

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**

**CENTRO DE DESPORTOS**

**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**A PERCEÇÃO DOS ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE  
CONSCIÊNCIA E POSTURA CORPORAL**

CLAUDIA REGINA DRI

**FLORIANÓPOLIS**

**2009**

**CLÁUDIA REGINA DRI**

**A PERCEPÇÃO DOS ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE  
CONSCIÊNCIA E POSTURA CORPORAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado para  
obtenção do grau de Licenciado em Educação Física  
pela Universidade Federal de Santa Catarina.

Prof. Ms. Carlos Luiz Cardoso - Orientador

**FLORIANÓPOLIS**

**2009**

**A PERCEPÇÃO DOS ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE  
CONSCIÊNCIA E POSTURA CORPORAL**

Por

**CLÁUDIA REGINA DRI**

Trabalho de Conclusão de Curso aprovado com nota \_\_\_ como requisito parcial para a obtenção do grau de Licenciado em Educação Física, tendo sido julgado pela Banca Examinadora formada pelos professores:

---

Presidente: Prof. Carlos Luiz Cardoso – Mestre, Orientador, UFSC

---

Membro: Prof. Sidney Ferreira Farias, Doutor, UFSC

---

Membro: Prof<sup>ª</sup>. Cristiane Ker de Melo, Mestre, UFSC

Florianópolis, 05 de junho de 2009

"Nada lhe posso dar que já não exista em você mesmo. Não posso abrir-lhe outro mundo de imagens, além daquele que há em sua própria alma. Nada lhe posso dar a não ser a oportunidade, o impulso, a chave. Eu o ajudarei a tornar visível o seu próprio mundo, e isso é tudo."

(Hermann Hesse)

## AGRADECIMENTOS

É, quatro anos é muito tempo... Mas ao contrário do que diz a famosa campanha publicitária, é muito tempo especialmente quando as coisas vão bem... Pois todas as minhas experiências e vivências nestes anos levarei por toda a minha vida.

Gostaria de agradecer inicialmente a todos os mestres que contribuíram para o meu crescimento, não somente profissional, mas pessoal. Dentre estes, destaco, especialmente, os que ultrapassam os ensinamentos acadêmicos. Cardoso, professor e orientador que tanto admiro. Obrigada por insistir em “onde estava minha atenção”. Na primeira fase foi difícil, mas agora, no final do curso, pude compreender um pouco o sentido disto tudo e a importância, não para atuação profissional apenas, mas para a vida, para o desenvolvimento integral do ser *humano*. Obrigada pelas longas conversas na orientação e correção deste trabalho e por ajudar a buscar mais que o conhecimento, a felicidade. Por isso este trabalho também é seu, e muito da minha formação devo a você.

Ao professor Sidney, porque também ensina não ao aluno, mas ao ser humano. Não para o mercado de trabalho, mas para a vida. Ao professor Edison, grande exemplo de professor (e) amigo. Sinto muita admiração e gratidão por quem você é e como contribuiu para minha a formação. À professora Cris pela contribuição neste trabalho e em meu conhecimento e desenvolvimento.

Disso tudo, guardarei também com carinho lembranças especiais dos *amigos* que aqui fiz. Especialmente à “turma Sete Belo”. Quatro anos de companheirismo, risadas e aprendizados. Ao Gabriel “Toca” e ao Gabriel Peixer, revelações do último semestre, pela mudança no visual ou pelo “Aluno Nota 10 da Aline”, respectivamente. À Tini, “queriida”, pela alegria e empolgação de sempre. Ao Tito, que mesmo passando a primeira fase toda dormindo na aula, entrou no ritmo da faculdade – seja dos estudos, ou dos “encontros” de

amigos regados à cerveja. A “piada do jacaré” é especialmente pra ti, querido. Ao Rubens, que se não para todos, pra mim representa indiscutivelmente o amigo da turma! “Pacto Colonial!”. Ao Nelson, pela parceria do carnaval, aniversários e tantas outras. Pelos ensinamentos da técnica do “mata-leão” e hipnose. Só me faltam os olhos azuis... À Manu, pelos tantos “Sério?!” e risadas durante todo este tempo. Conterrânea querida que mesmo não formando no mesmo dia, faz muita parte desse nosso momento. Ao Drovo, parceria sempre, de Joaçaba à Pinheira.

Tantos outros parceiros em tantas vezes... Tantos amigos que conheci, convivi e aprendi muito sobre eles e conseqüentemente sobre mim. Obrigada às saudosas ‘Luluzinhas’ Cíntia, Pati Gazzi, Vanessa e todas as meninas parceiras nas risadas e nos segredos do universo feminino. Ao Rafa, ao César, ao Bruno, ao Pedal, ao Josué, Robinho e demais parceiros de festinhas e bons momentos que aconteceram por toda a faculdade. Ao Alfredo, parceiro não somente nas festinhas, mas nas conversas acerca da ‘consciência’ entre outras viagens... À Fabi, pela amizade, alegria e disposição sempre. Sinônimo de alto astral e companheirismo. E ainda à Renêe, amiga e psicóloga em todos os momentos, independente da distância.

Dizem que os verdadeiros amigos são irmãos que nos permitiram escolher.. Às meninas “sex and the city”. Fábria (Rosaninha), Carin (irmã gêmea) e Luísa (a caçula), por todos os momentos bons e inesquecíveis que perdurarão além da faculdade. Leli, irmã desde a segunda fase. Samuel, o irmão mais velho, ciumento e chatinho, mas parceiro sempre, e espero que pra sempre! Adoro vocês!

À Paulinha, que surgiu do nada na faculdade, entre meus amigos e na minha vida e hoje é a melhor amiga que eu poderia ter. Obrigada por (tentar) me ensinar técnicas de “auto-controle” (“Só mais 15 minutinhos...”), pelo ombro amigo ou pelas terapias do riso sempre. Não tenho palavras pra descrever todos os momentos ‘memoráveis’ que já passamos e sem dúvida essa amizade perpassa os anos de faculdade. À Marina e ao Marcos, melhores amigos desde muito antes disto tudo e que estão sempre por perto. Amo vocês e a amizade de vocês representa muito pra mim.

Ao Thiago e a família Locks, presente no princípio disso tudo. Apesar da distância do agora, vocês serão sempre um exemplo de união, amor e alegria pra mim. Admiro e amo vocês

Ao Diogo Tavares. Sob algumas diferenças e incompreensões encontra-se um sentimento puro, bonito e eterno. Pelo que você é para mim te admiro muito. Através de você, aprendi a me conhecer melhor, crescendo a cada dia mais. Muito do que sou, devo a você! Você é parte disto tudo também, deste trabalho, destes anos de faculdade e, principalmente, da minha vida. Te amo e obrigada.

Finalmente e, sobretudo, agradeço especialmente aos meus irmãos; o Fernando por todas as influências e ensinamentos, desde gostos musicais na adolescência aos projetos de trabalhos futuros. Te admiro por todo o seu amor e dedicação ao que você realmente ama, ao que realmente tem valor. Ao Guilherme irmão mais velho e mais sério, mas que de sua maneira, nunca deixa de demonstrar sua preocupação e todo o seu amor. Vocês são exemplos pra mim, amo e admiro muito. À Laura, minha modelo preferida que chegou bem depois e que também a amo.

Às cunhadas que entraram pra família; Lú e Jú, que trouxeram mais alegria e comidas boas pra casa! Á Eliane, esposa dedicada do meu pai que também é da família desde alguns anos.

À Letícia, sobrinha e afilhada, e benção na vida de todos nós. A alegria, o amor e o xodó da família. Te amo princesinha.

Aos meus pais, Adelir e Adelaide. Pelo esforço, pela dedicação, pela educação e, sobretudo, pelo amor. Pai e mãe... Amo vocês incondicionalmente e indescritivelmente!

E finalmente, Á Deus pela capacidade, pelo privilégio e pela benção do estudo, do conhecimento, da educação e, principalmente, da vida. Obrigada por tudo que tenho e, essencialmente, por todos que tenho em minha vida, todos estes a quem dedico meu profundo

Muito obrigada!

## **RESUMO**

O ser humano é um ser social que, através do corpo e dos gestos, interage com o mundo que o envolve. As expressões e posturas que este adota diante do outro, traduz o que ele é e o que o outro representa ser sendo, portanto, o elo de comunicação estabelecido entre seres humanos. Neste sentido, é importante refletirmos melhor sobre determinadas concepções que compreendem o ser humano. Consciência e postura corporal aparecem, portanto, como mecanismos de reflexão sobre as dimensões e as possibilidades do homem. Estes conceitos que sempre foram vistos na educação de forma dicotomizada, distintos entre si, se apresentam sob uma nova abordagem como condição um do outro. Neste sentido, é importante refletirmos melhor sobre determinadas concepções que compreendem o ser humano. Consciência e postura corporal aparecem, portanto, como mecanismos de reflexão sobre as dimensões e as possibilidades do homem. Estes conceitos que sempre foram vistos na educação de forma dicotomizada, distintos entre si, se apresentam sob uma nova abordagem como condição um do outro. Não pode haver gestualidade e expressão se não considerarmos associados a estes todas as significações subjetivas do movimento.

**Palavras Chave:** *Educação Física, Consciência Corporal, Consciência Postural.*

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO.....</b>	<b>ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.</b>
1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA .....	<b>ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.</b>
1.2 JUSTIFICATIVA DO ESTUDO .....	<b>ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.</b>
1.3 OBJETIVOS.....	<b>ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.</b>
1.3.1 Objetivo Geral .....	<b>Erro! Indicador não definido.</b>
1.3.2 Objetivos Específicos .....	<b>Erro! Indicador não definido.</b>
<b>2. REVISÃO DE LITERATURA.....</b>	<b>ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.</b>

2.1 BREVE HISTÓRICO DA CULTURA CORPORAL E DA EDUCAÇÃO FÍSICA	<b>ERRO! INDICADOR</b>
2.2 POSTURA CORPORAL, GESTUALIDADE E LINGUAGEM CORPORAL	<b>ERRO! INDICADOR NÃO</b>
2.3 A COMPREENSÃO DO CORPO NA PERSPECTIVA DA CORPOREIDADE, DA CONSCIÊNCIA CORPORAL E DA PERCEPÇÃO.....	32
2.3.1 CORPOREIDADE .....	33
2.3.2. CONSCIÊNCIA CORPORAL.....	<b>ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.</b>
2.3.3 PERCEPÇÃO .....	41
<b>3. FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS .....</b>	<b>47</b>
3.1. TIPO DE PESQUISA .....	47
3.2 AMOSTRA.....	<b>ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.</b>
3.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTO DE PESQUISA .....	48
3.4 PROCEDIMENTO DA COLETA DE DADOS .....	49
<b>4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS</b>	<b>ERRO! INDICADOR NÃO DEFINI</b>
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>89</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.</b>

## **1. INTRODUÇÃO**

*“(...) não é preciso postular-se que se veja com os próprios olhos, mas antes que se deixe de eliminar o visto numa interpretação que os preconceitos impõem (...)”.*

Husserl

### **1.1. APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA**

O ser humano é um ser social que, através do corpo e dos gestos, interage com o mundo que o envolve. As expressões e posturas que este adota diante do outro, traduz o que ele é e o que o outro representa ser sendo, portanto, o elo de comunicação estabelecido

entre seres humanos. Entretanto, o homem é um ser complexo, uma vez que é humano, ou seja, é dotado de sentimentos, desejos, emoções, simbolismos e significados que só fazem sentido quando revelado ao outro, se compreendermos que cada um possui uma singularidade que transcende uma visão generalizada de homem.

Este traço de humanidade estabelece uma necessidade de melhor reflexão e compreensão da cultura corporal do homem. A Educação Física sempre buscou orientar e estabelecer fundamentos que abrangessem a cultura corporal. Porém, alguns pressupostos foram vistos e determinados historicamente, ao longo do tempo, de forma fragmentada e de acordo com normas e interesses vigentes de cada época. Inicialmente o corpo era visto a partir de concepções biológicas essencialmente, influenciado pelas ciências naturais que o tinham como instrumento de desenvolvimento físico e higienizador na sociedade apenas. Alguns outros padrões estabelecidos eram também refletidos na cultura corporal, a partir de influências religiosas, militares ou políticas, por exemplo. Estas influências sempre refletiram na Educação Física e na forma como se interagia com o homem, fazendo do processo educativo e pedagógico um meio de intervir na condição humana e em seus hábitos físicos e morais.

Tal visão só aos poucos vem sendo modificada a partir novas concepções acerca da compreensão do ser humano que permitem novas reflexões e entendimentos do corpo, do movimento, da educação e do homem, simultânea e integralmente. Estas concepções, a fim de reintegrar a visão global do ser humano, buscam ainda maior espaço e aceitação nos ambientes educacionais que continuam a perpetuar os paradigmas acima referidos, onde há uma fragmentação do homem – entre corpo físico, cultural e espiritual.

Estas e outras dimensões do homem é que o caracterizam como um ser integral que possui uma dimensionalidade, ou seja, que tem em si todos estes elementos presentes e agindo simultaneamente, sendo este o fundamento essencial de uma corporeidade que busca expressar e interpretar o que cada um é verdadeiramente em sua essência.

Justamente por ter sido sempre condicionado aos pressupostos já estabelecidos pela cultura social, o homem perdeu a capacidade de se perceber, se observar e se conhecer, perdendo, conseqüentemente, a sensibilidade de perceber e compreender o que o outro sente quando estes se relacionam. Alguns padrões de pensamentos e ações foram se estabelecendo, fazendo com que as relações sociais se condicionassem à determinada

forma, tornando as ações mecânicas, sem consciência e sem compreensão da atitude do outro e de si mesmo.

Para que estes conflitos, internos e externos, sejam superados ou amenizados é que se torna necessário um novo olhar sobre o ser humano – sobre si e sobre o outro. Captar o que o outro quer dizer, ainda que inconsciente e subjetivamente, só é possível quando sabemos exatamente o que sentimos e porque sentimos, e nos abrimos ao outro, possibilitando que este também se comunique sinceramente. Os nossos sentimentos e pensamentos só fazem sentido ao outro quando exteriorizados e concretizados, por isso as relações sociais se tornam imprescindíveis na reflexão de si e do outro. Dessa forma, compreender não somente o que o outro fala, mas o que toda a sua corporeidade expressa, é a melhor forma de comunicar-se e interagir com o mundo.

Neste sentido, é importante refletirmos melhor sobre determinadas concepções que compreendem o ser humano. Consciência e postura corporal aparecem, portanto, como mecanismos de reflexão sobre as dimensões e as possibilidades do homem. Estes conceitos que sempre foram vistos na educação de forma dicotomizada, distintos entre si, se apresentam sob uma nova abordagem como condição um do outro. Não pode haver gestualidade e expressão se não considerarmos associados a estes todas as significações subjetivas do movimento.

A Educação Física sendo responsável por trabalhar (não somente) o corpo e com o corpo, torna-se a área ideal para explorar através dos gestos e das posturas, a manifestação física e concreta dos sentimentos, das emoções e a própria percepção de si – física, emocional e intelectualmente. Estes educadores podem através de suas práticas de ensino, despertar e desenvolver esta consciência de si, a atenção que cada um necessita para compreender seu próprio corpo e seu próprio comportamento, ampliando o (auto) conhecimento do ser humano e o auxiliando em um desenvolvimento pleno.

Com isto, buscamos aqui atingir uma maior extensão da Educação Física, e ainda, na relação com o outro e consigo mesmo, valorizando a sua experiência vivida, bem com a impressão de sentidos e significados na relação intersubjetiva entre o ser, o outro, o mundo e a cultura. Trata-se de formar indivíduos conscientes e realizados, em todas as suas dimensões. Dewey (apud SCHUTZ, 1989) completa: “minha finalidade última como ser é viver com alegria. A alegria é o sentimento resultante de eu explorar o meu ser, minhas

faculdades cognitivas e sensoriais, meus sentidos, meu corpo e meu espírito, de todas as maneiras que eu for capaz” (p. 13).

## **1.2. JUSTIFICATIVA**

Sempre me interessei por questões como corporeidade, consciência corporal e gestualidade. Acredito que o corpo realmente fala, se não por palavras, por gestos, expressões, posturas ou comportamentos e sempre achei importante saber o que acontece em nós quando nos movimentamos e nos expressamos corporalmente. Essa curiosidade me motivou a pesquisar e estudar um pouco mais sobre o que as outras pessoas pensam sobre o tema. Em alguns estágios ao longo da faculdade, pude observar na prática, como as pessoas se comportavam e agiam durante a realização de atividades físicas. Especialmente na academia de musculação, me despertou ainda mais esta curiosidade por ver pessoas de diferentes níveis sociais, com diferentes conhecimentos e percepções que, aparentemente, não sentiam ou percebiam seus próprios corpos. Realizavam os exercícios que lhes era solicitado sem refletir sobre sua postura, quais músculos eram trabalhados ou quais as sensações e emoções que estes lhes despertavam. Muito me admirava observar tal ‘displícência’ com o corpo e com seus sentidos. Minha busca na compreensão deste fenômeno, tanto pessoal quanto profissional, tornou-se objeto de pesquisa, para analisar, refletir e compreender quais as percepções e expectativas das pessoas quanto à sua corporeidade e assim, alcançar saberes de práticas docentes, a fim de despertar nas pessoas, o conhecimento e a compreensão de seu corpo e das suas emoções. A escolha por acadêmicos de Educação Física se justifica por acreditar que nós, futuros profissionais que interagimos com a natureza humana, ou seja, com seres humanos integrais – com corpos dotados de sentimentos e emoções – devemos pensar, sentir e compreender essas questões. Só poderemos ser instrumentos de desenvolvimento e formação, se também sentirmos e compreendermos estas experiências: primeiro a nós mesmos, depois ao outro.

## **1.3. OBJETIVOS**

### **1.3.1. Objetivo Geral**

Analisar o conhecimento e a percepção dos acadêmicos de Educação Física sobre consciência e postura corporal, bem como, sua possível relação e, conseqüentemente, sua importância na área de atuação.

### **1.3.2 Objetivos Específicos**

- Verificar o conhecimento dos acadêmicos sobre consciência corporal, corporeidade, linguagem e postura corporal;
- Questionar os acadêmicos quanto à importância do tema na área de atuação profissional;
- Questionar os acadêmicos quanto ao currículo do curso se há uma abordagem qualificada e suficiente do assunto na grade curricular;
- Identificar teoricamente questões pertinentes ao tema e relacionar os argumentos achados com a literatura.

## **2. REVISÃO DE LITERATURA**

A revisão de literatura é o referencial teórico de nosso estudo, entendendo como uma organização sistemática de conceitos e seus pressupostos, que dão direção às ações na prática. Além de oferecer uma referência para a interpretação e reflexão da realidade, possibilita um redimensionamento de nossos conceitos, crenças e valores (SILVA E MENEZES, 2001).

Assim, utilizaremos abordagens e concepções acerca da cultura corporal – entre elas: corporeidade, postura, gestualidade, consciência, percepção – bem como o histórico da cultura do corpo, do movimento e, ainda, da Educação Física, a fim de subsidiar as discussões que irão fundamentar nossa pesquisa sobre a percepção dos acadêmicos de Educação Física sobre tais concepções.

### **2.1 BREVE HISTÓRICO DA CULTURA CORPORAL E DA EDUCAÇÃO FÍSICA**

A reflexão sobre o corpo é tão ampla e antiga que, para compreender o presente, remetemo-nos necessariamente ao passado, ao processo histórico que a constituiu e significou. Historicamente, as discussões sobre o corpo aconteceram de forma fragmentada. Santin (apud SIEBERT, 1995), afirma que com base em cada época, define-se o perfil corporal do homem, de acordo com os valores, as exigências e os interesses de projetos elaborados pelas classes dominantes. Neste sentido, tem-se que a sociedade burguesa, por muito tempo, impôs a maneira de como o corpo era visto e valorizado, conforme a sua concepção de mundo. Cada período e cada cultura eram determinantes no uso do corpo, sendo utilizado como instrumento de aplicabilidade bélica, para defender a pátria, instrumento religioso ou ainda como culto ao belo (SIEBERT, 1995).

Inicialmente, o corpo, era associado à religião. Os gestos, as posturas significavam sinais de virtudes da alma e eram vistos como instrumento de valores religiosos. Nesse período, os gestos eram limitados e condicionados, representando virtudes morais. Acreditava-se que uma disciplina corporal, baseada no ‘olhar de Deus’ poderia influir sobre a alma para conformá-la às normas morais (VIEIRA & SOUZA, 1999).

Em seguida, o corpo começou a ser visto como elemento de glorificação e de interesse, começando uma dissociação entre corpo e alma. Nesta época surgiram os Jogos Olímpicos e o culto ao corpo foi se difundindo conforme o interesse do Estado, em diferentes perspectivas, de acordo com cada sociedade e cultura; o corpo do atleta olímpico foi visto nas classes mais abastadas como culto ao belo. A instrução corporal serviria como meio de educação de jovens e nas camadas mais pobres; o corpo era instrumento de aplicabilidade bélica na defesa da pátria.

Já na Idade Média, ocorreu uma inversão e o corpo novamente sofreu enorme desprestígio sendo proibidas todas e quaisquer preocupações. A Igreja colocou os preceitos religiosos e o bem da alma em oposição ao corpo, desprezando as questões materiais, as ciências e as técnicas, favorecendo assim, o domínio dos senhores feudais.

A concepção de corpo só passou a ser vista de forma diferenciada, com a chegada do período Renascentista, em que ocorreu uma redescoberta através da arte, valorizando o trabalho de artesãos e artistas. Neste contexto, a ciência passou a influenciar a visão do corpo, pois, através do culto ao corpo e do nu valorizado por muitos pintores famosos, foi

preciso produzir um conhecimento aceito universalmente através de um conhecimento válido e científico para estudar as coisas da natureza.

Em uma breve síntese histórica dos momentos citados acima, Assmann (2005), mostra bem que tivemos/temos sucessivos e simultâneos corpos ao longo da história humana, feitos de linguagens, símbolos e imagens em corpos incalcados e ensinados. O autor organiza da seguinte forma:

- a) o “corpo jardim fechado”: proibido e cobiçado, virgem, sagrado, mistério inviolável.
- b) O “corpo aberto e devassável”: corpo dessacralizado, devassado, invadido; corpo-máquina. Visão estreita do corpo anatômico, daquilo que se apregoava como ciência, da medicina e do esporte competitivo.
- c) O “corpo ajustável ao que se precisa”: Corpo que deixou a rigidez de concepções antigas e passou a ser educável, sem mistérios, força de trabalho ajustada e ajustável. Do corpo de atleta, malhado e escultural ao corpo mercantil, corpo valor de troca, da engenharia genética e do mercado de órgãos.

Assmann ainda coloca que existem outros corpos, como os “corpos políticos”, libertários e anarquistas, corpos socialistas ou capitalistas, ou ainda “os corpos esvoaçantes”, produzidos pela mídia, e os “corpos desafiadores” para a ciência, corpo bio-psico-energético, sensorial e extra-sensorial, visão mais contemporânea no processo histórico. Assim, percebemos que o discurso sobre o corpo sempre ocorreu e se sucede evidenciando a heterogeneidade da visão corpórea com base na sociedade e na história.

A partir disto, acompanhando o processo histórico que a determinou, a cultura corporal tornou-se efetivamente parte integrante da educação geral dos indivíduos e foi, assim, institucionalizada. Após o “período” do “corpo aberto e devassável”, em que a ciência foi difundida como conceito válido, científico e universalizado de conhecimento do corpo, associada sempre a uma idéia puramente biológica, foi no “período” do “corpo ajustável ao que se precisa” sob a concepção das classes dominantes e seus interesses na sociedade, que a visão anátomo-fisiológica de corpo foi difundida e revelada no processo histórico inicial da cultura corporal.

Então, a cultura do corpo/movimento consolidou-se junto com um processo de formação das noções modernas por uma classe social dominante, e integrado ainda à uma nova ciência que rompia completamente com o mundo religioso. Assim, para que se mantivesse a hegemonia da burguesia, dominante das ordens políticas, econômicas e sociais, era preciso que um novo homem fosse construído. O corpo era determinante no

papel do homem na sociedade e era a classe dominante quem produzia este “novo homem”, moldando sob suas concepções, para que atendessem, assim, aos seus interesses e suas necessidades econômicas (SIEBERT, 1995).

Todo o pensamento médico e pedagógico desenvolvido neste período surgiu a partir desta disseminação de visão de corpo, de saúde e de mundo da sociedade, sendo institucionalizados como parte própria da organização social na qual estão embutidos seus conflitos, interesses e, inclusive, como forma de dominação. O que antes era instrumento de aplicabilidade bélica para a defesa da pátria, agora é corpo mecanizado, instruído, automatizado para a produção de trabalho.

Em oposição à burguesia, surge a classe operária que dominada, utiliza a educação do próprio corpo como expressão física da sociedade do capital. “Ela encarna e expressa os gestos automatizados, disciplinados e se faz protagonista de um corpo ‘saudável’: torna-se receita e remédio para curar os homens de sua letargia, indolência, preguiça, imoralidade e, desse modo, passa a integrar o discurso médico, pedagógico (...)” que a sociedade impõe (SOARES, 1994, p. 6).

