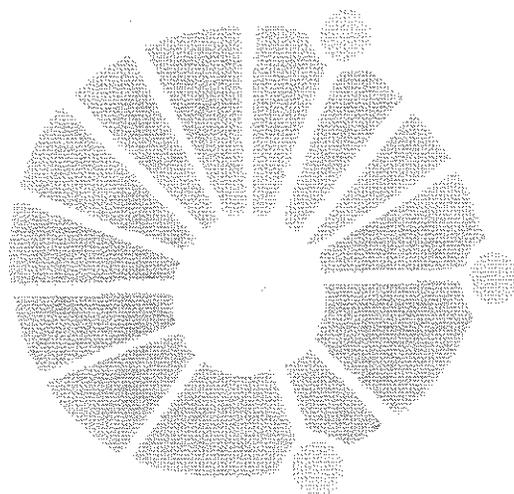




Universidade Estadual de Campinas
Faculdade de Educação Física – FEF

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE

EDUCAÇÃO FÍSICA E SENSIBILIDADE: DIÁLOGOS COM UM MÉTODO SENSÍVEL



Luiz Carlos Duarte Salgado

CAMPINAS
2003

LUIZ CARLOS DUARTE SALGADO

**EDUCAÇÃO FÍSICA E
SENSIBILIDADE:
DIÁLOGOS COM UM MÉTODO
SENSÍVEL**

200327857



Este exemplar corresponde à redação final da Dissertação de Mestrado em Educação Física defendida por LUIZ CARLOS DUARTE SALGADO e aprovada pela Comissão Examinadora em 11 de fevereiro de 2003.

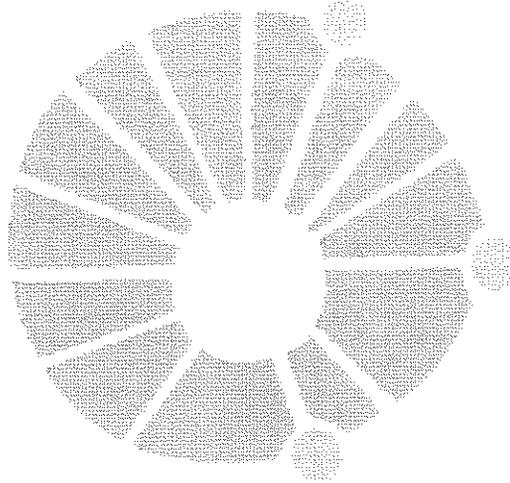
Presidente e Orientador:

PROF DR. JOÃO BATISTA FREIRE DA SILVA

| | |
|------------|-------------------------------------|
| UNIDADE | BC |
| Nº CHAMADA | UNICAMP |
| | Sa32e |
| V | EX |
| TOMBO BC/ | 55307 |
| PROC. | 16-124103 |
| C | <input type="checkbox"/> |
| D | <input checked="" type="checkbox"/> |
| PREÇO | R\$ 11,00 |
| DATA | 24/10/03 |
| Nº CPD | |

CM001B7073-2

BIB ID 298334



**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA
BIBLIOTECA-FEF-UNICAMP**

SALGADO, LUIZ CARLOS DUARTE

Sa32e

Educação física e sensibilidade : diálogos com um método sensível / Luiz Carlos Duarte Salgado. -- Campinas, SP: [s.n.], 2003.

Orientador: João Batista Freire da Silva.

DISSERTAÇÃO (MESTRADO) - UNIVERSIDADE ESTADUAL DE
Campinas, Faculdade de Educação Física.

1. Educação física. 2. Sensibilidade e movimento.
3. Atividade física. 4. Corpo. 5. Expressão corporal.
6. Educação do movimento. I. Silva, João Batista Freire da. II. Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação Física. III. Título.



**Universidade Estadual de Campinas
Faculdade de Educação Física – FEF**

COMISSÃO JULGADORA

PROFA. DRA. HELOISA BALDY DOS REIS

PROF DR. SILVIO RICARDO SILVA

CAMPINAS
2003

Se eu pudesse novamente viver a minha vida,
na próxima trataria de cometer mais erros.
Não tentaria ser tão perfeito,
relaxaria mais, seria mais tolo do que tenho sido.

Na verdade, bem poucas coisas levaria a sério.
Seria menos higiênico. Correria mais riscos,
viajaria mais, contemplaria mais entardeceres,
subiria mais montanhas, nadaria mais rios.
Iria a mais lugares onde nunca fui,
tomaria mais sorvetes e menos lentilha;
teria mais problemas reais e menos problemas imaginários.

Eu fui uma dessas pessoas que viveu sensata
e profundamente cada minuto de sua vida;
claro que tive momentos de alegria.
Mas se eu pudesse voltar a viver trataria somente
de ter bons momentos.

Porque se não sabem, disso é feita a vida, só de momentos;
não percam o agora.
Eu era um daqueles que nunca ia
a parte alguma sem um termômetro,
uma bolsa de água quente, um guarda-chuva e um pára-quedas e,
se voltasse a viver, viajaria mais leve.

Se eu pudesse voltar a viver,
começaria a andar descalço no começo da primavera
e continuaria assim até o fim do outono.
Daria mais voltas na minha rua,
contemplaria mais amanheceres e brincaria com mais crianças,
se tivesse outra vez uma vida pela frente.
Mas, já viram, tenho 85 anos e estou morrendo “.

Autor desconhecido

DEDICO ESTE TRABALHO A TODOS AQUELES QUE DE
ALGUMA FORMA PROCURAM VIVER
EM PAZ COM OS OUTROS.

ÀS PESSOAS QUE ME AJUDARAM NO CAMINHO...

EU AGRADEÇO...

AO JOÃO, MEU ORIENTADOR, QUE ABRIU PORTAS, REVELOU SEGREDOS, MOSTROU OUTROS A SEREM DESEVELADOS, FOI O PRIMEIRO QUE APONTOU-ME AS ESTRELAS DO CÉU, QUANDO EU INSISTIA EM OLHAR PARA O CHÃO...

À HELOÍSA, QUE ME PEGOU PELA MÃO, TRATOU DAS MINHAS FERIDAS E INCENTIVOU-ME A CONTINUAR O CAMINHO...

AO SILVIO E AO CÉSAR QUE ME AJUDARAM A ENXERGAR UM POUCO MELHOR O CAMINHO A PERCORRER...

AOS PROFESSORES DA FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA QUE DE UMA FORMA OU DE OUTRA ME AJUDARAM A DESCONFIAR DE UM MONTE DE COISAS E A ACREDITAR EM TANTAS OUTRAS...

AOS PROFESSORES DA FACULDADE DE EDUCAÇÃO, HERMAS, SILVIO, RENÉ, MILTON, E CÉSAR QUE ME MOSTRARAM AS PAISAGENS, NEM SEMPRE BELAS, DO CAMINHO...

À MINHA COMPANHEIRA VIVIAN, QUE POR NÃO TER PALAVRAS PARA AGRADECÊ-LA AQUI, VOU DEIXAR PARA AGRADECÊ-LA EM CASA, TODOS OS DIAS...

AOS COLEGAS DA BIBLIOTECA DULCE, MARLI, GERALDO, GONZAGA POR SEMPRE, REPITO, SEMPRE, TEREM UM SORRISO NO ROSTO.

POR TODOS OS TRABALHADORES DA FEF E EM ESPECIAL: MÁRCIA, TÂNIA, BETH, EDA, NILTON, KLEBER, DANI, LAÍSES, MARIA, MARCELO, NORIKO, TIÃO, PAULO E ZÉ, GERALDO, PAULINHO, VARDIO E FERNANDO... QUE POR DIVERSAS VEZES ME AJUDARAM A TIRAR ALGUMAS PEDRAS DO CAMINHO...

AOS ALUNOS DO PROJETO QUE ME AJUDARAM A CONSTRUIR ESSE CAMINHO, DESPERTARAM-ME SENTIMENTOS, DENTRE ELES, O DESEJO DE SER UM PROFESSOR.

AOS MEUS TANTOS ALUNOS QUE ME AJUDAM, A CADA DIA, A ME TORNAR UMA PESSOA UM POUCO MELHOR.

A TODOS VOCÊS...

MUITO, MAS MUITO OBRIGADO MESMO.

MAGRÃO.

Resumo

Educação Física e sensibilidade: Diálogos com um Método Sensível



Esta dissertação é resultado da combinação de pesquisa bibliográfica com pesquisa de campo, tendo sido esta última realizada em um projeto de extensão universitária que objetivou colocar em prática uma pedagogia do movimento que tratasse o ser humano holisticamente. O projeto de extensão contou com 32 aulas que foram ministradas no espaço da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, onde utilizamo-nos dos seus equipamentos e com a frequência de duas vezes por semana. O grupo de alunos foi composto por trinta adultos de ambos os sexos com idade superior a 30 anos. Cada aluno pode vivenciar a ginástica, os jogos esportivizados, as lutas, a dança, e as brincadeiras da cultura infantil. O tema da pesquisa é a compreensão do porque a Educação Física escolar vivida pelos alunos não contribuiu de maneira significativa para que eles alcançassem uma compreensão melhor de suas possibilidades corporais, um conhecimento das diferentes atividades corporais que pudessem de alguma forma torná-los pessoas mais saudáveis e sensíveis à percepção corporal. Um questionário foi aplicado no início e no final de cada semestre com o objetivo de identificar possíveis mudanças de compreensão e interesse pela atividade física. Ao final do projeto pude constatar que com uma pedagogia que considere questões como sensibilidade, prazer, informação, ludicidade, conhecimento é possível desenvolver em adultos um maior interesse pela atividade física e uma conseqüente vida mais saudável.

Palavras chaves: Educação Física, sensibilidade e movimento, atividade física, corpo, expressão corporal, educação do movimento.

Autor: Luiz Carlos Duarte Salgado
Orientador: João Batista Freire da Silva
Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP
Faculdade de Educação Física – FEF
Dissertação de Mestrado (Fev/2003)

Abstract

Physical Education and Sensibility: Dialogues with a Sensible Method

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTR
SEÇÃO CIRCULAN



This work stems from a combination of bibliographic and field researches. The field research was performed as a graduate project with the objective of putting into practice a pedagogy of the movement that holistically treats the human being. This project included 32 classes at the Faculty of Physical Education at the State University of Campinas, where the faculty's equipments were used twice a week. The class consisted of 30 adults of both sexes, all of them more than 30 years old. Each student could experience gymnastics, sport games, fights, dances and children's games from our culture. The research theme was the understanding of the reasons why Physical Education, as it is experienced by the students at schools, does not contribute in a significant manner to the achievement of a better understanding of their corporal possibilities, and to a knowledge of the different physical activities that could somehow make them more healthy individuals, sensitive to corporal perception. A questionnaire was applied at the beginning and at the end of each semester, in order to identify possible changes in comprehension and to increase the interest in physical activities. At the end of the project it was possible to conclude that, using a pedagogy that considers issues such as sensibility, pleasure, information, ludicity and knowledge, it is possible to develop in adults a greater interest in physical activity and a consequent healthier life.

Keywords: Physical Education, sensibility and movement, physical activity, body, body expression, movement of education.

Author: Luiz Carlos Duarte Salgado

Advisor: João Batista Freire da Silva

Universidade Estadual de Campinas (State University of Campinas) – UNICAMP

Dissertation of Master's Degree (Fev/2003)

SUMÁRIO

| | |
|---|------|
| RESUMO | xi |
| ABSTRACT | xiii |
| INTRODUÇÃO | 1 |
| CAPÍTULO 1- O PROBLEMA DA SEPARAÇÃO CORPO-ALMA | 7 |
| 1.1 O DUALISMO | 7 |
| CAPÍTULO 2 – A INFLUÊNCIA DE FILÓSOFOS NA VISÃO CONTEMPORÂNEA DE CORPO | 18 |
| 2.1 O CORPO INSTRUMENTO | 18 |
| 2.2 O PROBLEMA DA RAZÃO | 27 |
| 2.3 A CULTURA A PARTIR DO CORPO CONTEMPORÂNEO | 28 |
| 2.4 EXISTO, LOGO SINTO E POR ISSO PENSO | 31 |
| 2.5 A CULTURA INFANTIL E A EDUCAÇÃO FÍSICA | 33 |
| 2.6 A VALORIZAÇÃO DA CULTURA INFANTIL | 36 |
| CAPÍTULO 3 – UM MÉTODO SENSÍVEL | 42 |
| 3.1 PESQUISA DE CAMPO | 42 |
| 3.2 DIÁRIO DAS AULAS | 44 |
| 3.3 DADOS DOS QUESTIONÁRIOS, E ANÁLISES DAS CONVERSAS | 58 |
| CONSIDERAÇÕES FINAIS | 72 |
| ANEXO – DIÁRIO DAS AULAS | 77 |
| BIBLIOGRAFIA | 84 |

INTRODUÇÃO

*Sursum corda! Erguei as almas!
Toda a matéria é espírito!
Fernando Pessoa*

Durante muito tempo - e talvez ainda hoje - a Educação Física Escolar manteve ligações profundas com a disciplina corporal e moral rígidas, que prezavam a ordem sem sentido, o esforço quase desumano, o cronômetro, o apito, o símbolo do lema olímpico¹ e muito pouco com a experiência individual, a conscientização, a criatividade, a educação dos sentidos, a ludicidade, o prazer, o conhecimento, a criatividade, a brincadeira.

O esquema de aula que prioriza a ordem, a disciplina, a exacerbação da competitividade, a estimulação precoce ao sistema esportivo, enfim, o rendimento, contribuiu para afastar as pessoas de uma vida plena, onde corpo e alma, prazer e atividade física tem espaço importante na vida das pessoas. Uma vida mais saudável, não somente no sentido ligado à saúde do corpo, mas de uma vida mais próxima de valores comprometidos com o desenvolvimento de uma vida melhor.

A visão adotada pela Educação Física e que ainda hoje tem predominado nas escolas, gerou uma interpretação dualista do corpo, dividindo, classificando-o e tornando-o impessoal, sem desejos e vontades. Hoje, percebo a dificuldade de se reverter esse discurso sobre o corpo. Acredito ser possível essa reconciliação através de uma prática sem receituários, pautada numa tentativa de transpor os paradigmas de uma ciência racionalista, através de uma pedagogia que considere os fatores e valores pouco valorizados pela educação física, já citados no primeiro parágrafo.

Nada de novo até aqui. Em 1983, Medina já propunha “bases para a renovação e transformação da Educação Física”:

A noção vulgar do corpo humano recebe as mesmas influências maléficas do vírus que divide as ciências. Ao tentar explicar todas as suas dimensões, o homem se retalha em duas, três ou quatro partes e depois se torna incapaz de perceber a totalidade em que elas se realizam. Uma totalidade que inclua o outro e a natureza.²

¹ - Cítius, Altius, Fortius - O lema olímpico elucida bem a atitude competitiva dos desportistas de hoje, de ontem e, talvez, de amanhã: Mais rápido, mais alto, mais forte, sempre mais, sempre melhor.

² - João Paulo Subirá MEDINA, *A educação física cuida do corpo...e “mente”*, p.32.

A Educação Física foi simplesmente espelho dessa sociedade que, desde muito tempo, atribuiu ao intelectual importância maior. A Educação Física acima de tudo, serviu aos interesses dos conteúdos ensinados em sala de aula, pelo professor de sala, e como atividade de preparação para o mundo esportivo ou como forma de descarregar as energias contidas na sala de aula. Apesar dessa determinação histórica, acredito e procurarei mostrar nesse trabalho, que essa visão dualista hegemônica da sociedade em geral e da Educação Física, em particular, contribuiu, de forma significativa, para que muitas pessoas, hoje, tenham uma compreensão diminuta de suas possibilidades corporais. Mas quais seriam os prejuízos dessa separação? Será que:

*Seríamos já suficientemente inteligentes para compreender os prejuízos que sofremos com a separação artificial do mesmo ser em corpo e espírito?*³

A visão dualista tornou o corpo algo separado de nós, algo que apenas “cuidamos” nos momentos extremos de dor ou de incômodo. As pessoas enfrentam problemas de obesidade, de stress, de doenças derivadas do sedentarismo, e toda espécie de distúrbios, às vezes até psicológicos, relacionados à quase total ausência de consciência dessa integridade corpo-alma. A falta de percepção do homem em sua plenitude está contribuindo para que nos tornemos cada vez mais insensíveis, cada vez mais infelizes, cada vez mais objetos, cada vez menos resistentes à ameaça de nos tornamos estranhos uns para os outros. Acredito que isso aconteça hoje em muitas escolas, talvez não de forma tão brutal, mas ainda continuamos formando alunos “separados” de seus corpos.

Para melhor ilustrar esse pensamento vou descrever aqui o momento exato onde surgiu o tema para esta dissertação: Eu estava mostrando a um amigo como respirar movimentando o diafragma, utilizando-se da respiração mais profunda, abdominal, e quando ele parecia estar conseguindo, exclamou: “ - Nossa! Que gostoso! Jamais imaginei que respirar fosse algo tão bom, que fosse possível sentir prazer com isso!” No início fiquei admirado, assustado, mas logo em seguida triste com essa declaração. Admirado pelo inusitado da afirmação, pois não pensava que alguém pudesse ignorar tanto assim o ato de respirar a ponto de se espantar com isso, e assustado por não imaginar que existem pessoas

³ - João Batista FREIRE da Silva. *Educação de corpo inteiro*, p.31.

que não têm essa experiência, e triste por desconfiar que ali faltava uma instrução pertinente à minha área. Assumi, naquele momento, a culpa da minha classe profissional. Pode parecer um exagero, mas acredito que a Educação Física tem um papel maior do que lhe é atribuído hoje, principalmente na escola.

Vejo como as pessoas, hoje, estão sofrendo por ignorar suas possibilidades corporais, e o que é pior, não acreditando na sua existência, a existência do próprio corpo.

Perguntei ao meu amigo se ele havia freqüentado as aulas de Educação Física escolar e ele me respondeu que: - “Sim, mas na escola o professor só dava exercícios de ginástica e depois soltava a bola!”.

Foi o modelo de aula que prioriza a competição, a ordem e a disciplina que encontrei na maioria dos relatos, obtidos através das minhas conversas, e dos resultados do questionário que apliquei na minha pesquisa de campo. Moreira descreve-o como:

(...) um modelo estanque, independente da faixa etária, que poderia ser resumido em: correr em coluna por um e no sentido anti-horário, um determinado número de voltas ao redor da quadra – esta é a fase denominada aquecimento; realizar uma série de exercícios ginásticos localizados, no modelo e ritmo do professor, e uma prática desportiva, na fase da aula denominada principal. Sem esquecer, é evidente, que no caso de chuva, não haveria aula⁴.

Se por um lado a educação física foi uma conquista da sociedade, que tornou possível o acesso da população ao esporte, por outro, também deixou muitos órfãos do próprio corpo. De certa forma ela não foi suficiente para diminuir o grande número de sedentários, cardiopatas e outras patologias que escapam de qualquer diagnóstico médico corporal ou psicológico. E, ao meu ver, o problema está no exagero ao seguir os métodos utilizados pela ciência racional e positivista, já que o corpo é muito mais que um simples objeto, sua complexidade ainda exige de nós conhecimentos ainda não atingidos pela ciência.

A Educação Física, por muito tempo, foi influenciada pelo esporte de alto nível, pelos militares e pela medicina⁵. Eu servi o exército em 1984 e as aulas eram idênticas às

⁴ - Wagner Way MOREIRA. *Educação Física Escolar – uma abordagem fenomenológica*, p.12.

⁵ - Para saber mais leia COLETIVO DE AUTORES. *Metodologia de ensino de Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.

que eu tinha na escola estadual que freqüentei em meados dos anos 80, em Campinas, interior do Estado de São Paulo. A única diferença era a “tortura”, bem mais elaborada no exército, talvez menos disfarçada. Lá fazíamos aula sob o sol do meio dia e sentados muitas vezes no asfalto quente.

Com uma aula de Educação Física como a que eu vivenciei e como a que meus alunos do projeto vivenciaram na escola, é realmente de espantar o número de pessoas que, apesar disso, ainda praticam atividade física. Acredito que está plenamente justificada a situação atual de um grande número de pessoas que têm problemas em relação ao seu próprio corpo, influenciadas também⁶, e de certa forma, pelas aulas de Educação Física realizadas. Junte-se a isso um apelo forte dos meios de comunicação pelo corpo perfeito e temos pessoas que preferem esquecer que existem enquanto corpos, preferem pensar que vivem sem corpos. Preferem não prestar atenção a um corpo que apenas deve ser magro e de aparência jovem.

Na “vida intelectual”, apenas os prazeres ligados às experiências virtuais são “permitidos”. O computador e sua tecnologia vieram bem a calhar para suprir essa falta de relacionamento com o corpo. Recentemente vi em um canal de TV um sujeito que queria provar ser possível viver trancado durante um ano sem sair do seu apartamento, provido apenas com uma linha telefônica e um computador. Será que a nossa idéia do que é viver ficou reduzida a isso? As pessoas se contentam em ir para academias, dar suas caminhadas em volta de algum circuito, normalmente de cabeça baixa, ou ainda sofrer com o impacto exagerado de corridas estafantes, apenas para não escutar uma bronca do médico? Será isso viver integralmente? Acredito ser a vida muito mais do que isso.

Por acreditar que viver é mais do que simplesmente cuidar do corpo, vou arriscar entrar nessa discussão. E, para isso, procuro discutir a seguinte questão: até que ponto as aulas de Educação Física, do grupo estudado, foram responsáveis para que os sujeitos da pesquisa não tivessem o hábito da prática da atividade física? Essa questão tornou-se central por eu acreditar que a falta de uma Educação Física, que leve em conta fatores como a individualidade, o prazer, a consciência, o afetivo, a ludicidade, comprometem toda a consciência que eles têm a respeito de suas capacidades e limites corporais.

⁶ - A Educação Física como faz parte da cultura está incluída dentro de um sistema maior.

O tema desta pesquisa tem muito a ver com a separação evidenciada até aqui entre corpo e alma. Procurei verificar em indivíduos acima de 30 anos, funcionários da Unicamp, qual seria a compreensão deles sobre o corpo e sobre a atividade física após uma vivência dos conteúdos da Educação Física. O que aconteceria com o discurso dessas pessoas, após experimentarem que prazer e atividade física combinam? A sensibilidade corporal permanece junto à consciência de que somos corpo também. Sofremos as conseqüências de nossas ações e isso já é um grande indicador de que a alma continua presente no corpo. Por acreditar que ambos não podem viver separados, pelo menos neste mundo, procurei tratar dos conteúdos da Educação Física profundamente ligados à compreensão corporal. É por esses caminhos que vou durante o primeiro capítulo.

Nas aulas, onde procurava descobrir, através de conversas em grupo, quais eram os medos, as dúvidas, as alegrias, os prazeres, e os desafios que eles queriam enfrentar, para com isso ajudar no planejamento das próximas aulas. Busquei demonstrar, no decorrer das aulas, que um simples jogo de futebol pode ser jogado de maneira diferente, se buscamos mais o prazer de jogar do que o de simplesmente vencer.

As aulas aconteciam na Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Reuníamos-nos geralmente na quadra Q-03 da faculdade. As aulas aconteciam às terças e quintas feiras às 17:00 h às 18:30 h.

