos da disciplina.

Palavras-chaves: Monitoria. Fisiologia Humana. Educação Física. Ensino Superior. Extensão Universitária.

Agradecimentos: Agradeço à Universidade Regional do Cariri – Urca, ao professor docente João Marcos e aos alunos participantes da disciplina de Fisiologia Humana Aplicada à Educação Física pelo apoio e colaboração durante o período de monitoria.

¹ Universidade Regional do Cariri, email: vitoria.lilian@urca.br

² Universidade Regional do Cariri, email: Hudday.mendes@urca.br

³ Universidade Regional do Cariri, email: joaomarcos.silva@urca.br