Neste processo que “reconstrói” a sociedade, o homem passa a humanizar-se pelas relações que estabelece e a ocupar o centro da criação desta nova sociedade. Entretanto, o homem é explicado e definido ainda dentro dos limites biológicos. Não existem leis religiosas e espirituais; tudo que o envolve, tudo que acontece, é o homem biológico o ponto de referência que explica os acontecimentos e cria as próprias leis, que o mundo físico e humano deve obedecer e que a ciência deve descobrir (SOARES, 1994). O homem é então biológico e, sobretudo, de natureza individualista. O indivíduo ainda é um ser isolado e independente da cultura social e não possui relação dinâmica com o mundo; apenas registra e transforma os impulsos vindos do exterior, que segundo Shaff (apud SOARES, 1994), não interagem com o mundo e com o outro, apenas apreendem sinais exteriores e reagem conforme lhe é esperado pela sociedade; há o contato social, mas suas captações e expressões são generalizadas, massificadas, comuns, a partir de fenômenos de ordem natural, sem valores ou significados para os acontecimentos.

Este momento a sociedade consolida a idéia de que é regida pelas leis naturais, invariáveis e independentes das ações humanas, porque o homem é reduzido aos seus

determinantes biológicos em que suas relações não vão além daquelas que estabelece com a própria natureza.

No entanto, o desenvolvimento e a complexificação desta sociedade, das leis da economia e da exploração do capital, exigem novas formas de pensar a natureza, a sociedade e as relações do homem entre si. O pensamento social da época preocupa-se, então, com as relações e com o perfil deste novo homem necessário ao capital, pois tornou-se necessária a elaboração de uma concepção naturalizada do social, à medida que o crescimento (especialmente econômico) da sociedade foi se afirmando.

Siebert (1995) acrescenta que com isso, não se pretendia somente controlar o trabalho e o lazer dos trabalhadores, “mas principalmente controlar sua saúde moral, domesticando as subjetividades, modificando seu modo de vida. Essa preocupação com a saúde deu-se, basicamente, pela ameaça do que isso poderia representar na deterioração da força de trabalho” (p. 21). Pois com este crescimento, cada vez mais mão-de-obra foi sendo necessária para atuar em diferentes ramos do capital referente à divisão do trabalho, o que acabou acentuando as diferenças de classes sociais associadas ao lugar que ocupam na produção. Em função do progresso e da necessidade de indivíduos que ocupem lugares em diferentes posições – de acordo com suas “aptidões naturais” – aumentam-se as desigualdades nessa ordem social estabelecida.

Aos poucos, os trabalhadores foram mudando seu estilo de vida, conforme o processo de industrialização da sociedade. Ela determina a maneira como os indivíduos produzem sua existência social, dos modos de consumo às forças de organização do lazer e das relações interpessoais. Com o crescimento industrial os trabalhadores tinham um impulso maior para produzirem cada mais vez, ‘subir’ de posição na divisão do trabalho e assim ganhar mais para consumir mais, uma vez que a sociedade se tornava uma sociedade de consumo e os indivíduos começavam a ter acesso a uma quantidade maior e mais diferenciada de bens duráveis. Os meios de comunicação em massa se incumbiam de gerar essas “necessidades”, manipulando o desejo dos indivíduos, segundo o interesse das minoras privilegiadas. As oligarquias financeiras e políticas, a fim de manterem-se no poder, tendem a monopolizar as informações, a ciência, a cultura e a riqueza, pública ou privada.

Deste modo, surge uma civilização em que um modelo ideal de corpo é imposto, assim como a massificação da cultura e seu estilo de vida. As práticas sociais impostas por tais oligarquias são introjetadas pelos indivíduos que aprendem a dar respostas esperadas aos estímulos que recebem do mundo e da sociedade.

Os mesmos passam a ser uma espécie de consciência de todos, divulgando todo um interesse pela defesa de todas as causas consideradas justas, como por exemplo, a defesa das massas, ou seja, *representado-as* em todas as situações, destituindo de poder o seu ato (...) O poder econômico e o saber tecnoburocrático, com distintas linguagens, criam o mesmo governo de classes privilegiadas, oprimindo o trabalhador. Guillén (apud SIEBERT, 1995, p. ???).

Mas em função das conseqüências desse crescimento acelerado, essa dominação começa a obter resistência por parte dos trabalhadores, uma vez que boa parcela da população fica sujeita a um tipo de vida degradante. O crescimento rápido e desordenado das cidades e das áreas industriais não vem acompanhado da ampliação de serviços básicos como limpeza das ruas e serviços sanitários. O aparecimento de grandes epidemias evidencia como a deterioração do espaço urbano foi contundente. Assim, as massas desfavorecidas começaram a tomar consciência de si como classe e tomam força, fazendo uma revolução social e apresentando resistência à ordem social estabelecida. Este quadro exigiu uma reorganização e aperfeiçoamento das cidades já que o desenvolvimento urbano foi outro fator de segregação social, deixando esquecidas as áreas mais afastadas, com maior concentração de miséria.

Como defesa, a classe burguesa lança o discurso de que as classes populares vivem mal porque estão cheias de vícios, imoralidades e por viverem sem regras; valores estes associados à prostituição, ao alcoolismo, à demência. Assim, para manter-se na hierarquia estabelecida e “domesticar” as massas urbanas iniciou-se o projeto de higienização da sociedade. A educação higiênica como formação de hábitos morais e de saúde. E dessa forma se articula a educação física no desenvolvimento histórico. Ela foi o instrumento utilizado capaz de promover a assepsia social, de viabilizar esta educação higiênica e de moralizar os hábitos.

Soares (apud AYOUB, 2003) afirma que a Educação Física como elemento de educação, foi um projeto higienizador da sociedade, com o objetivo fundamental de “[...] regenerar a raça, fortalecer a vontade, desenvolver a moralidade e defender a pátria” (p. 78).

Desta forma, Educação Física, do passado e atual, somente pode ser compreendida, quando abordada todo o seu contexto histórico-social, uma vez que esta é um fenômeno cultural, em que o movimento que lhe é característico corresponde à apropriação do mundo, do homem e de sua realidade ao longo da história. Gonçalves (1994) confirma isto, dizendo que

A compreensão da Educação Física envolve, portanto, um desvelamento das suas raízes historicamente determinadas. Dentro de uma concepção dialética da realidade humana, desvelar as raízes históricas de um fenômeno significa romper com as formas ideológicas petrificadas, que ocultam sua verdadeira essência. Nesse caso, significa ver a Educação Física em sua relação com o processo da práxis humana, que, na produção da vida material, assume ao longo da história humana, determinadas formas de relações sociais (p. 134).

E assim, a Educação Física se constituiu. Desde o início, sua fundamentação se deu através das manifestações sociais, trazendo no corpo e no movimento, todas as marcas da história, toda a linguagem inscrita dos acontecimentos. Sintetizando o processo histórico da educação física até o momento citado, coerentemente com o histórico da cultura do corpo, sua ordem foi também primordialmente biológica, voltado para o desenvolvimento da aptidão física e como dito, visto como mecanismo higienizador na sociedade. Esta foi primordialmente, se configurando sob um conceito anátomo-fisiológico de corpo, associada sempre a uma idéia de saúde puramente biológica.

Bracht (apud AYOUB, 2003) diz que no início, o exercício ginástico era principalmente o de orientação militar, servindo como referência básica no desenvolvimento da Educação Física escolar. Mais tarde, um novo modelo de sistematização do conteúdo da Educação Física escolar foi difundido e o esporte passou a ser, progressivamente, o principal representante da Educação Física na escola, com o objetivo da aprendizagem dos esportes e do desenvolvimento da aptidão física. Outras formas de expressão da cultura corporal estiveram presentes na Educação Física escolar,

como dança, jogos e brincadeiras, entretanto, estas em menor escala sendo o esporte a atividade hegemônica.

A visão da Educação Física como aulas de esportes, ou ainda, como sinônimo de “jogar bola” ficou predominante por muito tempo e, ainda hoje, apresenta forte presença e conseqüências. Ainda é comum vermos a ação de profissionais da Educação Física na instituição escolar, ou mesmo fora dela em demais ambientes educacionais, perpetuando conteúdos que visem apenas a manutenção da saúde corporal, da aptidão física e o desempenho técnico através dos jogos desportivos ou práticas mecanizadas. Estas atividades físicas se caracterizam principalmente pela execução de movimentos mecânicos, transmitidos pelo professor, imitado pelos alunos. As avaliações também se dão por critérios de produtividade e rendimento, privilegiando alunos com maior capacidade desportiva. Isto porque ainda encontramos resquícios das tendências militaristas e de higienização, que prioriza o físico e destitui o conceito de educação.

Entretanto, o surgimento de novas visões que questionam a concepção predominante em relação aos objetivos e conteúdos da Educação Física começou aparecer na década passada, ainda que em menor número e força, mas significativos para a reflexão e compreensão do corpo, do movimento, da educação e do homem, simultânea e integralmente.

Com o trabalho do Coletivo de Autores, “*Metodologia do Ensino de Educação Física*” em 1992, é que (no Brasil) marcou um grande progresso no que se compreende o significado da Educação Física na escola. Este Coletivo diz (apud AYOUB, 2003, p. 83) que “A Educação Física é uma disciplina que trata, pedagogicamente, na escola, do conhecimento de uma área denominada aqui de cultura corporal [...] O estudo deste conhecimento visa apreender a expressão corporal como linguagem”.

A Educação Física começa, então, a ser considerada sob esta ótica – na perspectiva da reflexão sobre a cultura corporal. Antes, o indivíduo como ser biológico, mecânico, alheio a valores e significados; agora, como ser social, integral, dotado de sentimentos, de sensações, de vivências e de experiências próprias, de cultura. O corpo assume agora, não apenas a dimensão biológica, mas a visão de um corpo completo, multidimensional, repleto de significados que, como coloca Foucault (apud ALVAREZ, 2000), se torna o palco complexo onde a própria história ganha densidade.

Sob este paradigma, Nóbrega (2001) diz que o corpo é, na visão cultural, instrumento de diferentes intervenções e também construtor de sentidos múltiplos, visto que a experiência humana supõe a experiência corpórea e sua capacidade de percepção na compreensão e na atuação sobre o mundo.

Para melhor esclarecer o contexto de paradigma aqui, e entender como esta nova perspectiva surgiu e foi abordada, introduz-se uma idéia a respeito de ‘paradigma’. Brito (1996), utiliza o conceito de Kuhn dizendo que paradigma

são realizações científicas universalmente reconhecidas que durante um período de tempo fornecem problemas e soluções modelares para uma comunidade de praticantes da ciência. Assim, sob o ponto de vista sociológico, o conceito de paradigma indica um conjunto de crenças, valores, procedimentos e técnicas partilhadas no consenso de uma determinada comunidade (p. 62).

Os paradigmas mais antigos são total ou parcialmente superados ou substituídos por outro que desponta como um novo e mais apropriado veículo para a teoria e prática científica. No sentido do autor, uma nova teoria é proposta quando há o reconhecimento de um grave equívoco, onde se nota uma falha fundamental. Contudo, segundo o mesmo autor, uma nova teoria é proposta não somente por haver sucessivas falhas acumuladas, mas para resolver um conflito que surgiu entre duas teorias existentes “ou ainda, não raras vezes, uma nova teoria é proposta para explicar uma nova área de ignorância” (p. 62).

Seguindo este pensamento, podemos relacionar o tema exposto com o conflito entre as áreas abordadas na Educação Física. Uma nova perspectiva surgiu para suprir as carências de uma visão mais integral do homem. O paradigma do homem como ser puro e simplesmente biológico fora ultrapassado ao longo da história social e cultural e uma nova percepção se fazia necessária ao entendimento do corpo humano. Entretanto, justamente como aborda Kuhn, um novo paradigma é exposto quando um conflito emerge. A abordagem inicial conferia somente o caráter biológico ou anátomo-fisiológico do corpo. Ultrapassados estes conceitos, a educação entendeu que o corpo era mais que isso, era um instrumento de aprendizagem, de cultura. Um(a) corpo(reidade) que abriga uma mente, um intelecto. No entanto, uma idéia não pode excluir outra, uma vez que somos isso tudo; músculos, ossos, órgãos, sistemas, cérebro, impulsos nervosos, intelecto, racionalidade e, principalmente, sensações, sentimentos, percepções e emoções, simultaneamente, integralmente e indivisivelmente.

Assim, chegamos à idéia principal do trabalho – um ‘novo’ paradigma que aborda a cultura corporal integralmente, traduzido nos conceitos de corporeidade, consciência corporal, propriocepção, entre outras terminologias que, em sua essência, buscam a reflexão e compreensão do corpo e do homem. Nesta perspectiva compreendemos e englobamos inúmeras terminologias e expressões que, embora sejam encontradas sob abordagens distintas, se encontram em alguma idéia essencial, servem de fundamento e podem assim, acrescentar cada qual sua parcela de contribuição na busca do entendimento do ser humano.

## **2.2 POSTURA CORPORAL, GESTUALIDADE E LINGUAGEM CORPORAL**

O discurso da postura corporal foi colocado aqui separadamente da “história do corpo”, pois a abordagem que a literatura apresenta, ainda que siga a mesma linha no processo histórico da cultura corporal, permite uma discussão à parte sobre o tema. A visão de postura corporal é principalmente vista sob os aspectos biomecânicos e pouco associada à gestualidade, enfoque mais apropriado ao tema exposto. Um breve parecer histórico será abordado para compreender o que determina o conceito de postura corporal; entretanto, algumas vertentes favorecem a dicotomia já estabelecida na Educação Física e vão contra a idéia de corporeidade defendida no trabalho. Os pontos de vista contrapostos servirão justamente para um debate de como a Educação Física foi institucionalizada, e funciona até hoje, e como “deveria” ser trabalhada, sob os argumentos propostos dos novos paradigmas educacionais, que apoiam a corporeidade.

Os paradigmas acerca da postural corporal foram vistos sob diferentes pontos de vista, conforme o momento histórico e as preocupações vigentes em cada período, sejam elas morais ou com aspectos exclusivamente biológicos. Entretanto, desde a antiguidade, desde os primeiros registros definidores da postura e do gesto humano, houve sempre o intuito de normatizar gestos ideais a partir de ‘definições limitadoras’.

Segundo Vieira e Souza (2002), obras antigas como as de Cícero (143-103 a. C.) e as de Santo Ambrósio (340-397 d. C.), já apresentavam parâmetros definidores de boa ou má postura; nesta época, entendida como ideal da medida e do justo meio. Os gestos e os movimentos eram a razão humana e a vontade de Deus e expressões físicas exteriores da

alma; os movimentos do corpo e da alma não deviam ser relaxados, porque assim, acreditava-se que a disciplina dos gestos, como diz Shimitt (1995) “poderia influir sobre a alma para conformá-la às normas morais” (p. 142).

Com o avanço da física, da medicina e da sociedade industrial, a simetria e a retitude corporal, o alinhamento e o bom funcionamento dos sistemas ósteo-articulares passam a ser vistos como uma questão de ‘saúde física’, com base essencialmente na anatomia, na cinesiologia e na biomecânica, através de estudos científicos com parâmetros que definem o modelo de postura normal ou natural do ser humano.

Como visto no processo histórico da cultura corporal as aptidões físicas eram determinantes no papel do homem na sociedade. Os soldados, por exemplo, eram selecionados por suas valências físicas e pelo seu porte e postura, ou seja, por qualidades físicas, essencialmente. Assim, o porte militar foi referência como protótipo de boa postura por muito tempo.

Em consequência disto, surge no próprio exército a utilização de exercícios físicos para modelar o corpo. Segundo Foucault (1987), os soldados, antes selecionados pelas suas aptidões físicas, porte e postura, nesse período passaram a adquirir tais qualidades através de exercícios físicos, que lhes corrigiria a postura aos poucos. Deste modo, homens com variados portes físicos eram moldados e redefinidos, física e moralmente, a fim defender sua pátria e atender aos objetivos das classes mais favorecidas.

Com a utilização de exercícios para reforço muscular e correção postural, os próprios militares extravasaram o campo militar e foram os promotores e primeiros instrutores desta prática, passando a recomendar tais exercícios para toda a sociedade, com vista a desenvolver cidadãos saudáveis e moralmente corretos. Nesse contexto, foi inicialmente implementada uma educação metódica voltada à disciplina corporal, cuja meta seria desenvolver um corpo útil e eficiente através da ginástica, como já visto no decorrer do processo histórico da Educação Física.

Com tais métodos de condicionamento, passaram a ser consideradas somente as leis da física e mecânica aplicadas ao corpo, definindo postura como as posições ou atitudes que o corpo assume nas situações cotidianas, como sentar, caminhar, subir e descer escadas. Entretanto, segundo Vieira e Souza (1999), os cuidados com a postura eram mais

direcionados ao controle do corpo para moldá-lo a padrões morais, estéticos (físicos) e culturais, do que ao bom funcionamento do organismo.

O corpo reto e rígido almejado em séculos anteriores continuava sendo o modelo contemplado, mas, a partir desse momento, ele passa a ser obtido através da prática corporal; o indivíduo passa então a ser disciplinador de si mesmo (ibidem, 2002). Passado algum tempo, o corpo continua sendo visto sob a mesma perspectiva e perpetua-se a concepção de corpo fisiológico, biomecânico, e ainda, visto como um mero instrumento de utilidade e disciplina, necessário às cidades industriais e aos costumes sociais estabelecidos, como já mencionado no processo que o caracteriza. Desse modo, ainda é comum vermos a utilização de exercícios de condicionamento padronizados para corpos padronizados, a globalização e massificação de comportamentos, movimentos, gestos e posturas, bem como as definições que os determina.

Neste sentido, é que encontramos na literatura conceitos e definições limitadas acerca do tema. Kendall e McCreary (1995), autores referências no assunto, por exemplo, definem postura padrão como sendo a que envolve uma quantidade mínima de esforço e sobrecarga e que conduz a uma eficiência máxima no uso do corpo. Os autores dizem ainda:

Postura define-se geralmente como o arranjo relativo das partes do corpo. A boa postura é o estado de equilíbrio muscular e esquelético que protege as estruturas de suporte do corpo contra lesão ou deformidade progressiva independentemente da atitude (ereta, deitada, agachada, encurvada), nas quais essas estruturas estão trabalhando ou repousando. Sob tais condições os músculos funcionam com mais eficiência, e posições ideais são proporcionadas para os órgãos torácicos e abdominais. A má postura é uma relação defeituosa entre as várias partes do corpo que produz uma maior tensão sobre as estruturas de suporte, e onde ocorre um equilíbrio menos eficiente do corpo sobre sua base de suporte ( p. 71).

Outros autores ainda complementam a mesma idéia com demais definições baseadas nos fenômenos físicos e químicos. Palmer & Apler (2000), também afirmam que a postura correta consiste no alinhamento do corpo com eficiências fisiológicas e biomecânicas máximas, o que minimiza os estresses e as sobrecargas sofridas ao sistema de apoio pelos efeitos da gravidade. Sob a mesma ótica, ainda definem ‘postura padrão’ referente a uma postura “ideal”, em que o alinhamento esquelético ideal é utilizado como padrão e consiste com princípios científicos válidos.

Estes princípios não são aqui criticados e considerados incorretos ou totalmente inapropriados. Considerando as funções biológicas e a biomecânica do corpo e do movimento, certamente é válido um referencial de movimento e postura para indicar segmentos, articulações e a mecânica em si dos movimentos, dependentemente dos fins. Mas estes pensamentos são limitados e reproduzem conceitos que admitem simplesmente os movimentos e o corpo em si – técnicos, padronizados e restritos, desconsiderando demais aspectos relevantes à concepção de postura adequada de cada ser humano. E são estes os conceitos reproduzidos, em geral, na formação de professores de Educação Física, que aumentam a dicotomia entre os aspectos biológicos e mecânicos e a abordagem da cultura corporal como reflexo da cultura social. Os paradigmas expostos apontam diferentes perspectivas e não são suficientes por si próprios na compreensão do corpo, uma vez que o corpo humano é dotado de inúmeras dimensões simultaneamente. Entretanto, os pontos de vista que deveriam apoiar-se e completar-se, se distanciam e negam as demais concepções.

Todavia, por outro lado, é possível encontrar referências que afirmam que sob este modelo de postura biomecanicamente adequada, estão embutidos valores sociais, culturais e especialmente individuais, que modificam o comportamento e a concepção do que é adequado ao organismo quanto à postura corporal, indo ao encontro do paradigma aqui defendido. Sobre isto, Nóbrega (apud DIAS, 2007) acrescenta:

Não se trata de pensar o corpo e sua gestualidade a partir de uma perspectiva clássica, fundamentando-os em desdobramentos da Metafísica cartesiana, na decifração do mundo a partir da objetividade da razão. Nessa perspectiva, às explicações em torno do movimento humano e de sua gestualidade são reduzidas aos princípios da Mecânica, onde não há referências à intencionalidade do sujeito que se movimenta. Restringindo o movimento ao deslocamento do corpo no espaço, na objetivação do humano e de suas relações, negando o sujeito e seu contexto, a cultura e seus símbolos (p. 26).

Wallon (apud VARGAS, 2001), contribui justificando com o discurso de que não há separação possível entre o indivíduo (homem) e o meio (sociedade), ou melhor, não há oposição entre desenvolvimento biopsicológico e as condições sociais que o impulsionam. No ser humano, o desenvolvimento biológico (isto é, a sua maturação nervosa e psicomotora) e, o desenvolvimento social (ou a apropriação da experiência social) são condições um do outro.

Assim, ainda que não tenhamos abandonado as concepções anteriores mais limitadas, encontramos, enfim, diversas áreas, como a filosofia, a psicologia e, felizmente,

linhas ‘alternativas’ de pensamento na própria Educação Física, que buscam compreender o corpo em todas as suas dimensões, considerando valores, significados e expressões que caracterizam sua postura corporal.

É preciso deixar claro, reafirmando, que a noção de postura corporal que queremos enfatizar aqui, não diz respeito à concepção incompleta de considerar apenas a retitude dos segmentos articulares, ósseos ou musculares ou tampouco os fenômenos físicos e químicos dos movimentos. A idéia é compreender a percepção de postura corporal no sentido de compreensão do próprio corpo, de noção física, mental e emocional, integralmente – de como nosso corpo se encontra, reage e se relaciona com o mundo. Portanto, entramos em outro ponto essencial do trabalho considerando, enfim, que o modo de ser, de pensar e de agir dos indivíduos são influenciados, especialmente por valores estéticos, morais e sociais, refletidos em sua postura e em seu comportamento. Assim, este novo paradigma, que aceita a postura na perspectiva da gestualidade, do estado do corpo (corporeidade), é aqui priorizado, em contraponto ao que comumente é apresentado e perpetuado na Educação Física e na formação de professores.

Atingido o ponto essencial, compreendemos então que a postura corporal na ótica da gestualidade representa simbolismos, significados, expressão e comunicação do pensamento simbólico que nos leva a reflexão das relações humanas. Nessa direção, é que precisamos tentar captar, a partir das significações dos gestos e das posturas, a relação do outro com o mundo para assim, enquanto professores, possibilitar intervenções e práticas educativas que despertem a consciência corporal dos alunos. Quanto a isto, Dias (2007) completa afirmando que “o nosso itinerário de pesquisa caracteriza-se pela reflexão sobre a gestualidade do corpo como potência de vida e de produção de saberes, reconhecendo a precisão do gesto como uma brecha de observação privilegiado da vida coletiva, da projeção e inscrição da cultura, do simbólico, da sensibilidade (...)” (p. 25).

Deste modo, passamos a ver o corpo como meio de comunicação e captação, como uma fala psicossomática, gestual e expressivamente reveladora. Antes da palavra falada, o gesto caracteriza a linguagem corporal. Em um simples movimento sabemos diferenciar se uma pessoa nos rejeita ou nos aceita, se é falsa ou sincera. Com um simples olhar pode-se desencadear toda uma postura corporal que arregimenta braços, tronco, mente. Cada pessoa tem sua personalidade e a preservação dessa personalidade se dá pelo

cuidado em manter uma individualidade na atitude mental e corporal, desejada ou inconsciente. Evitar ansiedade, promover defesa, dissolver agressão, são transformados em gestos dinâmicos e desinibidos com o objetivo de comunicar, através destes, uma linguagem que destaca o individual do seu fundo social (VARGAS, 2001).

O corpo fala sobre o homem animal e sobre o ser social. Através do gesto, o corpo socializa-se e, ao mesmo tempo, individualiza-se, ou seja, os códigos sociais imprimem-se no corpo. Pelo gesto, o homem marca sua identidade em forma que lhes são tanto interiores quanto exteriores, tanto individuais quanto sociais, tanto conscientes como inconscientes. E o que se fala, através dos gestos, é o código sempre aberto da identidade e da essência, da solidão radical e da mais absoluta comunhão (ibidem, p. 2).