No primeiro capítulo falo de como surgiu essa inquietação sobre o tema sensibilidade. Nele, acredito estar delimitando o que causou essa separação corpo-alma, que acredito ser de fundamental importância para descobrirmos como reelaborar o discurso sobre o corpo, “juntando” as partes do corpo humano tão separadas durante séculos pela igreja, pelos sistemas políticos, pelos pensadores de diferentes épocas. Para isso, estudei autores como João Freire, Wagner Moreira, Silvino Santin e tantos outros que abriram os meus olhos, e de tantos outros leitores, para a sensibilidade.

Realizo, do capítulo, um passeio na história, buscando a influência da filosofia cujo pensamento dualista foi certamente determinante para influenciar educadores para, mais uma vez, colocarem o corpo como subalterno da alma. A influência de pensadores e pedagogos foi muito grande, inclusive na Educação Física. Procuro deixar exposto como os autores chegaram à idéia da separação corpo-alma.

No terceiro capítulo discorro sobre a cultura como perpetuação da história do homem que transforma e domina a natureza, e como co-resultado dessas transformações

surtem as habilidades de refletir, e de reagir. O espaço que existe entre um e outro nos torna o que somos: homens. Homens com alma e corpo.

A visão do corpo como objeto da ciência, tornou-o muito distante da sensibilidade. Agora, o corpo apresenta um outro tipo de beleza que é valorizado pela ciência moderna. Viajamos nas profundezas do corpo, entramos pelas suas artérias e órgãos, mas ainda assim ele é um desconhecido.

Faço uma referência à criança e suas brincadeiras que, de tão simples, não compreendemos. Como diz Fernando Pessoa: “pensar é estar doente dos olhos”. Como não temos mais olhos para admirar, preferimos medir, classificar e pesar. Mas, a nossa sorte é que enquanto houver crianças haverá o sonho, haverá fantasia, haverá brincadeira. Temos que valorizar o que ela sabe fazer de melhor: o brincar. Acredito que é pela construção e discussão de que é “esse ou aquele jogo”, se será de “verdade ou mentirinha”, se será “polícia ou ladrão”, se haverá “jogo ou não se chover” que seremos eternos.

Tudo que imaginei, mesmo com algumas dificuldades, foi passível de realizar no espaço da quadra poliesportiva, como aconteceram as aulas, a discussão com o questionário e suas interpretações. Método e conteúdo são mostrados como possíveis parceiros da sensibilidade. No último capítulo, o sexto, abro um pequeno espaço para uma discussão antiga, mas que não posso fugir dela: o esporte como conteúdo predominante da Educação Física.

Os jogos esportivizados foram para as pessoas do projeto uma realidade nem sempre suave em suas vidas de movimento. O esporte será um conteúdo significativamente educativo desde que não esteja separado do “tentar novamente”, do “errar faz parte do acertar”, o processo sendo tão ou mais importante que o produto, que, neste caso, poderá ser um adulto ativo, sensível e conhecendo melhor suas possibilidades corporais.

CAPÍTULO I

O PROBLEMA DA SEPARAÇÃO CORPO-ALMA

1.1. O DUALISMO

No fundo cada homem sabe que está no mundo uma única vez como um unicum e que em nenhum caso, por mais extraordinário, conseguirá voltar uma segunda vez e misturar aquela multiplicidade assim excentricamente multifacetada na unidade que ele é.⁷

Nietzsche

Não posso me conformar com uma vida pela metade. Não fomos “feitos” para viver de forma dual. Ainda não sei exatamente o que é levar uma vida mais inteira... Tenho pistas, apenas. Estamos de tal forma marcados pelo conceito atual de vida dualista, que fica quase impossível olhar para além desse dualismo. Mesmo sabendo dele, ainda somos influenciados. E, muitas vezes, me vejo praticando o dualismo. Acredito ser isso uma atitude perfeitamente aceitável, já que estamos vivendo essa contradição, fomos educados por esse modo dualista de pensar (o bem e o mal, o certo e o errado, etc.), mas tento me “policar” e não exacerbar essa divisão, e tento buscar mais as ligaduras e menos as separações. Nosso mundo de hoje já está cheio de muros, de cercas elétricas e barreiras intransponíveis.

Para aprofundar o assunto, precisaríamos de uma longa investigação. Porém o que pretendo, neste trabalho, é mostrar mais pistas que já vêm sendo seguidas por muitos autores renomados da área. Mesmo sendo algo profundamente ligados ao universo pessoal, individual, vejo nítidos sinais de que estamos longe de viver de uma forma inteira. O número de doenças, de pessoas sofrendo, o número de conflitos no planeta, tudo isso, apenas aumenta, sem que descubramos qualquer solução apesar dos esforços. Gostaria de poder afirmar que a solução para nossos problemas mundiais passa pela integridade corpo-alma, mas ainda é cedo para isso. Como disse, tenho apenas pistas. Na pesquisa de campo realizada com sujeitos acima de 30 anos, percebi que esse é o caminho, talvez o tempo tenha sido curto, não o suficiente para despertar o “corpo” adormecido em cada um de nós.

⁷ -Friedrich NIETZSCHE. *Schopenhauer Educador*, p.8.

Talvez ninguém a viva, realmente, essa tal de integração corpo-alma. Mas estamos fugindo do corpo como nunca. Estamos enxergando-o apenas como um palco dos nossos desejos e satisfações estéticas, sexuais e/ou necessidades trabalhistas. Essa dicotomia faz com que vivamos apenas os extremos. De um lado pessoas extremamente “corporais”, praticando esportes de risco e competitivo e de outro pessoas encerradas em seus escritórios e casas alienadas.

Para se ter um exemplo, observo como nossa consciência cobra quando ficamos algum tempo parados a descansar ou simplesmente sem fazer nada e logo vem o pensamento de que estamos roubando o tempo de alguém ou desperdiçando o nosso. Não podemos mais deixar-nos à vontade. Parece que a vida somente tem sentido no trabalho, na produção, na utilidade pragmática de um corpo cada vez mais útil e menos vivido. Vejo essa situação de uma gravidade enorme.

Porém qual seria o motivo dessa exacerbada separação? Não acredito que deva ser um só. Geralmente, nunca é. Temos o hábito de procurar um único culpado justamente por essa mania de separar, dividir e analisar. Acredito numa série de fatores sociais e culturais e até políticos. Mas o que me cabe nesse texto é comentar sobre as conseqüências dessa separação na minha área: a Educação Física. Mas vou pedir ajuda a autores de outras áreas que, a Educação Física, por ser multidisciplinar, acaba permitindo, para tentar compreender as seguintes questões: 1) Onde a Educação Física contribuiu para a perda da compreensão corporal? 2) O que aconteceu durante as aulas de Educação Física do grupo pesquisado que contribuiu para que o corpo fosse olhado de uma forma tão distante e instrumental?

Necessariamente terei que fazer uma viagem breve a autores clássicos que contribuíram de forma relevante com a ciência e, conseqüentemente, para a construção da dualidade corpo-alma. Através de seus conceitos e postulados influenciaram as mais diversas áreas e a Educação Física não escapou ilesa. Mas antes, devo falar o que foi feito na pesquisa de campo para confirmar e tentar verificar se é possível reverter, pelo menos em parte, a situação.

A partir de uma visão mais integral de homem e baseado em conteúdos mais humanos e atuais da Educação Física, desenvolvi, com funcionários da Unicamp, aulas que visavam alterar a relação do conhecimento e a compreensão dos movimentos e conseqüente relação deles com seus corpos.

Ao iniciar o trabalho com o grupo, apliquei um questionário de 10 perguntas, o qual foi respondido em uma sala de aula da faculdade de Educação Física/UNICAMP, sem que houvesse nenhuma explicação anterior. Pelas respostas pude observar que a grande maioria dos participantes encontrava-se em situação de sedentarismo.

Ao término do período de quatro meses de aulas, apliquei um novo questionário, dessa vez com seis perguntas e que visava observar a mudança da percepção deles em relação ao corpo e à atividade física. O que posso dizer, desde já, é que, após as aulas que levaram em conta o indivíduo, o prazer, o conhecimento, a experiência, o lúdico e a vivência corporal, nas quais utilizei os conteúdos da dança, do jogo, dos esportes, da luta e da ginástica, os alunos mostraram significativas mudanças nos interesses e na relação com o próprio corpo, passando a valorizar e compreender melhor a atividade física.

Severino⁸, diz que “[...] qualquer pesquisa, em qualquer nível, exige do pesquisador um envolvimento tal que seu objetivo de investigação passa a fazer parte de sua vida”. No meu caso, o objeto de investigação, já fazia parte mesmo antes de entrar na Universidade. Eu ficava intrigado com o fato de algumas pessoas rejeitarem tão veementemente qualquer atividade física, por mais simples e atraente que ela fosse. Eu acredito que boa parte da resposta foi apontada por Freire:

O homem de hoje não é tão sensível quanto poderia ser se corpo e espírito não andassem separados no nosso modo de pensar. Assim como o homem seria mais inteligente se o corpo não tivesse sido rebaixado à condição de subalterno do espírito.⁹

Existe uma relação de efeito de “mão dupla”, e não apenas o corpo acaba sendo prejudicado, mas o homem, por inteiro. Este fica reduzido a um simples reproduzidor de hábitos e costumes, atingindo em cheio a criatividade, prejudicando-a.

Acredito muito no valor da experiência como base do conhecimento. Valho-me agora de Freire para justificar o que penso sobre o dualismo elaborado e difundido, mesmo que despretensiosamente, por pessoas que não têm e não tiveram experiências corporais

⁸ - Antônio Joaquim SEVERINO. *Metodologia do Trabalho Científico*, p. 113.

⁹ - João Batista FREIRE da Silva, *De Corpo e Alma*, p. 31.

significativas. Freire diz que “[...] todos os dualismos são um embuste. Embuste de teorias que, se não são cegas, vieram para cegar”.¹⁰

Na escola, desde muito cedo, aprendi que o corpo era dividido: cabeça, tronco e membros. Assim como o corpo, você pode olhar uma árvore e ver as folhas, o tronco, os galhos, enfim separá-la, dissecá-la, ou pode enxergá-la como um ser único, que compartilha o espaço habitável e tem uma importante contribuição no equilíbrio ecológico do sistema. Pode ainda perceber a integração que existe entre a árvore e os animais que habitam e dependem dela. A forma de olhar para algo determina grandemente o conceito que poderá ser formado sobre o destino do conhecimento e do objeto.

Outro fator que acaba por interferir é a generalização que muitos fazem ao considerar a prática da atividade física apenas como promotora da saúde física, conceito também derivado dessa visão dualista e funcionalista. O corpo saudável para que possa trabalhar e ter uma vida normal. Ora, bem sabemos que, quando um remédio tem um gosto ruim, só tomamos forçados ou depois de perceber a importância de tal remédio na cura da doença. É assim que tratamos “nossos corpos”. Muitas pessoas buscam a atividade física como algo obrigatório do qual não podemos escapar, mas isso dificilmente trás o resultado esperado.

A influência desses pensamentos dualistas na Educação Física logo se fizeram sentir: o corpo sendo uma máquina, todas as “máquinas” deveriam trabalhar do mesmo modo. O que faltava era uma disciplina que colocasse em prática ordens rígidas e através da aplicação de exercícios físicos, todos os corpos seriam iguais. Assim, na escola, o corpo tornou-se apenas um suporte que deveria permanecer quieto, passivo, para que a alma e a inteligência se concentrassem apenas na absorção dos conteúdos.

Seguiu-se a elaboração de séries de exercícios, modelos e receitas, cujas aplicações renderam muito e, logo, todas as escolas tinham seu educador físico, que mais se assemelhava a um sargento do exército (sem diminuir a função deste último, mas que nada contribuiria à atividade de ensino), do que exatamente a um professor.

Acredito que o resultado desse tipo de aula tem um reflexo até os dias de hoje, pois encontramos jovens e adultos com uma grande aversão às atividades corporais e uma certa

¹⁰ - *Ibid*, p.32.

incompreensão, talvez um não reconhecimento do seu próprio corpo como fazendo parte de si mesmo, como algo exterior.

A influência da Educação Física não foi determinante para que esse quadro se agravasse, mesmo porque nem todos tiveram aulas baseadas em métodos que contribuíssem para essa noção dualista. Porém acredito que ainda continuam aumentando as fileiras de pessoas descontentes com seu próprio corpo por importar modelos da mídia. E o professor acaba, talvez por falta de conhecimento, ajudando ainda mais a valorizar esses mesmos modelos, que apenas aumentam tortura dos que ainda sonham com a possibilidade de alcançar o corpo perfeito.

Conforme Popper¹¹, a ciência busca, acima de tudo, a verdade, uma explicação para os fatos, para os problemas, principalmente. Meus interesses me orientam para a busca de respostas e possíveis saídas para o problema da compreensão corporal. Não acredito que a Educação Física seja a redentora desse mal que acomete grande parte da humanidade. Mas acredito que, enquanto professor de Educação Física, cabe aqui colocar meu interesse de tratar dessa compreensão corporal. Acreditar que é possível reverter parte desse processo com estratégias e conteúdos que recuperem o corpo no processo de aprendizagem, é o que procuro.

Gostaria de esclarecer como cheguei à construção das idéias e linhas gerais para esse estudo. A forma que eu enxergava o problema da separação corpo e espírito tem um viés espiritualista. Popper me ajuda nessa justificativa:

*[...] nossos motivos, até nossos ideais puramente científicos, inclusive o ideal de uma desinteressada busca da verdade, estão profundamente enraizados em valorações extracientíficas e, em parte, religiosas.*¹²

Devo dizer que em parte, talvez em grande parte, fui influenciado pelas filosofias orientais, mais especificamente o yoga. E a maioria das linhas de pensamento oriental exalta uma interação maior entre corpo e mente, espírito e matéria. Eles, inclusive, acreditam que o progresso de ambos caminham juntos. A linha da yoga que trata disso é o Hatha Yoga (ha = sol; tha = lua. yoga = ligação; portanto, união, ligação dos opostos). Para

¹¹ - Karl POPPER *Lógica das Ciências Sociais*, p. 25.

¹² - *Ibid.*, p. 32.

os orientais, a elevação do espírito é impossível sem a elevação concomitante do corpo. Bem diferente do que acreditamos nós, os ocidentais.

Passeando por aí, conversando com pessoas, descobri que grande parte delas não aceita seu corpo como ele é. Estão sempre insatisfeitas com seu próprio corpo querendo sempre estar diferente do que estão e parece quererem acompanhar alguns modismos.

Por diversas vezes deparei-me com pessoas que diziam ou demonstravam total desinteresse por quaisquer atividades corporais. Fazendo perguntas, indo mais a fundo, quis descobrir qual o real motivo de tanta repulsa. Ao perguntar como eram as aulas de Educação Física da sua infância e juventude, a resposta quase que invariavelmente era acompanhada de um certo rancor, mágoa ou até mesmo desprezo.

O corpo como subalterno do espírito trouxe prejuízos para nossa sensibilidade corporal, nossa inteligência sensível. Adotamos a sensibilidade fria de uma máquina como diz Gonçalves: “[...] o trabalho mecanizado, valorizando o corpo apenas como força fisiológica, quantificada no modo de produção capitalista, gerou um corpo autônomo – uma máquina a serviço da produção”.¹³ Estamos “travados”. Essa “sensibilidade perdida” prejudica nossos relacionamentos, nosso desejo, nosso bem-estar, nossa disposição, enfim, nós, por inteiro.

A forma de pensar racional e baseada nos mecanismos da ciência que hoje alcança o “status” de deter a última palavra sobre as grandes questões humanas, desbancando, algumas vezes, a própria religião, contribuiu de maneira decisiva para a perda de grande parte da nossa sensibilidade. Passamos a acreditar apenas naquilo que era submetido e aprovado pelas leis científicas. O que a ciência não conseguia colocar sobre sua poderosa “lente” era considerado como não científico, e, portanto, não verdadeiro.

Santin consegue explicar muito bem nessa passagem que:

Os esquemas lógicos impostos à inteligência humana limitaram drasticamente a liberdade de pensar. A criatividade imaginativa passou a ser regulamentada pelas leis da inteligibilidade racional. A perspicácia da intuição também foi bloqueada pelos mecanismos empíricos do saber científico. O pensamento intuitivo não merece atenção da cientificidade. A sensibilidade humana

¹³ - Maria A. Salin GONÇALVES, *Sentir, pensar e agir – corporeidade e educação*, p.32.

*perdeu desta forma suas duas grandes aliadas: a imaginação e a intuição.*¹⁴

Com a perda da sensibilidade, perdemos também o corpo, pois este é sensibilidade pura. Perdendo o corpo nos tornamos cada vez mais confortavelmente sedentários. Digo confortavelmente porque tudo, quase tudo anda justificando nossa imobilidade, desde as facilidades mais simples – o vidro automático do carro – até as mais complexas que obrigam alguns corajosos a cirurgias regulares para remover a gordura. A busca desenfreada pelo conforto a que chegaram as necessidades humanas contribui para diminuir as possibilidades de experiências sensoriais. Acredito, que aqui ocorreu um desvio: o ser, não “enxergando” o corpo, a vida corporal, encontra sentido para sua existência em atividades intelectuais prioritariamente. Parece-me que certas experiências somente são sentidas se estivermos atentos, e nós perdemos essa capacidade junto com a perda da sensibilidade. Nossa sensibilidade também é alimentada pela imaginação. Santin explica muito bem a relação entre a sensibilidade e a imaginação:

*É pela imaginação e pela intuição que o homem se torna capaz de ultrapassar as fronteiras do imediato, do presente e do visual. Com elas o homem alcança o invisível e desenvolve a sensibilidade humana.*¹⁵

Acredito que esses pequenos momentos de prazer e integração do corpo com o meio são proporcionados graças a uma certa percepção que momentaneamente parece estar desperta. Esse poema de Fernando Pessoa ajuda a ilustrar o que penso, ou melhor, o que sinto:

*Sou um guardador de rebanhos.
O rebanho é os meus pensamentos
E os meus pensamentos são todos sensações.
Penso com os olhos e com os ouvidos
E com as mãos e os pés
E com o nariz e a boca.
Pensar uma flor é vê-la e cheirá-la
É comer-lhe um fruto e saber-lhe o sentido.
Por isso quando num dia de calor
Me sinto triste de gozá-lo tanto.
E me deito ao comprido na erva,
E fecho os olhos quentes,
Sinto todo o meu corpo deitado na realidade,
Sei a verdade e sou feliz*¹⁶.

¹⁴ - Silvino SANTIN, *Educação Física e Outros Caminhos*, p.13.

¹⁵ - *Ibid*, p.13.

¹⁶ - Alberto CAIEIRO, (Heterônimo de Fernando PESSOA) *O Eu profundo e os outros Eus*, p. 46

São tantas as situações cotidianas que nos trazem a experiência da beleza e, mesmo assim, não temos olhos para enxergá-las. Nossos olhos ficaram fechados às experiências de beleza que levam ao prazer de estar vivo. Ao contrário do que muitos pensam, o prazer não está associado diretamente com a situação vivida, mas sim como uma maneira de encarar as situações. Para comprovar essa tese Lowen¹⁷ afirma que: “[...] não é necessário estar se divertindo ou feliz para sentir prazer. Pode-se ter prazer nas circunstâncias comuns da vida, pois o prazer é um modo de ser”. Situações do dia-a-dia que podem ser “vistas” de outra forma, dependendo também da experiência corporal. O prazer pode ser mais bem compreendido e “não é necessário estar se divertindo ou feliz para sentir prazer. [...] A pessoa está num estado de prazer quando os movimentos de seu corpo fluem livre, ritmicamente e em harmonia com seu ambiente”¹⁸.

Por hábito, comemos depressa e sem sentir o sabor dos alimentos, andamos com tanta pressa que não prestamos atenção às pequenas paisagens do cotidiano, fugimos da chuva com medo que ela nos traga um resfriado sem sentir seu toque delicado na pele. Raramente escutamos o “canto da vida”, pois nossos ouvidos se fecharam depois de tantas buzinas e gritos. Com a educação focada apenas no intelecto, nossas experiências ficaram limitadas, limitando também nosso horizonte.

Historicamente, a humanidade, não deu, ainda, a devida importância aos sentidos. Santin¹⁹, comentando sobre o assunto diz que: “O saber construído pelo corpo não merece confiança”. Como se tudo o que viesse do corpo estivesse relacionado ao profano, ao pecado, parece ser algo que não conseguimos entender, e, portanto, controlar. Não pode mesmo haver confiança naquilo que desconhecemos, ou nos recusamos a conhecer.

O senso comum sobre a Educação Física ainda é muito forte, aquele do Citius, Altius e Fortius²⁰:

[...] mas não me consta que coisas relativas a dormir bem se encontrem nos currículos de Educação Física. Talvez não se considere que o corpo dormindo seja corpo. A capacidade para o ócio e a preguiça, como os gatos...Mas numa

¹⁷ - Alexander LOWEN, *Prazer – uma abordagem criativa da vida*, p. 21.

¹⁸ - *Ibid.*, p.21-22.

¹⁹ - Silvino SANTIN, *Educação Física e Outros Caminhos*, p.55.

²⁰ - *Ideal Olímpico: Mais rápido, mais alto, mais forte.*

sociedade toda ela voltada para a competição e a produção, é certo que o fazer nada deve ser banido do rol das virtudes a serem cultivadas. Ele não é bom para a economia. O brinquedo, a alegria da travessia... Porque parece que, nos catecismos da Educação Física, tais como aparecem nas celebrações Olímpicas, a travessia não vale nada, só vale mesmo, a chegada. O prazer não está na ação. O que vale, mesmo, é quando se chega ao podium.²¹

A valorização do fim em detrimento dos meios, da chegada em detrimento do caminho apenas torna nossa vida mais árida e com isso não encontramos significado nas atividades simples, em caminhar pelo prazer, em andar ao lado “de” em vez de “contra” alguém. Acredito que a Educação Física poderia ser mais “sensível” a essa questão, como diz Rubem Alves:

[...] Há também a educação dos sentidos. Lembro-me de uma das críticas que Marx fazia ao capitalismo tinha a ver justamente com isso. O capitalismo é uma educação do corpo: o corpo que é ensinado a se esquecer de todos os seus sentidos eróticos e que se transforma no local de um sentido apenas: o sentido de posse. Saber ver, saber ouvir, saber sentir cheiros, saber sentir gostos, saber sentir na pele: mas onde se encontra, em nossos currículos de educação física, o despertar dos nossos sentidos eróticos?²²

É justamente aí que a Educação Física pode se tornar importante para a vida das pessoas. Nenhuma outra área pode contribuir tão bem. A escola como local de contradições é o espaço ideal para colocar mais esse conflito para o aluno: como conviver corpo e aprendizagem, prazer e aprendizagem, seriedade e ludicidade. O despertar dos sentidos dos alunos depende também de que o professor tenha os seus despertados, pois não acredito que um professor que esteja “dormindo” possa “acordar” seus alunos.

Acredito que é através do experimento que o professor pode atingir um despertar dos sentidos. Experimentar, tal como em um laboratório, esse deve ser o “clima” da aula.

²¹ - Rubem ALVES, *Conversando sobre o corpo*, p.41.

Um laboratório onde é permitida a expressão, a alegria, o movimento sem preocupação técnica, sem necessariamente ter que atingir um objetivo pré-definido. Mais uma vez, precisamos dar ênfase ao processo, este levará muitas vezes a um lugar novo, que pode ser habitado pela sensibilidade.

