

**CEJA >>**

**CENTRO DE EDUCAÇÃO**  
de JOVENS e ADULTOS

22

# **EDUCAÇÃO FÍSICA**

**Fascículo 1**  
Unidades 1 e 2

---

## GOVERNO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

---

Governador

**Wilson Witzel**

Vice-Governador

**Claudio Castro**

---

## SECRETARIA DE ESTADO DE CIÊNCIA, TECNOLOGIA E INOVAÇÃO

---

Secretário de Estado

**Leonardo Rodrigues**

---

## SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO

---

Secretário de Estado

**Pedro Fernandes**

---

## FUNDAÇÃO CECIERJ

---

Presidente

**Gilson Rodrigues**

---

## PRODUÇÃO DO MATERIAL CEJA (CECIERJ)

---

Coordenação Geral de Design Instrucional

**Cristine Costa Barreto**

Elaboração

**Amparo Villa Cupolillo**

**Cláudia Queiroz**

**Martha Copolillo**

**Paula Edila Botelho Barbosa**

**Patrícia Pinto Xavier**

**Rosa Monaco**

Revisão de Língua Portuguesa

**Paulo Alves**

Coordenação de Design Instrucional

**Flávia Busnardo**

**Paulo Vasques de Miranda**

Design Instrucional

**Gabriel Ramos Gomes da Costa**

**Renata Vittoretti**

Coordenação de Produção

**Fábio Rapello Alencar**

Projeto Gráfico e Capa

**Andreia Villar**

Imagen da Capa  
e da Abertura das Unidades

<http://www.sxc.hu/photo/1092493>

Diagramação

**André Guimarães**

**Bianca Lima**

**Juliana Fernandes**

**Juliana Vieira**

**Patrícia Seabra**

Ilustração

**Clara Gomes**

**Fernando Romeiro**

Produção Gráfica

**Verônica Paranhos**

# **Sumário**

<b>Unidade 1 • Práticas Esportivas e Relações Humanas</b>	<b>5</b>
<hr/>	
<b>Unidade 2 • Educação Física e Corporeidades</b>	<b>37</b>
<hr/>	

# Prezado(a) Aluno(a),

Seja bem-vindo a uma nova etapa da sua formação. Estamos aqui para auxiliá-lo numa jornada rumo ao aprendizado e conhecimento.

Você está recebendo o material didático impresso para acompanhamento de seus estudos, contendo as informações necessárias para seu aprendizado e avaliação, exercício de desenvolvimento e fixação dos conteúdos.

Além dele, disponibilizamos também, na sala de disciplina do CEJA Virtual, outros materiais que podem auxiliar na sua aprendizagem.

O CEJA Virtual é o Ambiente virtual de aprendizagem (AVA) do CEJA. É um espaço disponibilizado em um site da internet onde é possível encontrar diversos tipos de materiais como vídeos, animações, textos, listas de exercício, exercícios interativos, simuladores, etc. Além disso, também existem algumas ferramentas de comunicação como chats, fóruns.

Você também pode postar as suas dúvidas nos fóruns de dúvida. Lembre-se que o fórum não é uma ferramenta síncrona, ou seja, seu professor pode não estar online no momento em que você postar seu questionamento, mas assim que possível irá retornar com uma resposta para você.

Para acessar o CEJA Virtual da sua unidade, basta digitar no seu navegador de internet o seguinte endereço:  
<http://cejarj.cecierj.edu.br/ava>

Utilize o seu número de matrícula da carteirinha do sistema de controle acadêmico para entrar no ambiente. Basta digitá-lo nos campos “nome de usuário” e “senha”.

Feito isso, clique no botão “Acesso”. Então, escolha a sala da disciplina que você está estudando. Atenção! Para algumas disciplinas, você precisará verificar o número do fascículo que tem em mãos e acessar a sala correspondente a ele.

Bons estudos!



# **Práticas Esportivas e Relações Humanas**

**Fascículo 1  
Unidade 1**





# Práticas Esportivas e Relações Humanas

## Para Início de Conversa...

Caros alunos, reflitam junto com o autor do texto abaixo para iniciarmos.

“

*O esporte deve ter, como objetivo principal, formar cidadãos conscientes do seu papel na sociedade e, dessa forma, garantir a cidadania. O verdadeiro esporte sempre foi agente de transformação, nunca de alienação. Como se não bastasse o esporte atingir esse grau de transformação do ser humano, ele passou a ter também uma importância significativa nas relações inter-pessoais.*

*Há muitos grupos sociais ligados pelo esporte, grupos que se formam para jogar uma “pelada” de futebol, vôlei, basquete, etc. São famílias que se unem em torno da atividade esportiva, nem que seja para uma caminhada. É a Educação Física Escolar que desenvolve diversas modalidades esportivas: caminhadas, trilhas ecológicas, xadrez, judô, projetos de integração, corridas de rua, etc. Foi graças a isso, que hoje o esporte se tornou um grande fator de promoção social.”*

Autor: Reni Roberto Faria

Professor de Educação Física e Filosofia

Fonte: Disponível em <http://www.pime.org.br/missaojovem/mjeducesporte.htm>.

Acesso: 12/10/2013.

”



Figura 1: Prática esportiva coletiva: momentos de encontros e estabelecimento de relações interpessoais que proporcionam vivências de sentimentos de pertencimento à grupos sociais, importantes para as relações humanas.

Como todo indivíduo é um ser social e a todo momento se relaciona com outras pessoas e com o mundo, é fácil entender que enquanto se cuida da saúde praticando atividades físicas, cria-se laços afetivos fazendo-as em grupo! Esteja antenado para descobrir a força de “todo mundo junto e misturado” e seus benefícios.



Figura 2: Corrida Internacional de São Silvestre (SP): a mais famosa e tradicional do Brasil e América do Sul, é realizada anualmente na cidade de São Paulo, no dia 31 de dezembro, com percurso de 15 Km. Momento da prática esportiva em que se pode perceber a força do esporte celebrando e concretizando relações humanas.

# Objetivos de aprendizagem

- Reconhecer a importâncias da práticas corporais na história do desenvolvimento humano, identificando os elementos da cultura corporal de movimento.
- Identificar na prática esportiva coletiva possibilidades concretas de estabelecimento de relações humanas.
- Relacionar a prática de atividade física com a prevenção ao uso de drogas lícitas e ilícitas no contexto social contemporâneo.
- Reconhecer a pluralidade da cultura corporal de movimento e suas manifestações sócioculturais.

## Seção 1

### As atividades físicas na história da humanidade

Ao rever a história da humanidade é possível perceber a presença da atividade física associada a uma movimentação corporal que produziu um aprimoramento de habilidades motoras prontas para garantir a sobrevivência do homem sobre a terra, ao passo, que estas habilidades também procuraram atender às necessidades e objetivos de cada época histórica. Com o avanço do estágio civilizatório da humanidade, estas habilidades motoras passaram a serem utilizadas com finalidades de ordem guerreira, terapêutica, esportiva e educacional.

Desde os primórdios da civilização, assim que o homem se pôs de pé, sempre necessitou da ação dos movimentos corporais. Segundo Ramos (1982, p.16), “o homem primitivo, tinha sua vida cotidiana assinalada, sobretudo, por duas grandes preocupações – atacar e defender-se”.

Analizando as ações do homem primitivo, podemos dizer que se tratava de um autêntico programa de atividade física com exercícios naturais. As ações como nadar, correr, trepar, arremessar, saltar, empurrar, puxar, foram facilitadas cada vez mais pelo aprimoramento dos sentidos, das habilidades motoras e da força, assinalando assim, a sobrevivência do homem primitivo através da aquisição de um verdadeiro repertório psicomotor.

(Fonte: Sidney Santos. *A História da Educação Física e a Atividade Física ao Longo dos Tempos*. Disponível em <http://espaco10.com.br/blog/2012/09/25/a-historia-da-educacao-fisica-e-a-atividade-fisica-ao-longo-dos-tempos.html#.UooNBIFIBkg>, acesso em 15/11/2013.)



Figura 3: Movimentos corporais em tempos remotos. Desde o início, a movimentação corporal fez parte da história da humanidade.

## As Lutas

Na história da humanidade o homem desenvolveu movimentos de defesa, inicialmente contra a hostilidade advinda do meio ambiente, depois, para realizar a caça e conquistar as mulheres, seguido por razões de disputas políticas e territoriais. Essas manifestações sempre estiveram vinculadas as tradições e a cultura popular de cada civilização.

Ao longo do tempo utilizaram-se diferentes termos para designar essas práticas, sendo os termos Lutas e Artes Marciais os mais empregados em diferentes países. Outros termos são utilizados com menos freqüência para designar essas práticas de combate, entre eles podemos destacar a Defesa pessoal, Duelo, Batalha, Pugna, Peleja, Prélio, Refrega, Esportes de Combate, Jogos de Luta, Jogos de Combate e Jogos de Oposição.

(Fonte: Tácito Pessoa de Souza Junior, Sérgio Roberto de Lara Oliveira, Sérgio Luiz Carlos dos Santos. Artes marciais, esportes de combate ou jogos de oposição? Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd148/artes-marciales-o-jogos-de-oposicion.htm>, acesso em 15/11/2013.)



Figura 4: Combates corporais. Movimentações de defesa e ataque, caracterizando o que denominamos por lutas.

## **Exemplificando uma forma de Luta...**

### **A Capoeira**

Existe um sem número de histórias e mitos sobre esse assunto. Porém, por enquanto, só há pistas sobre seu surgimento, nas quais vários historiadores, no decorrer dos tempos, vêm reescrevendo sua trajetória. Não há ainda uma data estabelecida ou um local que possa ser apontado como seu berço. O que temos de concreto é que esta manifestação – que é um misto de luta, dança, brincadeira, teatralização, jogo, enfim... – vai ter sua origem a partir do tráfico de escravos. (SILVA, 2001, p. 132-133).