O corpo é um complexo de símbolos que vai além de si mesmo; é fonte de falas: fala-se com a boca, com as mãos, com os olhos, com o rosto, enfim, fala-se com o corpo inteiro porque o corpo sempre faz sentido. Mais uma vez, Vargas completa:

O meu corpo sou eu em meu próprio mundo. É o meu corpo em movimento que me envolve no mundo. Habito o mundo pelo meu corpo. O meu corpo é para mim o mundo. A corporalidade é uma totalidade que aparece como abertura para o mundo: o corpo torna-se eixo de percepção existencial, sendo agente do sujeito na percepção do mundo que o envolve (p. 3).

Neste sentido, a postura corporal abrange, então, mais do que signos e significados, mas a expressão e comunicação desses símbolos através da comunicação não-verbal, ou seja, da linguagem corporal. Esta comunicação envolve todas as manifestações de comportamento não expressas em palavras, mas por gestos, expressões faciais, orientações do corpo, posturas, relações de distância entre os indivíduos e, ainda, organização dos objetos no espaço (SILVA et al., 2000).

Para este autor ainda, essa linguagem está presente no nosso dia a dia, conosco e com os demais que nos relacionamos, entretanto, nem sempre temos a consciência de sua ocorrência e, nem mesmo, da maneira de que ela ocorre.

Para entender estes sinais e as dimensões da comunicação não-verbal, recorreremos à Cinesiologia, que está relacionada ao estudo dos gestos e movimentos corporais. Este estudo da linguagem corporal assume um importante papel na decodificação das mensagens recebidas durante as interações pessoais ou profissionais. Segundo Bezerra et al., (1998), o criador do termo, Ray Birdwhistell<sup>1</sup>, estabeleceu alguns pressupostos básicos importantes para a compreensão destes sinais. Para ele, todo movimento corporal visível ou gesto, tem um significado no contexto onde se apresenta; não existem gestos universais; no processo de comunicação existe uma sincronia, uma pessoa exerce influência sobre a outra e alguns comportamentos apresentam significados socialmente reconhecidos.

Silva et al., (2000), apresenta, em contraposição, a teoria de Ekman<sup>2</sup> que defende a existência de gestos que podem ser descritos como universais. Este acredita que há diferenças culturais e expressões faciais próprias de cada sociedade. Porém, conforme visto em sua pesquisa realizada com crianças portadoras de cegueira congênita, em geral, os indivíduos adotam expressões típicas de raiva, medo, tristeza, alegria entre outras, mesmo sem poder imitar quem as rodeia. Este autor ainda classifica em cinco grupos algumas características para melhor clareza e compreensão das expressões; vejamos:

**1. Emblemáticos:** são os gestos aprendidos com uma cultura e ensinados, assim como a linguagem verbal. Seus suportes são as várias partes do corpo, com ênfase no uso das mãos, dos braços, movimentos dos músculos faciais, movimento da cabeça e a interação expressiva de todos. Além das características próprias de cada cultura, existem gestos com significado comum. São exemplos de gestos emblemáticos da nossa cultura: dedo indicador colocado verticalmente sobre os lábios indica silêncio; balançar a cabeça de um lado para o outro é negação; levantar a mão aberta indica que se deve parar de fazer algo.

---

<sup>1</sup> Antropólogo que iniciou seus estudos na década de 40, com pesquisas sobre os gestos corporais. Abordagem mais completa em Rector e Trinta (1986), *Comunicação não-verbal: gestualidade*.

<sup>2</sup> Psicólogo, referência no estudo das emoções e das expressões faciais. In: Freitas-Magalhães, A. *A Psicologia das Emoções: O Fascínio do Rosto Humano* (2007), encontram-se referências do autor e da área de pesquisa.

**2. Ilustradores:** compreendem os atos não verbais que acompanham diretamente a fala e servem para enfatizar a frase ou palavra. São usados intencionalmente para auxiliar a comunicação. São exemplos desse tipo de gesto, os movimentos que apontam para mostrar o tamanho de um objeto, movimentos que denotam uma relação espacial ou uma ação corporal.

**3. Reguladores:** são os gestos que regulam a comunicação entre duas ou mais pessoas. Esses gestos sugerem ao emissor que repita, elabore, apresse-se, torne-se mais interessante ou dê ao outro a oportunidade de falar. Exemplos são os meneios positivos da cabeça que reforçam a continuidade da fala do outro; o movimento dos olhos na direção da pessoa reforça a fala, enquanto que o desvio causa inibição.

**4. Manifestações afetivas:** são manifestações faciais que expressam estados afetivos. Em qualquer cultura existe concordância quanto ao reconhecimento de diferentes estados emocionais, ou seja, são expressões facilmente identificáveis por outras pessoas, sem a necessidade de aprendizado. Podem ser exemplificadas pelas expressões faciais de tristeza, alegria, medo, surpresa e nojo.

**5. Adaptadores:** são movimentos corporais que não estão diretamente ligados à fala e ocorrem quando usamos parte do nosso corpo para compensar sentimentos como insegurança, ansiedade ou tensão. Temos alguns exemplos como mexer no cabelo, balançar as pernas, brincar com jóias, lápis ou outros objetos.

Para completar a idéia, características estabelecidas pela postura na relação entre as pessoas, são apresentadas por Rector e Trinta (1986), em outras três dimensões básicas de postura:

**1. Oposição inclusiva ou não inclusiva:** definida como a postura de duas pessoas ou grupo, que no momento da interação estão se protegendo ou não de interferência externa.

**2. Orientação frente a frente ou em paralelo:** significando que duas pessoas podem relacionar-se sentando uma em frente à outra, ou ao lado uma da outra, viradas talvez, para uma terceira pessoa. (Se forem três pessoas envolvidas, duas estarão em paralelo e a outra, estará em frente). A posição em paralelo indica parceria e construção de objetivos comuns.

**3. Congruência ou incongruência:** onde se verifica a semelhança de postura com quem está interagindo, indicando partilha dos mesmos interesses.

Entretanto, como mencionado, ainda que alguns gestos e posturas sejam reconhecidos e considerados símbolos universais, Ray Birdwhistell (apud BEZERRA et al., 1998), reafirma que toda cultura tem seu repertório gestual e assim sendo, apenas o movimento do corpo não traduz o significado da mensagem se não inserido em um contexto. Assim, um mesmo gesto pode ter diferentes significados nas diversas sociedades e mais, manifestado de diferentes formas em determinadas situações particulares.

De qualquer forma, considerando símbolos sociais ou peculiaridades pessoais de cada sujeito, podemos observar que a linguagem do corpo, mesmo sendo um mistério para muitos, diz muito, tanto sobre nós quanto sobre com quem nos relacionamos. O corpo é um centro de informações através de posturas, gestos, movimentos e expressões e, como afirma Gaiarsa (apud SILVA et al., 2000),

aquilo que de mim eu menos conheço é o meu principal veículo de comunicação. (...) um observador atento consegue ver no outro quase tudo aquilo que o outro está escondendo - conscientemente ou não. Assim tudo aquilo que não é dito pela palavra pode ser encontrado no tom de voz, na expressão do rosto, na forma do gesto ou na atitude do indivíduo (s/p.).

Assim, sob o ponto de vista biopsicossocial, comportar-se como o outro é abrir-se para o mundo da comunicação e do conhecimento, sair do ser em si e situar-se no ser social. Comportar-se como o outro é meter-se na pele do outro, em sua maneira de ser, em suas atitudes tônico-posturais e maneira corporais: o sujeito imita e vive as maneiras, os gestos, as falas corporais do outro (VARGAS, 2001).

Para isto, esta comunicação não deve ser generalizada uma vez que cada um possui os seus significados a partir de suas experiências, vivências e relações com o mundo. Dessa forma, considerando a especificidade de cada um, o estado particular que cada um apresenta em relação a si, ao outro e ao mundo, damos mais um passo na reflexão corporal e abordamos a compreensão do corpo – nosso e do outro – sob a ótica da corporeidade, da percepção e da consciência corporal.

## **2.3 A COMPREENSÃO DO CORPO NA PERSPECTIVA DA CORPOREIDADE, DA CONSCIÊNCIA CORPORAL E DA PERCEPÇÃO**

Temos visto que as experiências e vivências, ou seja, as relações sociais do corpo com o meio e do corpo com o outro, refletem na história da sociedade e, essencialmente, na história do indivíduo. Os gestos, as posturas e as expressões – o corpo, enfim – traduz o que somos e o que o outro nos representa, sendo o elo de comunicação e interação que estabelecemos com o mundo. Entretanto, anterior a isto, como bem coloca Kunz (apud Cardoso, 2004), são as referências internas que devem nortear o que os indivíduos são de fato, em relação ao mundo, aos outros e a si próprio.

Estas referências internas é que caracterizam a corporeidade. Corporeidade esta, não relativa ao corpo simplesmente corpo. Mas a todas as dimensões do corpo, a todas as suas significações, subjetividades e simbolismos. O corpo como ‘palco complexo’, como expressa Foucault (apud Alvarez, 2000).

Esta dissociação do mundo interior e do mundo exterior – dissociação no sentido de discernimento do mundo, do outro e de si mesmo, pois é evidente que um está relacionado ao outro e um intervém no outro simultaneamente – serviria para a formação de valores humanos, do aprender a aprender, sendo o modo mais concreto (e acredito completo) de desenvolvimento e formação (CARDOSO, 2004).

Nesta perspectiva vamos compreendendo e englobando demais terminologias que, embora sejam encontradas sob abordagens e perspectivas distintas, se encontram em alguma idéia essencial, servem de fundamento e podem assim, acrescentar cada qual sua parcela de contribuição na busca do entendimento do corpo.

### **2.3.1. Corporeidade**

Na reflexão da cultura corporal, buscamos fundamentos para compreender o corpo e assim, novos mecanismos para repensar a educação física como fenômeno educativo. Refletir o homem e sua realidade, tendo em vista que este é um ser social, só faz sentido se pensarmos o homem como aquele que busca a sua singularidade; que pensa, age, sente e, que já tem em si o conhecimento verdadeiro.

Sob esta ótica, é preciso entender, inicialmente, que todo o conhecimento já está no interior do homem, conforme Platão (apud Cardoso, 2004). Entretanto, para chegarmos a este mundo interior e, assim, compreendê-lo, ou seja, compreendermo-nos, precisamos colocarmo-nos como objeto de busca e conseqüentemente de ‘consciência de si’ como expressa Heidegger (segundo Cardoso, 2004). Neste sentido, o autor completa: ““buscar alguma coisa” não significa absolutamente, o mesmo que “investigar alguma coisa” e “pesquisar tematicamente uma coisa”. “Buscar alguma coisa” significa simples e imediatamente buscar alguma coisa em seu lugar e buscar esse lugar. No modo grego de pensar, ... Significa: “eu busquei a mim mesmo”” (p. 98).

Esta busca por e em si próprio, se dá através da auto-observação e da atenção dirigida para nosso mundo interior e constitui um processo complexo, uma vez que é difícil perceber distintivamente o mundo interior (da vontade) e o mundo exterior (da representação) sem, no entanto, confundir os acontecimentos, segundo Schopenhauer (apud Cardoso, 2004).

Barros (2005), completa esta idéia afirmando que

nosso corpo é, antes de tudo, nosso primeiro e maior mistério. Para estarmos realmente presentes no mundo, é preciso reconhecer que somos um corpo em sua imensidão de complexos processos que nos fazem ricos em sua consciência e inconsciência desconcertantes e pragmáticas e em suas atitudes, que são sempre corporais (p. 551).

Assim, caracterizamos a corporeidade em sua essência. A profundidade do homem traduzido em todas as suas dimensões, ou seja, em sua unidade. Aragão (2006) diz que a corporeidade é expressa no conjunto das manifestações corpóreas. Corporeidade e motricidade aparentemente são conceitos teóricos, mas que vivemos todo o tempo na prática – através do se-movimentar – no tempo e no espaço com uma intenção. Corporeidade é então, segundo o autor, a manifestação do ser, da vida. Qualquer forma de movimento, já que este é intencional, é corporeidade.

Para Gonçalves (1994) a existência do homem no mundo e seu processo de humanização não são possíveis sem a presença corporal: o corpo ao se movimentar,

expressa idéias, sentimentos, valores, emoções e para compreender a corporeidade, é necessário considerarmos o mundo do abstrato e das emoções e transcender a simples quantificação do movimento humano.

Nesta perspectiva, a Educação Física entra, enquanto prática pedagógica, como a disciplina que deve criar condições de vivenciar o corpo-próprio, onde a realidade corporal e a percepção subjetiva de se estar no mundo não se esgotam no biológico, mas sim na união harmônica ou conflituosa das dimensões biológicas e simbólicas que formam a corporeidade (TAVARES, 2007). Reforçamos esta idéia com a reflexão de Gonçalves (1994, p. 176):

A Educação Física, lidando com a corporalidade e movimento, não tem diante de si um corpo simplesmente biológico, que seria um instrumento da alma, nem apenas um feixe de reações a estímulos externos ou internos, mas a exterioridade visível de uma unidade que se esconde e se revela no gesto e nas palavras. Conceber a corporeidade integrada na unidade do homem significa resgatar o sentido do sensível e do corpóreo na vida humana. A práxis humana se efetiva porque o homem é um ser corpóreo, que possui necessidades materiais e espirituais. Sua relação com o mundo não é simplesmente a relação de uma consciência que pensa o mundo, sem deixar-se tocar, mas é a relação de um ser engajado no mundo – que tem emoções, que ama, que odeia, que tem fome, que tem dor, que vive a solidão, a amizade, o desprezo, etc. –, enfim, um ser que sente (...).

Ampliando a compreensão de corporeidade e do movimento humano, Kunz (2002), apresenta o conceito de ‘se-movimentar’, como um diálogo com o mundo, construído a partir das configurações sociais e dos significados individuais. Para ele, o movimento só é possível porque há intenção, pois os indivíduos se movimentam em algum lugar por alguma influência. Assim, ao ‘se-movimentar’ o sujeito se relaciona com algo fora dele, mas também com seu interior, ‘a si mesmo’. Nesse diálogo que construímos nossas relações com o mundo, consigo mesmo e, assim, nos desenvolvemos, com a expansão e o aprofundamento do próprio mundo. Quando Kunz aborda a questão do interior ou do ‘conhecimento de si’, ele propõe que cada um deve encontrar suas referências internas e

não apenas do mundo exterior e dos outros, ou seja, o que cada um é, de fato, em relação ao mundo, ao outro e a si próprio.

A Educação Física, nesta perspectiva, é um excelente instrumento de possibilidades na formação dos valores humanos, do autoconhecimento e da compreensão de nós mesmos. Pois só podemos entender e ensinar ao próximo se, primeiramente, compreendermos-nos e identificarmos os sinais que nós emitimos, para perceber então o que o outro nos comunica, consciente ou inconscientemente. Agostini (2007) afirma que as relações humanas são quase sempre conflituosas, uma vez que o ser humano não se conhece e assim, evidentemente não conhecerá o outro. Os desentendimentos nas relações sociais, em consequência da falta de compreensão mútua, provocam destruições sociais que se iniciam na educação devido à falta de conhecimento de si pelo educador e, conseqüentemente, dos seus educandos. Esse é o ponto específico abordado nesta pesquisa: até onde nos conhecemos verdadeiramente? Até onde percebemos e compreendemos o outro? E mais, nós, futuros professores de educação física, seja no ambiente escolar ou qualquer outra instituição em que existam interações humanas, conhecemos e refletimos a importância de tal abordagem?

Cardoso (2004) acredita que para entender como a corporeidade é vista dentro da Educação Física, primeiramente faz-se necessário repensar o título “educador físico” e sua dimensão terminológica. O autor enfatiza que se deve admitir que esse nome ‘educação física’ esteja realmente correto, visto que somente os princípios que orientam educar o corpo, desprovido de impulsos vitais e de movimento é que são priorizados. “Educação Física” seria então, adequado ao que já vem sendo transmitido ao longo do tempo, com práticas pedagógicas dicotomizadas entre as ciências biológicas e sociais.

A Educação Física no currículo escolar, por exemplo, se justifica por ser um processo cognitivo, de ensino-aprendizagem e, sendo considerada como instituição social, produz determinados agenciamentos sobre o corpo, ou seja, produz subjetividades, modos de ser e de conviver. Entretanto estas subjetividades, não são valorizadas na formação pedagógica.

A Educação Física deveria compreender a interdisciplinaridade, não estando focada apenas no corpo e nem somente na cultura social. Deveria estudar o ser humano, íntegro, único e entender o corpo como um todo, em um estado. A perspectiva adotada deveria ser considerada, essencialmente, pelo processo de sentir o corpo, e não simplesmente de

aprender o sobre o corpo ou sobre práticas corporais. A Educação Física ao ater-se à cultura de movimentos coloca-se nesse espaço de produção de subjetividades, havendo a necessidade de resignificar suas práticas. Cardoso acrescenta ainda que,

a formação profissional na educação física prepara o jovem para o mundo, tanto do ‘trabalho’, mas que também deveria preparar para a ‘vida’, vem sendo equivocada por não ter tido competência de abordar com clareza e profundidade o próprio ‘homem’ e nas suas respectivas dimensões, externas e internas, ou seja, a própria corporeidade ( p. 101).

Os métodos tradicionais de ensino em Educação Física, centrados no professor e onde os alunos repetem movimentos sem compreender o que fazem, sem serem solicitados em sua capacidade criadora, não contribuem para a reflexão dos signos sociais inscritos no corpo, para a identificação de valores da cultura dominante e para a possibilidade de superação (NÓBREGA, 2001).

Na escolha dos métodos de ensino, o professor precisa considerar que, ao realizar movimentos, os alunos não são objetos, corpos-máquina, prontos a reagir com precisão diante das solicitações externas, mas são seres cuja condição corporal marca sua singularidade e autonomia, pois o corpo é vivo e significativo e ao mover-se, o humano cria e recria sua história e sua cultura.

### **2.3.2 Consciência corporal**

Consciência corporal aparece como mais um mecanismo na reflexão da cultura corporal e do ser humano. Se a corporeidade indica que nossos movimentos e gestos são dotados de valores e significados, precisamos compreender o que sentimos, o que somos verdadeiramente em nosso interior e quais sinais estamos emitindo e percebendo do outro.

Consciência e corpo, a princípio, são conceitos distintos entre si, entretanto, justifica-se ressaltar, que toda a atitude do ser humano é corporal, mas dotada de subjetividades. Regis de Moraes (segundo Brandl, 2002), afirma que não existe um dualismo que distingue o corpo da consciência, o organismo vivo da alma. Ele associa a consciência à inteligência, não resumida ao córtex cerebral, o que não se explicaria no âmbito da ciência, embora não

houvesse argumentos para explicar a unidade do homem. Porém, o autor coloca que não temos, mas somos um corpo. “Somos um corpo como forma de presença no mundo, porque sendo nossa presença mais apropriadamente vinculada ao nosso comportamento, torna-se inverídica, ou no mínimo, inacessível ao vivente, a dicotomia consciência-corpo” (p. 30).

Neste sentido, torna-se necessário especificar, o que vem a ser consciência dentro do contexto que se pretende. É preciso ressaltar, primeiramente, que a temática exposta aqui, tenta detectar de forma simples algumas abordagens do tema. Consciência transita em várias áreas do conhecimento humano e compreende significações diferentes. No entanto, propomos entender consciência como ‘simples’ percepção ou conhecimento do próprio ‘eu’ – condição que fatores tais quais a atenção, os estados de espírito, as características pessoais, as circunstâncias ambientais, os ritmos corporais influenciam –; e que assim, um indivíduo consciente detém o conhecimento de algo e é responsável por tal conhecimento, não se comportando de maneira leviana ou inconsciente (FREITAS, 1999).

É evidente que esta área de conhecimento não é simples e possui profundidade complexa na reflexão e compreensão da multidimensionalidade do homem. Diversas são as teorias e os aspectos que envolvem consciência; entre eles bioenergia, noções de tempo e espaço, ou dimensões espaço-temporais, por exemplo. Entretanto, esta pesquisa é apenas um impulso inicial na reflexão do ser humano por isso buscamos aqui compreender da maneira mais ‘simples’ como a manifestação subjetiva do conhecimento e da intencionalidade, reflete no corpo físico, resultando em uma ‘consciência corporal’.

O conceito de consciência abrange qualificações tais como subjetividade, sapiência, a capacidade de perceber a relação entre si e um ambiente e pressupõe ainda a autoconsciência, anterior a reflexão.

Mondin (apud FREITAS, 1999), afirma que a autoconsciência refletida<sup>3</sup> é o momento de conhecimento em que o homem concentra a sua atenção a si mesmo, sobre as próprias ações, sobre os próprios atos, sobre o próprio ser, desviando-a do mundo, das coisas, dos objetos. Ou seja, esta autoconsciência é relativa à capacidade do sujeito de perceber-se a si mesmo.

---

<sup>3</sup> O autor considera que há a existência de duas classes de autoconsciência: a concomitante e a refletida. Abordamos somente a classe refletida por estar mais coerente com o contexto exposto, entretanto uma abordagem mais ampla do assunto pode ser vista em MONDIN, 1980.

A máxima “conhece-te a ti mesmo” adotada por Sócrates como princípio e fim da sabedoria humana, estabelece o autoconhecimento como condição indispensável à aquisição de virtudes, considerando elementar que, para conhecer o outro, é preciso ter autoconhecimento (OUTEIRAL, 2003). O autoconhecimento é o início dessa investigação e somente através dele o ser humano compreende seus conflitos e processos psicológicos. Apenas com a compreensão dos processos mentais como pensamentos e desejos, por exemplo, podemos conhecer a nós mesmo, verdadeiramente, e então entendermos o próximo.

Seguindo esta linha de pensamento – acreditando ser a mais apropriada ao contexto exposto – só podemos conhecer-nos quando entramos em interação com o mundo. O sujeito só conhece a si mesmo quando percebe os efeitos e a concretização de sua autoconsciência no mundo, ou seja, só podemos nos conhecer a partir da interação com a natureza humana, das ações e reações de nosso comportamento com o meio. Quanto mais interagimos na realidade, no mundo, mais nos conhecemos (SIECZKOWSKI, s/d).

Todavia, determinadas situações nos provocam respectivos sentimentos e emoções que muitas vezes são inconscientes e as ações tornam-se mecanizadas, rígidas, com pensamentos padronizados e pré-estabelecidos. Dessa forma, vamos nos condicionando a agir sempre da mesma maneira, sem conseguir enxergar outras possibilidades por estarmos presos sob a mesma mecanização de ações humanas generalizadas. Percebe-se que consciência é então dificilmente ativada e pensada nas atitudes humanas quando o ser humano se encontra em estados condicionados/mecânicos.

Alguns estudos e pesquisas apontam “métodos” que auxiliam conhecer-se a si mesmo em certas circunstâncias. Auto-observação, introspecção, e atenção plena, por exemplo, são condutas que auxiliam o homem ao se relacionar consigo através de processos sociais, educacionais, técnicos e outros, e assim se torna mais consciente de si.

No entanto, esses termos e conceitos parecem à maioria subjetivos demais e difíceis de perceber e aplicar na prática, ou seja, nas diversas ocasiões de nossas vidas. Siczkowski (s/d), sobre isto, comenta: “o ‘método’ da introspecção permite perceber-se a si mesmo, ou seja, conhecer-se a si mesmo em uma determinada situação. O método introspectivo deveria procurar objetivar a subjetividade (...) Ora, o que há de objetivo em sentimentos, emoções, percepções, pensamentos são os efeitos que estes deixam no mundo” (p. 2).

Assim, temos (ou teríamos) na práxis o dualismo subjetividade-objetividade superado, uma vez que nossas expressões físicas e, conseqüentemente, suas reações, são reflexos do que sentimos, pensamos e desejamos, consciente ou inconscientemente.

Nossa área de intervenção é perfeitamente apropriada para despertar e desenvolver nos outros, esta consciência de si, a atenção que cada um necessita para compreender seu próprio corpo e seu próprio comportamento. Sendo a Educação Física responsável por trabalhar (não somente) o corpo e com o corpo, torna-se a área ideal para explorar através dos gestos e das posturas, a manifestação física e concreta dos sentimentos, das emoções e a própria percepção de si – física, emocional e intelectualmente. O professor de Educação Física é quem pode possibilitar tais eventos, tais emoções e tais manifestações. Todas as experiências vivenciadas pelos alunos ampliam sua capacidade de percepção de si mesmo, de suas emoções e o levam a refletir de que forma estão interagindo com o mundo, para compreender, assim, como e porque o mundo interage com ele de determinada forma. São estas ‘intervenções’ que ampliam o (auto)conhecimento do ser humano e o fazem se desenvolver plenamente. E ‘intervenções’ aparece nesse contexto entre aspas, porque o educador é apenas o instrumento dessa reflexão e a aula de Educação Física o espaço apropriado para tal processo. Dessa forma, o indivíduo aprende, assim, nada mais do que o que está em seu próprio interior. Cardoso (2002) cita Platão complementando a idéia: “todo conhecimento já está no interior do homem, porém ele está adormecido, esquecido. Cumpre fazê-lo vir à tona, através de uma provocação que, ao mesmo tempo faz emergir o conhecimento verdadeiro, realiza um autêntico ato de purificação da opinião falsa” (p. 99).