A visão funcionalista, de que o corpo está apenas a serviço da alma, se completa com as infindáveis responsabilidades cotidianas e nos conduz para uma aridez muito grande nas relações com as pessoas. Somos “analfabetos” do corpo, não conhecemos essa “linguagem”. Parafrazeando Freire²³, as grandes potências mundiais gastam bilhões em conhecimento espacial, tentando desvendar o mistério da vida em outros planetas. Enquanto isso, a vida no “planeta corpo” ainda permanece quase inexplorada. Será que a Educação Física pode fazer algo pelo sensível do ser humano? Vou tentar responder a essa pergunta mais à frente.

A Educação Física brasileira sofreu forte influência das ciências biológicas, “[...] referencial este que sustenta seu conteúdo de ensino, inicialmente os chamados Métodos Ginásticos, compostos de séries de exercícios elaborados a partir de critérios rígidos próprios daquelas ciências”. E do militarismo: “[...] as aulas de Educação Física nas escolas eram ministradas por instrutores físicos do exército, que traziam para essas instituições os rígidos métodos militares da disciplina e da hierarquia”.²⁴ E ainda:

*Não deve ser novidade para mais ninguém o componente biológico que influenciou sobremaneira a educação física brasileira e que até hoje ainda se faz sentir de forma explícita ou implicitamente. O grande contingente de médicos que ainda dirigem faculdades de educação física ou ministram aulas nestes cursos é significativo. A ênfase na aptidão física é um reflexo dessa visão organicista.*²⁵

Desde sua sistematização nas escolas, a Educação Física sempre teve objetivos que servissem a algum outro interesse que não pertencia a ela, talvez por não ter bem claro os seus próprios. O nosso passado ajuda a entender o que hoje podemos mudar. O Coletivo de

²² - *Ibid.*, p.42.

²³ - João Batista FREIRE da Silva, *De Corpo e alma - o discurso da motricidade*, p.29.

²⁴ - COLETIVO DE AUTORES. *Metodologia de ensino da educação física*, p. 52-53.

²⁵ - Jocimar DAOLIO, *Cultura, Educação Física e Futebol*, p. 27.

Autores, também identifica o modo de pensar, naquela época, “biologicista”. De que todos temos um corpo, e corpos possuem ossos, articulações, um coração, são todos iguais, portanto...

[...] a mesma atividade serve para todos os alunos em quaisquer lugar e época. Todos os alunos devem correr o mesmo número de voltas, saltar a mesma altura, nadar a mesma distância, enfim comportar-se corporalmente do mesmo jeito, a despeito das diferenças físicas entre eles.²⁶

Hoje temos muitas dificuldades em lidar com as questões corporais, tais como: vergonha do próprio corpo, bloqueios a certos movimentos, e o próprio toque parece ser algo proibido, pecaminoso até. Só em alguns momentos demarcados e “permitidos” é possível pô-los em ação, onde, agora sim, pode-se dar asas à imaginação. “Precisamos voltar a sentir as texturas da vida²⁷”.

No capítulo seguinte procuro mostrar a influência filosofia clássica tais como Platão, Descartes, Durkheim no pensamento separatista corpo-alma. Platão desenvolve a idéia de educação do corpo para chegar à disciplina da alma formando o cidadão da polis. Essa supremacia defendida por Platão da alma em relação ao corpo mostra como o corpo era tratado apenas como um instrumento para moldar a alma.

A seguir Descartes com sua visão analítica de dividir o problema em quantas partes fossem necessárias para resolução do problema e vendo nas informações vindas dos sentidos como falsas, ajuda a colocar o corpo numa posição inferior em relação à alma. O corpo foi dividido por muitos, agora, só nos resta tentar juntar as partes desse “quebra-cabeça” para que faça sentido ter uma vida mais saudável. O papel do corpo na visão de Descartes, Platão e Durkheim é apenas de ser um instrumento da alma é acompanhada de uma subvalorização que torna a atividade corporal marcada pela impossibilidade de reflexão e conseqüente valor humano.

²⁶ - Jocimar DAOLIO, *Cultura, Educação Física e Futebol*, p.27.

²⁷ - Diane ACKERMAN, *Uma história natural dos sentidos*, p. 18.

CAPÍTULO II

A INFLUÊNCIA DE FILÓSOFOS NA VISÃO CONTEMPORÂNEA DE CORPO

2.1 O CORPO INSTRUMENTO

Avançar implica sempre em dar passos, e quanto maiores forem os passos, maior o território que é desprezado debaixo deles.

Cunha e Silva

Busco agora textos mais ligados à origem e à história da filosofia para tentar traçar caminhos e reconhecer de onde vieram muitos conceitos que hoje acreditamos como sendo verdades absolutas e muitas vezes novas, mas que se baseiam em formulações de outras épocas, portanto contextos diferentes e que, hoje, já não contribuem com a nossa realidade e tornam as relações corporais cada vez mais instrumentalizadas prejudicando assim uma visão mais integral do homem.

A origem do professor de Educação Física remonta à Grécia antiga com o mestre de ginástica, ou pedótriba que foi personagem importante na formação das crianças e jovens desde os séculos V e VI a.C. O ensino nessa época constituía-se basicamente de corridas, lançamentos de disco e do dardo, salto à distância e luta. Naquela época havia o “treinador de crianças” que, apesar pertencer a uma tradição aristocrática, os jogos pan-helênicos serviram para a sua democratização.

A influência dos autores clássicos é tão grande até os dias de hoje que as teorias e alguns pensadores se tornaram realizações concretas. Tomemos o exemplo de Platão, onde aparece pela primeira vez a noção de ensino de Estado. Para Platão, a tarefa mais importante da educação é formar o cidadão, isto é, tornar o selvagem adaptado às leis e costumes da polis²⁸. O controle e orientação moral dos cidadãos seriam tratados pela educação. Platão exalta o caráter moral da música e da ginástica. E ao mesmo tempo desqualifica os poetas, pois estes escrevem “sem mesmo saber o sentido do que dizem, sobre qualquer assunto”.²⁹

²⁸ - Cidade.

²⁹ - Platão, *As Leis – Livro VII*, p. 256.

O grande interesse de Platão era o bem e a manutenção da ordem do Estado e a felicidade do cidadão da polis era adotar como regra a lei que ele formulava³⁰. Apesar de acreditar na supremacia das idéias em relação aos sentidos, Platão dava importância ao corpo. Veja como na citação abaixo:

O ateniense: Digamos, então, que o fator em pauta, isto é, o exercício para as crianças extremamente novas por meio de movimentos variados, contribui grandemente para o desenvolvimento de uma parte da virtude da alma.³¹

Em Platão, o corpo era visto como um meio de se atingir uma determinada virtude, no caso, a da coragem. Em outra passagem ele confirma a importância dos jogos na formação do caráter da criança:

A formação do caráter da criança de mais de três anos e até seis exigirá a prática de jogos; neste período se fará uso do castigo a fim de impedi-la de ser indolente – não, todavia, um castigo de tipo degradante, mas precisamente, como dissemos antes, no caso dos escravos que se deveria evitar enraivecer as pessoas punidas por meio de castigos degradantes, ou amolecê-las deixando-as impunes.³²

É preciso contextualizar a época e a condição social em que Platão concebeu suas idéias. Platão viveu em uma sociedade escravocrata, portanto a mão de obra, o trabalho manual era feito por escravos e estes eram vistos como coisas, sem almas. A passagem a seguir ilustra bem: “[...] Todavia, todos os outros tipos de trabalho, jogos e exercícios corporais não são dignos de um homem livre”. Platão se referia apenas à ginástica e aos exercícios militares como dignos do homem livre.

Platão mais adiante vê os jogos infantis como meios para a inculcação da lei:

Quando há uma prescrição do programa de jogos que assegura que as mesmas crianças joguem sempre os mesmos jogos e se divirtam com os mesmos brinquedos da mesma maneira e nas mesmas condições, se permite também que as leis

³⁰ - *Ibid*, p. 277.

³¹ - *Ibid*., p. 279.

³² - *Ibid*, p. 283.

efetivas e sérias permaneçam inalteradas; mas quando, ao contrário, tais jogos variam e sofrem inovações entre outras mudanças contínuas, as crianças não cessam de fazer seu capricho se transferir de um folgado para outro, de modo que nem no que diz respeito às suas próprias posturas corporais nem no que respeito a todos os objetos de seu uso contam com um padrão estabelecido e reconhecido de propriedade ou impropriedade no seu comportamento.

O filósofo estava na época extremamente preocupado em garantir a ordem do Estado e declarava que para que a ordem fosse mantida era necessário doutrinar através de atividades que moldassem o caráter e isso era transmitido através da conservação dos valores da época. Alguém que não ensinasse as crianças era visto da seguinte forma:

[...] não pode haver flagelo pior num Estado do que alguém desse tipo, visto que ele altera privadamente o caráter dos jovens e os faz desprezar o que é velho e não ensinar senão o que é novo. E eu reitero que um Estado não pode ser vítima de dano pior do que o causado por uma tal sentença e doutrina. Simplesmente escutai enquanto vos falo de que magnitude é esse mal.³³

Platão mostrava nessa passagem o medo que tinha das pessoas com idéias novas, dizia ele que a idéia do bem só poderia ser transmitida com a manutenção dos costumes, isto é, dos costumes que ele julgava “sadios” para o Estado.

Platão era um fidalgo da época, chegando a ter parentesco próximo com a nobreza. Suas condições permitiram viajar muito e ele desfrutava de uma condição de existência boa para a época. Tudo isso nos permite entender um pouco mais do porque o corpo é visto de uma forma “platônica” até os dias de hoje.

Acredito em um motivo principal de hoje estarmos vivenciando em muitas áreas do conhecimento um conflito: o da separação corpo-alma. Que no fundo espelha a relação sujeito-objeto do conhecimento. Onde está a fonte do conhecimento? No sujeito ou no objeto? O sujeito e sua razão indissociáveis podem compreender o objeto? Ou a experiência é o fator determinante? Enfim, essas questões apenas se pode tomar ou não partido de uma delas, jamais de ambas. Uma outra posição, mais atual, permite enxergar o processo do

³³ - Platão, *As Leis – Livro VII*, p. 287.

conhecimento como uma relação entre sujeito e objeto, como fonte do conhecimento, a qual citarei mais adiante.

Essa concepção de mundo dualista e baseada na razão como a fonte do conhecimento ajudou sobremaneira para que, hoje, tivéssemos tantos problemas em relação ao corpo e como ele é visto, percebido. A Educação Física foi grandemente influenciada pela medicina que, por sua vez, teve grande influência de Platão e Descartes e outros autores com seus métodos idealistas e dicotômicos.

Mas continuemos um pouco mais com as idéias de Platão.³⁴ Segundo ele, a natureza do homem é racional, e, por consequência, é na razão que o homem realiza a sua humanidade: a ação racional realiza o supremo bem, que é, ao mesmo tempo, felicidade e virtude. Entretanto, esta natureza racional do homem encontra no corpo não apenas um instrumento, mas um obstáculo - que Platão explica mediante um dualismo filosófico-religioso de alma e de corpo: o intelecto encontra um obstáculo nos sentidos, a vontade no impulso, e assim por diante. Então a realização da natureza humana não consiste em uma disciplina racional da sensibilidade, mas na sua final supressão, na separação da alma do corpo, que só acontece na morte, de fato, na morte. Para Platão agir moralmente é agir racionalmente, e agir racionalmente é filosofar, e filosofar é suprimir o sensível. É a morte dos sentidos e consequentemente do corpo.

Em todo caso, visto que a alma humana racional se acha, de fato, neste mundo, unida ao corpo e aos sentidos, deve começar a sua vida moral sujeitando o corpo ao espírito, para impedir que o primeiro seja obstáculo ao segundo, à espera de que a morte, só ela, libere definitivamente a alma das algemas corpóreas.

A idéia de Bem para Platão estava ligada ao inteligível. Observe essa passagem: “[...] As coisas se me afiguram do seguinte modo: na extremidade do mundo inteligível encontra-se a idéia do Bem, que apenas pode ser contemplado, mas que não pode ver sem concluir que constitui a causa de tudo quanto há de reto e de belo no mundo”.³⁵ Observamos aí a idéia de reto (*orthos*) como sinônimo de correto, exato, verdadeiro, portanto, somente aquilo que é reto, aquilo que confere ordem ao mundo é verdadeiro. A idéia de desordem não cabe nesse momento. O movimento dos astros é considerado como o ideal de exatidão para Platão.

³⁴ - Platão, *As Leis – Livro VII, passim*.

³⁵ - Platão, *A República: Livro VII, p.51*.

Nessa outra passagem, Platão me lembra de alguns métodos até bem pouco tempo em voga na escola que impediam as crianças de se divertirem com danças “inadequadas”:

Afirmamos, então, que cumpre apelar para todo recurso no sentido de não somente impedir que nossas crianças passem a desejar imitar modelos diferentes de dança e canto como também impedir que, seja quem for, as tente induzido-as por meio de prazeres de toda a sorte³⁶.

Dessa explanação podemos verificar a justificativa para um modo de fazer ciência que é derivado desse pensamento ordenado que não vê a relação do sujeito, a possível influência deste no processo.

A realização para Platão, do homem, não era possível no mundo real, apenas no mundo das idéias, daí, o termo platônico, muito empregado para explicar o amor impossível, irrealizável.

Platão foi convidado a colocar em prática suas idéias. Um governador de uma cidade próxima a Atenas pediu seus conselhos e em pouco tempo teve que sair fugido da cidade pelo desconforto ali instaurado. Isso mostra uma certa contradição nas idéias de Platão ao tentar colocar em prática suas teorias sendo que, de acordo com suas próprias formulações, não era possível a realização plena a não ser no campo das idéias.

Platão entra agora no mundo mais aplicável e propõe como deve ser a educação de meninos e meninas:

As lições podem, por uma questão de pragmaticidade, ser divididas em duas categorias: as de ginástica que educam o corpo e as da música que educam a alma³⁷.

Não se trata de uma educação unilateral, já avançamos além dessa concepção. O que vejo é uma educação instrumentalizada, onde o corpo é servo do intelecto, que para acima de tudo. Tudo tem um fim racional, tudo “em benefício da alma”. O problema já é anterior a Platão, e muitos dos que o seguem até hoje enxergam nele o corpo como um simples molde, algo que pode ser esculpido e construído, que serve a algo ou a alguém. E

³⁶ - Platão, *As Leis: Livro VII*, p. 289.

³⁷ - *Ibid.*, p.285.

percebemos que isso não é verdadeiro. Queremos controlar o incontrolável. O corpo e suas razões ultrapassam qualquer exame racional. Não podemos encontrar razão em tudo o que fazemos, pois a razão (que criamos) está dissociada do sensível de tal forma que são mundos totalmente incomunicáveis. Acredito que poderia ser muito diferente a existência humana com uma compreensão menos funcionalista do corpo. O corpo não deve ser algo manipulável. Mesmo aqueles que pregam o corpo saudável estão apenas se utilizando dele³⁸.

Para finalizar com as idéias de Platão que influenciaram o pensamento de muitos educadores, deixarei o que ele pensava a respeito da criança, de como, a “razão da criança” precisava ser subjugada:

[...] e entre todas as criaturas selvagens a criança é a mais intratável; pelo próprio fato dessa fonte de razão que nela existe ainda ser indisciplinada, a criança é uma criatura traiçoeira, astuciosa e sumamente insolente, diante do que, tem que ser atada, por assim dizer, por múltiplas rédeas, a começar por quando deixa o cuidado da ama e da mãe[...].³⁹

Descartes⁴⁰ é outro filósofo que ajudou muito com suas idéias a colocar o corpo em uma situação inferior. Vou aqui colocar rapidamente uma explicação simples, mas não menos verdadeira do seu método.

A primeira regra do método de Descartes é a **evidência**: não admitir “[...] nenhuma coisa como verdadeira se não a reconheço evidentemente como tal”. Em outras palavras, evitar toda “precipitação” e toda “prevenção” (preconceitos) e só ter por verdadeiro o que for claro e distinto, isto é, o que “[...] eu não tenho a menor oportunidade de duvidar”. Por conseguinte, a evidência é o que salta aos olhos, é aquilo de que não posso duvidar, apesar de todos os meus esforços, é o que resiste a todos os assaltos da dúvida, apesar de todos os resíduos, o produto do espírito crítico.

A segunda é a regra da **análise**: “[...] dividir cada uma das dificuldades em tantas parcelas quantas forem possíveis”.

³⁸ - Eu falo do corpo como se fosse uma entidade separada tal o grau de inculcação dessa dicotomia, pois não conseguimos nos separar dela, estou no meio, ao lado, dentro dessa noção separatista.

³⁹ - Platão, *As Leis – Livro VII* p. 302.

⁴⁰ - René DESCARTES, *Discurso do método, passim*.

A terceira, é a regra da *síntese*: “[...] concluir por ordem meus pensamentos, começando pelos objetos mais simples e mais fáceis de conhecer para, aos poucos, ascender, como que por meio de degraus, aos mais complexos”.

Se esse método tornou-se muito célebre, foi porque os séculos posteriores viram nele uma manifestação do livre exame e do racionalismo. Racionalismo esse que colocava o corpo como subalterno do espírito.

O método é racionalista porque a evidência sobre o objeto de que Descartes inicia sua reflexão não é, de modo algum, a evidência sensível e empírica. Para Descartes os sentidos nos enganam, suas indicações são confusas e obscuras, só as idéias da razão são claras e distintas, portanto apenas a razão pode explicar com segurança a verdade.

Duvidemos dos sentidos, uma vez que eles freqüentemente nos enganam, pois, diz Descartes: “ - Nunca tenho certeza de estar sonhando ou de estar desperto! Quantas vezes acreditei-me vestido com o "robe de chambre", ocupado em escrever algo junto à lareira; na verdade, "estava despido em meu leito". Para Descartes, os sentidos não são dignos de confiança, portanto enganadores. Daí colocar como única e grande certeza o raciocínio. Daí a famosa frase: "*Penso, cogito, logo existo, ergo sum*".

Nesse momento de sua viagem espiritual, Descartes é solipsista⁴¹, isto é, ele só tem certeza de seu ser pensante (pois, “sempre duvido desse objeto que é meu corpo; a alma, diz Descartes nesse sentido, "é mais fácil de ser conhecida que o corpo").

Podemos notar nas idéias do autor o valor dado ao corpo e seus atributos. Conseqüentemente podemos fazer uma idéia da valoração que, na época, era dada aos trabalhos manuais também, tudo isso gerando uma visão inferior do corpo e suas faculdades.

Outra questão muito difundida foi a idéia de análise, onde a “dificuldade”, no caso o corpo, deveria ser dividido em quantas partes fossem necessárias para compreendê-lo. Hoje, em quantas partes o corpo está dividido? Existe ginástica para todos os tipos de problemas. As academias oferecem variedades enormes de exercícios para cada parte do corpo. Agora, somos as partes. Nem mais a soma, apenas as partes. Tentamos enxergar o corpo, mas de tão dividido ele não pode ser mais enxergado, a não ser com um microscópio.

⁴¹ - Doutrina que considera o eu como única realidade no mundo.

Não quero dizer aqui que a obra desses clássicos filósofos, acima, tenha que ser posta a prova. Longe de mim tal ambição. Mas podemos, hoje, coisa que eles na sua época, não podiam sequer imaginar, ver e analisar as conseqüências de tais idéias levadas ao extremo e talvez mal compreendidas ou fora do seu contexto. À época o sistema de relação entre as pessoas era outro. Estavam saindo de um sistema escravista onde o corpo era visto quase que com total repugnância.

Hoje vemos um corpo dividido, maltratado, incompreendido, subjugado, graças em grande parte, às idéias difundidas por esses autores.

Outro autor que reconheceu a influência do pensamento dos filósofos na utilização do corpo como objeto foi Michel Foucault. Ele descreve como:

[...] na época clássica, uma descoberta do corpo como objeto e alvo de poder. Encontraríamos facilmente sinais dessa grande atenção dedicada ao corpo – ao corpo que se manipula, se modela, se treina, que obedece, responde, se torna hábil ou cujas forças se multiplicam. O grande livro do Homem-máquina foi escrito simultaneamente em dois registros: no anátomo-metafísico, cujas primeiras páginas haviam sido escritas por Descartes e que os médicos, os filósofos continuaram; o outro, técnico-político, constituído por um conjunto de regulamentos militares, escolares, hospitalares e por processos empíricos e refletidos para controlar ou corrigir as operações do corpo.⁴²

Foucault ainda denuncia o que acontece com os corpos que são submetidos a essa sujeição que torna o corpo “mais obediente quanto é mais útil, e inversamente”. É justamente aí que o sistema se utiliza da disciplina, da ordem, da técnica, para poder tornar o corpo apenas um instrumento “[...] de uma maquinaria de poder que o esquadrinha, o desarticula e o recompõe”,⁴³ conforme os seus interesses, que certamente acabam afetando sua compreensão do corpo.

Junto com isso tudo, a Igreja, na época, valorizava o corpo, mas apenas e tão somente para o trabalho. Diferentemente de outras religiões politeístas, onde o corpo era visto como dádiva e oferecido aos deuses, a dança fazia parte do ritual sagrado.

⁴² - Michel FOUCAULT. *Vigiar e punir*, p.125-126.

⁴³ - Michel FOUCAULT. *Vigiar e punir*, p.127.

Outro grande pensador que de certa forma influenciou muito foi Emile Durkheim. Como sociólogo e educador suas idéias tiveram grande alcance. Ele afirma que:

*[...] em cada um de nós, pode-se dizer, existem dois indivíduos, os quais, embora não possam materialmente ser separados, apresentando-se à análise bem distintos”.*⁴⁴

A declaração de Durkheim reforça ainda mais o pensamento dualista que deve ser (como em Platão) subjugado e controlado. E continua na página seguinte, mostrando a mesma criança selvagem e necessitando de todos os esforços para conduzi-la ao bem:

Penetrando na vida, a criança não traz senão a constituição primitiva do homem. Em face de cada nova geração, a sociedade se acha, pois como se estivesse diante de uma tabula rasa, ou quase; e isso a força a novos dispêndios [...] é preciso (a sociedade) que ela, pelos meios mais rápidos e seguros, sobreponha ao ser egoísta e associal, que acaba de nascer, um outro ser capaz de submeter-se à vida moral e social. Eis aí a obra da educação.

Aí estava o golpe que o corpo tomaria. Durkheim colocava a divisão corpo-alma para o âmbito escolar e aí foi difundido por todo o mundo, pois a educação europeia se disseminou para os países colonizados.

Para Durkheim é apenas a “[...] ciência que confere a autonomia. Só ela ensina a reconhecer o que é fundado na natureza das coisas, natureza física e natureza moral [...]”.⁴⁵

Em outra passagem Durkheim parece ser discípulo de Platão: “[...] nem todos somos feitos para refletir; e será preciso que haja sempre homens de sensibilidade e homens de ação”.⁴⁶ E continua: “Inversamente, há necessidade de homens que tenham, como ideal de vida, o exercício e a cultura do pensamento. Ora, o pensamento não pode ser desenvolvido senão isolado do movimento, senão quando o indivíduo se curve sobre si mesmo, desviando-se da ação exterior”.⁴⁷ Está aí justificado por que aprendemos tão bem nas escolas a ficar quietos e sentados à custa de punições e repreensões. Está aí também um grande desafio para a Educação Física: o de mostrar que é possível aprender de outras

⁴⁴ - Emile DURKHEIM. *Educação e Sociologia*, p.10.

⁴⁵ - *Ibid.*, p.11.