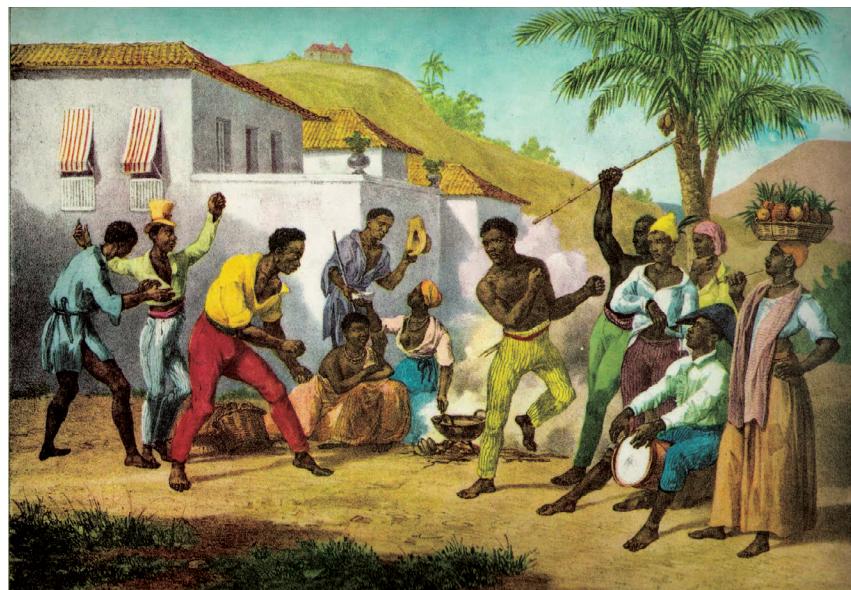


Figura 5: Jogar Capoeira ou Danse de la Guerre, 1935.

“

[...] os escravos africanos não possuindo armas suficientes para se defenderem dos inimigos, senhores de engenhos, e movidos pelo instinto natural de preservação da vida, descobriram no próprio corpo a essência da sua arma: a arte de bater com o corpo, tomando como base as brigas dos animais, suas marradas, coices, saltos e botes, aproveitando ainda as suas manifestações culturais trazidas da África para criarem e praticarem a capoeira.

SANTOS, 1990, p. 18.

(Disponível em: <[http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/livro\\_didatico/edfisica.pdf](http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/livro_didatico/edfisica.pdf)>, acesso em 17/07/2013.)

”

## **Os Jogos**

Desde os mais remotos tempos, quando a espécie humana surgiu no planeta, nasceu junto a ela uma necessidade vital para seu crescimento intelectual: jogar.

Manuscritos milenares falam de jogos praticados em todas as regiões do planeta. Dificilmente se poderá delinear exatamente qual foi o primeiro jogo surgido no mundo. Adeptos da teoria Darwiniana afirmam que foi um jogo chamado de Jogo da Evolução, praticado pelos Neanderthal. Consta que era um jogo bem simples e rude, jogado com um grande osso. Marcava-se pontos destroçando a cabeça dos adversários e com isso conseguindo o domínio de territórios.

A história prossegue com o mundo dos jogos tendo seus períodos de altos e baixos, ora fazendo grandes nomes, ora produzindo verdadeiros algozes. Apesar de todas as dificuldades, os jogos proliferaram pelo mundo e com o advento das grandes navegações as culturas se encontraram e trocaram informações.

Jogos e brincadeiras são perfeitos para alegria e desenvolvimento. Trazem em geral benefício, conhecimento e diversão para todas as idades sem preconceito ou qualquer discriminação.

(Fonte: Mário Lucio Zico. A História dos Jogos. Disponível em <http://www.jogos.antigos.nom.br/artigos.asp>, acesso em 15/11/2013.)



Figura 6: Jogos coletivos: formas de convívio fraterno com diversão e prazer.

## **Exemplificando uma forma de Jogo...**

### **Os Jogos Populares**

Os jogos populares sempre estiveram presentes na vida cotidiana, não se sabe o criador desses jogos, eles já vêm sendo praticados e transmitidos desde épocas mais remotas. Podem ser encontradas em todos os lugares e em diferentes sociedades. É fato que povos antigos como os da Grécia e do Oriente brincaram de amarelinha, empinavam papagaios, jogavam pedrinhas e até hoje as crianças o fazem quase da mesma forma. Tais jogos foram transmitidos de geração em geração através dos conhecimentos empíricos e permanecem na memória.

De acordo com Vieira e Cavalcante (2002, p. 45), Jogos populares são aqueles conhecidos também como jogos de rua em que seus elementos podem ser alterados, decididos pelos próprios jogadores, com flexibilidade nas regras, e sem exigir recursos mais sofisticados, pois sua origem está na cultura popular. Uma das características dos jogos populares, é que as mudanças dentro do jogo ficam a critério dos participantes, e para que possam ser desenvolvidas não se faz necessário a utilização de materiais industrializados, sua prática é realizada em convívio harmonioso, de forma livre espontânea e prazerosa, sendo uma manifestação desenvolvida desde os tempos mais antigos, que visa a ludicidade.

(Fonte: Joaquim Rangel Lucio da Penha. JOGOS POPULARES NO ENSINO FUNDAMENTAL. Disponível em <http://www.artigonal.com/educacao-infantil-artigos/jogos-populares-no-ensino-fundamental-4054951.html>, acesso em 15/11/2013.)



Figura 7: Jogos Populares: são os jogos e brincadeiras que aprendemos de maneira simples, geralmente passados de geração em geração.

## **As Atividades Rítmicas e Expressivas**

Se buscarmos a ideia de ritmo em alguns dicionários, encontraremos um termo derivado do grego *rhythmos*, e que mantém seu significado em alguns idiomas (como em espanhol, inglês e português), designando tudo aquilo que se move, que flui de modo sequencial ou que tem movimento regulado. O ritmo que envolve os movimentos corporais pode ser definido como a compreensão original do tempo que nós exercemos com o corpo, antes mesmo de representá-lo com o pensamento (HELLER, 2003 apud KUNZ, 2003).

Por isso, consideramos que o ritmo está presente em todas as manifestações de nossa vida, abrange tudo o que conhecemos, incluindo nós mesmos e o modo como percebemos nossos movimentos no ambiente.

Buscando a ideia de expressão corporal podemos compreendê-la como uma das primeiras formas de comunicação humana. A expressão corporal é uma forma de comunicação não-verbal. Abrange principalmente gestos, postura, expressões faciais, movimento dos olhos e proximidade entre locutor e interlocutor.

(Fonte: Atividades rítmicas. Disponível em <http://movimentoccm.blogspot.com.br/p/atividades-ritmicas.html>, acesso em 15/11/2013. Texto adaptado pelas autoras.)



Figura 8: Atividades rítmicas.

### **Exemplificando uma forma de Atividade Rítmica e Expressiva...**

#### **A Dança**

Considera-se a dança uma expressão representativa de diversos aspectos da vida do homem. Pode ser considerada como linguagem social que permite a transmissão de sentimentos, emoções da afetividade vivida nas esferas da religiosidade, do trabalho, dos costumes, hábitos, da saúde, da guerra etc. (COLETIVO DE AUTORES, 1992, p. 82).

Por esta definição, vê-se que a dança não é algo restrito a poucos. Logo, qualquer indivíduo pode praticar e se expressar com movimentos cadenciados e no ritmo de uma música! Então, qual é a fórmula correta de dançar? Resposta: não existe fórmula. A melhor forma é o seu modo de se expressar corporalmente!

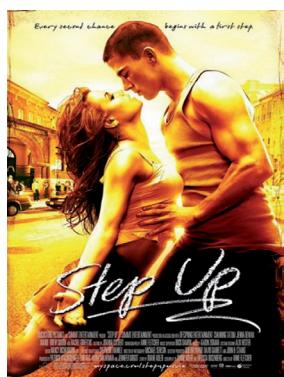
A dança é uma manifestação cultural que está presente na vida em sociedade, como por exemplo em festas populares, na família e na escola. É uma forma de expressão e de linguagem corporal, e a sua prática contribui para a promoção da saúde. Pode ser vivenciada individualmente ou em grupos. Existem muitos estilos de dança, que vão desde os clássicos, como o balé, até aos populares, como hip hop e breakdance. Quer conhecer mais? Faça um passeio nas academias, festas e comunidades da sua região e aprecie as tantas formas de danças que acontecem por aí! Após, liste os inúmeros estilos encontrados. Quem sabe você não se anima em começar a praticar um deles?



Figura 9: Gafieira na Festa Junina!



## Multimídia



"Ela dança, eu danço". Este filme tem uma linguagem muito atual para os jovens e conta uma história de superação e incorporação de valores através da dança. É um filme norte americano, produzido em 2006 e dirigido por Anne Fletcher. Não perca.

Para aprender sobre estilos de dança no Brasil pesquise

[http://pt.wikipedia.org/wiki/Dan%C3%A7a\\_no\\_Brasil](http://pt.wikipedia.org/wiki/Dan%C3%A7a_no_Brasil).

(Fonte: [http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Step\\_Up.jpg](http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Step_Up.jpg) Foto: Touchstone Pictures)

Em especial nas danças populares o corpo se manifesta para demonstrar os costumes dos povos e das regiões, associado a movimentos rítmicos e a música, trazendo à tona as raízes do lugar. Você já participou de alguma destas danças: capoeira, samba, bumba-meu-boi, maracatu, frevo, afoxé, catira, baião, xote ou xaxado, funk, rock, dança de rua? Cada uma delas carrega a identidade social da comunidade representada através de suas criações culturais, coletivas ou individuais. Pesquise qual a dança típica da sua região e divulgue-a entre os colegas. É mais um aprendizado para sua coleção!

## As Ginásticas

A ginástica, enquanto atividade física, tem sua origem na Antiguidade, uma vez que os exercícios típicos do esporte já eram desempenhados pelos homens pré-históricos com o intuito de se protegerem de ameaças naturais. Por volta de 2600 a.C., especialmente em civilizações orientais, os exercícios da ginástica passaram a fazer parte de festividades, jogos e rituais religiosos.

Contudo, pode-se dizer que foi na Grécia que a ginástica ganhou grande destaque, se tornando um elemento fundamental para a educação física dos gregos. De fato, os mesmos a conceberam como uma forma de busca por corpos e mentes saudáveis, dando à modalidade um papel fundamental na busca do equilíbrio entre aptidões físicas e intelectuais. Além disso, a valorização grega do ideal de beleza humana favoreceu ainda mais a evolução da ginástica, uma vez que sua prática era vista como uma forma de cultuar o corpo.