Neste panorama, vamos compreendendo o que pressupõe a consciência corporal. O conhecimento consciente do corpo, das sensibilidades, das ações funcionais do organismo, e mais, de todas as dimensões do corpo, física, mental e espiritual; ou seja, todo o conhecimento, inclusive o de si mesmo, através do corpo. São os gestos, as posturas e os movimentos expressando as sensações, emoções, sentimentos e toda a vitalidade do corpo, através de um processo de compreender, recordar e de se individualizar (FREITAS, 1999).

Estas questões relativas a mente-corpo são ainda muito obscuras e pouco exploradas, especialmente no processo pedagógico. É incomum vermos enfoques como o da consciência corporal e da corporeidade abordados no currículo do curso de Educação Física, no sentido de serem mais uma fonte de compreensão das dimensões humanas, para

que o corpo não fosse visto apenas como uma máquina controlada pelo cérebro e sistema nervoso autônomo (BRITO, 1996). Na formação do curso de Educação Física o homem é dicotomizado e visto sob o lado social separado do lado biológico ou fisiológico. O movimento é interpretado, por um lado, sob os aspectos biomecânicos e funcionais, e por outro, sob as influências culturais; entretanto, nunca visto como uma unidade, como um único ser que, integralmente, contém em si todos estes elementos.

Neste sentido, materializada através do processo pedagógico, a educação é, antes de tudo, um meditar sobre os destinos do homem e, como tal, é natural que os educadores procurem compreender a natureza e a condição humana como um todo. Não queremos nos entreter em aprofundamentos filosóficos, antropológicos, psicológicos, sociais ou quaisquer outras áreas de conhecimento e, evidentemente, nem negar uma ou outra. Buscamos aqui atingir uma maior extensão da Educação Física, e ainda, na relação com o outro e consigo mesmo.

Assim, fundamentados em Merleau-Ponty, filósofo que lembrou às ciências humanas a condição corporal do homem através da abordagem da relação entre consciência e percepção, acreditamos que “toda consciência é consciência perceptiva, mesmo a consciência de nós mesmos” (Ibidem, 1990, p. 42), e que o educador só conseguirá despertar esta percepção e consciência em seus alunos, se ele mesmo se perceber, se conhecer e se compreender. Freitas (1999), completa:

Tal relação é intrínseca ao humano que, antes de conhecer o mundo e a si mesmo, tem o mundo como uma presença e a si como uma permanência, ou seja, vive a experiência de ambos. O mundo percebido é o horizonte comum em que figuram os fenômenos, assim como meu corpo é o fundo que permite a apreensão dos objetos em suas perspectivas. Perceber, assim, como “ter consciência”, implica a relação que eu como corpo engajado em uma existência, estabeleço com os objetos do mundo (p. 76).

### **2.3.3 Percepção**

Vimos percorrendo ao longo do trabalho, as diversas abordagens e terminologias que exploram a reflexão do homem e de seu comportamento em suas diversas dimensões. Quando falamos em corporeidade, vimos que o corpo é mais que o corpo físico

propriamente dito, e sim um corpo que possui um estado, com todos os aspectos vitais e emocionais embutidos. Para compreender quais eram estes aspectos subjetivos referidos, inserimos os conceitos de consciência relacionando o movimento a um estado de espírito, de conhecimento, de identidade e à capacidade de percepção dos indivíduos. E assim, chegamos ao ponto inicial de toda esta reflexão. Sim, ainda que estejamos vendo esta nova abordagem mais ao final da pesquisa, viemos seguindo um caminho, adentrando por toda a dimensão do ser humano (ou quase toda, uma vez que o homem é um ser multidimensional e é praticamente impossível qualificar todas as suas extensões).

Saímos do movimento, dos gestos físicos, técnicos e concretos, passamos pelas ‘razões’ do comportamento do homem, até então ‘impensadas’ e ‘incompreensíveis’, refletimos suas influências e chegamos ao detalhe onde se inicia toda a compreensão mais profunda do comportamento humano; a percepção, a sutil qualidade de identificar significados e expressões mais profundamente.

Conceitualmente, percepção é a função cerebral que atribui significado a estímulos sensoriais, a partir de histórico de vivências passadas. Através da percepção um indivíduo organiza e interpreta as suas impressões sensoriais para atribuir significado ao seu meio. A mesma, consiste ainda na aquisição, seleção e organização das informações obtidas pelos sentidos (WIKIPÉDIA, 2009). Merleau-Ponty (1990), sobre isto, acrescenta: “perceber é tornar algo presente a si com a ajuda do corpo, tendo a coisa sempre em seu lugar num horizonte de mundo e consistindo a decifração em colocar cada detalhe nos horizontes perceptivos que lhe convenha” (p. 92).

A percepção é um dos campos mais antigos e mais complexos pesquisado pela psicologia, pois é abordada tanto quantitativa quanto qualitativamente. Vista pelo lado fisiológico, a percepção envolve estímulos elétricos evocado pelos estímulos nos órgãos dos sentidos. Do ponto de vista psicológico ou cognitivo, a percepção envolve também os processos mentais, a memória e outros aspectos que podem influenciar na interpretação dos dados percebidos. Sendo assim, a compreensão deste fenômeno exige que consideremos e analisemos os processos fisiológicos envolvidos, a influência da cultura e do conjunto de experiências e aprendizagens efetivadas pelo indivíduo (RIES, 2004).

Dentre as abordagens que o estudo da percepção se apropria, outros conceitos e terminologias estão associados ao tema e ao contexto referido, ou seja, do conhecimento e

da compreensão de si. Propriocepção é uma das terminologias adotadas para compreender a fisiologia do corpo humano em conexão com os órgãos dos sentidos.

Fernandes (s/d), diz que a palavra propriocepção vem do latim *proprio* – de si mesmo, *ceptive* – receber. Este fenômeno é integrado com a sensibilidade profunda que informa posição, distância, velocidade e direção do movimento. “Isto nada mais é do que a percepção consciente da posição em que se encontram os determinados segmentos no espaço” (s/p). Fredericks e Saladin segundo a autora, afirmam que a propriocepção é que descreve a consciência da posição ou do movimento corporal, envolvendo tanto a sensação da posição corporal com respeito à gravidade quanto à relação de posição entre suas diversas partes. Os proprioceptores, por sua vez, são estruturas presentes na articulação, nos músculos e seus tendões e são responsáveis por enviar ao Sistema Nervoso Central todo o tipo de informação concernente à organização espacial dos segmentos.

No entanto, esta e demais literaturas encontradas sobre este termo, referem-se exclusivamente à posição de cada parte do corpo e do reconhecimento de sua localização espacial. Extremamente importante na compreensão do funcionamento do organismo humano, pois é através deste processo fisiológico que todas as coisas são percebidas, este tipo específico de percepção permite ainda a manutenção do equilíbrio e a realização de diversas atividades práticas, essenciais em nossa área de atuação.

Entretanto, a abordagem essencialmente fisiológica expressa não compreende os demais argumentos defendidos no trabalho. Desta forma, tomaremos a percepção como um fenômeno da consciência humana, visto e descrito através da fenomenologia, visão que busca compreender e interpretar os fenômenos que se apresentam à percepção.

Martins (1992), diz que fenomenologia se apresenta como o estudo da ciência do fenômeno, daquilo que se trata por si mesmo, que trata diretamente do fenômeno, interrogando-o, descrevendo-o e procurando captar sua essência. Álvares (2006), completa afirmando que a concepção fenomenológica aqui vê o sujeito a partir da intencionalidade do gesto, da postura. Essa compreensão permite-nos reduzir o corpo a ‘objeto’ de investigação, mas valorizando sua experiência vivida, bem com a impressão de sentidos e significados, na relação intersubjetiva entre o ser, o outro, o mundo e a cultura. Ela busca superar a dicotomia entre sujeito e objeto, entre homem e mundo. Bueno (apud ÁLVARES 2006) sugere ainda, que seja uma ruptura entre a ciência e a vida:

Há o divórcio entre o mundo da ciência, cada vez mais fechado sobre si mesmo; e o mundo da vida, em busca de uma explicação não meramente empirista, nem meramente racionalista. É nesse momento de dicotomia entre as tendências racionalistas e empiristas que surge a reflexão fenomenológica como tentativa dessa superação. Enquanto o racionalismo enfatiza o valor da razão no processo de conhecimento, o empirismo enfatiza a importância da experiência, por meio dos sentidos e, portanto, do objeto conhecido. Como o mundo da ciência torna-se um mundo sem vida, cabe, também, à reflexão fenomenológica de reintegrar o mundo da ciência ao mundo da vida (p. 34).

Nosso objeto de investigação através da reflexão fenomenológica é, então, ‘eu’ e o outro, ou seja, o ser humano, com todos os seus sentidos e suas experiências, com todas as suas dimensões. Assim, nos voltamos à nossa essência que, através dos fenômenos da consciência, vai se caracterizando sucessivamente, à medida que experimentamos novas vivências, redefinimos pensamentos, adquirimos novos conhecimentos a respeito de nós mesmos, e assim, do outro. A percepção abre sua essência para o mundo como uma projeção de um ser para fora de si, uma linguagem que prossegue essa abertura para o mundo à medida que retoma, ou seja, em que volta a si e identifica seus sentidos (ibidem).

Na relação com o outro, com o mundo, é que vemos nossos atos dotados de sentidos, significados e intencionalidade. “(...) é pela percepção de um ato humano ou de um outro homem que a percepção do mundo cultural poderia verificar-se” (MERLEAU-PONTY, 1999, p. 466). Assim, vemos que as relações interpessoais, sob a influência da percepção de cada um, são baseadas na interpretação que fazemos da realidade, ou da ‘realidade’ que percebemos e assimilamos. Merleau-Ponty (apud FREITAS, 1999) complementa ainda afirmando que “essa percepção se realiza do fundo de minha subjetividade (...) vejo aparecer uma outra subjetividade investida de direitos iguais, porque no meu campo perceptivo se esboça a conduta do outro” (p. 77). Por isso, a percepção do mundo é diferente para cada um de nós, cada pessoa percebe um objeto ou uma situação de acordo com os aspectos que têm especial importância para si própria.

Dor, raiva, medo, cansaço e entusiasmo, por exemplo, nunca tem a mesma significação para mim e para o outro. Vemos como um aspecto de generalidade sob o qual nos comunicamos e nos identificamos, e então, na conduta, na maneira pela qual o outro se

relaciona com o mundo podemos encontrá-lo e compreendê-lo; "é a transferência de minhas intenções para o corpo do outro, e as intenções do outro para meu corpo, esta alienação do outro por mim e de mim pelo outro que torna possível a percepção do outro" (MERLEAU-PONTY, 1984, p. 37). Entretanto, Sartre (apud SIQUEIRA, 2002) afirma que, sobretudo, somos um "ser-no-mundo"<sup>4</sup> que é próprio de cada um, e somente de cada.

Por isso, por sentir algo diferente do que o outro sente, ainda que a sensação de dor, alegria, cansaço ou de aprendizagem sejam semelhantes, jamais poderemos ter determinado certo padrão de comportamento. Como educador ou como ser humano que se relaciona com outros, eu não posso me apropriar da razão e determinar o que é certo ou errado, justo ou injusto, fácil ou difícil para o outro.

Assim, somente à medida em que se aumenta a autopercepção é que cresce a compreensão de 'si mesmo' e é possível saber e harmonizar-se com as leis da multidimensionalidade. "Quando adquiero conhecimento, posso harmonizar-me com as leis da natureza, mas não necessariamente me permito saber como mudar as coisas que gostaria de mudar. Mas quando tomo consciência de estar escolhendo todas as coisas, posso assumir a responsabilidade por minha própria vida e vivê-la do modo que quiser" (SCHUTZ, 1989, p. 10). Siqueira (2002) completa ainda afirmando que é essencial ver uma perspectiva que se abre para o mundo e assim, a partir do momento que nos definimos por si mesmos, definimos uma conduta a ser realizada no mundo, como uma certa tomada de posição sobre o mundo que nos rodeia.

A definição que fazemos de si, conscientemente, não será então, de um bloco isolado, mas de um esquema postural, da percepção da posição do meu corpo em relação à vertical, à horizontal e a inter-relação que se coordena no meio em que estou inserida; a percepção dos meus diferentes domínios sensoriais (táteis, visuais, sinestésicos e outros) que são de interesse para a percepção do meu corpo, e ainda todas as sensações e reflexos das experiências passadas, apresentam-se interligadas umas às outras.

E o mesmo acontece no outro, a percepção do outro não é de um objeto, e sim de uma totalidade viva, expressiva onde percebo não somente os olhos, mas o olhar, não

---

<sup>4</sup> A autora contextualiza melhor em sua obra, a idéia de Sartre que julga ser, um 'ser-no-mundo' que compreende-se este 'ser-em' no sentido de movimento. "Ser é estourar no mundo, é a partir dum nada de um mundo e de consciência para subitamente 'se-estourar-consciência-no-mundo'" (p. 16).

somente o rubor da face, mas a vergonha. Assim é que percebo a interioridade do outro, na totalidade expressiva do corpo (SIQUEIRA, 2002). E a autora ainda completa:

Percebemos a raiva ou a ameaça como um fato psíquico oculto no gesto, pois “leio” a raiva no próprio gesto, por exemplo; o gesto não me faz pensar na raiva, ele já é a própria raiva. A comunicação e a compreensão de um gesto são realizadas com o estabelecimento de uma reciprocidade entre a intenção do outro e a minha própria intenção (p. 6).

Um educador necessita dessa compreensão, de si e do outro, para que se possa estabelecer um diálogo, uma efetiva relação de ensino-aprendizagem com o aluno. A função da educação é cultivar o “ser” do ser humano, para melhor usufruir da inteligência. A inteligência que nos referimos não é a que se obtém por estudos e diplomas, mas sim a Inteligência no sentido de ter a capacidade de percepção do essencial, do que realmente é, ou do que realmente somos. Especificamente na Educação Física, há a “necessidade de tematizar não uma sociologia somente do corpo, no sentido de objeto, mas também a partir do próprio corpo como (...) conhecimento” Wacquant (apud DIAS, 2007, p. 32).

Trata-se da construção de um referencial teórico que tem o objetivo de formar indivíduos conscientes e realizados, em todas as suas dimensões. Nesta perspectiva, com o pensamento de Dewey (apud SCHUTZ, 1989), concluímos: “Minha finalidade última como ser é viver com alegria. A alegria é o sentimento resultante de eu explorar o meu ser, minhas faculdades cognitivas e sensoriais, meus sentidos, meu corpo e meu espírito, de todas as maneiras que eu for capaz” (p. 13). E apenas completamos o pensamento com Karagulla (apud BRITO, 1996):

“(…) na nova visão da vida humana, considera-se que os recursos internos do homem incorporem não apenas seus sistemas físicos, como também um processo para a renovação da vitalidade, e uma reserva quase que intocada de energias superiores que podem conciliar e unir a mente e as emoções ao corpo físico, intensificando toda a vida” (p. 35).

Este sim deve ser o objetivo primordial da Educação Física, e especialmente, de todo ser humano, ter percepção e consciência dos seus estados físicos, mentais e emocionais, de

como nos relacionamos consigo, com o outro, e conseqüentemente, como me comporto com o mundo.

### **3. FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS**

*“(...) é pela descrição e pela variação imaginária dos aspectos accidentais que se chega à essência ou ao invariante, ou ao ser enquanto esse se manifesta tal como ele é em sua essência”.* Capalbo

#### **3.1. TIPO DE PESQUISA**

A Metodologia tem como função mostrar um caminho, ou seja, a trajetória, a direção da pesquisa e ajudar, assim, a refletir e instigar um novo olhar sobre o mundo: um olhar curioso, indagador e criativo (SILVA E MENEZES 2001).

Neste sentido, realizou-se uma pesquisa de cunho descritivo, a um nível exploratório com uma abordagem qualitativa, que busca uma realidade que não pode ser quantificada e que, por apresentar aspectos subjetivos de interpretação e a atribuição de significados, acredita-se ser esta a abordagem mais adequada.

Segundo Baruffi (2004), a pesquisa de cunho descritivo tem como objetivo descrever, registrar, analisar, interpretar e correlacionar fatos ou fenômenos. Esta não deve manipular variáveis, ou seja, os dados são expostos conforme são apresentados, procurando descobrir, com a precisão possível, a frequência com que o fenômeno ocorre, sua relação e conexão com outros fenômenos, sua natureza e suas características. Conforme Gondim (2002), o texto é uma obra de totalidade singular, o que impede sua redução a uma seqüência de frases inteligíveis individualmente. Para o autor, o que deve ser interpretado em um texto é a proposição de mundo e, essa proposta é, apenas, insinuada, nunca descrita. “É nessa tensão entre o expresso e o não expresso que a interpretação, propriamente dita, vai se colocar também, sugerindo uma construção que tem em vista a apropriação do sentido oculto, mas latente do discurso” (p. 8).

Desta forma, tem-se uma pesquisa de caráter qualitativo em que a abordagem apóia-se na descrição, no entendimento, na busca de significado, na interpretação, na linguagem e no discurso, gerando um tipo de conhecimento válido a partir da compreensão do significado do contexto particular. São os significados que os sujeitos atribuem à sua experiência vivida que se revelam a partir das descrições desses sujeitos, o que dá à pesquisa, ainda, o caráter fenomenológico.

Este referencial não implica somente compreendê-lo enquanto uma maneira de pesquisar, mas, como cita Corrêa (1997), “(...) fundamentalmente, compreendê-lo enquanto um pensar que fundamenta um ‘ver’ o mundo, pensar esse que necessariamente tem que fazer sentido para o pesquisador, não se tratando apenas de um entendimento intelectual” (p. 83).

Assim, tem-se o intuito de conhecer, interpretar e tentar compreender a percepção dos acadêmicos de Educação Física sobre consciência, postura, corporeidade entre outras concepções, para abrir caminho à uma reflexão acerca das dimensões humanas.

### **3.2. AMOSTRA**

A seleção da amostra foi realizada de forma aleatória, com restrição apenas de ser exclusivamente por acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina, durante o primeiro semestre letivo de 2009, de diferentes fases do curso.

Foram selecionados cinco alunos de diferentes fases, correspondentes à primeira, terceira, quinta e sétima fase, compreendendo assim, desde as fases iniciais as fases finais do curso, compondo um total, portanto, de vinte acadêmicos.

### **3.3. INSTRUMENTO E PROCEDIMENTO DE PESQUISA**

Considerando, conforme Baruffi (2004), que a pesquisa descritiva trabalha sobre dados ou fatos colhidos da própria realidade, se faz necessário a utilização de instrumentos que facilitem e aproximem o pesquisador desta realidade. Para melhor captar e compreender a essência do que os enunciados pretendiam transpassar sem induzir ou reprimir idéias, foi elaborado um questionário com o intuito de verificar a percepção dos acadêmicos de Educação Física sobre consciência, postura e estados corporais e, conseqüentemente, sua possível relação, e ainda sobre a importância do conhecimento na área, segundo os acadêmicos. Goldenberg (1992), confirma:

A utilização de questionário em uma pesquisa traz algumas vantagens, como por exemplo: ser menos dispendioso, exigir menor habilidade para aplicação, pode ser enviado pelo correio, pode ser aplicado num grande número de pessoas ao mesmo tempo, as frases padronizadas garantem maior uniformidade para a mensuração, os pesquisados se sentem mais livres para exprimir opiniões que temem ser desaprovadas ou que poderiam colocá-los em dificuldades e menor pressão para uma resposta imediata, podendo o pesquisado pensar com calma (p.87).

Com relação à estrutura de um questionário, pode-se escolher entre fazer um questionário com perguntas fechadas ou abertas. No primeiro caso as questões já trazem alternativas de respostas prontas, onde as pessoas escolhem aquelas que mais se aproximam de sua realidade. Nesta pesquisa optou-se pelo segundo caso, no qual as respostas são

livres, sem limites, dando espaço para o pesquisado falar à vontade sobre suas aspirações com relação à questão feita.

O questionário foi elaborado durante o mês de abril de 2009, estando composto por seis questões abertas sobre o tema exposto, sendo submetido à apreciação, observação e sugestão, não deixando de estar relacionado e coerente com os objetivos da pesquisa.

### **3.4. PROCEDIMENTO DA COLETA DE DADOS**

Inicialmente, foi feita uma seleção dos cinco alunos de cada uma das quatro turmas escolhidas para a amostra, através da lista de frequência da turma. A escolha foi de forma aleatória não tendo sido escolhido nenhum aluno específico intencionalmente, contando com a participação voluntária dos mesmos.

Selecionados as turmas e os respectivos alunos, foi solicitado a alguns professores das turmas um espaço em aula para a divulgação do trabalho e a aplicação dos questionários. Com isto, a temática do trabalho e seus objetivos foram expostos e além disto, assegurou-se aos participantes que os dados não seriam expostos para outros fins que não a pesquisa em questão, e que os mesmos não precisavam se identificar uma vez que os nomes não necessários aos interesses da pesquisa nem tampouco divulgados.

Com a aplicação dos questionários, obtivemos dezessete amostras das vinte propostas, aonde faltaram três alunos propostos à participação da pesquisa. A coleta de dados aconteceu durante o mês de maio de 2009, em horários alternados, conforme a disponibilidade dos professores e da pesquisadora.

#### **4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS**

A pesquisa aqui descrita trata de uma investigação qualitativa em que necessita de procedimentos pertinentes, correspondentes ao método utilizado. De acordo com Chizzotti (1998), conforme os dados vão sendo coletados, o pesquisador procura ir identificando os temas e inter-relacionando-os, construindo interpretações e gerando novas questões ou aperfeiçoamentos às anteriores, num processo de sintonia fina que vai até o final.

Conforme Victoria, Knauth e Hassen (2000), a análise é desenvolvida por meio da discussão que os temas e os dados suscitam. Segundo as autoras, no momento da discussão

o pesquisador adota e descarta teorias existentes com base na argumentação que seus achados lhe facultam.

Seguindo a idéia de refletir a concepção dos acadêmicos de Educação Física sobre consciência e postura corporal, a idéia central deste trabalho foi verificar por meio da análise das respostas obtidas através de questionários, o que os acadêmicos entendem pelo tema, que conhecimento acadêmico os mesmos tem/tiveram sobre o assunto e justificar a importância para cada um em sua formação profissional (e, por que não, pessoal).

Minayo (2000), sobre o procedimento de análise, descreve que

A análise de conteúdo parte de uma literatura de primeiro plano para atingir um nível mais aprofundado: aquele que ultrapassa os significados. Para isso a análise de conteúdo relaciona estrutura semântica (significantes) com estruturas sociológicas (significados) dos enunciados. Articula superfície dos textos descritos e analisados com os fatores que determinam suas características, variáveis psicossociais, contexto cultural e processo de produção da mensagem (p. 203).

Ainda conforme a autora, a organização desta análise passa por três momentos distintos: a pré-análise; a exploração do material; o tratamento dos resultados (inferência e interpretação). Dentre estes, tem-se:

1. Pré-análise: leitura do material obtido, organizando-o para análise, definindo as unidades de registro, unidades de contexto, trechos significativos e categorias;
2. Exploração do material: leitura exhaustiva, codificação, transformação dos dados em núcleos de compreensão;
3. Tratamento dos resultados e interpretação: destacar as informações obtidas propondo inferências e explicações em torno de dimensões teóricas apresentadas.

Ainda que a forma de recolher as informações possa parecer ingênua, por contar com a colaboração dos enunciados e possivelmente insatisfatória ou insuficiente, além de contar com uma pesquisa simplesmente descritiva, a estratégia metodológica utilizada permitiu-nos fazer comparações e ligações dos elementos que nos forneceram respostas às questões levantadas inicialmente neste trabalho de pesquisa.

As perguntas, elaboradas em função dos objetivos, foram as norteadoras da discussão, recorrendo a todos os elementos e discussões relacionadas ao tema para uma ampliação e profunda reflexão. Assim, serão abordadas as questões conforme os núcleos temáticos propostos pela bibliografia, agrupando os elementos que expressam relação entre si.

Desta forma, as questões serão analisadas uma a uma, descritivamente, compreendendo todos os analisados (de todas as fases), fazendo um diálogo entre as respostas obtidas e o referencial teórico mais coerente com cada núcleo temático, respectivamente. Assim, seguem a divisão metodológica empregada, com cada questão correspondendo a cada grupo temático abordado:

A – Consciência corporal:

A.1 – O que você entende por “consciência corporal”?;

B – Postura corporal:

B.1 – Como você definiria o conceito de “boa postura corporal”?;

C – Concepções na Educação Física:

C.1 – Você acha que estes assuntos são abordados no curso de Educação Física? De que maneira? Em qual (quais) disciplinas(s)?;

D – Linguagem corporal:

D.1 – Você sente que demonstra corporalmente quando está em algum estado – físico, mental ou emocional - como alegre, cansado, machucado, ansioso, etc? De que forma?;

E – Percepção:

E.1 – Você consegue e costuma observar como as pessoas estão se sentindo através de sua expressão e de sua postura corporal? (ex. alegria, tristeza, cansaço, ansiedade, etc.). Qual (quais) característica(s) você acredita ser (serem) sinal(is) destes estados? Dê Exemplos;

F – Conhecimento profissional:

F.1 – Você considera importante este tipo de conhecimento pelo profissional de Educação Física? Por quê?