⁴⁶ - Emile DURKHEIM. *Educação e Sociologia*, p. 34.

⁴⁷ - *Ibid.*, p.34.

formas, inclusive se movimentando. A escola ainda não foi convencida da necessidade de tratar o corpo com mais atenção. Para ela – nós, os professores de Educação Física - somos ainda os responsáveis por fazer quase de tudo na escola, menos ensinar.

2.2 O PROBLEMA DA RAZÃO

Mas voltemos ao assunto que nos trouxe até aqui. Qual é o problema da razão? De enxergarmos o objeto apenas pelo ângulo racional?

A posição epistemológica que vê no pensamento, na razão, a fonte principal do conhecimento humano acredita que um conhecimento só merece esse nome quando é logicamente necessário e universalmente válido. Ao considerar que nada de bom ou útil pode vir dos sentidos, o homem daquela época deixou um legado muito negativo ao corpo. É através do corpo que experimentamos a dor física e a limitação de nossas possibilidades. Os teóricos racionalistas são exclusivistas ao fazer do pensamento a fonte única ou própria de conhecimento. Outro defeito “[...] seria o de banhar-se nas águas do dogmatismo. Os racionalistas acreditam ser possível penetrar na atmosfera metafísica pelo caminho do pensamento puramente conceitual, deduzindo de meros conceitos, conhecimentos⁴⁸”.

O perigo disso é o de tornar verdade, conceitos muitas vezes equivocados e baseados em elucubrações muitas vezes longe de qualquer justificativa. Foi o que aconteceu nesse caso. O corpo não existe sem a alma e o inverso também é verdadeiro. Quando os racionalistas escreveram sobre essa separação tornaram possível um universo fora da realidade material que nos subjugou e colocou o corpo refém do conhecimento.

A idéia de separação corpo-alma foi muito bem recebida no alvorecer da ciência antiga. Ela permitia a dissecação do corpo humano. Já que anteriormente não era possível por causa dos dogmas e crenças da Igreja de que o corpo subia aos céus, ou era ressuscitado dos mortos, portanto deveria ser intocável.

A idéia da separação corpo-alma foi bem-vinda, pois quando foi constatado que a alma subia aos céus, pura, pela remissão dos pecados, o corpo jazia aqui embaixo com os vermes, permitiu-se cortar, retalhar o corpo, porque acreditavam que a alma já não estava mais ali naquela matéria inerte. A Igreja também teve uma grande aquisição com a

⁴⁸ - Johannes HESSEN. *Teoria do Conhecimento*, p.68.

separação. Nos idos do ano 300 (d.C.) a igreja finalmente declarou a separação de ambos e isso tornou possível a remissão dos pecados através da punição corporal. No corpo estava todo o mal, enquanto que na alma sobravam virtudes. Assim, foi possível sacrificar o corpo em benefício da eternidade da alma.

O fato é que essa supervalorização da razão, que se verifica com muitos autores idealistas, acabou por aumentar o abismo entre corpo e alma.

2.3 A CULTURA A PARTIR DO CORPO CONTEMPORÂNEO

UNICAMP
BIBLIOTECA CENT
SEÇÃO CIRCULAI

Do conjunto das ações dos homens sobre a natureza derivou o que hoje conhecemos como cultura⁴⁹. O homem ao transformar a natureza, dominando-a, tornando-a controlável aos seus desejos, criou um novo ambiente, mais propício para a vida. A cultura se tornou hoje a Grande Mãe que cuida de todos os filhos, mesmo os rejeitados pelas mães biológicas. “A essência da natureza transformada por ele em algo útil para a vida se chama cultura, e mundo cultural é o mundo humano⁵⁰”.

Para que possamos entender o que é cultura, optei pela definição de Gehlen para o qual:

A diferença entre homem-cultural e homem-natural é equívoca. Nenhuma população humana vive em regiões incultas do que dão essas regiões, senão que todas têm técnicas de caça, de armas, fogo, utensílios, etc. tampouco admitimos a distinção habitual entre cultura e civilização, que ademais, só pode formular-se em algumas poucas línguas culturais. Para nós, cultura é: a totalidade das condições da natureza dominada, transformada e aproveitada pelo homem mediante seu trabalho e atividade, incluindo as habilidades e artes descarregadas, que só são possíveis sobre aquela base.⁵¹

Gehlen fala sobre as habilidades e as artes como derivações da dominação do homem sobre a natureza. Após sua transformação, o homem, desde tempos imemoriais,

⁴⁹ - Arnold Gehlen, *El Hombre*, *passim*.

⁵⁰ - *Ibid.*, p. 42.

⁵¹ - Arnold GEHLEN, *El hombre*, p.43.

comemora, festeja e ritualiza suas atividades baseado no seu trabalho incessante de transformação da natureza.

Podemos concluir daí, a importância da cultura como perpetuação da história, da história do corpo.

Essa faculdade de “reter” as pulsões, de variar o comportamento judicioso, independente delas, põe a descoberto um “dentro”, um interior. Este hiato visto com mais precisão, é chamado alma. Esse reter é de uma importância infinita para a existência do homem. É obtida na primeira infância. De fato, sua incompletude cinética e sua incapacidade de ação, como freio totais à satisfação das necessidades, motivam que as indigências da criança possam ser armazenadas e satisfeitas logo.⁵²

Gehlen reforça a idéia do intervalo que existe entre a ação e a reação. Entre o estímulo e a resposta. Enquanto o animal age apenas por impulsos instintivos, o homem se diferencia por esse espaço de tempo entre uma coisa e outra. Isso permite que o homem elabore sempre algo a respeito do seu próprio ato. O homem não come simplesmente o seu alimento. Ele prepara, cozinha, ritualiza, e muitas vezes, nem chega a comer de fato, tal a importância do significado. Esse espaço que sobra mostra o espaço onde é elaborado o conhecimento, que através dos sentimentos, pensamentos e emoções desenvolvem, juntos a habilidade da resposta.

Apesar de ser impossível estabelecer uma medida, pode supor-se em uma primeira aproximação deste difícil problema, que a energia pulsional em potência, puramente quantitativa, considerada desde o ponto de vista energético, é maior no homem que em qualquer outro animal de seu tamanho.⁵³

O homem não nasceu com nenhuma habilidade ou capacidade marcante como no caso da maioria dos animais, cada um possui uma habilidade que é utilizada para a sua sobrevivência. Um exemplo seria a da águia que sem o seu olhar “telescópico” morreria de fome. Já o homem possui quase todas as habilidades dos animais, mas nenhuma se destaca. O que nos tornaria “abertos” para a habilidade de refletir, de pensar, de elaborar. A natureza, ao nos privar de uma habilidade específica – o que seria uma tragédia para a

⁵² - *Ibid.*, p.62.

sobrevivência do homem na terra – certamente contou com a adaptação do homem a sua justa falta de habilidade. Ele tornou-se o que é graças à falta, à ausência. O homem, este ser incompleto, buscou sua completude nessa contemplação da ação.

Para Cunha e Silva⁵⁴ o homem, na tentativa de medir e pesar o corpo, acabou por transformá-lo em algo totalmente estranho a ele mesmo. Onde:

[...] o corpo contemporâneo perdeu densidade e profundidade, tornou-se etéreo e superficial: ao transportarmos a profundidade para a superfície, na tentativa de visualizarmos o interior, a espessura do corpo passou a ser a da película que suporta sua imagem.⁵⁵

Para ele a ciência, no “desejo de saber” sobre o corpo, simplificou-se num “desejo de ver” apenas o corpo, e não deixando nada por mostrar sobre o corpo. Hoje, se coloca microcâmeras capazes de investigar as profundezas do corpo, mas, não deixa de ser superficial, pois apenas enxerga o corpo como uma sucessão de camadas que vão se desvendando à medida que são retiradas uma a uma. Essas camadas apenas fazem parte do corpo. Jamais chegaremos a entender o que é o corpo pela soma de suas partes.

A forma de ver o corpo pela ciência trouxe conseqüências quase que irreversíveis para a Educação Física. “O corpo exige ser olhado por um tipo de conhecimento menos preocupado com problemas de demarcação e mais preocupado com o objeto”.⁵⁶ Quando olhamos uma criança brincando não conseguimos perceber sentido nisso, é como se a criança estivesse “fazendo coisa de criança” o que coloca a infância como algo inferior e ainda não preparado para estar no mundo adulto. Não podemos fazer dela um projeto de adulto. As razões pela qual a criança deve ser criança ultrapassam todos os livros e conceitos até hoje descritos sobre o assunto.

O corpo contemporâneo é um corpo em crise ecológica, incapaz de vivenciar o espaço na pluralidade das suas disponibilidades. “Temos mais corpo do que aquele que usamos, daí que ele se transforme num “vestígio”, se “atrofie”.⁵⁷ Atrofia, sim, pois não “usamos” o corpo, o corpo é para ser vivido. Quando utilizamos dele, nos tornamos

⁵³ - Arnold GEHLEN, *El hombre*, p.65.

⁵⁴ - Paulo CUNHA e SILVA *O lugar do corpo*, p.18.

⁵⁵ - *Ibid.*, p. 21.

⁵⁶ - Paulo CUNHA e SILVA *O lugar do corpo*, p.21.

proprietários de algo que jamais responderá aos anseios de um racionalismo desmedido e interessado apenas no lucro.

E aí, ao utilizarmos, não damos ao corpo o valor sensível, mas sim um valor material apenas, e fazemos da atividade física algo puramente instrumental e que serve a um corpo servidor. Essa noção não é suficiente para nos livrar de uma vida sedentária. E as conseqüências desse sedentarismo “deforma a sua visão do mundo, limita o seu campo de ação sobre o real, diminui o sentimento de consistência do eu, enfraquece o seu conhecimento direto das coisas”.⁵⁸ Somos seres locomotores, viventes que dependem da ação substancialmente para se relacionar com o mundo. Negar isso é negar a própria existência.

2.4 “EXISTO, LOGO SINTO E POR ISSO PENSO”

Em relação ao conhecimento o corpo deve estar em movimento. Um corpo parado, “[...] é um corpo colocado fora do território do conhecimento”.⁵⁹

Cunha e Silva, comentando a obra de Damásio, *O Erro de Descartes*, anuncia o erro e sugere uma mudança no “existo, logo penso”. Para ele deveria ser “existo, logo sinto e por isso penso” – e afirma, a partir dos seus estudos da cartografia cerebral, que não há uma razão pura, há sim uma razão temperada pela emoção. A emoção flexibilizaria a razão, emprestar-lhe-ia um suplemento de inteligência.⁶⁰

“A irregularidade é a característica mais regular do Universo. Um conhecimento do corpo terá de ser duplamente irregular”.⁶¹ É difícil nos acostumarmos com a desordem, com o múltiplice, com a diversidade. Queremos sempre enxergar as coisas de forma ordenada. Colocamos ordem em tudo. A desordem é própria de emoção, e como não controlamos a emoção, valorizamos sobremaneira a ordem e a disciplina, como se ela fosse capaz de dominar as emoções.

O conhecimento do corpo, tal como o do universo, mostra como somos ingênuos ao acreditar que simplesmente pesando, medindo, esquadrinhando, dissecando podemos

⁵⁷ - *Ibid.*, *passim*.

⁵⁸ - *Ibid.*, p.32.

⁵⁹ - *Ibid.*, p.33.

⁶⁰ - *Ibid.*, p.42.

⁶¹ - Paulo CUNHA e SILVA *O lugar do corpo*, p.48.

revelar a imensidão do que é o corpo. Que tal nos rendermos a ele? Acho esse o passo inicial para começar a entendê-lo realmente de fato.

A compreensão das emoções e dos sentimentos como fazendo parte de um mesmo sistema é aqui demonstrado por Damásio: “É provável que as estratégias da razão humana não se tenham desenvolvido, quer em termos evolutivos, quer em termos de cada indivíduo particular, sem a força orientadora dos mecanismos de regulação biológica, dos quais a emoção e o sentimento são expressões notáveis”.⁶²

Ainda sobre o reducionismo biológico Damásio, assinala que “[...] a cultura e a civilização não podiam ter surgido a partir de indivíduos isolados, não podendo por isso serem reduzidas a mecanismos biológicos e ainda menos a um subconjunto de especificações genéticas. A compreensão destes fenômenos requer não só a Biologia e a Neurobiologia mas também as ciências sociais”.⁶³

Uma das conseqüências do pensamento platônico e separatista é discutida por Gould, na discussão da versão científica da fábula de Platão. O argumento geral em que ela se apóia pode ser denominado de determinismo biológico. Este sustenta que as normas comportamentais compartilhadas, bem como as diferenças existentes entre os grupos humanos - principalmente de raça, classe e sexo - derivam de distinções herdadas e inatas, e que, nesse sentido, a sociedade é um reflexo fiel da Biologia. O autor discute, numa perspectiva histórica, um dos principais aspectos do determinismo biológico: a tese de que o valor dos indivíduos e dos grupos sociais podem ser determinados através da medida da inteligência como quantidade isolada. Essa tese se apóia em dados provenientes de duas fontes principais: a craniologia (ou medida do crânio) e certos tipos de testes psicológicos.

O autor examina um argumento que, para a surpresa de muitos, parece ter chegado com atraso: o determinismo biológico, ou seja, a noção de que as pessoas das classes mais baixas são construídas de um material intrinsecamente inferior (cérebros mais pobres, genes de má qualidade). Esta é mais uma das conseqüências da idéia separatista de corpos e mentes.

Ainda tratando dessa unicidade é que pretendo explorar nesse trabalho Ackerman. Ela eleva os sentidos como “definidores dos limites da consciência”. Pois, ao nascermos, já exploramos e questionamos o desconhecido. Definindo o que é sensibilidade... “[...] quando

⁶² - Antonio DAMÁSIO, *O erro de Descartes*, p.14.

⁶³ - *Ibid.*, p.15.

dizemos que somos pessoas sensíveis (do latim, *sentire*, sentir; do indo-europeu *sent-*, dirigir-se, ir; conseqüentemente, seguir mentalmente), queremos dizer que somos conscientes”.⁶⁴ É essa a consciência que persigo. A consciência de estarmos atentos aos sentidos.

Nesse trabalho, trataremos a Educação Física como uma prática pedagógica que, no âmbito escolar, tematiza formas de atividades expressivas corporais como: jogo, esporte, dança, ginástica, formas estas que configuram uma área do conhecimento que podemos chamar de cultura corporal”.⁶⁵ O homem não nasceu pulando, saltando, arremessando, balançando e jogando. Todas essas atividades corporais são resultantes de um processo, que foi construído em determinadas culturas ao longo da história, como respostas a determinados estímulos, desafios ou necessidades que foram surgindo.

A Escola parece ser um espaço ideal para que esse conhecimento continue a ser construído. Onde o conhecimento possa ser apreendido nas brincadeiras, no jogo, no esporte, na dança, na ginástica. “O estudo desse conhecimento visa apreender a expressão corporal como linguagem”,⁶⁶ sendo “[...] é linguagem um piscar de olhos enquanto expressão de namoro e concordância; um beijo enquanto expressão de afetividade; uma dança enquanto expressão de luta, de crenças”,⁶⁷ na cultura brasileira.

Nista afirma ser “[...] através de atividades que, além de proporcionar o prazer na execução promovam o crescimento evolutivo do educando [...] o ensino torna-se mais humanista quando se respeita o aluno em sua individualidade pessoal”. Para isso faz-se necessário “[...] reforçar atitudes espontâneas e criativas do aluno, principalmente no que se refere ao movimento”.⁶⁸

2.5 A CULTURA INFANTIL E A EDUCAÇÃO FÍSICA

Pode-se dizer de maneira geral (não comparando somente cada estágio ao seguinte, mas cada conduta, no interior de qualquer estágio, à conduta seguinte, mas cada conduta, no interior de qualquer estágio, à conduta seguinte) que toda

⁶⁴ - Diane ACKERMAN, *Uma história natural dos sentidos*, p. 15.

⁶⁵ - COLETIVO DE AUTORES, *Metodologia de ensino da educação física*, p.50.

⁶⁶ - *Ibid.*, p.51

⁶⁷ - *Ibid.*, p.39.

⁶⁸ - Vilma L. NISTA. *Educação física escolar – ser ou não ter?* p. 60-61.

*ação – isto é, todo pensamento ou sentimento – corresponde a uma necessidade.*⁶⁹

Surge na criança essa necessidade - de brincar - motivada geralmente por um desequilíbrio, como por exemplo, o ato de pegar uma bola. A necessidade de manipular a bola desencadeia uma série de movimentos em busca do melhor, do mais eficiente gesto que permitirá à criança segurar a bola. Essa adaptação, isto é, tanto o sucesso como o fracasso experimentado na busca de segurar uma bola, é retida, e armazenada como fazendo parte de seu repertório motor.

Rosamilha⁷⁰ em seu trabalho listou o que alguns autores disseram em suas principais obras, a respeito do porque das crianças brincarem.

1 – As crianças brincam porque têm excesso de energias.

2 – As crianças brincam porque esse é um instinto que as leva a preparar-se para a vida futura.

3 – As crianças brincam porque a hereditariedade e o instinto as levam a recapitular as atividades ancestrais importantes para o indivíduo.

4 – As crianças brincam para descarregar suas emoções de forma catártica.

5 – As crianças brincam porque é agradável. O jogo é importante pelo seu aspecto hedônico.

6 – O brincar é um aspecto de todo comportamento. Ele está implícito na assimilação que o indivíduo realiza em relação à realidade.

Podemos concluir que não é apenas um ou a soma de todos estes motivos o fator determinante para explicar o porquê da criança brincar. Pode até ser por um outro motivo qualquer que nos escape à observação. O importante é que a quantidade de argumentos é o que não falta, para mostrar-nos a importância do brincar.

Quando falamos sobre brincadeiras não podemos esquecer a perspectiva piagetiana que considera os diferentes estádios de aprendizagem infantil. Piaget⁷¹, após a sua observação, sugere o seguinte:

Fase I – sensório-motora – de 0 a 2/3 anos.

⁶⁹ - Jean PIAGET. *Seis estudos de psicologia*, p.15.

⁷⁰ - Nelson ROSAMILHA, *Psicologia do jogo e da aprendizagem infantil*, p.49.

⁷¹ - Para saber mais ver :Seis estudos de psicologia de Jean PIAGET.

Fase II – simbólica – 2/3 a 5/6 anos.

Fase III – intuitiva – 5/6 a 7/8 anos.

Fase IV – operatório-concreta- 7/8 a 11/12 anos.

Fase V - operatório-formal – 11/12 anos em diante.

Essas fases, mais do que permitir-nos descobrir como a criança pensa, nos indica pistas sobre um possível conteúdo a seguir.

Por algumas vezes observei professores tentando ensinar as noções dos jogos coletivos a crianças que ainda estavam na fase simbólica, quando a criança tem apenas indícios tênues de consideração ao coletivo. A criança nessa fase ainda brinca sozinha porque não “enxergou” o outro. Para Piaget:

Do ponto de vista das relações interindividuais, a criança, depois dos sete anos, torna-se capaz de cooperar, porque não confunde mais seu próprio ponto de vista com o dos outros, dissociando-os mesmo para coordená-los.⁷²

Mesmo assim, possivelmente por desconhecimento, o professor insiste em gritar, gesticular, conversar e tenta de todas as maneiras fazer com que as crianças fiquem nos lugares determinados por eles e joguem, nem que sejam como robôs. Cenas típicas podem ser vistas em campeonatos clubísticos de futebol de categorias infantis. Para Piaget a criança que:

“[...] brinca de boneca refaz sua própria vida, corrigindo-se à sua maneira, e revive todos os prazeres ou conflitos, resolvendo-os, compensados, ou seja, completando a realidade através da ficção”.

[...]

É por isto que, por exemplo, os escolares alcançam um rendimento infinitamente melhor quando se apela para seus interesses e quando os conhecimentos propostos correspondem às suas necessidades.⁷³

⁷² - Jean PIAGET, *Seis estudos de psicologia*. p. 41

⁷³ - Jean PIAGET, *Seis estudos de psicologia*, pp.28-29.

Para Piaget⁷⁴, as crianças, mais do que repensar, necessitam reviver os acontecimentos. Para isso recorrem ao simbolismo direto da brincadeira.

A caracterização evolucionista (de Piaget) da criança pode acarretar algumas interpretações indevidas. Pode-se tomar a criança como um ser “incompleto” e que, portanto, está ainda “em construção”. Algo imperfeito e que necessita de treino, de educação. E o adulto assume a posição do ser o perfeito a quem caberá o papel de instrutor, de educador. Isso, talvez para os mais desavisados, não deve significar que, tudo o que está em cada um de nós é incompleto.

2.6 A VALORIZAÇÃO DA CULTURA INFANTIL

*[...] Tomar, portanto, a cultura apenas como um produto acabado a ser transmitido para a criança significa inverter as relações de um processo onde as coisas passam a ter vida e as pessoas a serem vistas como coisas.*⁷⁵

As crianças criam uma cultura própria, viva, transmitida de criança a criança, de rua a rua, de bairro a bairro. E que o grupo pesquisado descreveu com riqueza de detalhes nos questionários. Por isso, o professor deve levar a sério o mundo das crianças e perceber que ali existem valores importantes. A atenção a esse dado é de fundamental importância para que aproximemos o mundo adulto do mundo da criança, como Snyders descreve tão bem:

*[...] eu acho que no primeiro momento se deve, principalmente, tomar boa consciência dos valores da cultura dos alunos. E essas culturas, esses desafios, as canções que eles apreciam, as bandas desenhadas que eles lêem, os problemas que levantam, tudo isso é o mundo deles, e se nós, professores, não dermos valor a esse mundo, à vista deles, eu quase diria que nos será difícil gostar deles e que não conseguiremos vencer o fosso que deles nos separa.*⁷⁶

O professor não deve desprezar o fazer, é nesse fazer e refazer que a criança consegue entender o mundo. Jogar, brincar e experimentar são elementos fundamentais da aprendizagem. Através de observar os próprios filhos, Piaget pode compreender melhor

⁷⁴ - Ibid., p.38.

⁷⁵ - Edimir PERROTTI, in: ZILBERMAN, Regina. *Produção Cultural para a criança* (Org.) p. 17.

“[...] o papel da ação e, em especial, que as ações constituem o ponto de partida das futuras operações da inteligência”.⁷⁷

Até o momento acredito ter deixado claro que eu concordo que não vivemos apenas para satisfazer nossas necessidades biológicas. Nós buscamos os sentidos nas coisas. Queremos dar ao mundo uma feição parecida com a nossa cara, com o nosso jeito. Assim ficamos mais confortáveis e confiantes. Poderemos, assim, prever melhor o que poderá acontecer e afastar o desconhecido, que tanto nos assusta. Podemos dizer que o brincar torna o desconhecido em conhecido, mas ao mesmo tempo não possui um fim além de si mesmo. Brincamos pelo simples prazer de brincar. A criança quer estar alegre, por isso, ela brinca. Para Marcellino,

*O jogo aponta na direção de um futuro, proporciona alegria no seu limitado espaço, cria a esperança de liberdade para o mundo todo. Sob as atuais condições de repressão o jogo faz nascer uma visão utópica. Ele opera como um aperitivo, sugerindo que apesar de nos encontrarmos cativos no mundo adulto, esta não precisa ser a nossa sina. Há outras possibilidades para a vida humana.*⁷⁸

Acredito que para termos um futuro mais saudável, deveremos desmontar a lógica destrutiva do mundo adulto. A lógica de que apenas o trabalho pode trazer uma vida feliz com suas compensações materiais. Para vivermos melhor devemos ser mais criativos, felizes, sonhadores e brincalhões. Por isso, concordo com Freire quanto à importância que temos que dar à cultura infantil:

*O fundamental é que todas as situações de ensino sejam interessantes para a criança. Como fazer isso, no entanto, fora uma ou outra experiência isolada existente, é ainda um mistério, tanto para os pedagogos de sala de aula como para os pedagogos da Educação Física. Uma coisa é certa: negar a cultura infantil é, no mínimo, mais uma das cegueiras do sistema escolar.*⁷⁹

⁷⁶ - Georges SNYDERS, *Correntes atuais da pedagogia*, p. 23.