Posteriormente, na civilização romana, o esporte se afastou bastante de sua faceta grega, já que a valorização do corpo era vista como algo imoral pelos romanos. Assim, nesta época, a prática da ginástica se resumiu apenas a exercícios destinados à preparação militar. Para a maioria dos especialistas, a ginástica atual teve no início do século XIX o seu grande momento, pois foi neste período que surgiram as quatro grandes escolas do esporte (Inglesa, Alemã, Sueca e Francesa) e os principais métodos e aparelhos ginásticos. Desde então, a modalidade não parou de se desenvolver.

(Fonte: História da Ginástica. Disponível em <http://www.historiadetudo.com/ginastica.html>, acesso em 15/11/2013.)



Figura 10: diferentes modalidades de Ginásticas.

## **Exemplificando uma forma de Ginástica...**

### **A Ginástica Funcional**

Podemos definir movimentos funcionais como aqueles que utilizamos durante qualquer tarefa diária. Executamos esses movimentos automaticamente e esquecemos que eles foram aprendidos naturalmente, durante os primeiros passos de nossa vida, sem precisar que alguém nos ensinasse. Exemplo: correr, andar, pegar, agachar, etc. Então, podemos dizer que Ginástica Funcional veio resgatar esses movimentos que havíamos esquecidos devido a uma série de motivos. Assim, músculos que eram exigidos, hoje estão ficando hipoativos (pouco ativo), um grande exemplo disso são os músculos dos pés. Quando andávamos descalço eles eram solicitados, hoje andamos de sandálias, tênis, sapatos tornando esses músculos hipoativos. Pode-se dizer que treinamento funcional refere-se a um conjunto de métodos e exercícios utilizados com o fim de desenvolver as capacidades físicas (força, resistência, flexibilidade, velocidade, equilíbrio, coordenação.) do praticante de forma integral e específica para o seu dia-dia.

(Fonte: PORTAL EDUCAÇÃO – Cursos Online: Mais de 1000 cursos online com certificado. Disponível em [http://www.portal  
educacao.com.br/educacao-fisica/artigos/30419/treinamento-funcional-e-seus-beneficios#ixzz2l11VbbDc](http://www.portaleducacao.com.br/educacao-fisica/artigos/30419/treinamento-funcional-e-seus-beneficios#ixzz2l11VbbDc), acesso em 15/11/2013.)

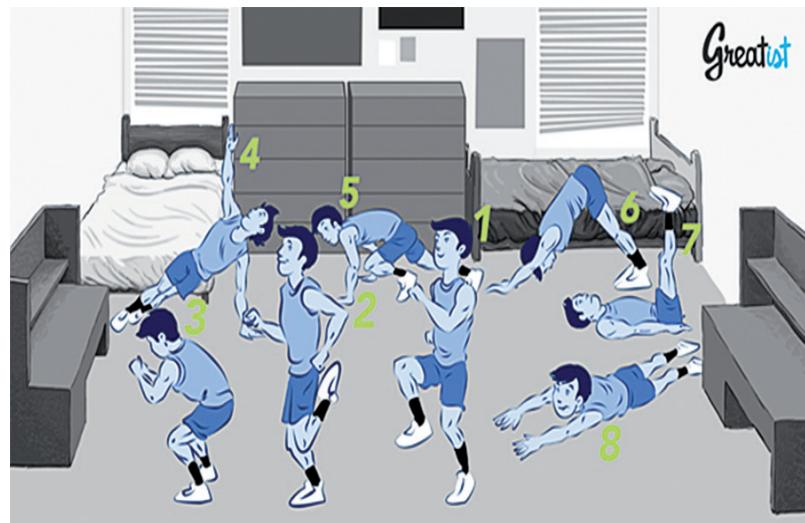


Figura 10: Ginástica Funcional: movimentos da vida cotidiana.

## **Os Esportes**

É inegável o potencial de mobilização que o esporte apresenta na contemporaneidade. Não precisamos de muito esforço para identificar que na sociedade atual, esta prática corporal se constitui como um espaço social a mobilizar pessoas de diferentes etnias, gêneros, idades, classes sociais, credos religiosos, seja como participantes/

praticantes seja como espectadores. Os eventos esportivos são exemplares dessa afirmação, pois neles podemos visualizar uma espécie de expressão pública de emoções socialmente consentidas: o congraçamento, a rivalidade, o êxtase, a violência, a frustração, a explosão em aplausos e lágrimas de sentimentos que fazem vibrar a alma dos sujeitos e das cidades no exato momento em que vivificam a tensão entre a liberação e o controle de emoções individuais.

Vale ressaltar que o esporte que hoje vivenciamos é aquele que se consolida no fim do século XIX e início do XX e que se traduz como signo de uma sociedade que enaltece os desafios, as conquistas, as vitórias, o esforço individual. O esporte que passa a ser ensinado consoante as regras sociais e morais desse tempo e que, ao modificar alguns dos antigos jogos populares, impõe a necessidade de uma educação do corpo e do espírito dos jovens de forma a despertar lideranças e a personificar, em carne e osso, os ideais representativos de um grupo social específico.

O esporte é plural e manifesta-se de diferentes maneiras em diferentes culturas e tempos e a essas manifestações agregam-se múltiplos valores. Solidariedade, consagração, celebração, são palavras por demais positivas se pensarmos nas zonas de sombra que também residem no interior do mundo esportivo. Nacionalismos exacerbados, exploração comercial e econômica, corrupção, especialização precoce, doping, violência, discriminação sexual também tem sido temas a fazer parte do cotidiano esportivo mesmo que, por vezes, os minimizemos e busquemos, a todo custo, recuperar a tradição e com ela fazer valer o que do esporte pode ser identificado como promotor de uma humanidade imanente a cada um de nós.

(Fonte: Silvana Vilodre Goellner. Esporte moderno: memória e história. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd77/esporte.htm>, acesso em 15/11/2013.)



Figura 11: Várias modalidades esportivas.

## **Exemplificando uma modalidade esportiva**

### **O Voleibol**

Voleibol é um esporte praticado numa quadra dividida em duas partes por uma rede, possuindo duas equipes de seis jogadores em cada lado. O objetivo da modalidade é fazer passar a bola sobre a rede de modo a que esta toque no chão dentro da quadra adversária, ao mesmo tempo que se evita que os adversários consigam fazer o mesmo.

O vôlei foi criado em 9 de fevereiro de 1895 por William George Morgan nos Estados Unidos.

Ao contrário de muitos esportes, tais como o futebol ou o basquetebol, o voleibol é jogado por pontos, e não por tempo. Cada partida é dividida em *sets* que terminam quando uma das duas equipes conquista 25 pontos. Deve haver também uma diferença de no mínimo dois pontos com relação ao placar do adversário - caso contrário, a disputa prossegue até que tal diferença seja atingida. O vencedor será aquele que conquistar primeiramente três *sets*.

Como o jogo termina quando um time completa três *sets* vencidos, cada partida de voleibol dura no máximo cinco *sets*. Se isto ocorrer, o último recebe o nome de *tie-break* e termina quando um dos times atinge a marca de 15, e não 25 pontos. Como no caso dos demais, também é necessária uma diferença de dois pontos com relação ao placar do adversário.

(Fonte: Disponível em <http://pt.wikipedia.org/wiki/Voleibol>, acesso em 15/11/2013.)



Figura 12: Voleibol.

1. Observe a figura a seguir e responda:



Atividade

1

- Somente os dançarinos profissionais podem se expressar através dos movimentos da dança? Sim ou não. Justifique:
- Qual a expressão que esta dança sugere levando-se em conta seus movimentos e o lugar? Acrescente sua opinião sobre esta figura:

2. Comparando as duas imagens a seguir, responda:



Figura 13: Berimbaus.

**Atividade**

1



Figura 14: Decoração de Festa Halloween.

- a. As duas figuras apresentadas são representações da cultura brasileira? Sim ou não? Justifique:
- b. Pesquise sobre danças populares brasileiras e escolha uma delas para identificar seu contexto de origem e características marcante dessa forma de expressão.

Lembre-se:  
faça em uma  
folha à parte

## Seção 2

# Práticas Esportivas Coletivas. Par ou Ímpar?



Figura 15: Jogos, atividades lúdicas e esportivas: exercícios críticos para o convívio social em sua complexidade.

Você já se deu conta de quantas experiências adquirimos praticando atividades coletivas? Desde uma simples refeição onde sentamos à mesa em família até a prática de um jogo. Nestas atividades cotidianas estamos exercitando atitudes de solidariedade, cooperação, respeito ao outro na busca por uma vida mais ética e harmoniosa, embora este processo não aconteça sem conflitos. A vida humana é tecida por relações de afeto e desafeto que se expressam nas ações do dia-a-dia e que vão nos formando como seres humanos, produtores e reprodutores da sociedade.

A prática esportiva coletiva permite o aprendizado

- da participação em grupo;
- da liderança e do respeito ao próximo;
- do respeito aos seus limites e aos do outro;
- da cooperação e da competição, adotando atitudes leais e éticas;
- do repúdio à qualquer tipo de violência e discriminação social.



Isto quer dizer que a prática da atividade física coletiva, além de promover a saúde, também promove o relacionamento entre as pessoas? Quem respondeu “Sim”, acertou! Essas vivências oferecem momentos de lazer e

prazer para o ser humano, ampliando os sentidos e significados da vida em sociedade. Experimente chamar seus amigos, familiares e vizinhos para uma caminhada ou uma “**pelada**” na praça. Acreditamos que juntos a prática da atividade física se torna bem mais divertida, não é verdade?

## Verbete

**Pelada** é o nome dado, no Brasil, a uma partida recreativa de futebol com regras livres, normalmente sem a preocupação com tamanhos de quadra/campo, condição dos calçados e uniformes, marcações básicas (pequena e grande área, círculo central), impedimentos, faltas, tempo de jogo (muitas vezes as partidas são definidas em número de gols), sendo tudo resolvido em consenso pelos jogadores.

Fonte: Adaptado de [http://pt.wikipedia.org/wiki/Pelada\\_\(futebol\)](http://pt.wikipedia.org/wiki/Pelada_(futebol))

Então, que tal formar um grupo para andar de bicicleta, correr ou jogar futebol? Tanto faz a escolha, o que importa é o convívio social e a promoção saúde! Você só precisa de algumas pessoas que tenham disposição e vontade! Mão à obra?



Figura 16: Regras do jogo: a prática esportiva oferece momentos de problematização da autoridade X autoritarismo.