A – CONSCIÊNCIA CORPORAL

Ao discutir todas as questões a seguir, torna-se imprescindível considerar que assim como na literatura são encontradas diversas conceituações sobre cada termo, aqui também temos diferentes concepções acerca do tema pelos alunos. O diálogo entre as respostas e a literatura se dará fundamentada nas referências aqui expostas, sob o ponto de vista defendido na revisão de literatura deste trabalho.

A fim de retirar das respostas a essência do que cada aluno realmente entende por cada questão abordada, mostraremos no quadro abaixo algumas palavras-chave ou expressões utilizadas pelos próprios acadêmicos para iniciar a discussão dos dados apresentados.

A.1. *O que você entende por consciência corporal?*

<i>“Identificação do (próprio) corpo”</i>	<i>“Conhecimento” “Saber” “Entender”</i>	<i>“Percepção” “Perceber”</i>
<i>“Dimensões”</i>	<i>“Emoções”</i>	<i>“Sentir”</i>
<i>“Qualidades físicas”</i>	<i>“Estímulos”</i>	<i>“Posições corporais”</i>

Conforme as respostas da maioria dos acadêmicos, ‘consciência corporal’ está relacionada ao conhecimento e à identificação do próprio corpo. Compreendem que uma pessoa que possui consciência de seu corpo é aquela que identifica e conhece seu corpo em diferentes dimensões, como representam as seguintes respostas:

**Resposta 1.** *“Acredito que consciência corporal seja o conhecimento que temos do nosso corpo e que tudo que fazemos ou sentimos transparece nele”.*

**Resposta 2.** *“Saber o quanto você pode exigir do seu corpo em todos os aspectos. Entender o mínimo do seu funcionamento e ter consciência de seus aspectos motores, cognitivos”.*

Nesta perspectiva, temos nas falas de alguns alunos, a idéia que compreendemos neste trabalho de consciência corporal enquanto identificação de dimensões corporais e conhecimento do próprio eu.

Em algumas qualificações acerca do termo, encontramos adjetivos como sapiência ou relacionados à capacidade de entender seus processos psicobiológicos, no sentido de ‘estar ciente’ das funções do seu corpo. Esta ótica pressupõe consciência ao autoconhecimento, que como coloca Outeral (2003), é o início da investigação do ser humana e somente através deste, pode-se compreender seus conflitos e processos psicológicos. Esta idéia vai ainda ao encontro do que Mondin (apud FREITAS, 1999) acredita ser a autoconsciência refletida, ou seja, o momento de conhecimento em que o homem concentra sua atenção a si mesmo, sobre suas próprias ações e seu próprio ser, referindo-se ainda à capacidade de perceber-se a si mesmo.

Percepção então, entra como mais uma apropriação para o sentido de consciência corporal, estando relacionada à percepção de si e capacidade de reconhecer seu corpo em diversas dimensões. Estas teorias confirmam-se nas seguintes respostas:

**Resposta 3.** *“Entendo que seja uma percepção própria sobre o nosso corpo em relação ao meio em que vivemos”.*

**Resposta 4.** *“Entendo pouco sobre este conceito, no entanto, acredito que se relaciona a se perceber, sentir de forma intensa a respiração, as emoções, a postura do corpo e às pessoas que se encontram ao seu redor”.*

Percepção, neste contexto, se explica no sentido de perceber seu próprio corpo, suas funções fisiológicas como *respiração e postura do corpo*, com um aluno expressa, e também as *emoções*, os sentimentos ou as dimensões mais subjetivas de corpo. Além disto, estes achados remetem esta percepção não somente à percepção-própria, mas *“às pessoas que se encontram ao seu redor”* ou *“ao meio em que vivemos”*.

Nesta ótica os achados se encaixam na perspectiva de que a percepção só é concretizada quando está em relação ao outro, quando é manifestada e revelada ao mundo. Assim, só vemos os efeitos do que percebemos em si e no outro, através da interação com o outro. Merleau-Ponty (1999) completa esta idéia quando diz que é na relação com o outro,

com o mundo que vemos nossos atos dotados de significados e intencionalidade. Estes atos podem ser traduzidos através da ação corporal, dos movimentos, dos gestos e das posturas. Este pensamento é perfeitamente aceitável e ainda, fundamental, na perspectiva da corporeidade, onde se considera que os sentimentos, as emoções, os saberes e os desejos se revelam no gesto e nos movimentos corporais. Gonçalves (1994) confirma na literatura dizendo que o corpo ao se movimentar, expressa idéias, sentimentos, valores, emoções e que a corporeidade, compreende um mundo abstrato de emoções que transcendem a quantificação do movimento humano.

Alguns alunos compreendem consciência corporal justamente neste sentido, de que essa percepção é vista e revelada através do movimento. Vejamos:

**Resposta 5.** *“Na verdade é difícil falar sobre isso, mas acredito que é quando consigo perceber meu corpo, num determinado tempo e espaço, e consigo interpretar e reconhecer o que meu corpo diz através do movimento (trato aqui do movimento de forma geral, já que nosso corpo está sempre em movimento, até quando estamos dormindo)”*.

**Resposta 6.** *“Identificação do corpo e seus movimentos”*.

**Resposta 7.** *“São todos os movimentos e posições corporais, reflexo dos sentimentos do ser humano devido as situações cotidianas”*.

Na resposta cinco, o acadêmico, provavelmente, coloca *movimento* no sentido de estado de corpo. A Corporeidade vê o movimento humano exatamente nesta ótica, de um ser multidimensional e que se-movimenta. Kunz (2002), explica que o sujeito ao ‘se-movimentar’ se relaciona com algo fora dele e também com seu interior, ou seja, ‘a si mesmo’. Neste diálogo que construímos nossas relações com o mundo e consigo mesmo, se desenvolvendo e aprofundando o próprio mundo. Seguindo neste sentido, tem-se que através deste diálogo, consigo e com o outro, que podemos perceber a intencionalidade dos movimentos, nossos e do outro e assim, compreender quem somos para somente então, compreendermos o outro.

Entretanto, as respostas seis e sete ainda que possam subjetivamente ou indiretamente aceitar o movimento como intencionalidade humana ou fruto de sentimentos e emoções, colocam movimento em si como algo corpóreo, físico, concreto. Nesta perspectiva, demais acadêmicos utilizam termos e conceitos que remetem o corpo somente a qualidades físicas, essencialmente. Alguns assim expressam:

**Resposta 8.** *“É o conhecimento intrínseco, que vem de dentro da pessoa, abordando questões de como a pessoa em si, pode melhorar a sua aptidão física como saúde, bem-estar, etc. Ou seja, ela tem a consciência que tais movimentos fazem o seu bem.”*

**Resposta 9.** *“Noção de qualidades físicas, limites e como o corpo reage a estímulos. Saber ou ter noção de aptidões e como cuidar bem do corpo”.*

**Resposta 10.** *“A preocupação que o indivíduo possui com o seu corpo ao tomar decisões de realizar movimentos que podem prejudicar seu físico”.*

**Resposta 11.** *“É o indivíduo ter consciência das partes do seu corpo, de suas valências e limitações”.*

Estas falas refletem os paradigmas que percebem o corpo e o movimento sob os aspectos biológicos e biomecânicos. Aceitam gestos e posturas como atitudes que o corpo assume, direcionadas ao bom funcionamento do organismo, de suas qualidades e aptidões físicas (VIEIRA E SOUZA, 1999). Estes paradigmas são os que costumamos ver nas instituições de ensino e que se reproduzem ao longo do tempo, desde muito tempo. Nóbrega (apud DIAS, 2007) diz que, neste sentido, o movimento humano e a gestualidade são reduzidos aos princípios da mecânica, em que movimento se restringe ao deslocamento do corpo (físico) no espaço e que não há referências à intencionalidade.

A partir disto, percebemos ainda que alguns acadêmicos se referem ao “bom funcionamento do organismo” e “como cuidar bem” de seu corpo, recorrendo a adjetivos (bom e bem) que dão qualidade ao movimento e ao corpo. Entretanto, estes adjetivos parecem remeter ao sentido técnico que julga normalidade ou anormalidade do corpo

(físico) no espaço, confirmando um discurso embasado em conhecimentos biomecânicos e fisiológicos.

Outras respostas sugerem esta idéia de condição – favorável ou desfavorável; e de práticas determinadas corretas, ou não, ao corpo:

**Resposta 12.** *“É a idéia geral de que o indivíduo tem do seu próprio corpo, das práticas que podem melhorar, fazer bem ou que não são recomendadas”.*

A fala acima exposta, não pode ser julgada como referência aos aspectos e paradigmas já reproduzidos e associados às respostas anteriores, pois seu contexto não permite uma identificação e interpretação consistente ao que o sujeito realmente se refere. Entretanto, as práticas “recomendadas” ou “não recomendadas” que o acadêmico aponta, supõe um aspecto de generalidade, de definição do que é apropriado ao corpo. E definição, neste sentido, pode aparecer como algo limitador, que determina e padroniza tais práticas e comportamentos, independente do ser que as pratica.

A resposta abaixo, ainda que apareça com um termo que aponta determinada qualificação, diz respeito ao que o ‘próprio-eu’ considera justo, certo ou apropriado para seu corpo:

**Resposta 13.** *“É o que a pessoa acha certo para o seu corpo”.*

Neste sentido, podemos embasar ao conceito de “ser-no-mundo” de Sartre, que indica que o que cada um é, é próprio de cada um, e somente de cada um e que o que sentimos, ainda que pareça semelhante ao outro, não pode ser determinado pelo comportamento alheio ou pelo que o mundo impõe como padrão, já que o meu sentimento, é meu e somente eu posso saber o que estou realmente sentindo, em profundidade e intensidade (SIQUEIRA, 2002).

Em outra resposta encontrada, também não pode ser perfeitamente interpretada uma vez que o contexto não permite compreender em que fundamento o acadêmico quis embasar-se. No entanto, aparece uma nova terminologia até então não sugerida por outros acadêmicos:

**Resposta 14.** *“Entendo como uma capacidade de identificar que espaço seu corpo ocupa no espaço. Suas dimensões, de suas partes”.*

Dimensão, sob a perspectiva da Física, é uma noção relacionada com o modo como uma unidade pode ser decomposta em outras, independente do sistema de unidades empregado (WIKIPÉDIA, 2009). Como dito anteriormente, não podemos interpretar fielmente o que nos é apresentado aqui, pois os sujeitos são desconhecidos e somente saberíamos se observássemos e tivéssemos todo um contexto e um histórico acerca dos conhecimentos e dos saberes do outro, e ainda assim, este seria demasiadamente subjetivo e, provavelmente, interpretado sob percepções concepções próprias.

No entanto, terminologias como dimensão e espaço são compreendidas aos conceitos de consciência corporal e corporeidade no sentido do corpo humano visto como ser multidimensional e integral – físico, intelectual e espiritual. Não nos aprofundamos nesta perspectiva na revisão deste trabalho, mas dimensões espaço-temporais são possibilidades de ‘lugares’ existentes em nosso corpo, referente ao nosso ‘mundo interior e exterior’ e, portanto, corpo este não apenas físico, mas que compreende todas as dimensões de um estado de corpo, não simplesmente corpo (CARDOSO, 2004).

Esta perspectiva de estado de corpo, ou corporeidade, refere-se diretamente ao ser humano como uma unidade, em que o homem é um ser corpóreo e que tem em si, corpo e mente, associados. Na literatura associamos às palavras de Regis de Morais (segundo Brandl, 2002): “somos um corpo como forma de presença no mundo, porque sendo nossa presença mais apropriadamente vinculada ao nosso comportamento, torna-se inverídica, ou no mínimo, inacessível ao vivente, a dicotomia consciência-corpo” (p. 30).

Mais profundamente elaborada, a resposta a seguir traduz esta idéia de “consciência-corpo” ou de que o corpo e a mente não estão dissociados:

**Resposta 15.** *“Entendo como a percepção de se sentir e se viver com o corpo. Dar-se conta que o corpo e mente não estão dissociados. Ser-aí.”*

“Ser-aí”, segundo Wikipédia (2009), é a tradução portuguesa para a palavra *dasein*, termo alemão criado por Heidegger, sinônimo de existência. Heidegger propõe a questão filosófica do ser, embasado na teoria do Existencialismo. Esta teoria tem o princípio de que a existência precede a essência, ou seja, o ser é o que existe enquanto essência de algo. Esta ótica supõe que cada homem é um ser único com liberdade e responsabilidade e que existe sem que seu ser seja pré-definido. Durante a existência, à medida que se experimentam novas vivências redefine-se o próprio pensamento, adquirindo-se assim novos conhecimentos a respeito da própria essência, caracterizando-a sucessivamente.

Esta teoria apontada pelo acadêmico e melhor explicada pela literatura, está diretamente associada ao aspecto que se propõe refletir e compreender neste trabalho, em que a consciência e a postura corporal (esta última referente ao corpo ou ao reflexo físico da primeira) não estão dissociadas e que dar-se conta disto, como sugere a resposta, é entender que cada um possui em seu ser uma essência e que quando estamos frente ao outro, temos diante de si não um corpo, mas um ser, ou um ser-aí.

## B – POSTURA CORPORAL

Postura corporal é uma expressão ampla que compreende diferentes significações conforme os diferentes paradigmas que a adotam. Do ponto de vista das ciências biológicas e da Biomecânica, postura está relacionada ao alinhamento ósteo-articular e às funções do organismo. Visto pela fenomenologia que vê o sujeito a partir da intencionalidade da postura e dos gestos, podemos entender postura com uma linguagem corporal, ou seja, como manifestações de expressão através do corpo.

### B.1. *Como você definiria o conceito de 'boa postura corporal'?*

No quadro abaixo podemos ver as idéias gerais dos acadêmicos sobre o que compreende postura corporal:

<i>“Estrutura corporal”</i>	<i>“Equilíbrio físico”</i>
<i>“Eixo normal”</i>	<i>“Conforto”</i>

<i>“Expressão “Expressivo”</i>	<i>“Independente de sentimentos”</i>
<i>“Ergonomia”</i>	<i>“Bem estar”</i>

A grande maioria dos acadêmicos compreende postura corporal na perspectiva da Biomecânica, considerando o corpo físico somente sob determinadas estruturas corporais e relacionada a movimentos técnicos e “corretos” que auxiliem no alinhamento postural.

**Resposta 1.** *“Postura ereta, barriga levemente contraída, peito e ombros abertos, queixo para frente”.*

**Resposta 2.** *“É o corpo livre de desalinhamentos posturais, mais próximo do que deveria ser natural da nossa estrutura”.*

**Resposta 3.** *“Uma postura onde todas as articulações estão em seu eixo normal”.*

**Resposta 4.** *“Boa postura corporal é quando um indivíduo mantém sua coluna, articulações e membros de sustentação equilibrados, de maneira correta, sem desvios aparentes e desgastes físicos”.*

**Resposta 5.** *“Boa postura corporal é o equilíbrio das forças que agem sobre o mesmo”.*

Essas, entre demais respostas que utilizam termos e expressões que caracterizam o corpo físico – relacionado às articulações, aos músculos e aos ossos, por exemplo – sob a perspectiva da Biomecânica, traduzidos em expressões como “equilíbrio das forças”, “desvios”, “eixo normal” ou “desalinhamentos estruturais” – reproduzem os conceitos e paradigmas que perpetuam-se ao longo dos anos.

Kendall e McCreary (1995), defendem esta linha de pensamento em que há um modelo de postura “normal” e “natural”, como apontam alguns acadêmicos, definida como parâmetro científico e que considera boa postura corporal aquela que envolve uma quantidade mínima de esforço e sobrecarga e que conduz a uma eficiência máxima no uso

do corpo. Define ainda postura, como o arranjo relativo das partes do corpo; um estado de equilíbrio muscular e esquelético que protege as estruturas de suporte do corpo contra lesão ou deformidade progressiva independentemente da atitude (ereta, deitada, agachada, encurvada), nas quais essas estruturas estão trabalhando ou repousando.

Estes conceitos são reproduzidos desde os tempos da Segunda Guerra onde os soldados eram selecionados conforme estes aspectos biomecânicos e seu porte corporal (FOUCAULT, 1987). Ao longo do tempo, esses ideais de corpo e postura corporal foram perpassados e hoje, na Educação Física, ainda temos estes princípios como fundamentos básicos em relação ao corpo e ao movimento na prática pedagógica.

Neste momento não queremos, ainda, discutir e repensar o currículo do curso e seus embasamentos metodológicos. Entretanto, percebemos que por tais paradigmas serem um modelo padrão de conhecimento e comportamento, os acadêmicos de Educação Física, futuros educadores, continuam sendo condicionados sob tais pontos de vista, não completamente errôneos, certamente, mas incompletos na visão do ser humano.

Provavelmente, por compreenderem o corpo sob tal perspectiva, alguns acadêmicos responderam ainda:

**Resposta 6.** *“Postura que não faça mal, respeitando os limites pessoas. Pode ser auxiliada por exercícios físicos”.*

**Resposta 7.** *“Defino como exercícios realizados corretamente”.*

**Resposta 8.** *“O indivíduo ter diariamente práticas e hábitos que lhe promovam a ‘boa postura corporal’”.*

Estas respostas não conceituam explicitamente o conceito de postura corporal, mas certamente estão associadas aos meios e instrumentos de se obter “boa postura” sob ponto de vista abordado anteriormente.

Este ideal de se adquirir uma boa postura corporal através de exercícios físicos, foi conseqüência justamente do exército militar acima citado, que utilizou métodos de condicionamento físico para moldar e redefinir corpos fisicamente, sob o que se

considerava já nesta época, sinônimo de boa postura corporal. Vieira e Souza (2002), afirmam que este corpo reto e rígido, expressão também utilizada por alguns acadêmicos, era o modelo contemplado e almejado desde séculos anteriores e com a prática de atividade física, o indivíduo passou a ter seu corpo, como um instrumento de utilidade e disciplina já que este, é utilizado como corpo mercantil ou modelo estético, como definiu Assmann (2005), ainda hoje.

Embora a maioria dos acadêmicos não tenha conhecimento da origem deste pensamento tecnicista e que prioriza somente o corpo físico como modelo de postura corporal, percebemos que os conhecimentos que são repassados aos alunos são assim apreendidos e pouco refletidos.

Algumas outras falas caracterizam esse desconhecimento com expressões como “*não sei*” ou “*não tenho um conceito definido*” como a seguinte:

**Resposta 9.** “*Não tenho um conceito definido para este termo. Acho que seria saber colocar seu corpo e executar seus movimentos de forma consciente, evitando possíveis lesões*”.

Percebe-se nesta fala que o assunto, até então, provavelmente havia sido pouco abordado em suas vivências acadêmicas ou mesmo em sua vida cotidiana, e que pareceu difícil definir um conceito e uma perspectiva a ser adotada para tal concepção, sugerindo aspectos que compreendem diferentes pontos de vista, traduzidos principalmente pelas palavras “*consciente*” e “*lesões*”. Apesar da dificuldade de expressão e da pouca fundamentação teórica aparente para definir tal conceito, o acadêmico coloca duas perspectivas que, a princípio, demonstram uma dicotomia entre idéias. No entanto, podem compreender a essência da corporeidade, como defende o trabalho, no sentido de que estas duas perspectivas realmente compreendem o ser humano, uma vez que este possui estes e mais elementos em suas diversas dimensões.

Da mesma forma, outras respostas destacam esta multidimensionalidade, como a representada abaixo:

**Resposta 10.** *“Seria uma postura correta do ponto de vista ergonômico. Porém, não somente pelo lado ergonômico, uma boa postura corporal seria um sentimento de bem estar e satisfação com o próprio corpo”.*

Esta resposta vai ao encontro do que se considera “boa postura” no sentido de como é a postura mais adequada a cada indivíduo. É justamente sob esta ótica que alguns autores afirmam que não há um modelo de postura biomecanicamente adequada e que o comportamento e a concepção do que é adequado ao organismo, especialmente quanto à postura corporal, é variável conforme valores culturais e significados pessoais, que acabam por negar ou contrariar este padrão de postura “normal” ou “natural”, expresso por alguns autores e alguns acadêmicos.

Seguindo por esta linha de pensamento em que há na postura valores e significados particulares embutidos outros acadêmicos conceituaram postura no sentido de expressão corporal ou de conduta de comportamento.

**Resposta 11.** *“Ter postura adequada à ocasião pertinente. No caso do professor ter boa postura frente aos alunos, para boa condução dos mesmos”.*

Este acadêmico refere-se à postura no sentido de adotar determinada expressão corporal ou determinado comportamento, expresso através do corpo, conforme certas circunstâncias. Este conceito tem embutido em si a questão da intencionalidade do gesto e do movimento como forma de expressão de desejos e pensamentos. Neste sentido vê-se a postura corporal sob a perspectiva da gestualidade e da linguagem corporal onde a postura e o gesto são formas de comunicação – negando o movimento puramente mecânico citado acima por outros acadêmicos – e que possui uma linguagem anterior às palavras que, conscientemente ou não, reafirma ou contraria as falas verbais (VARGAS, 2001). Isto se confirma no que completa o acadêmico quanto ao que deve ser uma “boa postura” de um professor *“frente aos alunos”*, correspondendo às atitudes corporais que o professor toma diante do outro e em suas manifestações de comportamento não traduzidas em palavras mas em gestos, orientações do corpo, posturas, relações de distância entre indivíduos, entre outros (SILVA et al., 2000).

Outra resposta caracteriza esta forma de comunicação corporal:

**Resposta 12.** *“Uma boa ou má postura corporal pode expressar várias coisas como: sentimentos (alegria, tristeza, etc) uma má aptidão física (inatividade)”.*

Estas características de comunicação não-verbal são discutidas entre alguns autores que acreditam, ou não, em gestos universais onde *alegria* ou *tristeza*, por exemplo, têm expressões físicas próprias e que caracterizam os estados corporais, através dos gestos, das posturas e dos movimentos. Bezerra et al., (1998), descreve esses estudos que caracterizam a Cinesiologia, referente aos sinais e as dimensões da comunicação não-verbal expressos pelos gestos e pelos movimentos.

Estes conceitos serão ainda melhor discutidos em um outro momento, especificamente na terceira e na quarta questão, onde os acadêmicos são abordados principalmente sobre estes estados e manifestações corporais. Entretanto, mesmo que sejam considerados alguns gestos universais ou posturas características de determinados estados corporais (como tristeza e alegria ou mesmo má aptidão física, como coloca o acadêmico), Ray Birdwhistell (apud BEZERRA et al., 1998), afirma que toda cultura tem seu repertório gestual e assim sendo, apenas o movimento do corpo não traduz o significado da mensagem se não inserido em um contexto. Desta forma, cada gesto ou expressão pode ter um diferente significado para aquele que o realiza e para aquele que o percebe.

Provavelmente neste sentido está inserida esta última resposta:

**Resposta 13.** *“Como uma maneira de sustentar o corpo. Boa postura, então, é o momento característico de relaxamento do “eu-corpo” como na resposta anterior, prazer em se sentir e se viver como corpo”.*

Diferentemente dos demais acadêmicos, este traz uma abordagem profunda do assunto, diretamente relacionado à corporeidade ou consciência corporal, abordada na questão anterior. Esta fala diz respeito à postura corporal enquanto estado de corpo, ou seja, como posição corporal em consequência da sensação, percepção e sentimento, enfim, do

indivíduo. O corpo (físico) sustentado por seu estado – ou ainda por suas dimensões, não físicas –, agregados à postura corporal.

Este conceito é, reafirmando, extremamente diferenciado dos demais e profundamente elaborado para a reflexão do tema proposto. De qualquer forma, entre concepções mais “superficiais” ou mais aprofundadas de tais abordagens apresentadas até então, temos visto isto na Educação Física?

## C – CONCEPÇÕES NA EDUCAÇÃO FÍSICA

C.1 – *Você acha que estes assuntos são abordados no curso de Educação Física? De que maneira? Em qual (quais) disciplinas(s)?*

Palavras-chave obtidas:

<i>“Sim”</i>	<i>“Não” “Não como deveria”</i>	<i>“Pouco” “Superficial”</i>
<i>“Alguns professores (postura)”</i>	<i>“Visão dicotomizada”</i>	<i>“Aluno deve buscar”</i>

A maioria dos acadêmicos respondeu que estes assuntos são abordados no curso, entretanto, vários colocaram que  *muito pouco, superficialmente* ou  *não como deveria*. Podemos perceber nas seguintes falas:

**Resposta 1.** *“Sim, porém não como deveria, devido à importância. Em todas as disciplinas esportivas são trabalhados a consciência e a postura dos movimentos, porém, nunca é o assunto principal”.*

**Resposta 2.** *“Acho que sim, de maneira mais superficial, em boa parte das disciplinas”.*

**Resposta 3.** *“Sim, porém muito pouco. Geralmente é abordado num rápido tópico dentro da disciplina. Seminário pedagógico em educação física (consciência corporal), e Medidas e avaliação em educação física (boa postura corporal)”*.