⁷⁷ - Jean PIAGET, *Seis estudos de psicologia*, p. 70

⁷⁸ - Nelson C. MARCELINO, *Pedagogia da Animação*, p.104.

⁷⁹ - João Batista FREIRE, *Educação de Corpo Inteiro*, p.13.

As brincadeiras fornecem à criança uma verdadeira nau da imaginação, onde podem navegar – a seu bel prazer – aos confins mais distantes, e tudo isso ainda deve assustar o mundo adulto. Freire afirma aqui que temos um grande parceiro na tarefa de transformar o momento da aula:

Pelo menos até a 4ª série do 1º grau, a escola conta com alunos cuja maior especialidade é brincar. É uma pena que esse enorme conhecimento não seja aproveitado como conteúdo escolar. Nem a Educação Física, enquanto disciplina do currículo, que deveria ser especialista em atividades lúdicas e em cultura infantil, leva isso em conta.⁸⁰

A escola precisa valorizar as experiências da criança fora do ambiente escolar, pois para a criança e o adolescente é difícil dar importância àquilo (conteúdos) que não pertence ao seu cotidiano.

A valorização do jogo, da brincadeira na escola é a valorização da vida da criança. De que ela, de alguma forma, é importante para a escola e não o contrário apenas. A escola quando muito instrumentaliza algo da cultura da criança para ajudar o professor no ensino de uma cultura pretensamente superior. O exemplo é quando o professor utiliza algumas brincadeiras como pré-desportivas. Utiliza a queimada, um jogo com uma história e um significado próprio para criança, para simplesmente ensinar o handebol, por possuírem movimentos semelhantes.

Um outro dado interessante é que os professores de hoje são formados por uma escola que também não valorizou a experiência da sua vida, da cultura infantil. Será que pode alguém oferecer algo que lhe foi privado por longo tempo? Uma pergunta que Marcellino faz é ainda mais instigante: “teria um dia a escola valorizado essa experiência?”⁸¹ A experiência da criança deve fazer parte do trato com o conhecimento específico da Educação Física.

A situação da Educação Física ainda é, hoje, de maneira geral, muito próxima do que Moreira descreveu em 1991:

Toda vez que estivermos falando de causa e efeito de alguma coisa, estamos nos referindo a uma ciência factual empírica, em que podemos repetir ou reproduzir estes fatos no laboratório e exercer,

⁸⁰ - *Ibid.*, p. 13.

⁸¹ - Nelson C. MARCELINO, *Pedagogia da Animação*. p. 56.

sobre eles, um controle. Em termos de Educação Física é isto que temos visto até agora; queremos controlar e fortalecer o corpo através de exercícios planejados, executados e avaliados. Quanto maior o número de exercícios executados, melhor será o resultado; com isso, temos uma relação de causa e efeito, o que nos leva a um distanciamento da preocupação com o acontecimento em si.⁸²

Se o corpo ainda é visto como objeto, podemos ter a certeza de que o que vale é o objeto mais próximo da perfeição. O corpo valorizado por esse “esquema” é o corpo que produz um resultado melhor. Acabando por tornar o corpo, que foge a esse esquema desprezado, fora do “padrão” para a sociedade. Todos sabemos que os “corpos saudáveis” presentes na mídia são em número bem inferiores aos da população dita “normal” e mesmo assim grande parte das pessoas acredita ser possível atingir esse “corpo ideal”. E em busca desse “corpo ideal”, nós acabamos nos tornando profissionais da transformação do corpo em coisa, abocanhamos um mercado ávido para ser o que não pode ser. Vendemos um sonho impossível de ser alcançado para a maioria das pessoas.

Voltando para o ambiente escolar a questão não é muito diferente, pois grande parte das escolas particulares já estão contratando academias para seus alunos freqüentarem fora do horário escolar em substituição às aulas de Educação Física.

Vejo a Educação Física numa grande encruzilhada: ou deixamos de ser medíocres, vendedores de sonhos impossíveis, ou em breve seremos os responsáveis por ajudar a dividir o corpo em “zilhões” de partes que jamais serão juntadas. Por mais esforços que a área tenha feito, vejo isso no ambiente acadêmico em que convivo, o resultado é muito fraco, ou mesmo a preocupação das pessoas com tal polêmica.

Snyders nós dá uma dica de como enfrentar parte dos problemas que hoje temos na escola, para ele:

Somente se o aluno sentir a alegria presente na escola é que ele reprimirá sua inclinação à distração, à preguiça, à facilidade. Pode-se realmente ajudá-lo a progredir exortando-o primeiro a despojar-se daquilo que o tenta?⁸³

⁸² - Wagner Way MOREIRA. *Educação Física Escolar – uma abordagem fenomenológica*, p. 49.

⁸³ - Georges SNYDERS, *Alunos Felizes*.p.27.

Essa é outra pergunta que Snyders faz a respeito do que interessa à criança. Muitas vezes, reclamamos de nossos alunos, da preguiça, da má vontade em aprender e dedicar-se ao conteúdo. Não desconfiamos que o atraente esteja tão perto. Preferimos achar que o erro está no método. Pouco discutimos sobre a seleção de conteúdos.

Para que ensinamos os esportes e exigimos rendimento? Será que a argumentação de que estão preparando a criança para o futuro, de que a sociedade é mesmo competitiva e de que agindo assim elas poderão vir a ser talentos esportivos é suficiente? É justo? Colocamos uma lógica para as crianças, sem discussão prévia, e na maioria das vezes sem sentido, nem significado algum para elas.

Essa negação da cultura da criança pela escola e em particular pela Educação Física, revela uma ruptura entre seu mundo e o da escola que ela passará a viver então, negando o sentido das coisas até aquele momento. Sobre isso Alves, afirma que: “[...] em qualquer parte onde alguém seja forçado a fazer algo sem sentido, este alguém estará no limite da insanidade”.⁸⁴

Snyders, afirma que cabe à escola encontrar um ponto de equilíbrio entre a criança como futuro adulto e a criança como atualmente criança. Uma criança que desejo que seja feliz em suas qualidades de jovem, no seu presente jovem, a começar pelo seu presente escolar.

Como podemos falar num futuro desconsiderando os primeiros passos que a criança está dando? Uma jornada de mil quilômetros começa com o primeiro passo, diz a sabedoria oriental. Como poderemos fazer com que os alunos amem a vida se tudo o que fazemos é reclamar dela?

Destacamos ao longo deste texto a importância que o jogo pode proporcionar à aprendizagem, para situações, tanto da vida cotidiana quanto escolares, mas ainda segundo Snyders, não pode faltar também opção. Se o aluno se vê obrigado a aceitar tudo o que lhe é ensinado, se ele é obrigado a participar – pois vale nota –, se ele é obrigado a tudo, como propiciaremos a autonomia?

São muitos os alunos sedentos por deixar a sala de aula e para ir ao encontro do mundo lá fora, pois este lhes parece um mundo mais autêntico; encontrar comportamentos,

⁸⁴ - Rubem ALVES, *A gestação do futuro*. p.92.

desejos e até mesmo idéias e palavras que não existem na escola. Os mundos devem de alguma forma serem aproximados para que façam sentido e obtenham significância.

Pensando sobre tudo isso, tentei de alguma forma transportar para a aula de adultos, pessoas que muitas vezes, não estão ali para brincar, mas para relaxar, não para aprender, mais para aliviar uma dor.

Meu desafio é mostrar que ainda vale a pena aprender.

No capítulo seguinte descrevo como aconteceu a pesquisa de campo. A descrição das aulas, e a minha busca de um método sensível.

CAPÍTULO III

UM MÉTODO SENSÍVEL

3.1 A PESQUISA DE CAMPO

Estudei um grupo de pessoas que tiveram uma Educação Física que chamarei agora de tradicional e procurei analisar como elas reagiriam a uma “educação dos sentidos” de “corpo inteiro”.⁸⁵ Meu interesse também foi interpretar e de buscar possíveis causas de a Educação Física tradicional não contribuir para que essas pessoas fossem mais informadas, mais interessadas e tivessem um conhecimento maior a respeito de si mesmas e da atividade física.

Para tal realizei um projeto de pesquisa e extensão, que foi oferecido gratuitamente aos interessados. A divulgação do curso foi feita através da Coordenadoria de Desenvolvimento Esportivo da Faculdade de Educação Física da Unicamp - Codesp-FEF e do Jornal *A Semana*, que circulava praticamente em toda a Unicamp, anunciando o oferecimento de aulas de Condicionamento Físico. Por que este nome? Porque este é o nome que as pessoas estão acostumadas a dar às práticas corporais extra-escolares. Mas tive o cuidado de colocar logo abaixo do título que eram aulas para pessoas acima de 30 anos. A procura foi grande e infelizmente não pude atender todos. A maioria era mulheres, funcionárias, docentes e não docentes da Unicamp. O número total de alunos que iniciou o semestre foi de 30, na sua grande maioria mulheres, com idade média de 40 anos. Inicialmente fiz um questionário com 10 perguntas que todos responderam já no nosso primeiro encontro. Desses apenas 12 concluíram o curso. Os que abandonaram alegaram incompatibilidade de horário e férias dos filhos, portanto, não tinham com quem deixá-los.

Preparei para a primeira aula atividades com o objetivo de soltar a musculatura e proporcionar um relaxamento inicial e um certo alívio de dores. Já durante a primeira aula fui ouvindo depoimentos de que a grande maioria dos alunos sentia dores freqüentemente, provavelmente, por estarem com hábitos de postura inadequados decorrentes, talvez, de excesso de trabalho em posições desfavorecedoras. Sugeri nessa aula exercícios para prevenir e melhorar as condições que descreviam. Tentando desvelar as possíveis causas

⁸⁵ - João Batista FREIRE da Silva, *Educação de corpo inteiro*.

desse mal estar freqüente ouvi muitas queixas do excesso de tempo trabalhando sem atividades de relaxamento e alongamento.

No planejamento inicial já esperava que os alunos apresentassem problemas como os descritos acima. Mas não tanto. Constatada a minha impressão inicial, optei por estender um pouco mais as atividades de alongamento e relaxamento, pois não queria correr o risco de provocar alguma lesão quando fizéssemos atividades físicas mais explosivas.

As aulas aconteciam às terças e quintas-feiras das 17:00 às 18:30 na quadra externa número três da Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas - Unicamp.⁸⁶ Iniciávamos a aula quase sempre em forma circular, sentados num colchonete. Conversávamos quase sempre sobre assuntos relacionados à aula. Logo na primeira aula conversamos sobre o planejamento geral, mas, esclarecendo que aquele planejamento não era definitivo e que poderíamos alterar, tirando ou incluindo coisas de acordo com os interesses do grupo. Logo no início expliquei que o tempo que teríamos para as aulas não era suficiente para causar grandes transformações, pois o prazo era curto. Era necessário um envolvimento maior da parte deles em pelo menos um outro dia, que poderia ser no fim de semana. Deixei claro que nenhum programa de atividade física funciona bem se não houver doses de disciplina e prazer misturadas e que o curso iria mostrar a possibilidade de se aliar prazer e atividade física. Para a realização do mesmo estava sempre presente a possibilidade de sugerirem, pedirem e falarem das suas particularidades em relação à atividade física, em qualquer momento da aula.

Os conteúdos tratados durante as aulas foram alguns jogos, lutas, esportes e ginástica e dança. Esses temas foram tratados e tematizados em certo número de aulas. Muito do que acontecia durante a aula fazia com que eles lembrassem de sua infância e adolescência, especialmente nas aulas de Educação Física, fato que os levaram a compreender esse passado parcialmente. Um exemplo: eu perguntava se o professor de Educação Física deles mandava dar 10 voltas em torno da quadra. Após a resposta unanimemente positiva era a vez de eu ser questionado do porquê dessa atividade. Eles queriam saber o porque dessa insistência. Quais são os benefícios da corrida, perguntavam. Para tudo o que fazíamos eu procurava explicações em diferentes áreas. Explicava o contexto da época em que eles faziam as aulas de Educação Física, muito influenciados

⁸⁶ - único local oferecido pela instituição para a realização do projeto e que trouxe muitos limites ao mesmo.

pelo militarismo, que defendia a necessidade de um corpo saudável, ágil e capaz de entrar em combate se necessário e acima de tudo obediente, mesmo que com o risco da própria vida. O professor raramente explicava o motivo disso ou daquilo, talvez, realmente, não soubesse de fato. Era necessário obedecer sem perguntar. Por isso, talvez, a ausência de explicações.

Hoje sabemos que uma brincadeira de pega-pega poderia ter a mesma função das 10 voltas em torno da quadra, talvez até melhor, pois a brincadeira é mais completa e tem mais significado na cultura infantil. Porém, a aula, que eles tiveram preferia atender aos interesses da disciplina e da ordem.⁸⁷

Percebi que o horário das atividades também exigia muito de alguns alunos, pois eles saíam correndo dos seus setores de trabalho e chegavam quase sempre atrasados. Por mais que eu dissesse que isso não era problema, percebi que essa situação os incomodava.

Ao todo foram 30 encontros em cada semestre compreendendo duas turmas distintas. Os dados da pesquisa de campo serão descritos e analisados conjuntamente e a partir de agora passo a relatar como foram as aulas.

3.2 DIÁRIO DAS AULAS

O primeiro dia de aula foi dedicado a nos conhecermos melhor, já que iríamos passar um semestre inteiro juntos. Estávamos em uma sala fechada, espaçosa. Sentamos em cima de colchonetes e alguns nos bancos suecos formando um círculo. Pedi para que cada um se apresentasse falando o nome onde trabalhava e o que estava buscando naquelas aulas. Falamos principalmente sobre a importância de se fazer atividades corporais. Pedi para eles falarem um pouco de suas experiências, principalmente, na época escolar. A partir dos relatos pude constatar que a maioria havia estudado em escolas públicas e que tiveram uma Educação Física tradicional, isto é, as aulas eram sempre organizadas da seguinte forma: corrida em volta da quadra, exercícios de flexão e alongamento e no final o professor “soltava” a bola para quem quisesse jogar.

⁸⁷ - Os registros de campo encontram-se em anexo.

Um das alunas falou sobre sua situação: “Na minha agenda diária, meu corpo está em último lugar!” constatou ela sem muita preocupação, parecendo que aquilo não a afligia, algo totalmente normal.

A maioria das pessoas em seus relatos demonstrou estar preocupada com o ritmo da vida que leva e suas possíveis conseqüências para o “corpo”: “sem lazer, muito stress, obesidade, rotina, tristeza e principalmente falta de tempo”. Nesse mesmo dia o grupo respondeu um questionário elaborado previamente por mim e combinamos como seriam as aulas. Tentei deixar claro que a participação de todos durante as aulas seria determinante para que elas acontecessem. Essa participação envolveria sugestões, depoimentos, argumentações e contribuições para o andamento do projeto.

Outra situação que eu quis deixar bem claro logo de início, foi a de que as atividades físicas que iríamos fazer nesses encontros de duas vezes por semana não seriam suficientes para que eles tivessem uma mudança significativa em seu estado de condicionamento físico. Nas conversas iniciais, que na maioria das vezes acontecia no início e no final das aulas, eu procurava perguntar sempre para obter as impressões que eles estavam tendo em relação aos efeitos dos exercícios e das atividades que realizavam. Alguns reclamaram de como estão “endurecidos”, ou “doloridos”, pois não conseguiam executar muitos movimentos e percebiam como estavam “travados”. Também reconheceram a importância de se fazer algo, mas diziam não terem o hábito e nem o tempo necessário.

Depois dos alongamentos iniciais perguntei como eles estavam se sentindo. Alguns falavam que “mais leves”, “melhores”, outros que estavam mais “moles” e “relaxados”.

Expliquei para eles e tentei deixar bem claro a importância do alongamento e de que ele não era simplesmente uma fase preparativa para uma posterior atividade. O alongamento em si próprio já é uma atividade física importantíssima na prevenção das chamadas “LER’s” (Lesão por esforço repetitivo) e que era de fundamental importância estar “alongados”, não somente para prevenir de doenças, mas para se sentirem bem e isso influencia em todos os aspectos de nossa vida.

Muitos citaram a sensação de estarem “travados” antes dos alongamentos e que se sentiam mais “soltos” e relaxados após os alongamentos. Muitos falaram da falta de tempo de fazer alongamentos. Expliquei que seria bom fazer os alongamentos pela manhã, ao acordar, espreguiçando-se alguns minutos antes de se levantar da cama e levantar apenas se

apoiando nos braços e não levantar utilizando-se somente da força dos músculos do tronco. Expliquei que com o tempo e a repetição desse gesto de se levantar, essa sensação de “travamento” iria diminuindo aos poucos.

Após algumas aulas enfatizando o alongamento, apresentei a eles as bolinhas de tênis. Fui entregando de mão em mão e esperando por alguma manifestação. Alguns começaram a brincar atirando a bolinha no chão ou jogando para outra pessoa.

Expliquei aos alunos (as) que faríamos, da bolinha, um uso diferente daquele a que estavam acostumados. Pedi que eles se sentassem em roda e com as pernas para fora do colchonete colocassem a bolinha um pouco acima do calcanhar, com a perna esticada, sem movimentos. Apenas pressionando. Em cada “ponto” da perna ficariam por apenas 3 segundos, subindo logo após para um ponto acima até chegar na região ísquio-tibial, não pressionando apenas na região poplíteia⁸⁸. Alguns reclamaram inicialmente de dor. Pedi para que não “soltassem” todo o peso da perna em cima da bolinha. Que apenas deixassem um pouco, controlando para não sentir a dor. Era importante não sentir dor, pois isso os afastaria das atividades cada vez mais, desmotivando-os. Um dos alunos perguntou se a dor não era uma sensação normal, já que era um sinal de que estava fazendo efeito o exercício. Expliquei que isso não era correto. A dor na realidade era um sinal de que algo estava errado. Pedi que eles me informassem prontamente quando alguma atividade estivesse causando dores. Expliquei que existe um desconforto inicial, que muitas vezes é normal em quem está há algum tempo sem se movimentar muito. Mas que a dor não era o “efeito colateral” da boa forma. A dor é apenas um indicativo de que algo está errado.

No final dessa aula conversamos sobre a dor e expliquei a eles que o organismo não assimila muito bem os resultados de uma atividade física executada com dor e sacrifício. Não é o suficiente para criar hábitos. Que a atividade física deve ter um componente prazeroso para que você queira repetir a “dose”.

Após a aula fui verificar as respostas do questionário e pude perceber que muitos foram para as aulas com a intenção de simplesmente fazer alguma atividade física e melhorar o condicionamento. Porém, nas conversas de roda percebíamos que a maioria queria eliminar os quilos adquiridos a mais. A curiosidade era que todos queriam “receitas” para diminuir a barriga e muitos chegaram a pedir aulas de exercícios abdominais.

⁸⁸ - região logo atrás do joelho.

Expliquei um pouco e de maneira simples como funciona o metabolismo humano e de que não era apenas através de abdominais que eles iriam eliminar o excesso de gordura. Mas sim com a atividade aeróbica. O exercício de flexão abdominal poderia vir como um complemento após a diminuição do peso. Pois, fazer exercícios de flexão abdominal com excesso de peso não faz bem à nossa coluna vertebral. Eles ficaram espantados, pois afirmavam ter assistido a vários programas de televisão que vendiam aparelhos que prometiam eliminar a barriga em excesso. Foi um debate interessante. Levei para eles um texto na aula seguinte sobre o metabolismo e lemos em sala e tiramos nossas dúvidas a respeito do assunto.

Nas aulas seguintes eu perguntei se já estavam sentindo alguma diferença com os exercícios realizados até o momento. Alguns disseram que estavam dormindo melhor, outros que algumas dores diminuíram e que já se sentiam mais dispostos. Falei que ainda era cedo para que eles notassem diferenças significativas, mas que a constância é a “mãe de todas as virtudes”. Sobre os alongamentos alguns reclamaram que sentiam dores e eu expliquei que não era necessário forçar. Durante o alongamento é só para sentir que a musculatura está sendo “esticada”, sendo a dor um sinal que se está exagerando no exercício. Eles argumentaram dizendo que haviam aprendido que quando está doendo é que faz efeito. Expliquei um pouco como funciona internamente o alongamento e eles ficaram espantados porque sempre ouviram falar da importância, mas não sabiam exatamente do porquê se fazer alongamentos.

Percebi que foi a partir da massagem da bolinha de tênis que eles começaram a “sentir” mais o próprio corpo. Relataram que sentiam dores em algumas partes e em outras que eles nem sabiam que estavam com dores, pois apenas sentiam quando a bolinha era pressionada no local. Com o tempo foram percebendo que o bem estar aumentava, mas, infelizmente para outros, a bolinha não fazia o mesmo efeito, mas era a minoria.

Conversamos sobre a importância de estar relaxado. Pedi para que eles prestassem atenção na rotina do dia, e principalmente identificassem em quais momentos eles estavam ficando “tensos”. Mostrei algumas formas de relaxar mesmo sentado em uma cadeira (a maioria deles trabalhava sentado) e também expliquei que eles poderiam praticar alongamentos e automassagem em alguns intervalos do trabalho.

Quando tratamos da respiração foi bem interessante. Assim como meu amigo do início, a maioria confirmou a ausência completa de conhecimento sobre o tema. Lembrei –

me que sem comida nenhuma deveremos morrer em uns 20 dias, mas que sem respirar, em alguns poucos minutos. Fizemos exercícios de respiração e um aluno ficou espantado de como ele podia não ter prestado atenção a algo tão simples e que gerava uma sensação prazerosa. Alguns alunos afirmavam que o cotidiano e o ritmo de vida eram incompatíveis com esses exercícios, pois eles somente se lembravam quando já era tarde e estavam sentindo alguma dor. Um deles, um senhor de quase 60 anos, declarou que por ter sido estivador tinha “bico de papagaio”, e que as dores estavam diminuindo com os exercícios, com os alongamentos e que agora já conseguia dormir melhor.

Em uma das aulas seguintes construímos o “elástico”.⁸⁹ Todos trouxeram tesouras, algumas câmaras de bicicleta e os garrotes. Ensinei-os como fazer os exercícios de fortalecimento muscular utilizando o “elástico”. Expliquei que iríamos fazer no início das aulas, mas que também era para eles aprenderem e aos poucos fazer em casa porque após algumas aulas deixaríamos de fazê-los em aula. Essa atividade pretendia fortalecer a musculatura, ajudando a diminuir as dores, por fortalecimento dos músculos e ao mesmo tempo para que eles agüentassem as atividades mais “explosivas” que estariam por vir. O uso do elástico consiste em se prender uma das extremidades dele em algum apoio fixo e puxá-lo de diferentes posições para ativar diferentes grupos musculares. Notei algumas dificuldades iniciais, mas aos poucos já dominavam e entendiam o seu funcionamento.