Não é preciso nem dizer que para a organização dos esportes coletivos, deve haver regras e condutas para o bom convívio em campo. A Educação Física como promotora de encontros nos ajuda a pensar no exercício de práticas esportivas que discutam os conceitos de **autoridade** e **autoritarismo**, na medida em que regras são inerentes a essas atividades. Regras são acordos humanos que visam um convívio social mais harmonioso. O uso delas no meio esportivo proporciona aos participantes possibilidades de problematização desses conceitos, na medida em que as regras pré

estabelecidas de cada modalidade esportiva podem ser modificadas de acordo com o contexto e seus participantes. Essas modificações, feitas coletivamente, promovem a experiência de práticas participativas, inclusivas e democráticas.

## Verbete

**Autoridade:** significa poder legítimo, direito de mandar: a autoridade das leis, de um pai, de um chefe.(...) São sinônimos de autoridade: domínio, mando e poder.

Fonte: <http://www.dicio.com.br/autoridade/>, acesso em 12/07/2013.

**Autoritarismo:** É quando alguém resolve abusar do seu poder de autoridade e usar critérios particulares para fazer valer a sua vontade, muitas vezes não baseada em critérios justos.

Fonte: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Autoridade>, acesso em 12/07/2013.

De acordo com as Nações Unidas, apesar do reconhecimento do impacto positivo que o esporte tem no desenvolvimento de crianças, adolescentes e jovens, a Educação Física está cada vez mais sendo marginalizada do sistema de educação.

Na escola e na Educação Física, há um reconhecimento da importância do esporte de alto rendimento, no entanto se enfatiza a necessidade de priorizar o desenvolvimento do indivíduo e não apenas o desenvolvimento de habilidades técnicas dos esportes.

“

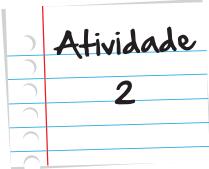
É uma irresponsabilidade pedagógica trabalhar o esporte na escola que tem por consequências provocar vivências de sucesso para uma minoria e vivências de insucesso ou de fracasso para a maioria.

Eleonor Kunz

”

A Educação Física é uma forma de ensinar aos jovens o respeito pelo corpo e dessa forma abordar assuntos como os riscos de se consumir bebida, cigarro e drogas. Além disso, é garantia de uma educação que priorize tanto a mente, quanto o corpo.

(Fonte: Disponível em <http://infojovem.org.br/infopedia/tematicas/esporte/esporte-educacional/>, acesso em 15/11/2013.)



- a. Qual a importância da prática de atividades físicas coletivas para a consolidação de valores que propiciem um melhor convívio social?
- b. Existem dois times “A” e “B”. Quando o time “A” vence é por causa do mérito-de seus jogadores e das estratégias técnicas utilizadas; já no caso do time “B”, a vitória é sempre às custas de um jogo violento, com um grande número de faltas cometidas. Qual dos times apresenta autoridade para vencer e por quê?
- c. Escolha uma modalidade esportiva e tente modificar as regras de forma a tornar a modalidade mais inclusiva para a prática do próprio grupo.

Lembre-se:  
faça em uma  
folha à parte

## Seção 3

### Prática de atividade física e a questão da saúde ampliada na sociedade contemporânea: drogas lícitas e ilícitas

Atualmente, o uso de **drogas** lícitas e ilícitas é tratado como um problema de saúde pública e de abrangência social. As consequências do uso não atingem somente o usuário; elas se expandem para as relações de trabalho, com amigos e familiares. Nesse contexto o convívio social e as relações interpessoais são fundamentais para o usuário trilhar o caminho da reabilitação. Vamos refletir acerca dessa problemática, entendendo a importância da realização de atividades físicas para os sujeitos envolvidos nessa situação?

Atualmente, a medicina define droga como sendo “qualquer substância capaz de modificar o funcionamento dos organismos vivos, resultando em mudanças fisiológicas ou de comportamento” (OMS, 1978). A droga pode ser medicinal ou nociva: medicinal, quando usada para curar (remédios) e nociva, quando seu uso traz malefícios (vícios, uso indevido ou óbito).



Quando existe um jovem usuário de crack na família, por exemplo, toda a família sofre o problema e as consequências junto com o parente, quer sejam consequências emocionais, financeiras ou de saúde, mas todos se envolvem! Você já viu isto acontecer? Vamos entender como as drogas são classificadas em relação a sua natureza:

**“Drogas naturais**, extraídas de plantas, como a Cafeína (do café) e a THC tetrahidrocannabinol (da cannabis).

**Drogas sintéticas**, que são fabricadas em laboratórios.”

(Fonte: Disponível em: <<http://drogasportalprofessor.wordpress.com/>>, acesso em 14/07/2013.)

E também, quanto à legalidade da comercialização:

**Droga lícita** é uma droga cuja produção e uso são permitidos por lei, sendo liberada para comercialização e consumo. São drogas lícitas, por exemplo, as bebidas alcoólicas e o cigarro.”

(Fonte: Disponível em <[http://pt.wikipedia.org/wiki/Droga\\_lícita](http://pt.wikipedia.org/wiki/Droga_lícita)>, acesso em 05/11/2013.)

**“Droga ilícita** é toda e qualquer substância química proibida por lei. Note-se que algumas drogas, ilícitas em determinados países, são permitidas e de uso corriqueiro em outros países, sendo o seu uso aceito culturalmente. Veja-se o exemplo do álcool, proibido em países muçulmanos, mas permitido no Ocidente. No Brasil, são exemplos de drogas ilícitas a maconha, o crack e a cocaína.”

(Fonte: Disponível em <[http://pt.wikipedia.org/wiki/Droga\\_il%C3%ADcita](http://pt.wikipedia.org/wiki/Droga_il%C3%ADcita)>, acesso em 14/07/2013.)



Figura 17: Drogas lícitas que viciam.



Figura 18: Drogas Diversas que podem matar.



Figura 19: O esporte na luta contra as drogas. A confluência dos campos de estudos da Saúde e da Educação Física reafirma a importância de práticas de atividades físicas na prevenção e reabilitação do uso de drogas.

“

Para o médico Rogerio Morihisa, a inserção de hábitos saudáveis de vida desde a infância é uma das maneiras de se prevenir o uso de drogas na adolescência e vida adulta. “A prática esportiva, sendo um dos muitos hábitos saudáveis que o ser humano pode adotar, funcionará como um fator de proteção contra o uso de álcool e outras drogas. É claro que ela sozinha não evitárá que o jovem se envolva com drogas. Por isso, aliado ao esporte, eu recomendo o fornecimento de informações, de modo imparcial e científico, sobre os efeitos das drogas, com a capacitação dos treinadores/professores, a oferta de desafios e realizações, pois as práticas esportivas proporcionam isso e a participação dos pais ou cuidadores nesse processo.

(...). Rogerio acrescenta que a família é imprescindível tanto na prevenção ao uso de álcool e outras drogas como no tratamento das dependências. “Na prevenção, é importante que a família promova um vínculo adequado com os filhos, tenha hábitos saudáveis de vida, dê todo o apoio possível aos filhos, mas sempre estabelecendo os limites necessários, e promova atividades conjuntas, como almoçar ou jantar, sair, praticar esportes e lazer”, explica.

Espor tes no combate e prevenção às drogas. Uma poderosa aliança. Por Patrícia Osandón

(Fonte: Disponível em [www.esporteesencial.com.br/.../esportes-no-combate-e-prevencao-as-drogas](http://www.esporteesencial.com.br/.../esportes-no-combate-e-prevencao-as-drogas). Acesso em 12/10/2013).

”



Esta campanha, entre muitas outras, tem um propósito sócio educativo contra as drogas e incentivo à prática de esportes, assinada pelo campeão Popó. Veja na íntegra no endereço: <http://www.youtube.com/watch?v=zTvhz7Rlm0>



Figura 20: Lançamento da Campanha “Crack só de Esportes”/Bahia/2013.

**Atividade**

**3**

Segundo Rafael Nuernberg Lauer (2009), “A ideia de que drogas e esportes caminham em sentidos opostos parece ser senso comum na sociedade brasileira: o esporte se associa à saúde, à cidadania e à liberdade; a droga à degradação, à violência e ao vício.” Você compartilha dessa citação? Justifique sua resposta a partir de uma análise crítica da questão das drogas e sua relação com a atividade física.



Baseada na figura acima, responda as perguntas:

- a. Qual a mensagem que a figura transmite?
- b. Como a prática da atividade física coletiva pode contribuir para a melhora desta situação?
- c. Escreva um texto acerca dos possíveis problemas que o uso de drogas acarreta nas relações familiares e interpessoais.

Lembre-se:  
faça em uma  
folha à parte

## Resumo

Vamos reunir o que aprendemos para avançar nos estudos? Então segura aí!

- O objetivo das atividades práticas coletivas é a promoção da saúde, com vistas ao exercício de uma cidadania plena.
- Exercemos a autoridade ou o autoritarismo desde a infância, nas diversas relações em sociedade, inclusive nas práticas de atividades físicas. Levamos esta prática para a vida adulta como cidadãos.
- A droga é qualquer substância capaz de modificar o funcionamento dos organismos vivos, resultando em mudanças no seu corpo ou no seu comportamento.
- As drogas são classificadas em naturais ou sintéticas em relação a sua natureza, e lícita ou ilícita, em relação à legalidade/comercialização.
- A prática das atividades esportivas coletivas são instrumentos importantes na prevenção e na recuperação dos usuários de drogas.
- A dança é uma atividade de expressão corporal que segue uma música e pode ser praticada por qualquer pessoa.
- Nas danças populares o corpo se manifesta para demonstrar a pluralidade cultural presente nas sociedades.
- A capoeira é uma manifestação que mistura luta, dança, brincadeira, teatralização e jogo e está bastante presente nas práticas pedagógicas da Educação Física.

## **Atividade 1**

**Respostas  
das  
Atividades**

1. a. Não, qualquer pessoa pode expressar suas emoções através do movimento da dança. A figura incentiva a prática da dança fora de padrões rígidos.  
b. A dança praticada sugere a sensação de leveza e alegria por causa dos movimentos suaves e demonstra sensação de liberdade, pois é dançada ao ar livre.
2. a. Não, somente a primeira figura representa a cultura brasileira (capoeira). A segunda representa a cultura norte-americana (*Halloween*).  
b. Resposta pessoal.