Estas respostas, especialmente a última, mostram bem de que maneira o curso de Educação Física (neste caso, o curso da Universidade Federal de Santa Catarina) aborda questões de corporeidade, gestualidade e consciência corporal. As práticas físicas ou mesmo pedagógicas costumam seguir metodologias e didáticas pré-estabelecidas, obedecendo a uma grade curricular e um conteúdo programático que se preocupa muito mais em reproduzir o conteúdo do que no ser humano em si, “objeto” de conhecimento. Além disto, estes conceitos são, normalmente, vistos em disciplinas distintas e abordados de maneira dicotomizada, como expressa a resposta três, na última frase. Em geral, estes assuntos costumam ser abordados separadamente, não colocando o aluno – ou seja, o ser humano como o ser que tem em si todas estas concepções simultaneamente –, em foco, dificultando a percepção na prática, como estas questões acontecem na realidade.

Esta dicotomia é expressa por mais alunos, representados pela seguinte resposta:

**Resposta 4.** *“São abordados em pouquíssimas disciplinas. Na verdade, estão mais ligados às linhas de pensamentos dos professores que às disciplinas em si. Tive esses assuntos tratados em fundamentos sócio-antropológico da Ed. Física, Seminário Pedagógico, Educação Física adaptada, Corporeidade, Dança, Processos inclusivos, Esportes de Aventura. De forma diferente, conceitualmente, há professores que entendem “consciência corporal” como “saber em que ângulo tal articulação deve ser flexionada para ser executado um movimento ‘x’, com perfeição bela e utilitária”. Visão dicotômica de disciplinas como Biomecânica, por exemplo, ou Adaptações orgânicas ao exercício onde entende-se que o atleta precisa ingerir tal nutriente que vai agir em tal musculatura em tal período de tempo (cronológico) para se ganhar uma prova competitiva”*.

Esta fala reproduz a visão dos acadêmicos que também vêem o curso de Educação Física dividido entre uma concepção e outra, independente do aluno enquanto ser que aprende, mas a partir de um processo pedagógico pré-estabelecido. Esta fala ainda mostra

que, na verdade, não são as disciplinas em si que abordam tais assuntos de determinados modos, e sim os professores que as lecionam.

Podemos perceber em outras respostas, que cada aluno cita algumas disciplinas que acredita ser as que mais envolvem tais abordagens. Alguns ainda fazem distinção da abordagem teórica e prática dos assuntos, vejamos:

**Resposta 5.** *“São abordados especificadamente nas disciplinas práticas como capoeira e natação.”*

**Resposta 6.** *“Sim esses assuntos são encontrados nas disciplinas de medidas e avaliações de forma teórica e nas aulas de dança de forma prática.”*

Outras falas garantem que estes assuntos são realmente abordados no curso e que todas ou quase todas as disciplinas trabalham a partir desta ótica; em algumas respostas, com determinadas disciplinas em destaque:

**Resposta 7:** *“Sim, de maneira dialogada. Em todas as disciplinas.”*

**Resposta 8.** *“Sim, em disciplinas distintas esses assuntos são trabalhados (at. Física e qualidade de vida e saúde, dança, etc.) e todos os professores, ou a maioria, passam aos alunos uma noção.”*

**Resposta 9.** *“São abordados sim. Tanto de forma teórica quanto também com a prática corporal. Em disciplinas como capoeira, aprendizagem e controlo motor, ginástica, etc.”*

**Resposta 10.** *“São, pois em todos os momentos (andando, dançando, praticando alguma esporte), estamos exigindo do nosso corpo. De maneira muito clara, podemos ter mais experiência na disciplina de Teoria e Metodologia da Dança em que percebíamos a todo o momento as reações do corpo diante dos movimentos diversos, por vezes tornando o movimento estático, dando ênfase na postura e na consciência corporal.”*

Por outro lado, há alunos que responderam nunca ter obtido tais conceitos ou abordagens em aula no referido curso:

**Resposta 11.** *“Não são abordados em nenhuma disciplina.”*

**Resposta 12.** *“Até então não me recordo de ter estudado sobre esse assunto no nosso curso.”*

Para finalizar, uns dizem ainda que o assunto é compreendido em disciplinas específicas, como corporeidade:

**Resposta 13.** *“É abordado pouco. Não sei dizer de que maneira. Sei que tem uma disciplina chamada corporeidade que deve abranger o assunto.”*

E um acadêmico completa ainda:

**Resposta 13.** *“Acredito que é muito pouco abordado, somente em algumas disciplinas como corporeidade. Mas o aluno que se interessa deve ir em busca do conhecimento através dos professores e não esperar tudo dentro da sala de aula.”*

Esta última fala representa o que muitos acadêmicos pensam acerca do tema, enquanto conteúdo específico que deve ser reproduzido por determinados professores. No entanto, a idéia essencial, é que a Corporeidade é um instrumento de trabalho dos professores, ou seja, é um paradigma que deveria ser utilizado para que os educadores transmitissem os conhecimentos essenciais para os alunos e permitissem que estes e somente a partir destes, obtivessem tal conhecimento. Corporeidade ou consciência corporal não são tidos como assuntos específicos ou como conteúdos programáticos em que podem ser avaliados ou mensurados, mas sim, como um meio de os professores – sejam eles de Fisiologia, Biomecânica, de determinadas disciplinas esportivas ou disciplinas fundamentalmente pedagógicas como Didática ou Seminário Pedagógico, por exemplo –, comunicar saberes e auxiliar na auto-reflexão dos alunos, possibilitando assim, sua formação e seu desenvolvimento.

## D – LINGUAGEM CORPORAL – DEMONSTRAÇÃO DE ESTADOS

D.1 – *Você sente que demonstra corporalmente quando está em algum estado – físico, mental ou emocional – como alegre, cansado, machucado, ansioso, etc? De que forma?*

Síntese apresentada pelos alunos, em geral:

<i>“Sim” “Com certeza”</i>	<i>“Características comuns”</i>	<i>“Expressão facial/ Corporal/ Postural”</i>
<i>“Reflexo dos sentimentos” (físico/ emocional/ mental)</i>	<i>“Gesticulações” “gestos”</i>	<i>“Comunicação”</i>

Unanimemente os acadêmicos responderam que sentem que demonstram seu estado – físico, mental ou corporal – ao outro, através de características comuns, como expressões faciais ou posturais e gestos. De forma generalizada, podemos perceber nas seguintes falas:

**Resposta 1.** *“Sim, tudo que uma pessoas pensa o corpo irá demonstrar.”*

**Resposta 2.** *“Com certeza, através das expressões faciais, forma de andar e gesticular, posição dos ombros.”*

**Resposta 3.** *“Sim, através de expressões corporais (expressões faciais, e movimentos corporais em geral).”*

Além disto, alguns acadêmicos enfatizam que estes gestos e expressões são sinais de comunicação e reflexão de pensamentos e sentimentos:

**Resposta 4.** *“Sim. O corpo fala o tempo todo. Existem várias formas de comunicação e o corpo é uma dessas formas, ele está sempre se comunicando. Muitas vezes nossa face realiza expressões que transmitem o que estamos sentindo ou pensando.”*

**Resposta 5.** *“Com certeza, nosso corpo é o nosso espelho. Não consigo explicar como o corpo se expressa, mas percebo principalmente nas outras pessoas certas expressões como cansaço, ansiedade, etc.”*

**Resposta 6.** *“Com certeza, a postura corporal é um reflexo dos sentimentos do ser humano como um todo. Quando estamos com sentimentos negativos como cansaço, tristeza, tendemos a ficar cabisbaixo e com os ombros caídos.”*

Deste modo, a maioria dos acadêmicos apóiam-se na idéia de que a postura e os gestos adotadas por um indivíduo são expressivos e reveladores, carregados de significados que traduzem as emoções e os pensamentos de cada um em determinadas circunstâncias. Vargas (2001) completa esta idéia dizendo que antes da palavra falada o gesto caracteriza a linguagem corporal e que de forma consciente ou inconsciente, nos comunicamos com o outro através do corpo. O tipo de relação e interação social estabelecida com o outro pode também influenciar em nossa gestualidade e conseqüentemente na linguagem corporal, da mesma forma, consciente ou inconscientemente. Possivelmente nesta ótica, um acadêmico respondeu:

**Resposta 7.** *“Com pessoas que conheço melhor, acredito que demonstro tais sentimentos. Esses podem ser expressos pela aparência do meu rosto, como o olhar e o sorriso ou falta deste, e também através do modo de falar e pelo movimento das mãos.”*

Como exemplificado nesta resposta e na resposta seis, os acadêmicos descrevem ainda as expressões que as caracterizam, confirmando o que Vargas (2001) diz, quando afirma que o corpo é fonte de falas: fala-se com as mãos, com a boca, com os olhos, enfim, com o corpo todo. Assim vemos nas demais seguintes respostas:

**Resposta 8.** *“Com certeza, quando estou cansado meus ombros ficam mais caídos. Quando estou triste, demonstro-me mais curvado também, por exemplo.”*

**Resposta 9.** *“Sim, acredito que demonstro fisicamente através da expressão facial, de movimentos com as mãos ou da postura corporal, às vezes correta, às vezes não.”*

**Resposta 10.** *“Sim. Momentos de cansaço, tristeza e dor me levam a ficar mais “acuada” fisicamente, certamente com uma má postura.”*

**Resposta 11.** *“Com certeza. Quando estamos felizes e alto-astral expressamos em uma boa postura, sempre olhando pra frente. Ao contrário, olhamos pra baixo, se arrastando em vez de caminhar.”*

Nestas falas, especialmente nas últimas respostas expostas, temos alguns sinais descritos em comum com alguns autores quanto à postura corporal. Primeiramente, vemos alguns adjetivos como “boa”, “má” ou “correta” empregados quanto à qualidade da postura corporal. Estas classificações estão ligeiramente ligadas a uma idéia de normalidade ou de padrão postural de certo e errado, bom ou mal e que está mais vinculada à concepção biomecânica de postura (VIEIRA E SOUZA, 2002). Esses termos relacionam-se demasiadamente com um julgamento da posição do corpo no espaço, desvinculando-se do princípio de que cada ser humano tem um comportamento e uma postura adequada ao seu organismo e à sua expressividade, considerando um padrão de gesto, movimento ou expressão.

Outro ponto encontrado nas falas que se relaciona aos achados na literatura, é que muitas características descritas pelos acadêmicos são comuns uns aos outros, representando determinados estados (físicos, mentais ou emocionais). Características tais como olhar baixo, ombros caídos ou sorriso, por exemplo, são descritas por autores como gestos universais que traduzem determinadas emoções ou estados físicos e mentais. Silva et al., (2000) afirma que, segundo Ekman, estes sinais são realmente universais uma vez que, independente da cultura e da interação estabelecida, estas características são expressadas e interpretadas por todos, comumente. Bezerra et al., (1998), também explica isto em sua

obra acerca da Cinesiologia, estudo dos gestos e do movimento humano e da decodificação das mensagens recebidas através das interações inter-pessoais. Porém, segundo ele, Ray Birdwhistell, o criador do termo Cinesiologia, não acredita nesta universalização de códigos e que estes só possuem significados se inseridos em um contexto, ainda que alguns comportamentos apresentam significados socialmente reconhecidos.

Neste caso, os questionados pertencem a um mesmo grupo social e estão inseridos em um ambiente comum a todos. Não poderíamos julgar de onde estas características pré-estabelecidas são provindas, nem tampouco que tipo de relações estes estabelecem uns com os outros. Entretanto, percebe-se que a maioria apresenta respostas semelhantes e considera determinados sinais como expressão física de respectivos estados corporais.

## E – PERCEPÇÃO

*E.1 – Você consegue e costuma observar como as pessoas estão se sentindo através de sua expressão e de sua postura corporal? (ex. alegria, tristeza, cansaço, ansiedade, etc.) Qual (quais) característica (s) você acredita ser (serem) sinal(is) destes estados? Dê Exemplos.*

Palavras-chave:

<p>“Sim”  “Às vezes”  “Sim, sem se dar conta”</p>	<p>“Características comuns”  “Expressões criadas culturalmente”</p>	<p>“Sinais/ expressões perceptíveis”</p>
<p>“Não”  “Não costume”</p>	<p>“Estado de espírito”</p>	<p>“Diferente do padrão”</p>

Os sinais e expressões descritos nesta questão por alguns acadêmicos são muito semelhantes aos descritos na questão anterior. Especialmente sinais físicos como cansaço ou emoções como estar alegre ou triste são as características mais citadas. A maioria dos

acadêmicos diz “conseguir perceber” estes sinais no outro, embora alguns relatem que não costumam observar tal fenômeno.

Dentre os acadêmicos que afirmam que as pessoas expressam seu estado através do corpo e descrevem algumas posturas características mais visivelmente observadas (ou observáveis), podemos destacar:

**Resposta 1.** *“Sim, pessoas quando estão muito cansadas costumam ter ‘olheiras’ e quando estão alegres costumam sorrir frequentemente. Foram apenas exemplos que me recorde no momento, mas com certeza o corpo se expressa e confirma nosso estado de espírito.”*

**Resposta 2.** *“Sim, alegria: sorrisos, se movimenta normalmente, fala bastante; Tristeza: rosto triste, prefere ficar “pelos cantos”, não conversa muito; Cansaço: parecidos com as características da tristeza; ansiedade: roer unhas, se movimentar bastante.”*

**Resposta 3.** *“Sim. Quando observo uma pessoa mais cabisbaixa, recolhida em si, acredito que está desanimada, triste, deprimida. Quando uma pessoa está com uma postura mais ereta, me passa ser uma pessoa mais segura de si, confiante.”*

**Resposta 4.** *“Sim, ombros caídos ou sentados na ponta da cadeira e cabeça apoiada nas cadeiras da sala são características de cansaço. Pernas e braços cruzados são muitas vezes sinal de atenção.”*

**Resposta 5.** *“Quando os sentimentos são negativos (tristeza, fadiga...) tendemos a ficar moles, cabisbaixos, com os ombros caídos. Pelo contrário, quando estamos alegres, dispostos, ficamos com uma boa postura, mais atentos.”*

**Resposta 6.** *“Sim, braços cruzados, olhos longe, peito estufado ou encolhido. Enfim, ‘o corpo fala’.”*

Estas falas representam o que a maioria dos acadêmicos acredita em relação à postura do outro; um corpo cheio de significações e que através deste as expressam. As

características apresentadas pelos acadêmicos são geralmente as mesmas ou semelhantes: o cansaço é refletido em uma pessoa curvada ou ombros caídos; a tristeza é representada pelos olhos e pela postura cabisbaixa, entre outros. Atenção, alegria e ansiedade são outros estados muito citados correspondendo aos respectivos aspectos comuns à maioria.

Estes achados representam o que a literatura diz sobre os “gestos universais” – também mencionado na questão anterior – referente às características comuns que a maioria acredita representar, determinantes de alguns estados (físicos, emocionais e mentais).

Percebemos que a maior parte dos estados expostos, representados por seus respectivos aspectos físicos, faz referência ao que Ekman, segundo Silva et al., (2000), classifica como “características de manifestações afetivas” e “adaptadores”. Para este, as manifestações expressam estados afetivos ou emocionais, como tristeza, medo ou alegria e em qualquer cultura há concordância quanto ao reconhecimento de tais estados, ou seja, são facilmente identificáveis, sem a necessidade de aprendizado. Sinais de atenção ou ansiedade, por exemplo, como descritos por alguns acadêmicos, representam os movimentos “adaptadores” que estão diretamente ligados à fala ou quando usamos parte do nosso corpo para compensar tais sentimentos. Os acadêmicos descrevem tais movimentos como “inquietação com as mãos e pernas” ou “excesso de sorriso e falas” para exemplificar.

Algumas outras respostas trazem também outras palavras, expressões ou mesmo diferentes idéias que ampliam nossa reflexão e discussão sobre o assunto. A resposta seguinte expõe alguns sinais citados acima, no entanto levanta a hipótese de interpretação possivelmente errônea sobre tais manifestações:

**Resposta 7.** *“Geralmente associo a tristeza e o cansaço a posturas cabisbaixas, andar “arrastado” e quando a pessoa evita olhar nos olhos de outras, além de falar pouco. No entanto, também são associadas às pessoas tímidas, portanto posso me enganar em algumas suposições. Da mesma forma, há pessoas que sorriem e falam muito por estarem alegres ou usam tais subterfúgios como uma maneira de esconder seus problemas e ansiedades.”*

E semelhante a este ponto de vista, temos:

**Resposta 8.** *“(...) Posso perceber pela vitalidade. Porém, há que se estar atento, as expressões (de alegria, tristeza, etc) também podem ser “criadas” culturalmente.”*

A resposta número sete reproduz características comuns a alguns estados distintos, o que, segundo ela, pode levar a supor errado o que o outro estaria sentindo, pensando ou desejando. Do mesmo modo completa a resposta oito quando afirma que algumas expressões podem ser “criadas culturalmente” no sentido de se ter comportamentos e expressões já esperados e pré-estabelecidos socialmente, ainda que estes possam apresentar-se equivocadamente, dependentemente de quem o expressa e de quem o percebe. Isto talvez traduza o princípio que Ray Birdwhistell acredita, conforme Bezerra et al., (1998), quando afirma que os gestos não podem ser universalizados, uma vez que a cultura e o contexto onde o indivíduo está inserido influencia em suas expressões e manifestações corporais. Para ele, no processo de comunicação existe uma sincronia onde uma pessoa exerce influência sobre a outra e alguns comportamentos apresentam significados socialmente reconhecidos, porém podendo ser distintos, já que cada um tem uma percepção e, conseqüentemente, interpretação diferente do outro. Desta forma, Siczkowski (s/d), acrescenta que as características pessoais de cada sujeito só podem ser reconhecidas através das reações ou dos reflexos particulares de cada um, a partir dos efeitos do que este e somente este pensa, sente e deseja, consciente ou inconscientemente.

Seguindo este pensamento, percebemos dois outros pontos de vista descrito por outros acadêmicos. Primeiramente, em relação aos tais efeitos ou reflexos que emitimos ao outro ainda que inconscientemente. Siqueira (2002) fala sobre isso quanto à intencionalidade do gesto quando diz que a comunicação e a compreensão de um gesto são realizadas com o estabelecimento de uma reciprocidade entre a intenção do outro e minha própria intenção. Possivelmente sob esta ótica é que alguns acadêmicos afirmam que há sinais perceptíveis na expressão do outro, mesmo quando não se costuma observar ou se dar conta disso.

**Resposta 9.** *“Não tenho costume de observar, mas alguns sinais são perceptíveis e demonstram o estado da pessoa, como por exemplo, a expressão facial de uma pessoa*

*cansada ou doente se torna mais abatida ou de uma pessoas ansiosa que apresenta movimentos inquietantes com as mãos e pernas.”*

**Resposta 10.** *“Consigno observar, mas não que isso seja um costume. Percebemos sem nos dar conta disso. Uma pessoa que sempre é muito alegre, por exemplo, se aparece um pouco mais quieta ou cabisbaixa já podemos detectar que ela deve estar se sentindo triste, doente.”*

Estes sinais acabam por se tornarem não apenas gestos ou movimentos que representam a alegria, a tristeza, o cansaço ou a ansiedade, por exemplo, mas quando são manifestados, tornam-se a alegria, a tristeza, o cansaço e a ansiedade em si. Siqueira (2002), sobre isto completa: “(...) a percepção do outro não é de um objeto, e sim de uma totalidade viva, expressiva onde percebo não somente os olhos, mas o olhar, não somente o rubor da face, mas a vergonha. Assim é que percebo a interioridade do outro, na totalidade expressiva do corpo” (p. 6). Ou seja, ainda que não se reflita e compreenda a postura, o gesto e a expressão do outro, sua significação pode ser indiretamente percebida e assimilada por quem a observa, ainda que inconscientemente.

Além disto, o outro ponto de vista argumentado pelos acadêmicos que completa esta idéia de intencionalidade entre o ser que reage e o ser que percebe é que estas expressões são mais facilmente percebidas e compreendidas quando o outro é alguém próximo e de maior convívio e afinidade. Um diálogo é melhor estabelecido e a compreensão é ampliada, quando a interação com o outro é mais profunda e recíproca, como Siqueira (ibidem) sugere. Assim traduzem as demais falas encontradas:

**Resposta 11.** *“Consigno observar, mas não fico reparando nas pessoas como elas estão se expressando. A não ser que esteja próximo a mim.”*

**Reposta 12.** *“Sim. O corpo curvado demonstra derrota-cansaço. Os ombros caídos emitem sono e cansaço também. Mãos agitadas sem ‘local para serem guardadas’ mostram ansiedade, euforia ou nervosismo. Às vezes, na execução de uma tarefa é possível perceber o estado físico-emocional pela maneira de execução diferente do padrão do executante.”*

Especialmente a última resposta utiliza terminologias mais pertinentes a uma concepção biomecânica do movimento, citando palavras como “execução” e “padrão do executante”. Entretanto, no contexto inserido, elas traduzem o princípio abordado acima em que se torna mais fácil identificar um comportamento diferente do que comumente se vê em determinada pessoa, quando se tem uma maior interação com esta. Quando se convive com um outro, seus comportamentos acabam sendo esperados, a partir de suas reações de experiências passadas.

Entretanto, certamente estas “previsões” acerca do comportamento do outro se tornam suposições, como já mencionado por um acadêmico, pois cada situação tem suas particularidades e à medida que vamos experimentando novas vivências, vamos adquirindo novos conhecimentos e redefinindo pensamentos – acerca de nós mesmos e acerca do outro. Portanto a cada momento, percebemos as coisas de determinado modo, quase sempre diferentemente do que foi percebido antes.

Completamos esta idéia com uma resposta final encontrada:

**Resposta 11.** “(...) a observação começa (comigo) percebendo a mim mesma (...) E normalmente essas mudanças são perceptíveis mais facilmente por pessoas que conhecem a pessoa que passa por essa mudança.”

## F – CONHECIMENTO PROFISSIONAL

F.1 – *Você considera importante este tipo de conhecimento pelo profissional de Educação Física? Por quê?*

Palavras-chave encontradas:

“Sim”	“Área mais fácil de ter essa
“Com certeza”	percepção”
“Identificar falas”	“Lidamos com corpos e

<i>“Interagir”</i>	<i>emoções”</i>
<i>“Ferramentas para que ele próprio possa se sentir como corpo”</i>	<i>“Orientação postural”</i>
<i>“Conhecer aluno” “Conhecimento”</i>	<i>“Reflexão de aspectos histórico-culturais”</i>

Todos os acadêmicos responderam afirmativamente quanto à importância desta área de conhecimento pelo profissional de Educação Física. Expressões como “sim”, “com certeza” ou “sem dúvida” foram as mais utilizadas, acompanhadas de justificativas que argumentam tal afirmação.

Algumas respostas fazem referência a uma possibilidade de maior percepção nesta área de atuação uma vez que interagimos diretamente com o outro e através de suas manifestações e expressões é que poderemos auxiliar em seu desenvolvimento. Traduzem esta idéia as seguintes respostas:

**Resposta 1.** *“Sim, pois nem sempre o que mensuramos e perguntamos é realmente o que a pessoa está sentindo. Nós, como profissionais de Educação Física e mexemos com o movimento humano, temos talvez uma facilidade para essa percepção e devemos usar isso a nosso favor para melhorarmos nossa aula e o relacionamento com o aluno.”*

**Resposta 2.** *“Sim, acredito que sem conhecimentos importantes para o profissional de educação física porque através deles é possível conhecer o aluno e suas necessidades, podendo realizar as atividades apropriadas para o seu desenvolvimento.”*

Sob esta perspectiva, ainda que alguns tenham respondido anteriormente que não costumam observar e perceber tais manifestações, muitos destacam este aspecto como

importante instrumento no processo de ensino-aprendizagem, garantindo que somente assim os educadores poderão conhecer efetivamente seus alunos, estabelecer uma melhor relação e contribuir para a formação – própria e do aluno.

Na resposta número um, o acadêmico fala em “movimento humano” como objeto de intervenção do professor de Educação Física. Não se pode garantir em que sentido a fala se apresenta, entretanto, se entendermos pela perspectiva da corporeidade, o movimento humano está relacionado às subjetividades do corpo, a todas as suas dimensões e todos os estados que este possa estar. Nesta ótica, Cardoso (2004) coloca que a perspectiva adotada pelo professor deveria ser considerada, essencialmente, pelo processo de sentir o corpo, e não simplesmente de aprender o sobre o corpo ou sobre práticas corporais.