Como a maioria dos alunos vinha de um período sedentário, resolvi começar com as atividades aeróbicas que serviriam de base para as demais e, pelas conversas que tive com o grupo, era a atividade mais simples e não exigia nenhum equipamento ou custo alto. Expliquei que seria necessário fazer caminhadas pelo menos mais dois dias para que o resultado fosse rápido e eficaz. Expliquei de maneira simples um pouco de fisiologia para que eles pudessem entender o porquê das caminhadas. Expliquei basicamente sobre o ritmo certo para cada idade, lhes entreguei a cópia de um artigo sobre o tema. Alguns também ficaram espantados ao saber que não era preciso correr, mas apenas caminhar, por um tempo até curto (cerca de 40 minutos), mas que a constância era o fator principal para o surgimento dos resultados. Falei sobre a importância do calçado, que deveria ser leve, macio e flexível, da roupa, que deveria ser arejada e facilitar os movimentos. Eles fizeram várias perguntas. A maioria queria saber o que era necessário fazer para perder a barriga.

⁸⁹ - Garrote unidos por duas tiras de câmara de pneu de bicicleta em forma circular.

Muitos acreditavam que fazendo abdominais poderia diminuir a barriga. Expliquei novamente o porque isso não era verdade. Parecia que o conceito que eles tinham, e que aprenderam era mais forte que minhas explicações. Prometi levar novos textos sobre o assunto.

Quando começamos a ginástica, na 12ª aula, alguns achavam que seria impossível realizar aquelas “acrobacias”, mas expliquei que o objetivo era outro. Eles deveriam experimentar novos movimentos, baseados na ginástica. E cada um no seu limite. Aos poucos, expliquei que eles poderiam ir superando suas próprias limitações, mas que poderia levar tempo. O objetivo era o de vivenciar os movimentos. É claro que eles tiveram algumas dificuldades com as barras, mas do jeito deles, eles tiveram o primeiro contato com algo que só tinham visto na televisão.

No ginásio coloquei à disposição deles todos os aparelhos de ginástica da FEF⁹⁰ e pedi para que experimentassem e tentassem lembrar o que sabiam sobre cada um deles.

Um relato importante ao final da aula foi o de um aluno que disse que não sabia que poderia fazer tantos movimentos com uma corda. Ele jamais havia imaginado isso.

Na aula seguinte com a ginástica experimentamos novamente os aparelhos, tentando executar movimentos mais técnicos e tentando chegar a uma “apresentação”. Pedi para que eles se dividissem em grupos e criassem algo com um ou vários elementos (corda, arco, massa e bolas). Pedi para que eles escolhessem um tema qualquer e depois eles iriam mostrar o que inventaram para os outros grupos.

Foi muito engraçado, pois a dificuldade era nítida, mas todos tentaram fazer o melhor possível. Depois de muitas risadas a aula terminou num bom astral. Falei para eles sobre a importância do erro na aprendizagem. Que dificilmente começamos alguma atividade – seja ela qual for – acertando, e que é necessário a fase de experimentar, tentar, errar, e tentar de novo.

Na aula seguinte começamos na pista de atletismo e após os alongamentos iniciais, perguntei para eles com o que se parecia aquele lugar. Depois de algumas tentativas, tive que falar que aquele espaço onde havia o campo de futebol, a pista de atletismo, os locais de lançamento de disco e dardo, derivavam de um coliseu (anfiteatro da antiga Roma e que

⁹⁰ - A princípio começamos com os elementos da ginástica rítmica: o arco, a bola, a corda e a fita. Depois partimos para os equipamentos da ginástica olímpica ou artística, a trave de equilíbrio, as argolas, barra fixa e barras paralelas, tudo usando de forma adaptada e com a ajuda de um colega da faculdade como segurança.

ainda hoje existe em Roma), onde ocorriam as lutas de gladiadores. Falei que eles estavam se exercitando num modelo um pouco modificado do Coliseu de Roma.

Como iríamos experimentar naquela aula as corridas, deixei bem claro que cada um não fosse além do seu limite. Quem já estava acostumado a um ritmo forte (intenso) poderia continuar e quem não estava acostumado deveria simplesmente caminhar. O tempo de cada um foi determinado por eles próprios. Eu fiquei observando para não permitir exageros e controlar a pulsação deles em cada volta.

Mostrei para eles como se media a pulsação e pedi que controlassem o ritmo, não precisavam ficar ofegantes, que não deixassem a pulsação subir muito. Baseado cada um na sua idade e no seu estágio de condicionamento, como tínhamos visto num texto que passei para eles.

Na aula seguinte fizemos a “maratona”. Cada um fez a sua maratona. Antes contei a história sobre essa prova atlética. A maioria fez uma volta na pista e saiu para fazer a caminhada em volta da lagoa do Parque Ecológico que fica ao lado da FEF (Faculdade de Educação Física). A maioria caminhou por mais de uma hora. No final sentamos e conversamos sobre a experiência. Eles afirmaram que não foi tão difícil como pensavam no início. Eles se dividiram em duplas ou trios e fizeram o trecho todo conversando e o tempo passou bem rápido. Ninguém dizia ter sido uma tortura. A experiência foi gostosa para todos. Ninguém se sentiu muito cansado e disseram ter ido conversando com um companheiro e foi muito agradável a volta em torno do lago que fica atrás da faculdade de Educação Física.

Na aula seguinte, como de costume, conversamos sobre a aula anterior. Perguntei se havia sido muito forte para eles as atividades da aula anterior. Apenas uma pessoa disse ter ficado com o pé dolorido. Mas que achava que era por causa do tênis.

Disse para eles não ser possível experimentar as atividades “mais explosivas” do atletismo visto que elas exigem uma condição física especial, quase de atleta, e que eu não queria que eles ficassem com a musculatura dolorida. Portanto, deixaríamos de lado as corridas de velocidade. Experimentamos alguns saltos em altura com o equipamento e depois alguns saltos em distância, na caixa de areia. Depois ficamos brincando de saltar com cordas, pulando de diversas maneiras e lembrando algumas brincadeiras de infância com a corda.

Nos arremessos, primeiramente pedi que experimentassem os pesos, os discos e eles puderam comprovar que realmente aqueles materiais eram feitos para atletas. Mas, pegamos algumas bolas de meia e de borracha e tentamos jogá-las o mais longe possível. E para finalizar fizemos algumas brincadeiras utilizando o arremesso.

Na aula seguinte começamos com os jogos da cultura infantil. Pedi para que lembrassem das brincadeiras que mais gostavam.

Conversamos e descobrimos que as crianças já não brincam mais como a nossa geração brincava. Os motivos eram vários: desde a violência até o próprio incentivo dos pais. Alguns fizeram a seguinte pergunta: com quem as crianças aprenderiam a brincar se elas não freqüentavam mais as ruas? Respondi que um dos locais poderia ser a escola, mas que deveríamos fazer de tudo ao nosso alcance para tornar a rua um local seguro e lúdico para todos. Expliquei que o condicionamento físico que tanto almejavam também pode ser alcançado com atividades como aquelas.

A brincadeira acertada entre todos foi a queimada. Alguns falaram que havia muitos anos não brincavam de queimada e que nem mais se lembravam de como era o jogo. Foi muito interessante observar como eles se pareciam com crianças brincando. Nas respostas do questionário referente ao que brincavam na infância, pudemos observar que esta atividade, depois das brincadeiras de pega-pega, foi a mais lembrada por eles. Durante a atividade eu procurava fazer algumas interrupções propositais para que eles não se lesionassem pelo excesso de entusiasmo e fiz alguns intervalos para tomar água. Finalizando a aula fizemos alongamentos e a massagem da bolinha de tênis.

Ao final da aula, um dos alunos relatou que durante o jogo vieram muitas imagens da infância e que ele estava feliz em experimentar de novo essa emoção do jogo e que iria organizar jogos como esses com as crianças de sua família.

Continuamos com as brincadeiras na aula seguinte. Escolhemos algumas de correr. E eles fizeram o “pega-pega”, “pic-bandeira”, e outras. Percebi um certo constrangimento inicial em alguns participantes. Alguns tinham certa dificuldade em experimentar as brincadeiras que diziam não pertencer mais ao universo deles. Era difícil voltar a ser criança. E como nos alerta Snyders,

É preciso dar um basta ao fato de a vida da criança e a vida adulta não encontrarem linguagem comum, de a vida

*da criança e a do adulto só estarem ligadas (se assim me posso exprimir) pela descontinuidade.*⁹¹

Fiquei intrigado com esse fato. Alguns adultos nesse curso demonstraram grande dificuldade em se entregar e vivenciar as brincadeiras. A vida adulta, tão marcada pelo racionalismo exagerado, não tem dado espaço à fantasia, a nada que não seja produtivo. Mas com alguma persistência e depois de algum tempo, a entrega ao mundo do jogo pareceu maior, a empolgação era tão grande que muitas vezes eu fui obrigado a interceder para evitar que se machucassem, pois eles não estavam acostumados ao ritmo daquelas atividades.

Ao final da aula, os relatos foram direcionados para o poder do jogo de fazer esquecer das dificuldades do dia, de fazer amigos, de se divertir, e de ficar mais “esperto”.

A brincadeira e o jogo pareciam ter o poder de transformar adultos sisudos e sérios em grandes companheiros de brincadeira. Acredito que a brincadeira, pela sua falta de objetivos imediatos e dificuldade de avaliação⁹² é subestimada pelos programas de Educação Física, ou, quando muito, colocadas como recompensa ao tempo duro e trabalhoso dentro das salas de aula. Ao contrário disso, vejo a brincadeira como o verdadeiro processo de aprendizagem da alegria. Como diz Daniel: “O que é uma grande vida senão um pensamento de juventude executado pela idade madura?”⁹³

Vou mais longe um pouco. Acredito que a grande vida depende fundamentalmente de nossos sonhos de criança. E nossos sonhos são embalados pelas brincadeiras compartilhadas com nossos companheiros de infância. Dificilmente esquecemos os nossos amigos de infância porque dividimos com eles momentos inesquecíveis.

Na aula com o grupo foi lembrado o “bets” (ou taco). Jogamos e ficamos até o término da aula. Trocavam as duplas e começavam novamente outro jogo. Pude notar que nessas atividades, a maioria ficava até o fim da aula. Alguns relataram no final dessa aula que estavam voltando a brincar com os seus filhos, os sobrinhos ou com crianças da rua, ensinando-os a jogar.

Com os jogos coletivos esportivizados, alguns ficaram com um pouco de medo de se machucar. Aí tive que explicar novamente que deveríamos ir com calma e que o jogo era

⁹¹ - Georges SNYDERS, *Alunos Felizes*, p.53.

⁹² - Convenhamos que é bem mais fácil contar quantas flexões e abdominais o aluno é capaz de fazer do que uma avaliação sobre o jogo que deverá ser, na minha opinião, sempre subjetiva.

para nós jogarmos, experimentarmos, como sempre. Nessa aula eles me falaram de suas experiências na Educação Física que não tinham sido muito boas. A maioria relatou que realmente tinham sido deixados de lado no momento dos jogos. Depois de algumas sugestões sobre qual jogo experimentaríamos primeiro, decidimos começar com o voleibol. Ao perceber algumas dificuldades, voltamos a sentar para conversar.

Perguntei a eles o que era necessário saber para jogar. Depois de uma relativa demora, disseram que era necessário saber os fundamentos (saber passar, saber o toque, a manchete) e que sem isso o jogo ficaria chato. Perguntei qual dos fundamentos do jogo seria o mais necessário inicialmente e o passe foi reconhecido como o mais importante para o início do jogo. Experimentamos alguns movimentos de passe, depois alguns jogos onde existiam os passes, executamos os diversos movimentos de passe de quatro principais esportes coletivos (handebol, futebol, vôlei e basquetebol). Fizemos o mesmo processo com vários fundamentos. Gostaram dessa forma de ver, de descobrir o que existe em comum entre os jogos coletivos esportivizados. Ao final dessa aula os alunos pediram para continuarmos um pouco mais com as brincadeiras. Resolvemos então que, sempre no início das aulas iríamos fazer alguma brincadeira de modo a ter alguma relação com o tema.

Os jogos esportivos, por possuírem técnicas e regras que nos parecem impossíveis, às vezes, de executar, dificultam o interesse em vivenciarmos. Considero que quase tudo no jogo pode ser modificado sem se perder a essência do mesmo. Poderíamos dar o exemplo do voleibol, que é um jogo essencialmente técnico e de precisão, porém podemos modificar o número de toques, o número de vezes que a bola pode pingar no chão, aumentar o número de jogadores, colocar uma bola mais leve e maior.

Continuamos com os jogos coletivos esportivizados. Experimentamos mais o passe. Brincamos de “base 4”⁹⁴ o que permitiu a eles sentir mais a importância do passe, pois sem passar a bola o jogo ficava quase impossível. Alguns, ao final da aula, falaram sobre a importância do esporte e como pode haver cooperação mesmo na competição, de que não podemos desistir ao nos defrontarmos com a primeira dificuldade.

Continuamos com os jogos coletivos. Experimentamos o passe e a condução. Deixávamos à disposição deles diversos tipos de bolas para que experimentassem várias situações de jogo. No final da aula experimentamos uma seqüência: passe e condução. Com

⁹³ - Jean DANIEL, *Le temps qui reste*, p.23. in: G. SNYDERS, *Alunos felizes*, p.63.

⁹⁴ - jogo com as regras semelhantes ao do beisebol, mas executado com os pés.

as mãos e os pés. Durante a conversa, um dos alunos lembrou que nas suas aulas de Educação Física ele ficava de fora das atividades porque o professor pedia para que ele fizesse o gesto correto do toque (no voleibol) e ele não conseguia fazer. Durante as nossas aulas, ele disse ser capaz de realizar, através de gestos mais simples e próximos do gesto técnico, chegar bem próximo do que era exigido pelo seu professor de Educação Física. Concordei, mas adverti que existia uma distância entre os dois momentos que, tanto ele como o professor, pareciam não enxergar.

Brincamos de “passe 10”.⁹⁵ Depois fizemos o passe, a condução e o drible. Alguns lembraram do Garrincha. De como ele foi e ainda é idolatrado apenas por causa de um determinado fundamento do futebol.

Depois de ter experimentado os fundamentos, nos finais de cada aula tentávamos juntar tudo: passe, condução, drible e finalização: este era o jogo, considerado tão difícil no início.

Conversamos sobre as impressões de cada um no final da aula. O jogo não era tão ruim assim. O problema está na forma de apropriação do mesmo.

Na aula seguinte começamos com o tênis de campo. Na quadra, eu entreguei as raquetes de tênis para cada um. E deixei as bolinhas à disposição deles. Sem eu dizer nada eles pegaram as bolinhas e foram fazendo os primeiros movimentos. Nenhum deles havia antes sequer pego em uma raquete de tênis. Brincamos com a raquete e as bolinhas em duplas e trios e com as diferentes possibilidades de movimentos. Logo eles mesmos dividiram-se em duplas e iniciaram um pequeno jogo. Depois combinamos de ir jogar no paredão na próxima aula.

Os alunos brincaram muito utilizando o paredão. Jogaram primeiro sozinhos e depois em duplas. Eles ficaram muito tempo nessa atividade e gostaram tanto que não queriam parar. Deixei-os jogarem até o final da aula. Dividiam-se, e faziam novas duplas e começavam um novo jogo. Na conversa final, eles falaram da quase inexistência de familiaridade tênis, sendo que a maioria apenas havia ouvido falar sobre o jogador Guga, mas nunca sequer assistiram a uma partida. A partir do vivido na aula eles consideravam que o jogo é bem cativante e divertido. A dificuldade inicial de segurar a raquete foi superada em algumas tentativas e já estavam dominando o movimento razoavelmente na

⁹⁵ - jogo de dois ou mais times, onde o ponto é marcado quando se consegue dar 10 passes sem interrupção.

terceira aula, infelizmente a última também. Foi nessa aula que alguns reclamaram de dores musculares no dia seguinte à aula. Expliquei a eles que a musculatura foi exigida em excesso e num movimento que eles não estavam acostumados a fazer. Que a melhor coisa para recuperar a musculatura dolorida era o repouso.

Nessa última aula com o tema sobre o tênis fomos para a quadra de tênis e eu expliquei de forma bem simples como eram as regras do jogo e eles se dividiram em duplas e jogaram. A dificuldade foi bem maior visto que as dimensões da quadra e a exigência de ter que passar por cima da rede atrapalharam o jogo.

Ao final da aula, todos ficaram contentes em aprender pelo menos um pouco sobre uma atividade que eles não imaginavam ter a oportunidade de aprender. Aproveitei para falar sobre as aulas de tênis que aconteciam na FEF (Faculdade de Educação Física) pela Coordenadoria de Extensão, o Codesp, que era aberta à comunidade mediante a cobrança de uma taxa.

O tema seguinte tratado foi lutas. Conversamos sobre como seriam as aulas. Alguns alunos demonstraram certo receio, pois acreditavam que haveria a possibilidade de agressão. Expliquei que não era isso. O objetivo era o de vivenciarmos algumas técnicas de luta e ao mesmo tempo experimentar o contato físico que já tinha acontecido de certa forma, nos esportes coletivos, principalmente quando a bola era disputada. Para a aula de lutas comecei com brincadeiras de agilidade e equilíbrio por considerar fundamentais. Falei da relação das lutas com a dança, esportes e jogo. Que as danças eram as comemorações muitas vezes de guerras vencidas e a guerra nada mais é do que um jogo de estratégia. Comentei que no passado a dança era sagrada para as civilizações e que desde algum tempo foi taxada, principalmente pela religião católica, como pagã e banida dos rituais sagrados. Acharam interessante a relação. Divididos em duplas eu pedi que eles tentassem desamarrar o tênis do oponente ou tocá-lo nos pés. Para isso, valia segurar e tentar dominar o oponente. Fizemos essa atividade em um ambiente fechado e com colchonetes espalhados pela sala. Ao final, ninguém se machucou e, sentados em roda para conversarmos sobre as lutas, eles ainda estavam bastante agitados e alguns demonstravam grande excitação por terem conseguido executar a atividade.

Depois de algumas combinações onde pedi para que eles fossem precavidos para não se machucarem pelo excesso, sugeri para continuarem ainda em duplas, que eles ficassem de frente um para o outro, sem tirar os pés do chão, tentando desequilibrar o

oponente, mas sem deixá-lo cair, segurando um nos braços do outro. Objetivo era apenas testar o equilíbrio do oponente. Depois fizemos essa atividade em cima de uma linha e o objetivo era fazer o oponente tirar um dos pés de cima da linha.

Na aula seguinte “jogamos” a Capoeira. Convidei uma professora de capoeira para demonstrar alguns movimentos específicos e falar um pouco sobre essa arte. Ela trouxe alguns instrumentos de percussão utilizados na capoeira e fizemos alguns movimentos, até que no final fizemos a denominada roda de capoeira. No final eles ficaram impressionados: “como uma luta pode ser uma dança ao mesmo tempo?”.

Na aula seguinte, ainda com as lutas mostrei um pouco de noções básicas do Kung-fu. Ataque, defesa e contra-ataque. Algumas coisas que eu lembrava da época em que praticava em uma academia. Fomos conversar com o Professor Paulo que ministra aulas de Tai-chi-chuan, na quadra ao lado e eles puderam vivenciar um pouco dos movimentos dessa arte marcial.

O tema dança era o mais aguardado de todos. No final da aula anterior havia pedido para que eles trouxessem fitas ou CD's das músicas que eles mais gostavam. Alguns relataram não ter a menor intimidade com a dança, dizendo até não conseguir seguir um ritmo com os pés. Propus que brincássemos com o ritmo da música que tocava, tentando seguir o ritmo, sentados como estávamos, com diferentes partes do corpo. Depois com diferentes estilos de música o mesmo exercício. Em seguida pedi para que eles ficassem em pé e, em fila, cada um ia deveria fazer um movimento qualquer (não dei exemplos, apenas falei que valia qualquer movimento) tentando seguir o ritmo da música que freqüentemente mudava de estilo e ritmo. Alguns mostravam uma certa vergonha, mas procurei dançar junto também.

Fizemos outros movimentos com as músicas da época dos anos 70 e eles ficaram felizes em relembrar as músicas, pois a maioria viveu nessa época sua juventude. Fizemos movimentos dançantes em “espelho”, isto é, em duplas, um de frente para o outro, depois em “cardume” onde um tentava copiar o movimento e o grupo seguia. Depois fizemos uma roda e cada um mostrava um movimento que conhecia e os demais procuravam imitar. Foi bem descontraído e a maioria parecia estar se soltando.

Na aula seguinte continuamos com alguns exercícios da aula anterior e eles me pediram para mostrar um pouco do forró. Eu havia cursado um semestre de aulas no projeto de extensão da Faculdade de Educação Física/Unicamp e por isso conhecia um pouco sobre

o forró e aí foi mais fácil. Todos entraram no “clima” da dança, eu mostrei alguns passos básicos e depois dançamos com os parceiros. Como havia mais mulheres do que homens, alguns pares foram compostos apenas por mulheres. Falamos sobre a dança e eles consideraram a atividade muito interessante. Conversamos também sobre como a dança é uma atividade completa, o problema era que não existiam muitos lugares e parceiros para praticar.

No último dia de aula dançamos um pouco de samba e de forró e logo após a mesma nos reunimos em uma das salas de aula da FEF/Unicamp, para que eles respondessem ao questionário final.

Após o terem respondido, todos foram unânimes em me dizer a importância daquela experiência para a vida deles. A maioria dizia ter achado algo bom para praticar. A experiência que eu tive foi de que eles estavam “mais soltos”, mais relaxados e aproveitando mais os momentos, se entregando à atividade, sem se preocupar com mais nada.

A experiência que tive com esse projeto foi de que o conteúdo trabalhado foi de fundamental importância para a continuidade das aulas. Apesar de todas as dificuldades encontradas de espaço e materiais, percebi que muitos deles apareciam nas aulas perguntando: “É hoje que é a aula de dança?” Ou: “Quando começaremos as brincadeiras?”.

O problema é que as inquietudes e esperanças pelas quais as pessoas passam não são tratadas na escola, tornando-a algo sem sentido e significado. Em vez disso, se começássemos a “[...] falar-lhes nos problemas que os tocam, por exemplo, o amor, o sentido do mundo, o sentido da vida, o que significa amar, o que significa viver a vida, então eles interessar-se-ão”.⁹⁶ Tal como o autor não saberia dizer exatamente como fazer isso. Tentei nessas breves exposições mostrar um pouco do resultado da busca de como tornar as pessoas mais próximas de si mesmas. O drama de ser professor é justamente esse e não podemos nos furtar da à responsabilidade de “deixar marcas” nos alunos. O professor não é simplesmente um facilitador imparcial que evitará as questões fundamentais da vida. Não se educa inocentemente não se educa inocentemente, estamos a todo o momento

⁹⁶ - Georges SNYDERS, *Aluno Felizes*, p.29.

tratando de questões essenciais da vida, devemos reconhecer, “[...] que nossos silêncios falam quase tanto como as nossas palavras...”.⁹⁷

3.3 DADOS DOS QUESTIONÁRIOS E ANÁLISES DAS CONVERSAS

Os dados dos questionários serão analisados conjuntamente neste tópico. A análise desse tópico será qualitativa e sem nenhum rigor estatístico.