## **Atividade 2**

- a. Obediência às regras e ao árbitro, liderança e submissão, respeito aos seus limites e aos do outro, cooperação, lealdade e espírito de equipe, entre outros.
- b. O time “A” que vence por seus méritos atléticos e estratégicos apresenta talento e capacidade, logo, tem autoridade para vencer. Ao contrário do time “B” que usufrui de covardia e inibição para com os adversários, sendo arbitrário na sua forma de agir.
- c. A criança pode ficar inibida, com medo e retraída por conta das zombarias que sofre. Especialmente nas aulas de educação física, ela pode não querer mais participar dos jogos e/ou das práticas para não sofrer mais ataques.

### Atividade 3

- a. Resposta pessoal, relacionando ao uso de vícios (bebidas alcoólicas e cigarro) com prejuízos na saúde física, mental e emocional, relatando sobre a estagnação na vida pessoal/social.
- b. A prática da atividade física coletiva serve como tratamento na recuperação do usuário. Além de promover a saúde, também ajuda na reinserção do indivíduo na vida em grupo (socialização).
- c. Usuários envolvidos com acidentes de trânsito, agressões, depressões clínicas, distúrbios de conduta, risco de contaminação no âmbito sexual e transmissão do HIV pelo uso de drogas injetáveis. Famílias envolvidas emocionalmente e financeiramente com os problemas desenvolvidos decorrentes do vício.

Respostas  
das  
Atividades

### Bibliografia

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. SVS/CN-DST/AIDS. **A Política do Ministério da Saúde para Atenção Integral a Usuários de Álcool e outras Drogas/Ministério da Saúde**. 2.ed. rev. ampl. – Brasília: Ministério da Saúde, 2004.64 p.: il. – (Série B. Textos Básicos de Saúde)

- **Grande Enciclopédia Larousse Cultural**, Vol. 3, "Balé no Brasil", p. 607. Editora Nova Cultural. ISBN 85-13-00757-9
- COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.
- Apostila de Educação Física / vários autores. – **Curitiba: SEED-PR**, 2006. – 248 p. ISBN: 85-85380-32-2
- SILVA, P. C. da C. Capoeira e Educação Física: uma história que dá jogo... primeiros apontamentos sobre suas inter-relações. In.: **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 23, n. 1, p. 131-145, Set. 2001.
- REIS, J. J. e GOMES, F. dos S. **Liberdade por um fio: história dos quilombos do Brasil**. São Paulo: Companhia das Letras, 1996.
- SANTOS, L. S. **Educação: educação física – capoeira**. Maringá: Universidade Estadual de Maringá, 1990.

## **Documentos consultados online**

- <http://www.quemundovocevive.com.br/bem-estar/esporte-coletivo-como-forma-de-socializacao-e-saude/>
- <http://www.conteudojuridico.com.br/pdf/cj029588.pdf>
- [http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/politica\\_de\\_ad.pdf](http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/politica_de_ad.pdf)
- <http://portaldoprofessor.mec.gov.br/noticias.html?idCategoria=8&idEdicao=47>
- [http://www.dominiopublico.gov.br/pesquisa/DetalheObraForm.do?select\\_action=&co\\_obra=150782](http://www.dominiopublico.gov.br/pesquisa/DetalheObraForm.do?select_action=&co_obra=150782)  
<http://www.youtube.com/watch?v=zTvchz7Rlm0>
- <http://www.brasil.gov.br/crackepossivelvencer/superacao/projetos-bem-sucessidos>
- <http://www.youtube.com/watch?v=-eN25Cezvsc>
- <http://pt.wikipedia.org/wiki/Bale>
- [http://pt.wikipedia.org/wiki/Folclore\\_brasileiro](http://pt.wikipedia.org/wiki/Folclore_brasileiro)
- <http://www.fundaj.gov.br/geral/folclore/carta.pdf>
- [http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/livro\\_didatico/edfisica.pdf](http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/livro_didatico/edfisica.pdf)

## **Imagens**



- <http://www.sxc.hu/photo/1092493>



- <http://www.sxc.hu/photo/1113690> • Wong Mei Teng



- <http://www.sxc.hu/photo/549627> • Anônimo



- [http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Corrida\\_%C3%A3o\\_Silvestre\\_2012.jpg](http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Corrida_%C3%A3o_Silvestre_2012.jpg) • Mark Hillary



- [http://1.bp.blogspot.com/-7X\\_\\_1Gg9gF8/TrUFT0UIN6I/AAAAAAAAB4I/XsKhNd7DLYk/s1600/jogos-na-antiguidade.jpg](http://1.bp.blogspot.com/-7X__1Gg9gF8/TrUFT0UIN6I/AAAAAAAAB4I/XsKhNd7DLYk/s1600/jogos-na-antiguidade.jpg)



- <http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=28894>



- <http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Rugendasroda.jpg> • Johann Moritz Rugendas



- <http://semeciraquaraba.blogspot.com.br/>



- <http://www.slideshare.net/VictorSaid/jogos-populares-15661922>



- <http://movimentoccm.blogspot.com.br/p/atividades-ritmicas.html>



- [http://farm2.staticflickr.com/1026/749601638\\_5fc3411ede\\_o.jpg](http://farm2.staticflickr.com/1026/749601638_5fc3411ede_o.jpg) • Tupinambá



- [http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Step\\_Up.jpg](http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Step_Up.jpg) • Touchstone Pictures



- <http://ginasticageral.blogspot.com.br/2011/04/mas-afinal-o-que-e-ginastica-geral.html>



- <http://kilorias.band.uol.com.br/2013/02/treinamento-funcional-intenso-em-casa-tente-mais-estes-8-exercicios/>



- [http://2.bp.blogspot.com/-hoKCy7BhzWk/TVdY8PHKgQI/AAAAAAAAYYY/wYA\\_5b08oic/s1600/esportes.jpg](http://2.bp.blogspot.com/-hoKCy7BhzWk/TVdY8PHKgQI/AAAAAAAAYYY/wYA_5b08oic/s1600/esportes.jpg)



- <http://voleibolcaicoense.blogspot.com.br/>



- <http://www.sxc.hu/photo/1386580> • Belovodchenko Anton



- [http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Hn\\_3berimbau.jpg](http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Hn_3berimbau.jpg) • Horst Nogajski



- <http://www.sxc.hu/profile/darrendean> • DarrenDeans



- [http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Odds\\_and\\_evens\\_-\\_odds\\_01.jpg](http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Odds_and_evens_-_odds_01.jpg) • Anna Frodesiak



- [http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/4/46/Verwarnung\\_im\\_Fussball-RB\\_Salzburg-18-09-2005.jpg](http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/4/46/Verwarnung_im_Fussball-RB_Salzburg-18-09-2005.jpg) • Markus Dallarosa



- <http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:Alkoholika.jpg> • Peter Niemayer



- [http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pyschoactive\\_Drugs.jpg?uselang=pt-br](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pyschoactive_Drugs.jpg?uselang=pt-br) • Octavio L



- <http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Las-drogas.jpg?uselang=pt-br> • Yamalylopezgomez



- <http://www.sxc.hu/photo/1129312> • Krzysztof (Kriss) Szkurlatowski

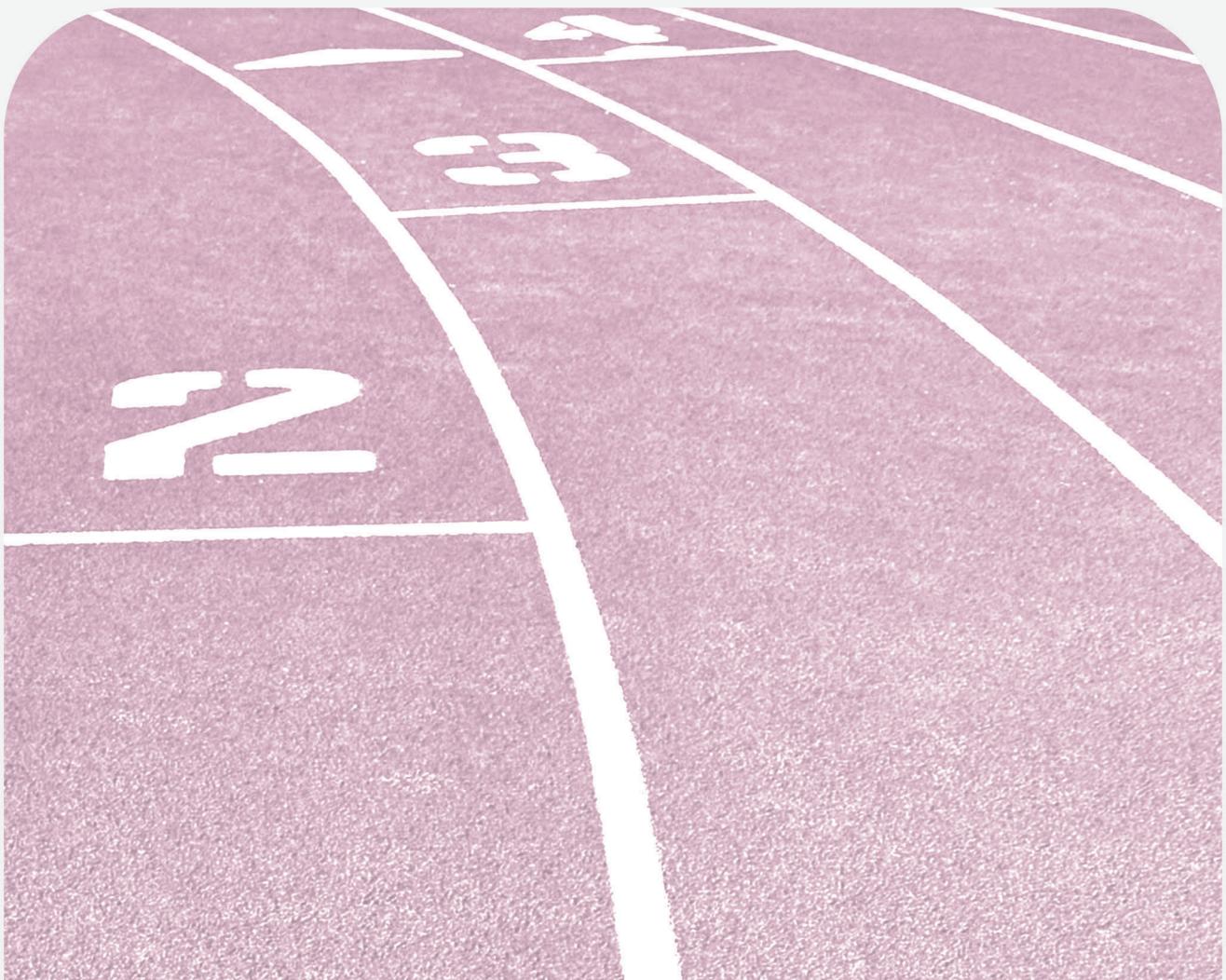


- <http://www.flickr.com/photos/agecombahia/8735078885/sizes/m/in/photostream/> • GOVBA



- <http://www.flickr.com/photos/imagensevangelicas/6340176921/sizes/m/in/photostream/> • Imagens Evangélicas





# **Educação Física e Corporeidades**

**Fascículo 1  
Unidade 2**



# Educação Física e Corporeidades

*Para Início de Conversa...*

## **“Corpo também é gente”**

A famosa máxima “Penso, logo existo.” implica uma concepção que permeia todo o conhecimento e os valores ocidentais, e que tem duas características muito definidas: a de que corpo e mente são opostos, e a de que o corpo é um mero suporte para as nobres atividades mentais. Essa concepção, na escola, se materializa como a crença de que só se aprende com a mente.