Todavia, alguns acadêmicos ainda não compreendem tal concepção e acreditam em práticas educativas que visam fundamentalmente o corpo, a saúde e as práticas físicas. Vemos:

**Resposta 3.** *“Sim. Porque considero a consciência corporal indispensável para qualquer prática de atividade física.”*

**Resposta 4.** *“Sim, toda prática corporal deve exigir a postura adequada para sua realização, para melhor performance e evitar problemas de saúde futuros.”*

**Resposta 5.** *“Acho que sim, no caso da consciência corporal para facilitar as atividades diárias das pessoas, sua locomoção, por exemplo. E quanto ao conhecimento relativo à postura, tanto deve-se ter esse conhecimento para que se possa promover a saúde como para tentar saber como a pessoa se sente, visto que lidamos bastante com pessoas na profissão.”*

Nestes casos, postura corporal vem associada à concepção puramente mecânica do movimento, como se refletisse apenas em aspectos fisiológicos do corpo e do organismo. A “consciência” neste contexto não parece estar sendo referida no sentido de percepção do corpo enquanto estado de espírito. Estes apontamentos reproduzem os conhecimentos transmitidos ao longo do tempo em que o professor de Educação Física é realmente um

educador físico, norteado apenas por princípios físicos que orientam educar o corpo (CARDOSO, 2004).

Por outro lado, há quem tenha se referido a outras dimensões dos gestos e do comportamento e que considera demais aspectos que influenciam em tais dimensões, como o contexto histórico-cultural em que um indivíduo está inserido. Podemos observar a seguir:

**Resposta 6.** *“Considero importante o conhecimento sobre consciência corporal já que estamos lidando com o corpo e as emoções de outras pessoas e também com a educação de alunos, que estando inscritos em determinados contextos histórico-sociais, podem refletir tais aspectos através de gestos e comportamentos. Perceber características da consciência corporal facilita o entendimento do grupo e conseqüentemente facilita o planejamento das aulas e a intervenção. (Mesmo ciente da importância do tema acho que tenho pouco conhecimento).”*

Os contextos histórico-culturais aqui mencionados provavelmente referem-se às condições sociais que impulsionam o ser humano, como afirma Wallon (apud VARGAS, 2001). Sobre isto, o autor completa ainda que não há separação entre o indivíduo (homem) e o meio (sociedade) e que o desenvolvimento biopsicológico e o desenvolvimento social são condições um do outro. Este aspecto citado na resposta seis é abordado ainda por demais acadêmicos que expressam em suas colocações sobre como as relações sociais e interações entre os indivíduos são mecanismos de formação e desenvolvimento – especialmente na relação professor-aluno – e como esta ligação pode produzir conhecimento e obter um melhor diálogo e uma maior compreensão e reflexão dos processos de ensino-aprendizagem do outro, não somente como aluno, mas como ser humano. Palavras como “interagir”, “conhecimento” ou “entendimento” representam as idéias essenciais em alguma respostas:

**Resposta 7.** *“Sem dúvidas que sim. A partir desde conhecimento e do conhecimento sobre os indivíduos com quem o Profissional de Educação Física trabalha, é possível adaptar melhor os processos de ensino-aprendizagem, além de poder detectar falhas de execução*

*ou aprendizado baseado na forma com que os indivíduos se comportam. E na consciência que eles tem do próprio corpo, ou não tem.”*

**Resposta 8.** *“Não só pelo educador físico, mas por todas as pessoas que vivem dentro de uma sociedade, se você souber como uma pessoa esta se sentindo, você poderá interagir com ela de forma que não ira piorar o estado dela.”*

**Resposta 9.** *“Considero que todo professor de educação física deve ser muito observador de tudo aquilo que os cerca, principalmente em relação aos seus alunos, para o melhor entendimento das respostas que os alunos estão dando em suas aulas.”*

**Resposta 10.** *“Considero de grande importância para todo profissional que lida com o público, como uma forma de entender mais adequadamente a pessoa. É importante para o professor de educação física para que este possa melhor orientar seus alunos quanto a uma postura correta.”*

**Resposta 11.** *“Com certeza, pois este é um tipo de problema muito comum e creio que o profissional da educação física dever ter conhecimento do corpo como um todo e não apenas físico.”*

Estas respostas têm uma essência comum de que o profissional de Educação Física deve ter o conhecimento de tais concepções para, através disto, conseguir perceber, conhecer e compreender melhor seus alunos, e conseqüentemente melhorar seus métodos de ensino. Outras palavras citadas traduzem e complementam esta idéia, como “observar”, “saber o que se está sentindo” e “respostas que os alunos dão”, por exemplo. A partir do significado destas palavras, captamos sutilmente uma idéia principal de que, talvez inconscientemente, os acadêmicos utilizam-se e apóiam-se nos fundamentos da Corporeidade e da Consciência Corporal, sob a ótica aqui abordada, mesmo não conhecendo muito sobre tal concepção, bem como algumas confessam. Em questões anteriores, e especialmente nesta última, percebemos algumas reflexões mais profundas e

outras mais superficiais, mas que, em geral, buscam, essencialmente, exprimir uma idéia de que o que o ser humano pensa, sente e demonstra deve ser o objeto principal em um meio de relação social e de ensino-aprendizagem. Outras palavras citadas não se apropriam tanto a este contexto, como “falhas de execução” entre outras, que geralmente são utilizadas em relação a uma concepção mais mecânica, como já mencionado. Mas isto, possivelmente traduz o desconhecimento dessa visão integral de ser humano sob a abordagem aqui defendida. Algumas palavras parecem se contrariar se verificarmos suas significações distintivamente, mas quando situadas em um contexto global, tais falas representam subjetivamente o ser humano considerando todas as suas dimensões.

Percebemos dessa forma, que a maioria dos acadêmicos teve pouco acesso a tais conhecimentos e sequer refletiram sobre estas concepções que abordam a multidimensionalidade do ser humano, mesmo afirmando sua importância. A resposta seguinte confirma exatamente esta afirmação, quando o acadêmico, aos poucos, conforme vai respondendo sobre o que lhe é sugerido, vai se dando conta e refletindo o verdadeiro sentido desta meditação acerca do ser humano.

**Resposta 12.** *“Com certeza. Precisamos identificar o que nossos alunos estão querendo dizer. O corpo sempre fala e é através dele que, geralmente, conseguimos obter informações sobre as pessoas. Sendo assim, saber identificar uma boa postura corporal, ter consciência corporal (sua e do outro), nos auxiliará a conhecer melhor nossos alunos, e também, com eles aprenderemos a conhecer a nós mesmos, o nosso próprio corpo, e este considero um ponto ainda mais importante, já que para conhecer o outro e suas expressões precisamos conhecer primeiro a nós mesmos e as nossas sensações e emoções.*

*Na verdade agora começo a pensar melhor sobre esse assunto: acho que estes assuntos foram, de certa forma, abordados na disciplina Corporeidade. Começo a lembrar dessas aulas e vem a mente que somos o que sentimos e nosso corpo mostra isso. Um outro ponto importante é que para sermos professores precisamos primeiro ter atenção em si e com esta atenção conseguiremos ter uma consciência corporal, que levará a uma boa postura corporal. Embora não consiga definir exatamente o que são esses termos, tenho em mente que para poder ensinar sobre isso devemos primeiro ter em nós mesmos.”*

Para finalizar, a resposta a seguir expressa de forma mais elaborada e profunda, a mesma reflexão que buscamos aqui instigar e identificar em todos os acadêmicos.

**Resposta 13.** *“Considero, com certeza. Na Educação Física fala-se tanto em movimento e ao mesmo tempo se consegue pouco percebê-lo! Se separarmos corpo e mente e considerarmos que o movimento acontece só no corpo, transformamos o ser humano em máquina. Exigir movimentos iguais, sistemáticos e ‘perfeitos’ causará frustrações em nossos alunos, porque a dissociação é impossível e ele já carrega em si experiências e vivências. A principal tarefa do professor, ao meu ver, é mostrar aos alunos as ferramentas para que ele próprio possa se sentir como corpo. Ferramentas essas que estão em movimento constante (atenção, percepção, intuição...)”*

Esta fala, certamente, representa o pensamento de algum acadêmico que obteve tal conhecimento e buscou uma reflexão maior acerca do tema, traduzindo em suas palavras o fundamento essencial de toda a pesquisa. Palavras como “percebê-lo”, “corpo e mente”, “ser humano”, “experiências”, “vivências”, “atenção, percepção, intuição” e todo o seu contexto, de forma geral citado pelo acadêmico, refletem um conhecimento mais aprofundado e consciente da verdadeira função do professor de Educação Física e de todo o ser humano – independentemente de seu papel na sociedade – que tem como objetivo principal, buscar o conhecimento de si e, assim, conseqüentemente, do mundo que o envolve.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As ações humanas, que compreendem as posturas, os gestos, os pensamentos, as emoções, as percepções e todos os inúmeros e complexos elementos que as compõem, só podem ser compreendidas se entendermos que o corpo é apenas um pequeno instrumento de manifestação e expressão, se considerarmos a profunda complexidade e totalidade da dimensão humana. Mais do que habilidades físicas, o ser humano possui inscrito em seu

corpo e em seu comportamento, significados e subjetividades que são influenciados pela cultura social, a partir de valores próprios e singulares.

O corpo, através dos gestos e expressões, traduz o que somos e o que o outro nos representa, sendo o elo de comunicação e interação que estabelecemos com o mundo. Esta linguagem corporal vai além da objetividade de nossos movimentos; ela se apresenta também de forma subliminar, subjetiva e repleta de simbolismos que muitas vezes não nos damos conta. Essas entrelinhas na comunicação com o mundo representam a essência de quem realmente somos e realmente transparecemos ao outro.

No entanto, conforme vamos nos condicionando aos costumes e às circunstâncias sociais do dia-a-dia, freqüentemente mantemos e perpetuamos estas relações mecanizadas, através de ações padronizadas e inconscientes. Esquecemo-nos que o que move o homem é o 'sentir' e que cada um sente com determinada forma e intensidade diferente do outro. Isto acaba por provocar problemas na comunicação e na interação com o outro, pois não temos flexibilidade o suficiente para perceber e compreender o que o outro efetivamente comunica.

Através do que o outro expressa, ou seja, através da totalidade viva de suas manifestações físicas, é que vamos percebendo o que ele sente e como reflete os estímulos que por ele são captados em sua interação com o outro. São seus gestos, suas posturas e expressões que mostram concretamente ao mundo, suas percepções e como este assimila e interpreta as coisas do mundo. Mas com a atenção desviada de nós mesmos e do outro que nos relacionamos, perdemos a capacidade de perceber e observar tal fenômeno. Aprendemos através de determinadas concepções a compreender o homem com um corpo fisiológico e mecânico em que todos são iguais, com as mesmas sensações, os mesmos desejos, pensamentos e sentimentos.

Entretanto, a percepção como conhecimento das coisas existentes, é uma consciência individual e não a consciência em geral. Quando uma pessoa se movimenta, o faz comandado por todo o seu sistema neurobiológico mas, o que determina a consequência e a apreciação desse movimento é o 'sentir' e o 'perceber', estando diretamente relacionado às suas experiências e vivências pessoais e à sua interpretação pessoal do mundo que o envolve.

Nesta perspectiva propomos refletir e compreender uma visão integral de consciência e postura corporal. Estes conceitos que sempre foram vistos na educação de forma dicotomizada, distintos entre si, se apresentam sob uma nova abordagem como condição um do outro. Não pode haver gestualidade e expressão se não considerarmos associados a estes todas as significações subjetivas do movimento.

A partir dos questionários dos acadêmicos, pudemos perceber que quando instigados a refletir sobre tal assunto, a maioria valoriza a multidimensionalidade do ser humano e compreende que ao interagir com a natureza humana, é “*importante*” e “*fundamental*”, como estes mesmos expressam, ter essa consciência de si e do outro, especialmente em uma prática pedagógica de qualidade.

O corpo enquanto manifestação, expressão e linguagem corporal, também é unanimemente entre os acadêmicos, a visão de que nosso corpo demonstra corporalmente nossos estados, sejam eles físicos, mentais ou emocionais. Confirmam ainda que estas manifestações são sinais de comunicação e que “*o corpo fala*”, consciente ou inconscientemente. No entanto, muitos apontam características comuns a alguns estados, que acabam por defender sinais universalmente reconhecidos, independente da cultura e da sociedade, embora o contexto em que este seja empregado, apresentem significados distintos.

Entretanto, embora os acadêmicos afirmem a existência de uma linguagem corporal através das posturas e gestos, alguns dizem que tais fenômenos não são comumente observados e sequer se dão conta de tais manifestações. Embora alguns sinais sejam perceptíveis, segundo alguns deles, estas expressões não percebidas em suas intencionalidades. Possivelmente, porque tais abordagens são pouco exploradas e pouco enfatizadas com a devida importância no conhecimento e na percepção do ser humano.

No curso de Educação Física especialmente, como muitos colocam, estes conceitos são “*pouco abordados*”, “*vistos de maneira superficial*” ou “*não como deveria*”. Embora muitos abordem conceitos e expressões que encontramos na literatura para traduzir estas concepções, os achados muitas vezes se mostram de forma contraditória ou mesmo sem profundidade ou argumentos para uma fundamentação mais consistente. Isto, provavelmente ocorra justamente porque os conteúdos reproduzidos na graduação também

perpassam os paradigmas anteriores, da visão fragmentada do ser humano, não sendo ou sendo muito pouco abordadas as concepções aqui defendidas.

Muitos acadêmicos que dizem ter estes assuntos transmitidos no curso colocam que somente em algumas disciplinas estes assuntos são referidos e muitas vezes, somente superficialmente, como se fosse apenas uma parte de um conteúdo programático e não como um meio de reflexão e construção de conhecimento. Alguns ainda apontam determinadas disciplinas específicas que se referem à temática, mas demonstram haver uma distinção entre a teoria e a prática. Disciplinas como Teoria e Metodologia da Dança, Esportes de Aventura e Fundamentos Sócio-Antropológicos da Educação Física, entre algumas outras, são exemplos citados que buscam a construção do conhecimento pelos acadêmicos, a partir desta proposta. Entretanto, outras disciplinas como Biomecânica ou Medidas e Avaliações são apontadas como disciplinas que trabalham “teoricamente” abordagens acerca da postura corporal, desprezando as demais dimensões subjetivas aqui expostas.

Fica muito claro que a grande maioria percebe esta dicotomia estabelecida no currículo do curso e poucos têm a percepção e consciência de tal adversidade. Alguns acadêmicos mais esclarecidos enfatizam estes aspectos dizendo que não são as disciplinas em si que abordam tais questões e sim alguns professores, conforme suas linhas de pensamento. Estes, independente da disciplina que ministram, buscam orientar e instigar o acadêmico a refletir suas práticas de ensino e principalmente, suas ações enquanto ser humano. Por outro lado, alguns alunos expressam que este interesse é específico de poucos e que o próprio acadêmico deve ir a busca deste conhecimento se assim o deseja, não cabendo a nenhum professor ou disciplina específica, obrigatoriamente, a abordagem do tema.

Isto confirma como a visão de ser humano, movimento e cultura corporal é dividida no curso e como as abordagens distintas confundem o aluno que acaba por acreditar que se deve aderir à uma determinada concepção de ensino, negando outra. Como se cada uma falasse de “objetos” distintos de conhecimento e como se o ser humano, não fosse o ser central do conhecimento, mas sim as intervenções e as práticas pedagógicas já estabelecidas e padronizadas, reproduzidas a cada geração.

Os próprios acadêmicos, mesmo sem ter essa percepção e consciência da reflexão do ser humano desenvolvida, apontaram, tanto objetiva quanto subjetivamente, a importância de tal abordagem dentro de um currículo que deve buscar refletir e compreender a interação social na natureza humana. Se estas interações se dão através do corpo e dos gestos, somos nós, futuros professores de Educação Física, que devemos ter tal conhecimento de si e na relação com o outro.

É importante ainda afirmar, que tais levantamentos apontados pelos acadêmicos podem ainda ser melhor explorados e refletidos a partir de suas práticas diárias. A confirmação e real percepção do que estes expõem, poderia ser melhor embasada se fossem consideradas suas experiências e vivências pessoais e fossem exploradas ainda outras questões e circunstâncias que levam a esta reflexão pelo acadêmico. Neste trabalho, em função do tempo e demais adversidades encontradas no decorrer da pesquisa, mostrou o que conceitualmente os acadêmicos entendem por tais concepções. Possivelmente, algumas respostas foram replicadas em função de uma provável indução, conforme o objetivo da pesquisa. Mas contamos com as subjetividades e entrelinhas dos achados na busca de uma compreensão ampla da percepção dos acadêmicos por tal assunto.

A partir desta pesquisa demais temas e questões podem ser explorados e sobrevir o entendimento de consciência e postura, entre outras abordagens, dentro do currículo de Educação Física. Nós pudemos perceber que as respostas mais elaboradas e aprofundadas do tema em nossa pesquisa vieram de acadêmicos em fases mais finais do curso e que, geralmente, tem uma maior noção e interesse pelo assunto, tendo inclusive, cursado a disciplina Corporeidade. Disciplina esta, optativa no currículo do curso e que embora tenha sua extrema importância na transmissão destes conhecimentos não é valorizada e tida como fundamental na grade curricular.

Esta prática reflexiva, ainda que seja imprescindível na vida de todo ser humano, independente do papel que este represente na sociedade, deve ser construída através de processos educativos que resgatem o ser humano como uma unidade onde corpo, cérebro e mente estão associados e agem integral e simultaneamente. O professor deve ter este conhecimento como uma prática consistente e embasada.

Cabe ao processo educativo instigar e compreender tais questões onde a sensibilidade da percepção e do conhecimento de si e do outro, sejam meios de desenvolver

e formar seres humanos. Nós, enquanto professores de Educação Física, especialmente em práticas educativas, devemos ter tanto quanto o conhecimento, a sensibilidade de ouvir, de ver e de perceber. Os gestos e olhares, cada detalhe de cada expressão, revelam o outro ao mundo, cada um do seu jeito, cada um com suas particularidades. A Educação Física, enquanto prática pedagógica, deve valorizar isto e compreender que educar envolve muito mais do que a complexa relação entre os aspectos motores e cognitivos, mas o despertar do universo próprio de cada um, que traz em si o conhecimento e uma dimensão afetiva para um desenvolvimento global e feliz.

Mas só podemos compreender isto, se nós mesmos nos dermos conta disto e ultrapassarmos esta relação dialética imposta ao ser humano. Esta relação entre o sensível e inteligível que só tem significado e existência dentro de uma unidade do homem. Merleau-Ponty (ANO) em uma de suas considerações afirma que a reflexão é um esforço para compreender; não é a passividade de um sujeito que contempla sua experiência e, sim, o esforço de um sujeito que aprende a significação de sua vivência. Desta forma, somente através das próprias experiências, percepções e vivências compreenderemos a verdadeira essência, nossa e depois a do outro.

## **REFERÊNCIAS**

AGOSTINI, A. de. Compreensão da corporeidade na formação de professores. **Trabalho de conclusão de curso** de Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2007.

ALVARES, S. C. Arte e educação estética para jovens e adultos: as transformações no olhar do aluno. **Dissertação** de pós-graduação da Universidade de São Paulo, 2006.

ALVAREZ, M. C. Foucault: corpo, poder e subjetividade. In: BRUHNS, Heloisa Turini; GUTIERREZ, Gustavo Luis (orgs.). **O corpo e o lúcido**. Ciclos de debates lazer e motricidade. Campinas: Autores Associados, 2000.

ARAGÃO, S. M. G. Porquê motricidade humana...? Disponível em <<http://www.ccsa.ufrn.br/gepem/porquemotricidade.htm>> Acesso em 10 de maio de 2009.

ASMANN, H. **Paradigmas educacionais e corporeidade**. Piracicaba: Ed. UNIMEP, 2005.

AYOUB, E. **Ginástica geral e educação física escolar**. Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2003.

BARROS, D. D. Imagem corporal: a descoberta de si mesmo. **Revista História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, v. 12, n. 2: p. 547-54, maio-ago. 2005.

BEZERRA, A. L. Q. et al. Gestos e posturas do enfermeiro durante **a orientação a familiares de pacientes internados em Unidades de Terapia Intensiva (UTI)**. **Rev. Esc. Enf. USP**, v. 32, n. 2, p. 134-9, ago. 1998.

BRANDL, Carmen Elisa Henn. A Consciência Corporal na perspectiva da Educação Física. **Revista do CONFEF**, n. 02. Mar. 2002.

BRITO, C. L. **Consciência corporal**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.

CARDOSO, C. L. Emergência humana, dimensões da natureza e corporeidade: sobre as atuais condições espaço-temporais do 'se-movimentar'. **Revista Motrivivência**. Ano 16, n. 22, p. 93-114, 2004.

\_\_\_\_\_. Para compreender o “tempo interior em aberto”: reflexões a partir de Schutz e Mead em direção à Educação Física e o esporte. **Revista Motrivivência**, ano 13, n. 18, mar./2002, p. 151-64.

CÔRREA, Adriana K. Fenomenologia: uma alternativa para pesquisa em enfermagem. **Rev. Latino-Americana de Enfermagem**, v. 5 n.1, Ribeirão Preto, Jan. 1997.

DIAS, J. S. N. Corpo e gestualidade: jogo da capoeira e os jogos do conhecimento. **Dissertação** de pós-graduação em Ciências Sociais na Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2007.

FERNANDES, F. V. A Relação entre a Informação Proprioceptiva e a Manutenção da Postura. Disponível em: <<http://www.profala.com/artfisio5.htm>> Acesso em 05 de maio de 2009.

FOUCAULT, M. **Vigiar e punir**: História da violência nas prisões. 14 ed. Petrópolis: Vozes, 1987.

FREITAS, Giovanina Gomes de. **O esquema corporal, a imagem corporal, a consciência corporal e a corporeidade**. Ijuí, Ed. UNIJUÍ, 1999.

GOLDENBERG, Mirian. **A Arte de Pesquisar**. Ed. Record, 1992

GONÇALVES, M. A. S. **Sentir, pensar, agir. Corporeidade e educação**. Campinas: Papirus, 1994.

**KENDALL, PF; McCREARY, EK; PROVANCE, PG. Músculos: Provas e Funções. 4ª ed. São Paulo: Manole, 1995; (VER PAGINA)**

KUNZ, E. (Org.). **Didática da Educação Física**. Ijuí: Unijui, 2002. v. 2. (Col. Ed. Física).

MARTINS, J. **Um enfoque fenomenológico do currículo: educação como *poiésis***. São Paulo: Moraes, 1992.

MERLEAU-PONTY, M. **O visível e o invisível**. São Paulo: Perspectiva, 1984.

MERLEAU-PONTY, M. **O primado da percepção e suas conseqüências filosóficas**. Campinas: Papyrus, 1990.

MERLEAU-PONTY, M. **Fenomenologia da percepção**. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

MORAIS, J. F. R. de. Consciência corporal e dimensionamento do futuro. In: MOREIRA, W. W. (org.). **Educação Física & esportes: Perspectivas para o século XXI**. Campinas: Papyrus, 1993. p. 71-88

NÓBREGA, T. P. Agenciamentos do corpo na sociedade contemporânea: uma abordagem estética do conhecimento da educação física. **Revista Motrivivência**, Santa Catarina, v. 12, n. 16, p. 53-68, mar. 2001.

[19](#). OUTEIRAL, J. **Conhece-te a ti mesmo**. São Leopoldo: Unisinos, 2003.

Formatados: Marcadores e numeração

Palmer, L. M.; Epler, M. E. Cotovelo e Antebraço: In: Palmer, L. M.; Epler, M. E. **Fundamentos das Técnicas de Avaliação Musculoesquelética**. 2 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2000.

RECTOR, M.; TRINTA, A. R. **Comunicação não-verbal: gestualidade brasileira**. Petrópolis, Vozes, 1986.

RIES, B. E.; RODRIGUES, Elaine Wainberg . **Psicologia e Educação: fundamentos e reflexões**. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2004

SCHMITT, J. C. A moral dos gestos. In: SANT'ANNA, D. B. (Org.). **Políticas do corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 1995, p. 21-38.

SCHUTZ, Will. **Profunda Simplicidade: uma nova consciência do eu interior**. São Paulo: Ágora, 1989.

SIEBERT, R.S.S., ROMERO, E. **Corpo, mulher e sociedade**. Campinas: Papirus, 1995.

SIECZKOWSKI, J. B. C. O problema da Consciência e da Autoconsciência: Uma breve introdução à filosofia da mente. Disponível em: <[http://www.ceticismonarede.com/downloads/antropologia\\_filosofica.doc](http://www.ceticismonarede.com/downloads/antropologia_filosofica.doc)> Acesso em 11 de maio de 2009.

SILVA, L. M. G., et al. Comunicação não verbal: reflexões acerca da linguagem corporal. **Rev. Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, 2000.

SIQUEIRA, T. C. B. CONSTRUÇÃO DA INTERSUBJETIVIDADE EM MERLEAU-PONTY. **Revista Educativa** - v. 5, n. 1, Goiânia, 2002.