Dos quase 30 alunos que iniciaram o curso, ficaram apenas 12, mas eu percebi que isso é um fato comum na maioria dos cursos de extensão da FEF, sendo que alguns cursos chegaram ao extremo de terminarem antes do período previsto por falta de alunos. Apenas foram comparados e analisados os questionários, tanto iniciais como finais, das pessoas que terminaram o curso.

No último dia foi aplicado um questionário de seis perguntas e comparado com o questionário inicial. As dez perguntas do questionário inicial foram:

- 1) Como foi a sua infância de movimento, do que você brincava?
- 2) Como eram as aulas de Educação Física na sua época?
- 3) Você gostava de alguma brincadeira ou atividade em especial nesse período?
- 4) Você gosta e/ou costuma praticar alguma atividade física? Qual?
- 5) Se você não pratica, você sente falta?
- 6) O que você acha de praticar atividades físicas em uma academia?
- 7) O que você costuma fazer nos seus momentos livres (de lazer)?
- 8) O que você entende por levar uma vida saudável?
- 9) O que você acha do seu corpo hoje?
- 10) Qual ou quais os motivos que o levaram a matricular-se nesse curso?

As seis perguntas do questionário final foram:

- 1) Você gosta e/ou costuma praticar alguma atividade física? Qual?
- 2) O que você costuma fazer nos seus momentos livres (de lazer)?

⁹⁷ - Georges SNYDERS, *Aluno Felizes*, p.29.

- 3) O que você entende por levar uma vida saudável?
- 4) O que você acha do seu corpo hoje?
- 5) Os objetivos que o levaram a matricular-se neste curso foram atendidos? Explique.
- 6) Esse curso teve alguma importância para a sua vida? Explique.

Primeiro gostaria de dizer que os dados são muitos, e muitas seriam as análises possíveis desses dados. Estou escolhendo o viés que convém ao meu tema: buscar a causa do porquê a Educação Física não ter contribuído de maneira relevante para que esse grupo de pessoas pesquisadas tivessem o hábito e o conhecimento de atividades físicas assim como um conhecimento melhor do próprio corpo.

TABELA Q1.1 – Como foi a sua infância de movimento? Do que você brincava?

| | |
|----------------------|----|
| PEGAS | 12 |
| QUEIMADA | 11 |
| ESCONDE-ESCONDE | 10 |
| BICICLETA | 7 |
| AMARELINHA | 4 |
| FUTEBOL | 3 |
| PULAR CORDA | 3 |
| BRINCADEIRAS DE RODA | 3 |
| COM BONECA | 3 |
| VÔLEI | 3 |
| SUBIR EM ÁRVORES | 2 |
| NADAR | 2 |
| PIPA | 1 |
| BOLINHA DE GUDE | 1 |
| PULAR | 1 |

TABELA - Q1.1

A tabela acima foi confeccionada a partir da explicação dos alunos que relataram suas experiências com brincadeiras de rua em sua época escolar. As brincadeiras ou atividades aparecem em ordem decrescente, de acordo com o número de repostas. Pelas respostas dos questionários a pergunta da tabela Q1.1, podemos observar um grande número de atividades próprias da cultura infantil. Corremos o risco de em breve deixar desaparecer todas essas atividades, por elas não serem, de alguma forma, valorizadas pela escola e pela falta de oportunidades que as crianças tem de vivenciá-las nas ruas como em épocas anteriores.

Ainda nesta tabela podemos perceber que as atividades mais executadas em suas infâncias, eram as de correr, como a preferida das crianças, talvez em parte pela simplicidade da atividade e os pegas especificamente pelo seu alto grau de tensão ao tentar

escapar do colega. Os motivos talvez até sejam outros, mas o que observo aqui e a comparação que faço com a pergunta de “como eram as aulas de Educação Física” também aparece a corrida em primeiro lugar, porém a corrida na escola parecia ser sem nenhum sentido ou significado para eles, pelos depoimentos dos alunos poucos eram os professores que justificavam as razões desse correr.

A primeira pergunta do questionário indaga sobre como era a infância de movimento dessas pessoas, do que elas brincavam, o que elas faziam fora do ambiente escolar. Encontrei 61 referências a brincadeiras pertencentes à cultura infantil.

A segunda pergunta está relacionada mais diretamente às aulas de Educação Física e com ela tentamos identificar o conteúdo das aulas que os sujeitos tiveram e pudemos notar um menor número de referências (menos da metade, 25) em relação à primeira questão. Significando que esses adultos quando crianças se exercitavam no mundo das brincadeiras muito mais, fora do ambiente escolar.

Podemos fazer dentre outras, algumas verificações a respeito dos resultados acima: a primeira delas é em referência ao conteúdo das atividades. Comparando os dois quadros (Q1.1 e Q1.2), percebemos o quanto estava distante nas aulas dos professores as atividades exercidas pelas crianças em seus momentos livres fora do ambiente escolar. A segunda observação que podemos fazer é quanto ao número de referências: as respostas à primeira pergunta foram com maior riqueza de detalhes. Isso pode nos levar a uma conclusão: parece que as atividades fora do ambiente escolar tiveram uma importância maior para essas pessoas daí a maior facilidade de recordar e a riqueza de detalhes.

Por outro lado, poderíamos contra-argumentar que o tempo destinado à Educação Física era bem menor do que o tempo destinado ao lazer das crianças. Ainda assim, acredito que a Educação Física deveria ter um significado maior para as pessoas. Acredito que seja valorizando a cultura infantil, que a Educação Física mostrará sua verdadeira vocação para educar e justificar seu papel em nossa sociedade. Valorizando o que a criança faz de melhor: brincar.

Outra possível interpretação que podemos fazer das respostas à questão número dois do questionário é em relação às atividades que dificilmente aparecem como conteúdo escolar, tais como: subir em árvores, nadar no rio, brincar de boneca, empinar pipa, andar de bicicleta, jogar bolinha de gude. Essas atividades, ao meu ver deveriam ser contempladas pela Educação Física.

Lendo e relendo as respostas dos questionários lembrei-me da minha infância e de quase todas as brincadeiras mencionadas, porém me recordo muito pouco das aulas de Educação Física. Lembro-me do futebol de botão, de correr atrás das pipas que caíam cortadas pelo “cerol”, lembro-me de brincar nas ondas do mar, subir em árvores (até estudava lá em cima!), lembro-me de tantas outras brincadeiras, mas não me recordo das aulas de Educação Física. Já mais velho (12,13 anos) lembro-me das corridas em volta da quadra ou do quarteirão do colégio e das flexões e abdominais, dos castigos e do melhor momento, quando o professor, enfim, soltava a bola e nos deixava jogar em paz. Parecia que antes de merecermos a diversão, tínhamos que pagar com a “imolação” dos nossos corpos, cansados e extenuados de tantas atividades obrigatórias e sem significado para nós. E essa percepção também foi a que meus alunos demonstraram ter de suas aulas de Educação Física e de sua infância.

O espaço das aulas de Educação Física normalmente é limitado por quatro linhas: as da quadra poliesportiva. Como podemos imaginar uma aula que considere o mundo das crianças se ele fica limitado a este pequeno espaço de uma quadra que possui no máximo 42 x 25 m?

Por questão de organização da escola, segurança, estrutura, não podemos imaginar aulas acontecendo fora da escola. Num campinho ao lado, em um barranco, na mata, a beira de um rio. Um dos entrevistados chegou a relatar a experiência que teve em brincar em um rio, nos seus momentos livres. Relatava ele: “- Eu saltava de uma ponte e caía de diferentes modos, brincava de permanecer mais tempo embaixo d’água, brincava de pega-pega dentro da água. Era uma farra!”.

Todas essas são experiências extremamente ricas e que acabam por tornar a vida com mais sentido e acabamos por valorizar mais o próprio espaço, pois quando brincamos em um rio, a chance de reconhecermos a importância dele quando adultos é maior. Será que aqueles que gerenciam fábricas que poluem estes rios, alguma vez na vida, brincaram de *Tarzan*⁹⁸ a beira de um rio? Se a gente ficar restrito apenas às quadras, nosso mundo será bem menor, talvez corra o risco de ficar cada vez menor e nos conformemos com menos espaço ainda. Conclusão: os temas da cultura infantil não cabem num espaço tão reduzido,

⁹⁸ - Brincadeira onde a pessoa segura numa corda e balança caindo dentro d’água.

Outra questão é em relação a uma brincadeira muito utilizada pela escola e pelas crianças fora dela: a queimada. Ela aparece em segundo lugar na preferência dos meus alunos na infância e é a 7ª. a aparecer na resposta da segunda questão, isto é, ela é a primeira brincadeira a ser lembrada após as atividades esportivas (basquetebol, futebol, handebol e voleibol) demonstrando assim, que pode existir uma aproximação entre a escola e a rua.

A queimada mostra como um jogo que é de uma simplicidade enorme pode ser atraente para as crianças e mesmo assim com enormes possibilidades pedagógicas. Uma brincadeira que a princípio pode parecer uma guerra, só pode ser solucionada quando a criança descobre que é preciso trabalhar em equipe. Uma brincadeira que muda o papel (de perseguido a perseguidor) do jogador, logo que ele tem a bola nas mãos. Esse jogo obriga a criança a elaborar estratégias para escapar do tiro adversário.

A queimada, se não estou enganado deve ser o primeiro jogo coletivo que muitas crianças aprendem ainda quando estão numa fase egocêntrica da vida. Contribuindo com elementos para uma nova vida: a do coletivo. Piaget deixa bem claro:

O essencial é que a criança se torna suscetível a um começo de reflexão. Em vez das condutas impulsivas da primeira infância, acompanhadas da crença imediata e do egocentrismo intelectual, a criança, a partir de sete ou de oito anos, pensa antes de agir, começando, assim, a conquista deste processo difícil que é a reflexão.⁹⁹

Outra questão: o professor, na maioria das vezes, inicia a aula fazendo uma corrida em volta da quadra no sentido anti-horário, a título de aquecimento. A corrida é a atividade que aparece em primeiro lugar nas respostas à pergunta número dois do primeiro questionário. E – coincidentemente – aparecem as brincadeiras de pegar - que não deixam de ser corridas - em primeiro lugar nas respostas às da primeira questão. Por quê não podemos trocar aquelas entediadas corridas em volta da quadra por vibrantes pegadas por todo o espaço disponível da escola? As brincadeiras de pega são preenchidas de significado para a criança. A criança brinca, pois a brincadeira para ela é algo sério, importante, de pegar desde que nasce, quando tenta, pela primeira vez, alcançar o seio materno.

⁹⁹ -Jean PIAGET, *Seis estudos de psicologia*, p.42.

TABELA Q1.2 – Como eram as aulas de Educação Física na sua época?

| | |
|--------------|---|
| CORRIDAS | 6 |
| VOLEIBOL | 5 |
| GINÁSTICA | 2 |
| BASQUETE | 2 |
| HANDEBOL | 2 |
| QUEIMADA | 2 |
| FUTEBOL | 1 |
| TESTES | 1 |
| BRINCADEIRAS | 1 |
| ALONGAMENTO | 1 |
| ABDOMINAIS | 1 |
| ATLETISMO | 1 |

TABELA Q1.2

Os alunos disseram que a justificativa dada pelos seus professores para a prática da corrida em volta da quadra era a de desenvolver o condicionamento físico da criança, embora soubéssemos que para desenvolvê-lo, mesmo em crianças, uma ou duas vezes por semana é insuficiente. É acredito, isto é uma análise minha, que o efeito era contrário, pois as crianças perdiam o interesse pela atividade física. A atividade física para a criança tem mais sentido na brincadeira, no jogo.

E ousou dizer que para o adulto também. Freire afirma que: “[...] Durante o aprendizado, há momentos de imobilidade e momentos de agitação. O fundamental é que todas as situações de ensino sejam interessantes para a criança”.¹⁰⁰

Correr é muito interessante para a criança, mas correr em volta da quadra só poderá ter sentido para o professor e seu planejamento cheio de metas e objetivos que parecem ter sido elaborados pensando exclusivamente em preparar a criança para o futuro. Eu digo agora que o futuro dessas crianças poderia estar bem melhor assegurado se eles aprendessem a gostar de brincar, levando a brincadeira da rua para a escola e a da escola para a rua. Com certeza teríamos crianças que aprenderiam a gostar de brincar e conseqüentemente a se movimentar. Acredito que a sensação do deslocamento e de todos os sentidos em ação, postos no contexto do jogo e da brincadeira, com certeza ficaria “impresso” na criança de uma forma mais significativa e as chances seriam maiores dela continuar a praticar alguma atividade física na idade adulta.

A Educação Física feita na infância pelos meus alunos parecia desconhecer o que o aluno fazia fora da escola e conseqüentemente percebemos em seus relatos uma desvalorização da cultura infantil. Desvalorizar o mundo infantil é negar tudo o que a

¹⁰⁰ - João Batista FREIRE da Silva, *Educação de corpo inteiro*, p. 13.

criança fez antes, e ainda faz, fora da escola. Como bem observa Freire: “[...] existe um rico e vasto mundo de cultura infantil repleto de movimentos, de jogos, da fantasia, quase sempre ignorado pelas instituições de ensino”.¹⁰¹

TABELA Q1.3 – Você gostava de alguma brincadeira ou atividade em especial nesse período?

| | |
|--------------|---|
| VOLEIBOL | 5 |
| QUEIMADA | 3 |
| TUDO | 2 |
| NÃO | 1 |
| BICICLETA | 1 |
| HANDEBOL | 1 |
| FUTEBOL | 1 |
| GINÁSTICA | 1 |
| BRINCADEIRAS | 1 |
| ATLETISMO | 1 |

TABELA Q1.3

Na tabela Q1.3, da página anterior, observamos a preferência dos sujeitos por atividades esportivas e que utilizavam as mãos, talvez pelo fato da maioria dos sujeitos que vieram para participar serem mulheres, e como gostar de outra conteúdo se o professor “dava” futebol para os meninos e queimada e vôlei para as meninas? Uma explicação possível é a de que, sendo as aulas deste projeto feitas, em sua maioria, por mulheres, elas davam preferência pelas atividades que lhes eram atribuídas por seus professores, geralmente a queimada e o vôlei.

TABELA Q1.4 – Se você não pratica, sente falta?

| | |
|-----|----|
| SIM | 11 |
| NAO | 1 |

TABELA Q1.5

Na tabela Q1.4, acima, observamos como os alunos sentem a falta da atividade física. O que respondeu que não sente, dizia apenas estar fazendo por recomendação médica ou orientação de algum outro profissional da área da saúde. Este, talvez, e no meu entendimento, chegou ao extremo de não perceber uma possível causa de seus problemas de saúde.

¹⁰¹ - João Batista FREIRE da Silva, *Educação de corpo inteiro*, p. 13.

TABELA Q1.5 – O que você acha de praticar atividades físicas em uma academia?

| RESPOSTAS POSITIVAS | RESPOSTAS NEGATIVAS |
|---------------------|---------------------|
| 4 | 8 |

TABELA Q1.6

Com a pergunta sobre o que o sujeito acha de atividades físicas em academia, eu pretendia saber se a pessoa vê aspectos positivos ou negativos em relação à atividade física feita em academia, algo muito praticado hoje em dia. A atividade física em academia é uma realidade, atualmente inclusive escolar. As administrações de escolas particulares viram a academia como um serviço terceirizado do qual o aluno não é obrigado a participar, e a escola oferece mais uma atividade para entreter o aluno.

TABELA Q1.6 - Qual ou quais os motivos que o levaram a matricular-se nesse curso?

| PARA SI | PARA OUTROS |
|---------|-------------|
| 10 | 2 |

TABELA Q1.10

A questão da tabela Q1.6, acima, mostra o objetivo dos indivíduos. Os motivos são quase que totalmente pessoais, isto é, para benefício próprio e não de outrem. Alguns sentem falta de uma atividade física, outros querem melhorar o condicionamento físico, outros para aprender ou relaxar um pouco e aumentar a disposição. Pude perceber que o questionário não foi capaz de captar o desejo de emagrecer da grande maioria, relato que pude observar posteriormente nas conversas ao final das aulas. Outro motivo alegado nos depoimentos como motivo da procura do curso foi o anúncio feito no jornal A Semana da Unicamp e em cartazes colocados em lugares estratégicos onde era informada a preferência para as pessoas acima dos 30 anos. Alguns, no primeiro dia de aula, afirmaram que tinham dificuldades em encontrar alguma atividade adequada ao peso, a idade e ao ritmo de cada um.

A seguir apresento os resultados do questionário final, que, algumas perguntas analisarei em conjunto com o questionário inicial. Este questionário foi aplicado no último dia de aula em uma das salas da Faculdade de Educação Física/UNICAMP.

TABELA Q3.1 - Você gosta e/ou costuma praticar alguma atividade física? Qual?

| ATIVIDADES | Q1.1 | Q2.1 |
|------------------------|------|------|
| CAMINHADAS | 10 | 11 |
| GINASTICA (ACADEMIA) | 2 | 6 |
| HIDROGINASTICA | 3 | 2 |
| ALONGAMENTO | 1 | 2 |
| NATAÇÃO | 2 | 1 |
| CONDICIONAMENTO FÍSICO | | 1 |
| BICICLETA | | 1 |
| AEROBICA | 1 | |
| MUSCULAÇÃO | 1 | |
| GOSTA MAS NAO FAZ | 2 | |
| FUTEBOL | 1 | |
| CORRER | 1 | |
| VOLEIBOL | 1 | |

TABELA Q3.1

Na tabela Q3.1 Vemos a situação anterior e a atual dos sujeitos em relação a prática de atividade física. A caminhada (11 pessoas) continua sendo a opção mais freqüente, talvez por ser menos custosa e simples. Será que aprender a caminhar melhor (de cabeça levantada, respirando de forma profunda, pisando de uma forma mais correta) é algo que julgamos inato? Que não precisa ser ensinado pelos professores de Educação Física?

Outro dado importante foi verificar que outras preferências eles (as) não aprenderam na escola, tais como hidroginástica, ginástica de academia, natação, musculação, bicicleta, alongamento, ginástica aeróbica e a própria caminhada. O objetivo da escola, no caso da disciplina de Educação Física, é preparar o indivíduo para o sistema esportivo, principalmente, mas, como não existe espaço para todos, e locais suficientes para a prática do esporte, sobram atividades que a escola não contempla e não prepara.

TABELA Q3.2 - O que você costuma fazer nos seus momentos livres (de lazer¹⁰²)?

| ATIVIDADES ¹⁰³ | Q1 | Q2 |
|---------------------------|----|----|
| FÍSICO-ESPORTIVOS | 11 | 13 |
| INTELLECTUAL | 8 | 15 |
| SOCIAIS | 6 | 2 |
| MANUAIS | 1 | 1 |
| ARTÍSTICOS | 8 | 5 |
| TURÍSTICOS | | 1 |

TABELA Q3.2

¹⁰² - Adoto o conceito de lazer segundo Marcellino: "O lazer como a cultura - compreendido no seu sentido mais amplo - vivenciada (prática ou fruída) no 'tempo disponível'".

¹⁰³ - Joffre DUMAZEDIER, Valores e conteúdos culturais do lazer. (1980)

Podemos notar um equilíbrio entre as atividades físico esportivas (23 referências para cada lado) e atividades de lazer que não demandam atividades físicas moderadas ou intensas. Com um ligeiro aumento das atividades físico esportivas ao final do período do projeto, demonstrando, de certa forma, um aumento no interesse pela atividade física.

TABELA Q3.3 - O que você entende por levar uma vida saudável?

| ATIVIDADES | Q1 | Q2 |
|------------------------|----|----|
| ALIMENTAÇÃO | 17 | 15 |
| LAZER FÍSICO ESPORTIVO | 13 | 16 |
| LAZER (OUTROS) | 1 | 2 |
| OCIO | 2 | 5 |
| SAÚDE | 6 | 2 |
| SOCIAL | | 3 |
| PSICOLÓGICO | | 7 |
| RELIGIOSO | | 3 |
| ECOLÓGICO | | 1 |

TABELA Q3.3

Aqui, observando os dados, que ao meu ver podem comprovar, pelo menos em parte, que uma vida mais saudável depende de uma integração desses diferentes aspectos. A preocupação com aspectos antes não relacionados no questionário inicial (psicológico, religioso e ecológico) mostra ao meu ver, pistas de um princípio, onde corpo e alma, juntos farão parte de uma vida mais saudável e com menos separações.

Nessa pergunta busquei compreender o que cada indivíduo considera ser uma vida saudável. Todos reconhecem que a dupla: alimentação/atividade física seja o ideal para se ter uma vida saudável, mas verificamos anteriormente que o conhecimento não tem sido o suficiente para que as pessoas vivenciem conjuntamente. Existe uma diferença entre o saber e o praticar. Acredito que mais uma vez, a ausência da consciência corporal e de experiências de prazer corporal fazem com que aumentemos essa distância tornando cada vez mais difícil a aplicação daquilo que entendemos racionalmente. Entendemos racionalmente o que é necessário, mas é como um remédio amargo, não conseguimos “engolir”.

No questionário inicial havia 13 referências à preferência por atividades físico-esportiva” do lazer. Já no questionário final encontramos 16 referências ao mesmo conteúdo cultural do lazer.

TABELA Q3.4 - O que você acha do seu corpo hoje?

| | Q1 | Q2 |
|--------------|----|----|
| SATISFEITO | 7 | 18 |
| INSATISFEITO | 19 | 8 |

TABELA Q3.4

Comparamos aqui o nível de satisfação com o próprio corpo no início e no final das aulas. No Q1, podemos notar que a maioria está insatisfeita com o próprio corpo. Podemos observar quase que uma inversão dos níveis de satisfação e insatisfação. Após seis meses de projeto não haveria tempo hábil para se perder peso ou atingir uma mudança profunda no estado físico, considerando que as atividades eram executadas bi-semanalmente e que eles afirmavam terem pouco tempo para se dedicar às atividades. Acredito que a principal mudança foi a de aceitação do corpo e de seus limites, a diminuição das dores, que percebi principalmente nas conversas e a construção de uma perspectiva de possibilidades de mudança do estado inicial em que eles se encontravam e também, uma possível diminuição, ao meu ver, da importação de padrões estabelecidos para um corpo perfeito.

TABELA Q3.5 - Os objetivos que o levaram a matricular-se neste curso foram atendidos?

Explique.

| SIM | NAO |
|-----|-----|
| 11 | 1 |

TABELA Q3.5

Esta tabela foi feita para uma avaliação rápida e simples. Mas o importante está nas frases descritas e que infelizmente não caberiam numa tabela para análise, tais como:

“- Em parte...tinha outras expectativas mas gostei porque pude trabalhar alguns aspectos (objetivos) que eu não havia pensado ou não estavam claros para mim”.

“- Sim, me sinto melhor agora e motivada a continuar”.

“- Sim, porque através dele tive o prazer de aprender a lidar com o corpo, aprendi um pouco de cada modalidade esportiva”.

“- Sim, quando me matriculei eu achei que eram exercícios iguais aos de academia. Eu estava tomando remédios para depressão, queria sair dessa. Achava que era tudo stress. Logo nos primeiros dias percebi ser uma proposta diferente. A gente ia fazer vários tipos de exercícios e entender o porque estava fazendo determinado movimento e que tudo tem um porquê. Isso tudo me ajudou a sair da depressão e sinto uma grande alegria por isso”.

“- Sim. Dentro da minha expectativa não esperava que houvesse variações de atividades. Pude até resgatar o que deixei de fazer quando criança (brincadeiras) ou conhecer exercícios como musculação”.