Por que estabelecemos uma “hora” para cada atividade? Será que todo mundo tem fome junto? Quem diz que é hora de dormir? Além disso, por que propomos determinadas atividades e não outras? Temos, na escola, uma hora para dançar? E para fazer aquilo de que se tem vontade?

Para Maturana (2001), o conhecimento não é representativo, não está gravado na mente humana, mas é corpóreo – está gravado em nossos corpos, o que inclui outras dimensões que não só a mente racional humana: inclui as sensações corporais e os sentimentos vivenciados. No entanto, estamos

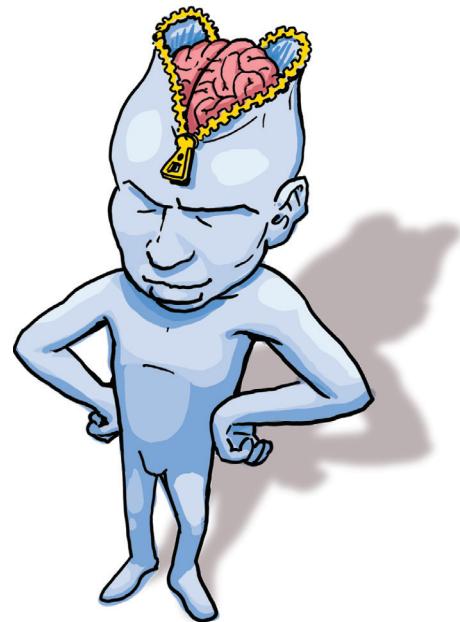


Figura 1: Corpo como suporte da mente: prevalece na sociedade a ideia de que o ser humano está dividido em corpo e mente, sendo o corpo entendido apenas como um suporte para a mente, única construtora de conhecimentos. Vamos refletir sobre isso? Somos estes seres humanos fragmentados? Será possível agir sem pensar?

inseridos em uma cultura que enfatiza o conflito mente/corpo, e a escola acaba reproduzindo esta dualidade em suas estruturas curriculares e em suas rotinas.

Há uma grande valorização do intelecto, já que a sociedade em que vivemos tende a ignorar tudo aquilo que nos identifica como animais. Relegando o corpo a um segundo plano, ficam também esquecidos outros canais de expressão, entre eles as sensações físicas, as emoções, os afetos, os desejos.

Fontes: Aconchegando o corpo na escola: as perspectivas. Pensando o lugar do corpo na escola. In Salto para o Futuro. O Corpo na escola. Ano XVIII boletim 04 - Abril de 2008 *Alexandra Pena, Isabel C. Bogéa e Leonor Pio Borges*.

## Objetivos de aprendizagem

- Reconhecer o corpo como uma construção sociocultural, compreendendo a indissociabilidade entre corpo e mente e as múltiplas corporeidades;
- Analisar criticamente a presença das mídias na constituição dos modelos corporais que circulam na sociedade contemporânea;
- Identificar diferentes sentidos e significados expressos nas práticas corporais cotidianas.

# Seção 1

## Corpo, cultura e sociedade

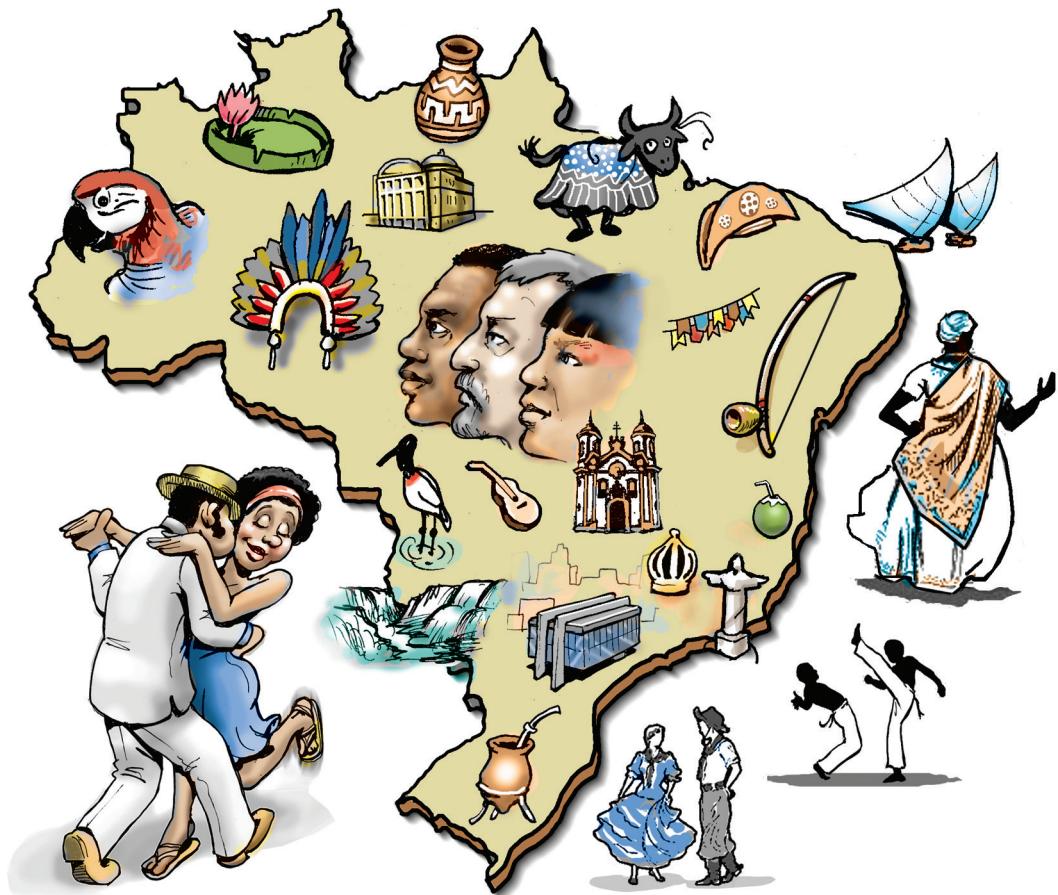


Figura 2: Pluralidade dos corpos: vivemos num país multicultural em que as manifestações e expressões corporais se constroem a partir de uma vasta pluralidade histórica, social, econômica e cultural.

O corpo é atravessado pelas vibrações que o cercam; daí, desliza, se transforma, escapa, muda de forma, contagia, afeta e é afetado. Ele é, no mundo, passivo e ativo paradoxalmente. A todo esse movimento transformacional do corpo-no-mundo; a todas essas derivas e desdobramentos que lhe são possíveis, chamamos de corporeidade! Tal corporeidade atua na (re)criação de sentidos, e não apenas os aloja corporalmente. É, portanto, “veículo produtor de sentidos”. As corporeidades expressam, assim, a capacidade que o corpo tem de ser o “motor” da construção de novas subjetividades e sensibilidades; de novas e diferentes maneiras de se ser sujeito.

(Fonte: Disponível em: <http://nuvic.com.br/2012/03/sobre-corpo-e-corporeidade/> Texto: Rogério Machado Rosa. Acesso em 29/10/2013.)

Cada gesto que fazemos, a forma como nos sentamos, a maneira como caminhamos, os costumes com o corpo da gestante (a mensagem hoje é que ela se movimente, ao contrário de poucos anos atrás), os cuidados com

o bebé... tudo é específico de uma determinada cultura, que não é melhor nem pior que qualquer outra. A forma de lutar, os cuidados higiênicos com o corpo, os esportes que se praticam numa determinada época e num determinado local são influenciados pela cultura. As brincadeiras, os tipos de ginástica, os cuidados estéticos com o corpo... enfim, tudo é influenciado pela cultura. Numa multidão, podem-se notar certos comportamentos corporais comuns, que caracterizam e padronizam um determinado povo. Aliás, como relata RODRIGUES (1987), pode-se reconhecer um brasileiro num outro país pela sua forma de andar e gesticular, sua postura, seus movimentos corporais. Duas seleções de voleibol, jogando com as mesmas regras e técnicas, e com sistemas táticos similares, possuem estilos diferentes, um jeito característico de praticar o voleibol ou o futebol, que reflete tradições culturais distintas.

(Fonte: Os significados do corpo na cultura e as implicações para a Educação Física. Jocimar Daólio. Revista Movimento. Ano 2 – N.2 – Junho/ 1995.)

## O multiculturalismo expresso nos corpos: o corpo como produto e produtor de cultura.

Observe e analise criticamente as imagens abaixo, identificando marcas políticas, históricas, culturais e sociais nos corpos. Você pode fazer este exercício utilizando as diferentes linguagens (oral, escrita e/ou corporal). Exerça sua criatividade!