SOARES, C. **Educação Física. Raízes européias e Brasil**. Campinas: Autores Associados. 1994.

TAVARES, D. A afetividade na relação professor-aluno sob a ótica dos professores de Educação Física. **Trabalho de conclusão de curso** de Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2007

VARGAS, A. Movimento e Gestualidade: a fala simbólica do corpo social. **Revista do Conselho Federal de Educação Física**, Rio de Janeiro, v. 01, p. 29-32, 2001.

VIEIRA, A. SOUZA, J. L. A verticalidade é sinônimo de boa postura? **Revista Movimento**, ano V, n. 10. 1999

VIEIRA, A.; SOUZA, J. L. A Moralidade Implícita no Ideal de Verticalidade da Postura Corporal. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Artigos Originais, v. 23, n. 3, p. 133-148, 2002.

WIKIPÉDIA, Disponível em: <[http://pt.wikipedia.org/wiki/P%C3%A1gina\\_principal](http://pt.wikipedia.org/wiki/P%C3%A1gina_principal)>  
Acesso em maio de 2009. (sinônimos e conceitos).

## **ANEXOS**

- ANEXO 1



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**  
**CENTRO DE DESPORTOS**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**



**Pesquisa: A percepção dos acadêmicos de Educação Física sobre consciência e postura corporal**

Prezados(as) alunos(as),

Estou realizando um trabalho de pesquisa que irá subsidiar meu trabalho de conclusão de curso em Educação Física na UFSC, sob orientação do Professor Carlos Luiz Cardoso. Para isto, gostaria de contar com a sua colaboração no preenchimento de um questionário com o objetivo de conhecer a percepção dos(as) acadêmicos(as) de Educação Física sobre consciência e postura corporal.

Os (as) alunos(as) participantes também serão submetidos(as) à observação de seu comportamento em relação ao tema, em algumas situações relevantes e pertinentes à pesquisa. Asseguro que todas as informações prestadas pelos(as) alunos(as) entrevistados(as) serão sigilosas e utilizadas somente para esta pesquisa. A divulgação das informações será anônima e em conjunto com as respostas de um grupo de pessoas.

Agradeço a sua participação, fundamental para o êxito da pesquisa.

Atenciosamente,

---

Cláudia Dri  
Graduanda em Educação Física

---

Professor Carlos Luiz Cardoso  
Orientador

1. O que você entende por “consciência corporal”?

---

---

2. Como você definiria o conceito de “boa postura corporal”?

---

---

3. Você acha que estes assuntos são abordados no curso de Educação Física? De que maneira? Em qual (quais) disciplinas(s)?

---

---

4. Você sente que demonstra corporalmente quando está em algum estado – físico, mental ou emocional - como alegre, cansado, machucado, ansioso, etc? De que forma?

---

---

5. Você consegue e costuma observar como as pessoas estão se sentindo através de sua expressão e de sua postura corporal? (ex. alegria, tristeza, cansaço, ansiedade, etc.) Qual (quais) característica (s) você acredita ser (serem) sinal(is) destes estados? Dê Exemplos.

---

---

6. Você considera importante este tipo de conhecimento pelo profissional de Educação Física? Por quê?

---

---

---

- **ANEXO 2**

**1. O que você entende por “consciência corporal”?**

*1.a. É o método que colocamos em prática os exercícios físicos, como o conhecimento necessário.*

*1.b. Noção de qualidades físicas, limites e como o corpo reage a estímulos. Saber ou ter noção de aptidões e como cuidar bem do corpo.*

*1.c.*

*1.d*

*1.e*

---

*3.a. Entendo pouco sobre este conceito, no entanto, acredito que se relaciona a se perceber, sentir de forma intensa a respiração, as emoções, a postura do corpo e as pessoas que se encontram ao seu redor.*

*3.b. São todos os movimentos e posições corporais, reflexo dos sentimentos do ser humano devido as situações cotidianas.*

*3.c. É o conhecimento intrínseco, que vem de dentro da pessoa, abordando questões de como a pessoa em si, pode melhorar a sua aptidão física como saúde, bem-estar, etc. Ou seja, ela tem a consciência que tais movimentos fazem o seu bem.*

*3.d. A preocupação que o indivíduo possui com o seu corpo ao tomar decisões de realizar movimentos que podem prejudicar seu físico.*

*3.e. Identificação do corpo e seus movimentos*

---

*5.a. Acredito que consciência corporal seja o conhecimento que temos do nosso corpo e que tudo que fazemos ou sentimos transparece nele.*

5.b. Entendo como uma capacidade de identificar que espaço seu corpo ocupa no espaço. Suas dimensões, de suas partes.

5.c. É a idéia geral de que o indivíduo tem do seu próprio corpo, das práticas que podem melhorar, fazer bem ou que não são recomendadas.

5.d. É o indivíduo ter consciência das partes do seu corpo, de suas valências e limitações. Também saber expressar através de seu corpo.

5.e. É o que a pessoa acha certo para o seu corpo.

7.a Entendo como a percepção de se sentir e se viver com o corpo. Dar-se conta que o corpo e mente não estão dissociados. Ser-aí.

7.b. Na verdade é difícil falar sobre isso, mas acredito que é quando consigo perceber meu corpo, num determinado tempo e espaço, e consigo interpretar e reconhecer o que meu corpo diz através do movimento (trato aqui do movimento de forma geral, já que nosso corpo está sempre em movimento, até quando estamos dormindo).

7.c. É conhecer os limites do seu corpo, entendendo esses limites não sendo até o ponto que você pode “levar” o seu corpo, mas até o ponto que você pode “levar” ele sem que haja algum prejuízo a sua saúde.

7.d. Saber o quanto você pode exigir do seu corpo em todos os aspectos. Entender o mínimo do seu funcionamento e ter consciência de seus aspectos motores, cognitivos.

7.e. Entendo que seja uma percepção própria sobre o nosso corpo em relação ao meio em que vivemos.

## **2. Como você definiria o conceito de “boa postura corporal”?**

*1.a. Defino como exercícios realizados corretamente.*

*1.b. postura que não faça mal, respeitando os limites pessoais. Pode ser auxiliada por exercícios físicos.*

*1.c.*

*1.d.*

*1.e.*

---

*3.a. Postura ereta, barriga levemente contraída, peito e ombros abertos, queixo para frente.*

*3.b. Seria ter uma consciência corporal independente da influência dos sentimentos.*

*3.c. Uma boa ou má postura corporal pode expressar várias coisas como: sentimentos (alegria, tristeza, etc) uma má aptidão física (inatividade).*

*3.d. Manter a coluna reta, realizar atividade de forma que não prejudique sua estrutura corporal.*

*3.e. É o corpo livre de desalinhamentos posturais, mais próximo do que deveria ser natural da nossa estrutura.*

---

5.a. Boa postura corporal é quando um indivíduo mantém sua coluna, articulações e membros de sustentação equilibrados, de maneira correta, sem desvios aparentes e desgastes físicos.

5.b. Uma postura que não prejudicasse as estruturas corporais, causando certo desvios posturais, por exemplo, como lordose ou cifose.

5.c. O indivíduo ter diariamente práticas e hábitos que lhe promovam a “boa postura corporal”.

5.d. Ter postura adequada a ocasião pertinente. No caso do professor ter boa postura frente aos alunos, para boa condução dos mesmos.

5.e. Boa postura corporal é o equilíbrio das forças que agem sobre o mesmo.

---

7.a. Como uma maneira de sustentar o corpo. Boa postura, então, é o momento característico de relaxamento do “eu-corpo” como na resposta anterior, prazer em se sentir e se viver como corpo.

7.b. Não tenho um conceito definido para este termo. Acho que seria saber colocar seu corpo e executar seus movimentos de forma consciente, evitando possíveis lesões.

7.c. Uma postura onde todas as articulações estão em seu eixo normal.

7.d. Seria uma postura corporal que mantém uma posição de conforto sem causar nenhum tipo de disfunção ou lesão em qualquer parte do corpo.

*7.e. Seria uma postura correta do ponto de vista ergonômico. Porém, não somente pelo lado ergonômico, uma boa postura corporal seria um sentimento de bem estar e satisfação com o próprio corpo.*

---

**3. Você acha que estes assuntos são abordados no curso de Educação Física? De que maneira? Em qual (quais) disciplinas(s)?**

*1.a. Sim, de maneira dialogada. Em todas as disciplinas.*

*1.b. Sim, em disciplinas distintas esses assuntos são trabalhados (at. Física e qualidade de vida e saúde, dança, etc.) e todos os professores, ou a maioria, passam aos alunos uma noção.*

*1.c.*

*1.d.*

*1.e.*

---

*3.a. É abordado pouco. Não sei dizer de que maneira. Sei que tem uma disciplina chamada corporeidade que deve abranger o assunto.*

*3.b. Sim, porém não como deveria, devido à importância. Em todas as disciplinas esportivas são trabalhados a consciência e a postura dos movimentos, porém, nunca é o assunto principal.*

*3.c. Até então não me recordo de ter estudo sobre esse assunto no nosso curso.*

*3.d. Sim, no ensino de algumas atividades os professores se preocupam com a postura a ser mantida na realização de alguma atividade. Nos alongamentos a postura é exigida de forma correta como no atletismo, ginástica, vôlei.*

3.e. Não são abordados em nenhuma disciplina.

---

5.a. Sim esses assuntos são encontrados nas disciplinas de medidas e avaliações de forma teórica e nas aulas de dança de forma prática.

5.b. Acho que sim, de maneira mais superficial, em boa parte das disciplinas.

5.c. São, pois em todos os momentos (andando, dançando, praticando alguma esporte), estamos exigindo do nosso corpo. De maneira muito clara, podemos ter mais experiência na disciplina de Teoria e Metodologia da Dança em que percebíamos a todo o momento as reações do corpo diante dos movimentos diversos, por vezes tornando o movimento estático, dando ênfase na postura e na consciência corporal.

5.d. São abordados sim. Tanto de forma teórica quanto também com a prática corporal. Em disciplinas como capoeira, aprendizagem e controlo motor, ginástica, etc.

5.e. São abordados especificadamente nas disciplinas práticas como capoeira e natação.

---

7.a. São abordados em pouquíssimas disciplinas. Na verdade, estão mais ligados às linhas de pensamentos dos professores que às disciplinas em si. Tive esses assuntos tratados em fundamentos sócio-antropológico da Ed. Física, Seminário Pedagógico, Educação Física adaptada, Corporeidade, Dança, Processos inclusivos, Esportes de Aventura. De forma diferente, conceitualmente, há professores que entendem “consciência corporal” como “saber em que ângulo tal articulação deve ser flexionada par ser executado um movimento ‘x’, com perfeição bela e utilitária”. Visão

*dicotômica de disciplinas como Biomecânica, por exemplo, ou Adaptações orgânicas ao exercício onde entende-se que o atleta precisa ingerir tal nutriente que vai agir em tal musculatura em tal período de tempo (cronológico) para se ganhar uma prova competitiva.*

*7.b. Não como deveriam. Ouvimos falar sobre mas não é criado um conceito para tais termos. Na verdade acho que, no nosso curso (licenciatura), é dado muita ênfase a questão pedagógica, no entanto, o corpo é deixado de lado, embora não haja a separação entre mente e corpo. Refiro-me a corpo, aqui, na forma de estudá-lo melhor suas possibilidades.*

*7.c. Sim, porem muito pouco. Geralmente é abordado num rápido tópico dentro da disciplina. Seminário pedagógico em educação física (consciência corporal), e Medidas e avaliação em educação física (boa postura corporal).*

*7.d. Sim, a principal disciplina é aprendizagem e controle motor, medidas e avaliações, e as disciplinas práticas, como dança, por exemplo.*

*7.e. Acredito que é muito pouco abordado, somente em algumas disciplinas como corporeidade. Mas o aluno que se interessa deve ir em busca do conhecimento através dos professores e não esperar tudo dentro da sala de aula.*

**4. Você sente que demonstra corporalmente quando está em algum estado – físico, mental ou emocional - como alegre, cansado, machucado, ansioso, etc? De que forma?**

*1.a. Sim, tudo que uma pessoas pensa o corpo irá demonstrar.*

*1.b. Sim, com certeza o lado mental está sempre atrelado ao corpo. Quando estamos tristes por exemplo, a cabeça fica sempre abaixada, etc.*

1.c.

1.d.

1.e.

---

3.a. *Com pessoas que conheço melhor, acredito que demonstro tais sentimentos. Esses podem ser expressos pela aparência do meu rosto, como o olhar e o sorriso ou falta deste, e também através do modo de falar e pelo movimento das mãos.*

3.b. *Com certeza, a postura corporal é um reflexo dos sentimentos do ser humano como um todo. Quando estamos com sentimentos negativos como cansaço, tristeza, tendemos a ficar cabisbaixo e com os ombros caídos.*

3.c. *Com certeza. Quando estamos felizes e alto-astral expressamos em uma boa postura, sempre olhando pra frente. Ao contrário, olhamos pra baixo, se arrastando em vez de caminhar.*

3.d. *Sim, quando se sente cansado ou com sono, por exemplo, em uma sala de aula, a mesma é utilizada para apoio para a cabeça dormir.*

3.e. *Sim. Momentos de cansaço, tristeza e dor me levam a ficar mais “acuada” fisicamente, certamente com uma má postura.*

---

5.a. *Sim, acredito que demonstro fisicamente através da expressão facial, de movimentos com as mãos ou da postura corporal, às vezes correta, às vezes não.*

5.b. Com certeza, quando estou cansado meus ombros ficam mais caídos. Quando estou triste, demonstro-me mais curvado também, por exemplo.

5.c. Sim, principalmente após os treinos de atletismo ou em algum jogo, o corpo mostra-se cansado. Em que os movimentos tornam-se mais lentos, refletindo em um cansaço emocional e até mental, em que cria-se certo desânimo diante das próprias atividades do dia-a-dia.

5.d. Sim, é perceptível pela sudorese excessiva, aumento na frequência cardíaca, inquietação.

5.e. Com certeza através das expressões faciais, forma de andar e gesticular, posição dos ombros.

---

7.a. Sim, se há alguma desconexão de como o que eu penso não se alinha com o que eu falo que não se alinha com o que eu faço, demonstro baixa vitalidade. Já, quando há alegria, euforia, há estado vital, há mais gestos.

7.b. Sim. O corpo fala o tempo todo. Existem várias formas de comunicação e o corpo é uma dessas formas, ele está sempre se comunicando. Muitas vezes nossa face realizar expressões que transmitem o que estamos sentindo ou pensando.

7.c. Sim, através de expressões corporais (expressões faciais, e movimentos corporais em geral).

7.d. Quando estou com muito calor, em ambientes abafados meu corpo demonstra claramente esta situação parecendo mais moroso na realização de qualquer atividade. Corpo curvado, no meu caso, é sinal de sono ou cansaço.

*7.e. Com certeza, nosso corpo é o nosso espelho. Não consigo explicar como o corpo se expressa, mas percebo principalmente nas outras pessoas certas expressões como cansaço, ansiedade, etc.*

---

**5. Você consegue e costuma observar como as pessoas estão se sentindo através de sua expressão e de sua postura corporal? (ex. alegria, tristeza, cansaço, ansiedade, etc.) Qual (quais) característica (s) você acredita ser (serem) sinal(is) destes estados? Dê Exemplos.**

*1.a O melhor exemplo é o cansaço, que o corpo fica mole e os olhos volta e meia fecham.*

*1.b Sim, braços cruzados, olhos longe, peito estufado ou encolhido, enfim, “o corpo fala”.*

*1.c.*

*1.d.*

*1.e.*

---

*3.a. Geralmente associo a tristeza e o cansaço a posturas cabisbaixas, andar “arrastado” e quando a pessoa evita olhar nos olhos de outras, além de falar pouco. No entanto, também são associadas às pessoas tímidas, portanto posso me enganar em algumas suposições. Da mesma forma, há pessoas que sorriem e falam muito por estarem alegres ou usam tais subterfúgios como uma maneira de esconder seus problemas e ansiedades.*

*3.b. Quando os sentimentos são negativos (tristeza, fadiga...) tendemos a ficar moles, cabisbaixos, com os ombros caídos. Pelo contrário, quando estamos alegres, dispostos, ficamos com uma boa postura, mais atentos.*

3.c. *Consigo observar, mas não fico reparando nas pessoas como elas estão se expressando. A não ser que esteja próximo a mim.*

3.d. *Sim, ombros caídos ou sentados na ponta da cadeira e cabeça apoiada nas cadeiras da sala são características de cansaço. Pernas e braços cruzados são muitas vezes sinal de atenção.*

3.e. *Sim. Quando observo uma pessoa mais cabisbaixa, recolhida em si, acredito que está desanimada, triste, deprimida. Quando uma pessoa está com uma postura mais ereta, me passa ser uma pessoa mais segura de si, confiante.*

---

5.a. *Não tenho costume de observar, mas alguns sinais são perceptíveis e demonstram o estado da pessoa, como por exemplo, a expressão facial de uma pessoa cansada ou doente se torna mais abatida ou de uma pessoas ansiosa que apresenta movimentos inquietantes com as mãos e pernas.*

5.b. *Sim, bastante. A expressão facial, os olhos a postura das costas. Olhos mais “caídos” como triste ou apreensivos. O próprio sorriso também pode nos dar uma idéia de como a pessoa se sente.*

5.c. *Sim, a observação começa percebendo a mim mesma e com certeza, na minha opinião, o corpo reflete cansaço através do meu olhar(arrastando o pé no chão) ou até andar devagar (mais que o normal). Através da percepção facial também, sendo que com tristeza ou cansaço os traços do rosto tornam-se mais tensos e não relaxados, sendo perceptível a alegria também, que geralmente mais visível às outras pessoas. Normalmente essas mudanças são perceptíveis mais facilmente por pessoas que conhecem a pessoa que passa por essa mudança.*

5.d. *Às vezes sim mas, nem todas as pessoas expressam seus sentimentos através do corpo. Isto pode ser observado, por exemplo, com a inquietação, nervosismo de pessoas que normalmente são calmas, tranqüilas.*

5.e. *Sim, a mesma resposta da anterior. (Através da expressão facial, forma de andar, gesticular, posição dos ombros).*

---

7.a *Sim, acredito que a resposta seja similar à anterior. Posso perceber pela vitalidade. Porém, há que se estar atento, as expressões (de alegria, tristeza, etc) também podem ser “criadas” culturalmente.*

7.b. *Consigo observar, mas não que isso seja um costume. Percebemos sem nos dar conta disso. Uma pessoa que sempre é muito alegre, por exemplo, se aparece um pouco mais quieta ou cabisbaixa já podemos detectar que ela deve estar se sentindo triste, doente.*

7.c. *Sim, alegria: sorrisos, se movimenta normalmente, fala bastante; Tristeza: rosto triste, prefere ficar “pelos cantos”, não conversa muito; Cansaço: parecidos com as características da tristeza; ansiedade: roer unhas, se movimentar bastante.*

7.d.*Sim. O corpo curvado demonstra derrota-cansaço. Os ombros caídos emitem sono e cansaço também. Mãos agitadas sem “local para serem guardadas” mostram ansiedade, euforia ou nervosismo. Às vezes, na execução de uma tarefa é possível perceber o estado físico-emocional pela maneira de execução diferente do padrão do executante.*

7.e.*Sim, pessoas quando estão muito cansadas costumam ter ‘olheiras’ e quando estão alegres costumam sorrir freqüentemente. Foram apenas exemplos que me recorde no momento, mas com certeza o corpo se expressa e confirma nosso estado de espírito.*

---

---

**6. Você considera importante este tipo de conhecimento pelo profissional de Educação Física? Por quê?**

*1.a. Sim, porque ao ministrar uma aula os profissionais saberão como trabalhar com esses alunos.*

*1.b. Com certeza, a expressão corporal, feições e todo o psicológico merecem ênfase pois também influenciam no desempenho e no rendimento em geral.*

*1.c.*

*1.d.*

*1.e.*

---

*3.a Considero importante o conhecimento sobre consciência corporal já que estamos lidando com o corpo e as emoções de outras pessoas e também com a educação de alunos, que estando inscritos em determinados contextos histórico-sociais, podem refletir tais aspectos através de gestos e comportamentos. Perceber características da consciência corporal facilita o entendimento do grupo e conseqüentemente facilita o planejamento das aulas e a intervenção. (Mesmo ciente da importância do tema acho que tenho pouco conhecimento).*

*3.b. Com certeza, pois este é um tipo de problema muito comum e creio que o profissional da educação física dever ter conhecimento do corpo como um todo e não apenas físico.*

*3.c. Sim, tanto da questão didático-pedagógica é importantíssimo conseguir avaliar a expressão corporal no aluno, tanto para saber se é uma simples fadiga ou um problema sentimental. O professor de educação física pode auxiliá-lo ou encaminhar para uma*

*peessoa específica (no caso, psicólogo). Isso porque sabemos qual é a relação professor-aluno nas escolas.*

*3.d. Sim, toda prática corporal deve exigir a postura adequada para sua realização, para melhor performance e evitar problemas de saúde futuros.*

*3.e. Sim. Porque considero a consciência corporal indispensável para qualquer prática de atividade física.*

---

*5.a. Sim, acredito que sem conhecimentos importantes para o profissional de educação física porque através deles é possível conhecer o aluno e suas necessidades, podendo realizar as atividades apropriadas para o seu desenvolvimento.*

*5.b. Acho que sim, no caso da consciência corporal para facilitar as atividades diárias das pessoas, sua locomoção, por exemplo. E quanto ao conhecimento relativo à postura, tanto deve-se ter esse conhecimento para que se possa promover a saúde como para tentar saber como a pessoa se sente, visto que lidamos bastante com pessoas na profissão.*

*5.c. Sim, pois como profissionais de Educação Física, professores, instrutores (...) é preciso perceber as necessidades de seus alunos, criar uma consciência corporal, possibilitando o conhecimento necessário para a manutenção e melhoria do seu corpo, neste caso o professor podendo descobrir as “falas” do corpo dos seus alunos, em que melhorará a relação de ambos.*

*5.d. Considero que todo professor de educação física deve ser muito observador de tudo aquilo que os cerca, principalmente em relação aos seus alunos, para o melhor entendimento das respostas que os alunos estão dando em suas aulas.*

5.e. Considero de grande importância para todo profissional que lida com o público, como uma forma de entender mais adequadamente a pessoa. É importante para o professor de educação física para que este possa melhor orientar seus alunos quanto a uma postura correta.

---

7.a. Considero, com certeza. Na educação física fala-se tanto em movimento e ao mesmo tempo se consegue pouco percebê-lo! Se separarmos corpo e mente e considerarmos que o movimento acontece só no corpo, transformamos o ser humano em máquina. Exigir movimentos iguais, sistemáticos e “perfeitos” causará frustrações em nossos alunos, porque a dissociação é impossível e ele já carrega em si experiências e vivências. A principal tarefa do professor, ao meu ver, é mostrar aos alunos as ferramentas para que ele próprio possa se sentir como corpo. Ferramentas essas que estão em movimento constante (atenção, percepção, intuição...).

7.b. Com certeza. Precisamos identificar o que nossos alunos estão querendo dizer. O corpo sempre fala e é através dele que, geralmente, conseguimos obter informações sobre as pessoas. Sendo assim, saber identificar uma boa postura corporal, ter consciência corporal (sua e do outro), nos auxiliará a conhecer melhor nossos alunos, e também, com eles aprenderemos a conhecer a nós mesmos, o nosso próprio corpo, e este considero um ponto ainda mais importante, já que para conhecer o outro e suas expressões precisamos conhecer primeiro a nós mesmos e as nossas sensações e emoções.

Na verdade agora começo a pensar melhor sobre esse assunto: acho que estes assuntos foram, de certa forma, abordados na disciplina corporeidade. Começo a lembrar dessas aulas e vem a mente que somos o que sentimos e nosso corpo mostra isso. Um outro ponto importante é que para sermos professores precisamos primeiro ter atenção em si e com esta atenção conseguiremos ter uma consciência corporal, que levará a uma boa postura corporal. Embora não consiga definir exatamente o que são esses termos, tenho em mente que para poder ensinar sobre isso devemos primeiro ter em nós mesmos.

*7.c. Não só pelo educador físico, mas por todas as pessoas que vivem dentro de uma sociedade, se você souber como uma pessoa está se sentindo, você poderá interagir com ela de forma que não irá piorar o estado dela.*

*7.d. Sem dúvidas que sim. A partir desde conhecimento e do conhecimento sobre os indivíduos com quem o Profissional de Educação Física trabalha, é possível adaptar melhor os processos de ensino-aprendizagem, além de poder detectar falhas de execução ou aprendizado baseado na forma com que os indivíduos se comportam. E na consciência que eles tem do próprio corpo, ou não tem.*

*7.e. Sim, pois nem sempre o que mensuramos e perguntamos é realmente o que a pessoa está sentindo. Nós, como profissionais de Educação Física e mexemos com o movimento humano, temos talvez uma facilidade para essa percepção e devemos usar isso a nosso favor para melhorarmos nossa aula e o relacionamento com o aluno.*