### Atividade

1

#### Verbete

**MULTICULTURALISMO:** é o reconhecimento das diferenças e da individualidade de cada um. Daí então surge a confusão: se o discurso é pela igualdade de direitos, falar em diferenças parece uma contradição. Mas não é bem assim. A igualdade de que se fala é igualdade perante a lei, é igualdade relativa aos direitos e deveres. As diferenças às quais o multiculturalismo se refere são diferenças de valores, de costumes etc., posto que se trata de indivíduos de raças diferentes entre si.

(Fonte: Disponível em: <http://www.infoescola.com/sociologia/multiculturalidade/>. Acesso em 29/10/2013.)



Lembre-se:  
faça em uma  
folha à parte

## Seção 2

### As mídias e os modelos corporais

“

Atualmente, com a difusão global e intensa da informação, a imagem corporal vem sofrendo intervenções variadas, que estão mais ligadas ao *marketing* do que à própria estrutura étnica de cada grupo. Fronteiras sociais e padrões estéticos anteriormente estabelecidos perderam seus limites. Em um passado não muito remoto, a identidade grupal era mais facilmente preservada, pois a distância geográfica mantinha os grupos relativamente isolados. Não vivíamos em uma aldeia global, já preconizada por Marshall McLuhan.

PITANGUY, 2009, p. 79.

”

Certamente, a evidência do corpo não é do corpo em si, considerado na sua especificidade, mas a evidência de um modelo de corpo. Esse modelo de corpo entra em pauta nos discursos midiáticos da sociedade contemporânea, que, via publicidade e propaganda, forma estereótipo e reproduz e veicula imagens de representação de um dado padrão de corpo vigente. E esse corpo, tomado como referência da cultura contemporânea e veiculado pela mídia via publicidade, é um corpo “bonito por dever”, um corpo que se pauta pelo culto a certo padrão de beleza ocidental disseminado pelo restante do mundo.

Cabe ressaltar que as concepções de corpo edificadas historicamente pela civilização ocidental a que nos referimos referem-se à padronização dos conceitos de beleza, fundados no corpo magro ou musculoso, ancorada pela necessidade de consumo criada pelas novas tecnologias e homogeneizada pela lógica da produção. São essas a que nos referimos e que parecem corroborar com os modelos estéticos atuais. Ante o exposto, constata-se a necessidade de desvelar os mecanismos de construção dos modelos estéticos referidos e os interesses mercadológicos envolvidos na sua determinação e propagação.



É claro que, como nos informa o renomado cirurgião plástico brasileiro, Ivo Pitanguy (2009, p. 85), a busca pela beleza é tão antiga quanto o ser humano; é mítica. As esculturas, as pinturas e todas as manifestações de representação da perfeição e da forma nos remetem aos módulos que representaram o cânone dominante. A meu ver, esse “cânone dominante” é essencialmente ocidental. Mas, provavelmente, na contemporaneidade, ele está cada vez mais se globalizando, pois já é consenso entre vários autores que vivemos atualmente numa aldeia global em que o intercâmbio não acontece somente no plano econômico, mas também nas formas culturais e do comportamento.

Desde os nossos mais remotos ancestrais, elementos estéticos faziam parte do seu cotidiano. O que parece ser um elemento questionável é a valorização extrema da beleza e a idealização de um modelo de corpo considerado perfeito e passível de ser construído de acordo com as condições e possibilidades da cultura contemporânea.

(Fonte: Corpo, mídia e mercado: o corpo objeto de discurso publicitário. Lionês Araújo dos Santos. Disponível em: <http://revistas.unibh.br/index.php/ecom/article/view/604/342>. Acesso em 29/10/2013.)



Figura 3: As influências das mídias na constituição dos modelos e padrões corporais: no mundo contemporâneo, somos todos consumidores midiáticos, especialmente da mídia televisiva. Sabemos que essas mídias têm uma intencionalidade evidente de divulgação de modelos corporais, visibilizando determinados padrões e associando-os à felicidade, ao prazer e ao sucesso. Assim, sem refletirmos sobre estas questões, somos facilmente capturados e passamos a adotar comportamentos na busca incessante para atingir esse “ideal”.

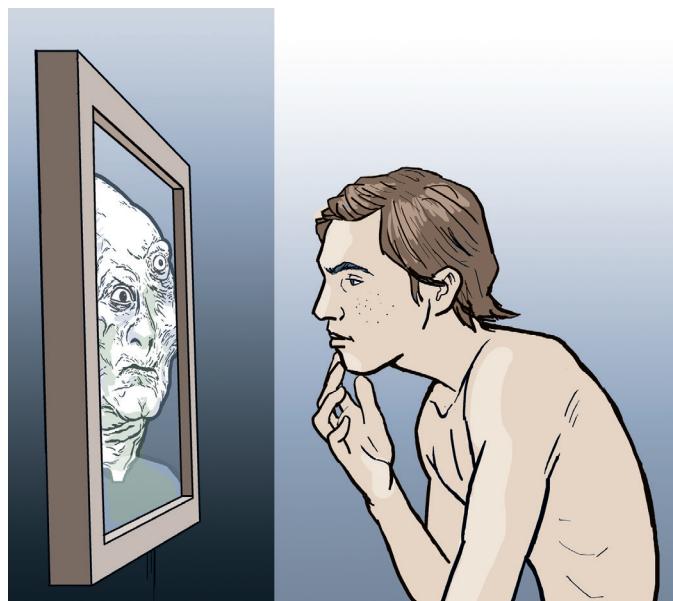


Figura 4: Distorção da imagem corporal: o que vemos é um exemplo extremo de uma situação que pode ocorrer quando não conseguimos nos tornar consumidores midiáticos críticos sobre os modelos corporais, levando-nos ao sofrimento.

## Distorções da imagem corporal

A *anorexia nervosa* e a *bulimia nervosa* são transtornos alimentares caracterizados por um padrão de comportamento alimentar gravemente perturbado, um controle patológico do peso corporal e por distúrbios da percepção do formato corporal. Está presente, na *anorexia nervosa*, um inexplicável medo de ganhar peso ou de tornar-se obeso, mesmo estando abaixo do peso, ou mais intensamente, uma supervalorização da forma corporal como um todo ou de suas partes, classicamente descrito como distorção da imagem corporal.

Já a *bulimia nervosa*, Russell (2002) descreveu-a como uma urgência poderosa e irresistível de comer demais, comportamentos compensatórios consequentes, tais como vômitos, uso inadequado de laxantes, diuréticos e exercícios físicos abusivos acompanhados de um medo mórbido de tornar-se obeso.

Bruch (1962) desenvolveu a primeira teoria sistemática a respeito de problemas de imagem corporal nos transtornos alimentares, sendo que esta distorção da imagem corporal é um dos três fatores necessários ao desenvolvimento da anorexia. Mais ainda, afirma que este era o aspecto mais importante do transtorno e também notou que a melhoria dos sintomas da anorexia poderia ser temporária se não houvesse uma mudança corretiva na imagem corporal.

De acordo com Bruch (1962), mais alarmante do que a má nutrição em si na *anorexia nervosa* é sua associação com a distorção da imagem corporal que, entre outros fatores, apresenta-se como uma ausência de preocupação com a magreza, mesmo quando esta já está em um estágio bem avançado.

Segundo Cash e Deagle (1997), o distúrbio da imagem corporal é um sintoma nuclear dos transtornos alimentares, caracterizado por uma autoavaliação dos indivíduos que sofrem desse transtorno, influenciada pela experiência com seu peso e forma corporal. Embora uma insatisfação ou distorção da imagem corporal possa estar presente em outros quadros psiquiátricos, como transtorno dismórfico corporal, delírios somáticos, transexualismo, depressão, esquizofrenia e obesidade, é nos transtornos alimentares que seu papel sintomatológico e prognóstico é mais relevante.

(Fonte: Imagem corporal nos transtornos alimentares. Carolina Jabur Saikali, Camila Saliba Soubhia, Bianca Messina Scalfaro, Táki Athanássios Cordás. Disponível em: <http://urutu.hcnet.usp.br/ipq/revista/vol31/n4/164.html>. acesso em 29/10/2013.)

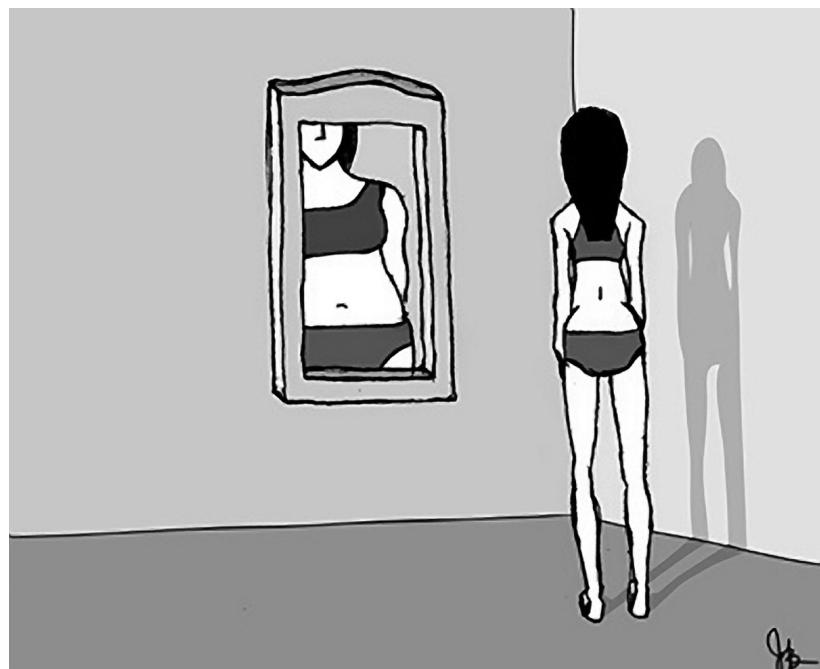


Figura 5: Anorexia.

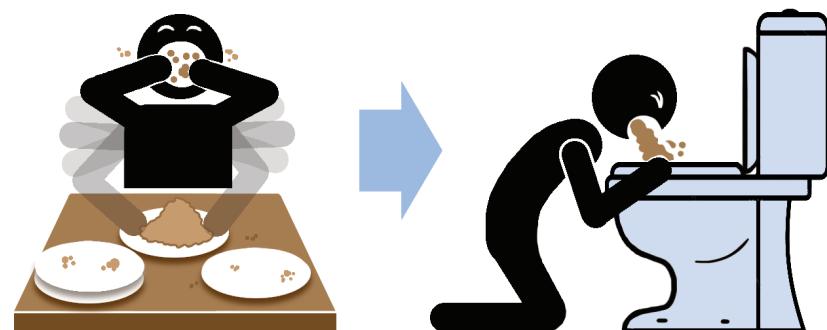


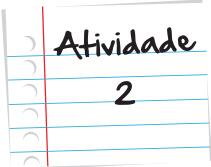
Figura 6: Bulimia.



## Importante

### Para refletir...

Diante das questões apresentadas, é necessário refletirmos e lutarmos juntos para que não nos deixemos influenciar pelos modelos de corpo disseminados pelas mídias, considerando-os como caminhos para a aquisição da felicidade e do sucesso. Podemos iniciar perguntando se esses modelos são realmente necessários à felicidade ou se são realmente belos e desejados por todos ou ainda se todos podem e realmente querem alcançá-lo. Pensar e atuar criticamente sobre as coisas do mundo não resolve tudo, mas é um ótimo começo. Então, vamos exercitar a criticidade e as possibilidades de sermos felizes com as nossas corporeidades!



Em grupos, construir um **texto imagético** a partir de imagens de corpos que estão divulgadas nas mídias, apontando quais são os padrões corporais que se evidenciam e ganham destaque para disseminar a ideia de um modelo de corpo ideal. Vamos discutir e analisar criticamente quais são os sentidos e as intenções que essas mensagens midiáticas têm em nossa sociedade. Podemos nos perguntar:

1. Existe um corpo ideal?
2. Será que todos nós temos que acompanhar esses padrões? Por quê?
3. Quais são os sacrifícios que precisamos fazer para alcançar esses modelos? Vale a pena?
4. Ser um modelo de corpo valorizado pelas mídias é uma garantia de felicidade?

Muitas outras perguntas e reflexões vão surgir com essa dinâmica. Mão à obra...

### Verbete

*Texto imagético:* qualquer texto constituído a partir de uma coletânea de imagens.

Lembre-se:  
faça em uma  
folha à parte

## Seção 3

# Corpos em movimento: sentidos e significados

Para começar a discutir o assunto, talvez um passo necessário seja reconhecermos que as interações das pessoas acontecem por intermédio de seus corpos, que estão situados em um contexto sociocultural. Esse contexto vai determinando modos de ser, exige-lhes **performances**, ou seja, os corpos, tanto de adultos quanto de crianças, estão imersos em uma determinada cultura. Olhares, gestos, expressões, falas, representações são manifestações típicas das diferentes culturas que, quando manifestadas, são comunicadas e compreendidas por intermédio de códigos e/ou signos.

### Verbete

*Performance:* a palavra *performance* vem do verbo em inglês “*to perform*”, que significa realizar, completar, executar ou efetivar. Em muitas ocasiões, é usada no contexto de exibições em público ou quando alguém desempenha algum papel no âmbito artístico, como um ator, por exemplo. *Performance* também pode ser o conjunto dos resultados obtidos em um determinado teste por uma pessoa. (Fonte: <http://www.significados.com.br/performance/>)

No contexto utilizado, entendemos o termo *performance* como vivências de múltiplas manifestações corporais, que imprimem sentidos e dão significados e potência a esses movimentos.

Por exemplo, quando jogamos, não estamos preocupadas com a coordenação que desenvolvemos no exercício de jogar. Estamos experimentando formas diferentes de jogar até acharmos a mais adequada para a jogada que desejamos fazer. Esta experiência de jogar de diferentes formas produz um repertório de movimentos que só pode ser conquistado pela própria experiência de jogar.



Figura 6: A experiência de jogar de diferentes formas é adquirida jogando.



Figura 7: Corpos em movimento: os movimentos corporais expressam sentidos e significados próprios de uma determinada história e cultura. São formas potentes de ser e estar no mundo, reconstruídas a cada experiência e vivência cotidiana.



As descobertas feitas com o corpo deixam marcas, são aprendizados efetivos, incorporados. Na verdade, são tesouros que guardamos e usamos como referência quando precisamos ser criativos em nossa profissão e resolver problemas cotidianos. Os movimentos são saberes que adquirimos sem saber, mas que também ficam à nossa disposição para serem colocados em uso. Esteban Levin, Psicólogo argentino e pesquisador em Psicomotricidade.

(Fonte: <http://revistaescola.abril.com.br/arte/pratica-pedagogica/corpo-movimento-aprendizagem-514704.shtml>)



## A potência do movimento na vida cotidiana

Observem as imagens a seguir. Quantos movimentos em ritmos, posições, deslocamentos diferentes são necessários para atendermos as necessidades do dia a dia? O movimento corporal é potente quando nos possibilita alcançar nossos objetivos por meio de atitudes cotidianas realizadas com segurança e eficácia, fortalecendo nossa auto-estima.



Figura 8: Movimentos cotidianos: os sentidos e os sabores da vida. As imagens demonstram que o ser humano vive em movimentos que expressam sentidos e significados de suas ações cotidianas, demonstrando potência de criação de vida. A vida cotidiana está subordinada aos ritmos do corpo.

## Importante

O corpo é genial. Não sei por que não aprendi mais cedo sua força criadora, por que não compreendi, quando mais jovem, que somente um corpo glorioso poderia ser real. Estudem, aprendam, certamente sempre restará alguma coisa, mas, sobretudo, treinem o corpo e confiem nele, pois ele se lembra de tudo, sem qualquer dificuldade ou impedimento. O que nos distingue das máquinas é unicamente nossa carne divina; a inteligência humana se distingue da artificial apenas pelo corpo.

(Fonte: Michel Serres. Variações sobre o corpo. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2004.)

Quer um exemplo? Quem aprendeu a andar de bicicleta nunca esquece!



## Atividade

3

Individualmente, faça observações em seu cotidiano (de você e das pessoas ao seu redor) acerca das movimentações corporais humanas.

Em grupos, reflitam e debatam sobre as diferentes observações de cada um.

Em pequenos grupos, representem da forma desejada (escrita, encenada, dramatizada, dançada, desenhada, pintada, etc.) as reflexões acerca da importância dos movimentos corporais na vida cotidiana.

Lembre-se:  
faça em uma  
folha à parte

## Resumo

Vamos reunir o que aprendemos para avançar nos estudos? Então, segura aí!

- O corpo deve ser compreendido como uma construção sociocultural, indissociável das demais dimensões humanas; dessa forma, o corpo sujeito é produto e produtor de culturas.
- As corporeidades são marcas e registros que se inscrevem nos corpos e expressam formas de ser e estar no mundo como sujeitos.

- Os movimentos e gestos corporais indicam inserções socioculturais.
- Na contemporaneidade, os modelos e padrões corporais são atravessados e influenciados pelas mídias, especialmente a televisiva, que visibiliza determinados padrões e associa-os à felicidade, ao prazer e ao sucesso.
- A anorexia nervosa é um transtorno causado por uma distorção da imagem corporal que caracteriza-se por um medo de ganhar peso ou tornar-se obeso, mesmo estando abaixo do peso.
- A bulimia nervosa é um transtorno causado por uma distorção da imagem corporal que caracteriza-se por uma urgência irresistível de comer demais, acompanhada por comportamentos compensatórios.
- *Os movimentos corporais são saberes e conhecimentos que adquirimos com nossas experiências de vida e sempre nas relações com tantos outros e outras com os quais convivemos.*
- O movimento corporal é potente quando nos possibilita alcançar nossos objetivos por meio de atitudes cotidianas realizadas com segurança e eficácia, fortalecendo nossa autoestima e nossa autonomia.

## Atividade 1

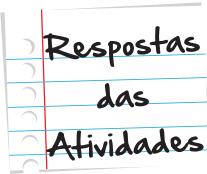
Sugerimos que, em pequenos grupos, a partir de uma observação atenta, se faça uma discussão acerca das marcas sociais que se imprimem a partir dessas imagens e os sentidos que essas marcas ganham no contexto social. Por exemplo, as marcas da idade na pele castigada pelas rugas, nos remetem socialmente ao lugar do idoso na sociedade, causas e consequências do processo de envelhecimento. Desde quando envelhecemos? Somente quando as rugas são visíveis? O que significa ser idoso na sociedade capitalista? Que tal propor uma dramatização, ou “jogos teatrais”, para representar essas reflexões?

**Respostas  
das  
Atividades**

## Atividade 2

Para essa dinâmica, podemos combinar com os colegas e recortarmos imagens de corpos divulgadas em jornais e revistas de grande circulação e, com uma folha de papel par-  
do, montar um “texto imagético” usando essas imagens selecionadas para dar um sentido ao que queremos colocar em evidência para ser problematizado, como, por exemplo, os usos dos corpos que atendem a um determinado padrão de beleza para venda de produtos de todos os tipos, como cremes de beleza, bebidas alcoólicas, carros, etc. Isso proporciona uma análise da visão mercadológica do corpo na contemporaneidade.

### Atividade 3



Muitas são as variações possíveis para essa proposta. Um exemplo pode ser observar como os sujeitos usam e precisam adaptar suas movimentações corporais para circular pelos espaços da cidade, bairro, utilizando ou não meios de transporte público.

### Bibliografia

- BETTI, M. Mídia e educação. In: Seminário Brasileiro em Pedagogia do Esporte. **Anais...**, Santa Maria: UFSM, 1998.
- DAOLIO, J. **Os significados do corpo na cultura e as implicações para a Educação Física.** Movimento, Porto Alegre, a.2, n.2, 1995.
- SERRES, Michel. **Variações sobre o corpo.** Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2004.

### Imagens



- <http://www.sxc.hu/photo/1092493>



- <http://www.sxc.hu/photo/15219>



- <http://www.flickr.com/photos/bbdh/121463678/sizes/o/in/photostream/> (Autor: Dániel Perlaky)



- <http://www.sxc.hu/photo/930009>



- <http://www.sxc.hu/photo/1136532>



- <http://www.sxc.hu/photo/178312>



- <http://www.sxc.hu/photo/355133>



- <http://www.sxc.hu/photo/114833>



- <http://www.sxc.hu/photo/7855>



- <http://www.sxc.hu/photo/581226>



- <http://www.sxc.hu/photo/13699>



- <http://www.sxc.hu/photo/1068543>