TABELA Q3.6 - Este curso teve alguma importância para a sua vida? Explique.

| REFERÊNCIAS FAVORÁVEIS | REFERÊNCIAS DESFAVORÁVEIS |
|------------------------|---------------------------|
| 37 | 0 |

TABELA Q3.6

Dos 12 alunos finais encontrei 37 referências favoráveis à importância do projeto em suas vidas. Mais uma vez, deixo a palavra com os próprios alunos:

“- O curso foi de fundamental importância, apesar de faltas diversas. Aprendi a gostar mais de atividades físicas e me conscientizei da importância das mesmas. Também recuperei a vontade de brincar como maneira de desenvolver o corpo e relaxar a mente”.

“- Sim, muita. Foi um período muito legal. Alongamento diário e que atividade física pode ser feita de várias maneiras e de forma divertida. Vou tentar seguir estes princípios”.

“- Sim, principalmente pelo fato de que foi o ponta-pé inicial, visto que eu estava mais ou menos oito anos sem praticar atividade física. Acho que isto vai ser um incentivo”.

“- Sim. Descobri que é possível praticar exercícios com prazer e sem dor”.

“-Sim. Senti melhora nas dores que sentia nas costas com auxílio dos exercícios que desempenhei durante esse semestre bem como reduziu minha dor de cabeça. Aprendi a prestar atenção nos meus movimentos, pois tenho muita contração muscular daí as consequências. P.S.: é uma pena que no próximo semestre não tenha a turma para continuar”.

Depois dessas análises acredito que a Educação Física pode fazer muito a respeito do bem estar das pessoas. Mas, de alguma forma, a Educação Física que eles tiveram na infância não foi o suficiente para transformar suas vidas.

Eu acredito que a falta de uma Educação Física que leve em conta fatores como a individualidade, o prazer, a consciência, o afetivo, a ludicidade, comprometem toda a consciência que eles têm a respeito de suas capacidades e limites corporais.

Conforme o Coletivo de Autores:

A ênfase na busca do talento esportivo e no aprimoramento da aptidão física vem condicionando, em parte, a aula e o processo avaliativo, transformando a educação física

*escolar numa atividade desestimulante, segregadora e até aterrorizante, principalmente para os alunos considerados menos capazes ou não aptos, ou que não estejam decididos pelo rendimento esportivo*¹⁰⁴.

“Na minha agenda diária, o meu corpo está em último lugar”. Essa frase foi uma das mais significativas e que eu acredito que sintetiza o que todos nós fazemos independentemente do que acreditamos. Essa frase foi de uma das alunas. Fico feliz, hoje, ao escrever isso, pois vejo essa mesma aluna, docente da Unicamp, realizando atividades, caminhadas, e dizendo estar “descobrimo o corpo”. O “corpo dela” pode não estar em primeiro lugar, mas certamente não está mais em último.

A frase ainda esconde uma preocupação. O fato de que o corpo está em último lugar na agenda já é preocupante, mas como se não bastasse, o que está embutido no “meu corpo” auto-explica o porquê dele estar na posição de última preocupação da pessoa. É justamente por ele ser “meu”, me pertencer, que trato dele dessa forma? Uma vez pedi emprestado algo que não me lembro mais a um amigo e disse a ele que iria cuidar como se fosse meu. Ele rapidamente me corrigiu: “Nada disso, trate como se fosse meu!” Parece que não cuidamos muito bem daquilo que nos pertence.

Como diz Nietzsche, todos os dias sem dança são perdidos. Acredito nisso sim, é isso mesmo, a dança mostra que nós podemos passar incólumes pela vida. Perdemos a capacidade de nos entreter com as coisas mais simples e que fazem parte de nossa humanidade.

*Tenho uma palavra a dizer aos que desprezam o corpo. Não lhes peço para mudar de opinião nem de doutrina, mas desfazerem-se do seu próprio corpo – o que os tornará mudos*¹⁰⁵.

Voltando ao assunto em questão, que são as aulas de Educação Física. Quem freqüentou as aulas de Educação Física há mais de 10 anos, (e talvez ainda hoje isso aconteça) provavelmente experimentou um método de ensino que desconsiderava a cultura infantil, e o que as crianças faziam em suas atividades cotidianas, seja na rua, no quintal de casa, fora do ambiente escolar.

¹⁰⁴ - COLETIVO DE AUTORES, *Metodologia do ensino da educação física*, p. 99-100.

¹⁰⁵ - Friedrich NIETZSCHE, *Assim falava Zaratustra*, p.38.

Entre as perguntas do questionário inicial, duas especialmente, a primeira e a segunda questão, mostram a discrepância existente entre a vida fora da escola, cheia de movimento e espaço para exercitar a fantasia e a escola, onde o esporte¹⁰⁶ com suas regras pré-estabelecidas e técnicas apuradas, predominava.

Nas considerações finais busquei mostrar uma possível aproximação dessa percepção corporal defendida até aqui e uma vida mais inteira.

¹⁰⁶ - Não pretendo afirmar que o esporte não deva fazer parte do conteúdo escolar, mas sim, que tenha o seu lugar no tempo e da maneira adequada às diferentes idades. A Educação Física pode e deve incluir no seu conteúdo tudo o que se relaciona com a vida de movimento das crianças, valorizando este seu pequeno mas enorme mundo de possibilidades.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A aparência da verdade absoluta nada é mais do que o resultado de um conformismo absoluto.

Paul Feyerabend

Começo com essa frase de Feyerabend, autor anarquista, que acredita que a revolução surgirá do povo. Talvez esse mesmo povo, quando cansado dessa verdade científica que o esmaga por todos os lados, deixe de dar crédito a um conhecimento que o torna cada vez mais oprimido. Parece-nos tão distante agora, mas não podemos esquecer que o império romano dominava aquilo que se conhecia por mundo e mesmo assim caiu diante dos bárbaros. Essa mesma verdade aprisiona o conhecimento da área da Educação Física, tornando-nos meros reprodutivistas do que é considerado pela mídia do corpo. Seguimos uma grande onda que nos joga ora para o lado do culto desenfreado a estética corporal, ora para uma valorização do corpo saudável para produzir e servir ao sistema.

A valorização da cultura infantil pela escola em geral e em particular pela Educação Física acredito ser uma questão crucial para a sobrevivência do corpo inteiro. Vejo hoje a Educação Física como disciplina escolar perdendo cada vez mais seu espaço. Ela é valorizada apenas por sua importância e benefícios para a saúde. Não conseguimos explicar, mostrar, nos fazer entender para a sociedade que ela é de suma importância para o início de um processo de integração. No ensino elementar, constantemente está sendo questionada a sua importância. O próprio professor de sala de aula está legitimado para cumprir o papel de reprodutivista.

Não podemos esquecer que a Educação Física pertence a um contexto muito maior do que ela própria: a sociedade mundial e particularmente a brasileira, onde há sistemas de toda ordem que atuam e influenciam no modo de viver de todos. A escola sofre com o descaso e o professor não viu outra alternativa e o barco escolar naufraga. O melhor a fazer foi bandear para outros lados: escola particular, clubes, academias, etc.

Reconheço a determinação histórica que acomete implacavelmente a todos nós, porém não concordo que devamos colocar sempre a razão como algo estabelecido e imutável. Cabe, e é justamente o que estou tentando fazer, a nós acreditar que é possível que algo se mexa a partir das bases, da massa, do povo, da qual faço parte e me considero

apenas engrossando o coro de muitos outros que, cada vez mais, se incomodam com os grilhões do racionalismo determinista. Morin¹⁰⁷ acredita que esses determinismos acabam gerando um conformismo cognitivo e intelectual causando um aprisionamento do conhecimento e até, digo eu, um bloqueio do princípio criativo do homem.

No caso da Educação Física escolar, que tem a preparação para o futuro, como objetivo, tenta-se ensinar os esportes coletivos, pois mais tarde ele precisará em algum outro momento. E o agora? Como fica? Ficaremos sempre esperando por um futuro que pode não vir? Sempre nos preparando? Acho que temos que pensar no hoje, para não dependermos em demasia do amanhã. As crianças procuram sentidos imediatos nas coisas.

Como alegria é o resultado do prazer de um momento, peço ajuda a Snyders que com sua preocupação com a alegria na escola, dá um sentido mais sensível ao método, retirando-lhe a sisudez e a falta de sentido. Para a criança o sentido também está na diversão. Quanto a nós adultos, talvez somente vemos sentido na ordem e na disciplina.

No ensino médio as escolas principalmente particulares têm cada vez mais contratado os serviços de academias e clubes (já que é para desenvolver força, resistência...que seja com equipamentos modernos, automatizados). E no ensino superior está cada vez mais em baixa com a desobrigatoriedade.

Segundo o Snyders (1988) a alegria da criança está justamente pelo fato de ela ser criança. Não precisamos nos esforçar muito para reconhecer isso, na maior parte das vezes podemos ver crianças brincando e se divertindo muito sem a presença de um adulto. Mas a escola é um ambiente que pretende lidar com o saber adquirido durante séculos e preparar a criança para o mundo adulto. Que essa preparação não seja dolorida, pelo menos não na maioria das vezes. E quando essa alegria for perdida que saibamos como reconquistá-la, valorizando o mundo da criança e como ela aprende.

Não é possível ensinarmos algo em que não acreditamos. Talvez isso faça a grande diferença. Colocamos como conteúdo escolar da Educação Física atividades que nós, professores, não praticamos.

A criança não é um projeto de adulto. O tempo escolar não é o aposto da idade adulta. A criança, submissa, não é o oposto do adulto autônomo. Portanto, se falta afetividade no mundo adulto, essa acaba por tornar a vida do aluno na escola apenas um

¹⁰⁷ - Edgar MORIN, *O método. 4. As idéias – habitat, vida, costumes, organização*, p. 35.

projeto de vida para se tornar um adulto, mas um adulto sisudo e chato. O afetivo na escola pode ser conquistado no jeito de olhar, de falar, de lidar com os conteúdos e de reconhecer que a criança não possui os mesmos fantasmas do mundo dos adultos. A inocência da criança ajuda o adulto a ver a vida com mais simplicidade. Quem sabe, Oxalá, sejamos contaminados.

Uma prova de que isso acontece muito é o pedido dos professores de classe para que terminemos a aula sempre de uma forma mais “branda” para acalmar os alunos para que eles possam se concentrar no que será ensinado na classe. A famosa “volta à calma” se tornou uma tradição nas aulas de Educação Física e faz parte do planejamento do professor. Faço a seguinte proposta: que tal substituírmos a “volta a calma” por uma conversa final sobre as impressões que ficaram sobre a aula onde a troca de reflexões pode ajudar a todos e o professor pode recolher essas impressões e ajudar no planejamento futuro e ele ainda terá dado espaço para os alunos se sentirem participantes e “construtores” da aula de Educação Física.

O professor não pode esquecer do mundo vivido fora da escola pela criança. Corre-se o risco de uma subvalorização desse mundo pela criança e isso pode ser de conseqüências ruins para a formação. O mundo vivido pela criança fora do ambiente escolar tem que ser desvelado e exaltado na escola.

O professor muitas vezes coloca o conteúdo tão acima do mundo vivido pela criança que se corre o risco da criança acreditar realmente que o mundo em que ela vive de nada vale. A escola está confirmando isso quando esquece do que as crianças fazem fora de seus muros. O muro é uma proteção, mas é também um separador nada entra ou sai.

A escola deveria ser o lugar ideal para que a criança pudesse errar. Sem medo de errar e ser punida por isso. Para que aprendamos a admirar as coisas, dar valor a elas é necessário aprender a olhar. A escola ainda não consegue ser esse espaço de admiração. Não podemos ficar admirados quando tudo a nossa volta é sem sentido. Temos um desafio pela frente: o de tornar o mundo melhor para nós e para as futuras gerações.

Vejo que a Educação Física também tem uma enorme responsabilidade pelo futuro do planeta. Temos um desafio pela frente. Tornar o mundo melhor para as gerações futuras.

Fomos incompetentes para mostrar que nossa área tem algum sentido sim, mesmo não sendo obrigatória. Enfim, essa será uma luta, se a Educação Física não for capaz de provar sua importância para a aprendizagem, para a construção de um ser humano mais

íntegro, ela simplesmente será ignorada, deixada de lado por aqueles que, infelizmente, não conseguimos convencê-los da co-existência alma-corpo.

Um próximo trabalho poderia ser verificar se a escola, nos dias de hoje, leva em consideração a vida fora da escola das crianças. Pretendo em um outro texto fazer essa verificação numa dimensão maior. Talvez aqui em Barão Geraldo ou em algumas das principais escolas de Campinas.

Como conseqüência dessa visão dualista vejo bem claramente a exploração do planeta como resultado final. O homem por não reconhecer o corpo como fonte de prazer e de vida, busca desenfreadamente por caminhos equivocados, um sentido para a vida. Essa valorização extrema da ciência positiva que vê com clareza o átomo, mas enxerga o mundo de forma desfocada. Acreditava-se que a ciência só produzia benefícios. Esse conceito cai por terra quando olhamos a ameaça atômica constante e a manipulação genética com fins claramente desumanos.

Pode-se dizer que a “lenda” do progresso e da ciência, base de nossa civilização, que pressupunha necessariamente um amanhã melhor do que o hoje, um futuro brilhante desmoronou. Isso não significa que todo progresso seja impossível, mas, certamente, ele não pode ser visto como a solução de todos os nossos problemas. Precisamos reconhecer hoje que a civilização industrial, técnica e científica cria tantos problemas, ou mais, do que resolve.

Todas as soluções científicas são colocadas em questão, o que provoca desafios gigantescos para nós e para o planeta. E a ameaça que vem da economia globalizada, da qual ainda ignoramos se os benefícios prometidos sob a forma de elevação do nível de vida não serão pagos com degradações da qualidade da própria vida.

Essa degradação da qualidade em relação à quantidade, que deriva na essência da dicotomia corpo-alma, é a marca de nossa crise de civilização porque nós vivemos em um mundo dominado por uma lógica técnica, econômica e científica. Só é real o que é quantificável e tudo o que não o pode ser é descartado, particularmente o pensamento político. Infelizmente, para todos nós, a menos que façamos algo, nem o amor, o sofrimento, o prazer, a coragem ou a poesia entram na quantificação. E isso pode determinar nosso futuro enquanto espécie no planeta.

A tecnologia trouxe inúmeros benefícios e o conforto do homem é tal que sequer cogitamos um retorno a uma vida privada desses confortos. Mas essa mesma tecnologia

cobra um preço enorme que parece estar crescendo de uma forma assustadora. Hoje, nos vemos ameaçados de morte por dezenas de fatores: desde ameaça a guerra nuclear, passando pelo risco de agrotóxicos e chegando até a violência urbana. O risco que a humanidade corre hoje, de extinção, nem se compara a apenas algumas décadas atrás.

Estudo da FGV-SP¹⁰⁸ revela que 50 milhões de brasileiros são miseráveis, vivem com menos de R\$ 80 por mês. Cerca de 45% delas têm menos de 15 anos. São brasileiros considerados indigentes porque tem renda mensal inferior a R\$ 79 por mês - mínimo necessário para o consumo de uma cesta básica, segundo parâmetros da Organização Mundial da Saúde¹⁰⁹. A ciência se vangloria de ter dado mais tempo de vida ao homem, mas para viver que vida? Será que valerá a pena viver num mundo cheio de fumaça e rancor?

Gostaria de concluir propondo realmente que devemos colocar na balança se vale a pena continuar negando o corpo. E se não vale, proponho que passemos a ter uma vida inteira. Para que isso aconteça acredito ser necessário reformas profundas. Não acredito que apenas a educação possa “banciar” essa mudança. Mas, como muitos, enxergo um futuro sombrio para a ciência que exacerba o racionalismo e não deixa espaço para a criatividade.

A vida, cada vez mais cinza, por tantas incertezas nos torna cada vez mais ásperos e com isso afetamos diretamente as gerações subseqüentes. Será que a alegria já não é arma suficiente contra esse cinza que começa a aparecer no horizonte da humanidade? Muitos dirão que não podemos ficar alegres diante de um futuro ameaçador. Mas será que não foi justamente por termos perdido nossa alegria que agora estamos as voltas com tantos problemas? A alegria, para mim é uma das soluções possíveis. Talvez seja por ser simples demais que seja freqüentemente descartada e colocada de lado. Acredito que a alegria é o resultado de um bom conteúdo trabalhado com inspiração e beleza.

¹⁰⁸ - conforme <http://www.mail-archive.com/direitos-humanos@grupos.com.br/msg00831.html> em 12/07/2001.

¹⁰⁹ -conforme <http://www.terra.com.br/almanaque/miscelanea/brasil.htm> em 12/07/2001.

ANEXO

DIÁRIO DAS AULAS

Antes de relatar as aulas gostaria de dizer que, infelizmente, o espaço destinado à pesquisa na FEF ainda deixa muito a desejar. Não consegui um espaço coberto e as atividades foram executadas no sol e, às vezes, na chuva. Muitas vezes, as 5 da tarde (horário de verão) e algumas pessoas se sentiram mal ou incomodadas por causa do calor. A quadra externa no. 3 que usávamos era constantemente invadida por bolas de outros esportes. E isso atrapalhou muito. Alguns alunos mostravam um certo constrangimento em fazer atividades “não tão normais assim” para a idade deles, pois por diversas vezes pessoas passavam de carro e zombavam das atividades e dos alunos. Percebi também que o horário das atividades também exigia muito de alguns, pois eles saíam correndo dos seus setores ou trabalho e chegavam quase sempre atrasados. Por mais que eu dissesse que isso não era problema, percebi que essa situação os incomodava.

1ª aula:

Após a apresentação de todos. A grande maioria funcionários da Unicamp, alguns professores também. Falamos principalmente sobre a importância de fazer alguma coisa corporal. Pedi para eles falarem um pouco de suas experiências na época escolar principalmente. A maioria estudou em escolas públicas e tiveram o tipo de aula tradicional, isto é, corrida em volta da quadra, exercícios de flexão e alongamento e no final o professor “soltava” a bola para quem quisesse jogar.

Um das professoras presentes falou sobre sua situação: “Na minha agenda diária, meu corpo está em último lugar!” constatou ela sem muita preocupação.

A maioria das pessoas demonstrou estar preocupada com o ritmo da vida que levam e suas conseqüências para o “corpo”: sem lazer, muito stress, obesidade, rotina, tristeza.

Nesse dia ficamos apenas para responder o questionário e combinar como seriam as aulas.

2ª aula:

Percebo que algumas pessoas que apareceram no primeiro dia da apresentação, não vieram hoje. Acredito ser por achar que esta atividade não seja adequada a eles. Deixei bem à vontade e expliquei o motivo da pesquisa, alguns, pensavam que seria algo mais próximo de uma academia.

Na conversa inicial, alguns reclamaram de como estão “endurecidos”, ou “doloridos”, não conseguem executar muitos movimentos. Reconhecem a importância de se fazer algo mas dizem não terem costume.

Perguntei como eram as aulas de Educação Física e muitos disseram que mal se lembravam ou não queriam se lembrar. O professor não era tido como alguém de quem gostavam ou queriam lembrar.

3ª aula:

Depois dos alongamentos iniciais perguntei como eles estavam se sentindo...se já haviam notado alguma diferença...alguns disseram que estão dormindo melhor...algumas dores diminuíram...e que já se sentiam mais dispostos...falei que ainda era cedo para notar muitas diferenças mas que a constância é a “mãe de todas as virtudes”...Sobre os alongamentos alguns reclamaram que sentiam dores e expliquei que não era necessário forçar...o alongamento é só para sentir que a musculatura está sendo “esticada”...dor é sinal que algo está errado. Eles argumentaram dizendo que haviam aprendido que quando está doendo é que faz efeito. Expliquei um pouco como funciona internamente o alongamento e o porque e eles ficaram espantados...pois sempre ouviram falar a importância mas não sabiam exatamente o porquê.

4ª aula:

Quando fizemos a massagem da bolinha de tênis percebi que eles começaram a “sentir” mais o próprio corpo. Relataram que algumas partes que eles sentiam dores, como a batata da perna, as costas...eram lugares que apenas sentiam dores...e com a massagem viram que podiam sentir bem estar também. Conversamos sobre a importância de estar relaxado. Pedi para que eles prestassem atenção na rotina do dia em que momentos eles estavam ficando “tensos”. Mostrei as formas de relaxar mesmo sentado em uma cadeira (a maioria deles trabalhava sentado) e que poderiam praticar alongamentos e automassagem em alguns intervalos.

5ª aula:

Quando tratamos da respiração foi bem interessante. A maioria confirmou a ausência completa de conhecimento sobre o tema. Lembrei que sem comida podemos ficar até meses, mas sem respirar, alguns poucos minutos. Fizemos exercícios de respiração e um aluno ficou espantado de como ele pôde não ter prestado atenção a algo tão bom...e que ele estava sentindo um enorme prazer em respirar mais profundamente.

6ª aula:

Iniciamos a aula com novos exercícios respiratórios e perguntei se eles estavam tendo facilidade em lembrar durante o dia de respirar. A maioria declarou que simplesmente esquece...alguns lembraram-se de fazer durante à noite.

Um dos alunos, um senhor de quase 60 anos, que tinha estivador, tinha bico de papagaio, declarou que as dores estavam diminuindo com os exercícios e alongamentos e que já conseguia dormir melhor.

7ª aula:

Nesse dia construímos o “elástico”. Todos trouxeram tesouras, algumas câmaras de bicicleta e os garrotes. Ensinei a eles como fazer os exercícios de fortalecimento. Que iríamos fazer no início das aulas, mas era para eles aprenderem e aos poucos fazer em casa

também, pois deixaríamos de fazer na aula. Essa atividade ia ajudar para que eles agüentassem as atividades mais “explosivas” que estariam por vir. O uso do elástico consiste em você prender uma das extremidades dele em algum apoio e puxar de diferentes formas para ativar diferentes grupos musculares. Notei algumas dificuldades iniciais, pois eles não conseguiam executar com facilidade os movimentos.

8ª aula:

Como a maioria dos alunos estava totalmente sem fazer atividade, resolvi começar com as caminhadas...expliquei para eles que seria necessário fazer pelo menos mais dois dias para que fizesse efeito. Expliquei o motivo, um pouco da parte fisiológica de maneira simples para que eles pudessem entender. Sobre a caminhada expliquei sobre o ritmo certo para cada idade. Alguns também ficaram espantados ao saber que não era preciso correr, apenas caminhar por um tempo até curto (cerca de 40 minutos). Falei sobre a importância do calçado, da roupa, de tudo que pode influenciar uma atividade física. Eles fizeram várias perguntas. A maioria queria saber o que era necessário fazer para perder a barriga. Muitos acreditavam que fazendo abdominais poderia diminuí-la. Expliquei novamente o porquê disso não ser verdade. Parecia que o conceito que eles tinham, aprendido através mídia, (que constantemente mostra aparelhos que prometem a perda da barriga) era mais forte que minhas explicações. Prometi levar alguns textos sobre o assunto.

9ª aula:

Quando começamos a ginástica, alguns acharam que seria impossível realizar aquelas “acrobacias”, mas expliquei que o objetivo era outro. Eles deveriam experimentar novos movimentos, baseados na ginástica. E cada um no seu limite. Aos poucos, expliquei que eles poderiam ir superando...mas que poderia levar tempo. Aqui era somente para experimentar os movimentos.

Fomos ao ginásio e coloquei a disposição todos os aparelhos e pedi para que eles experimentassem...e tentassem se lembrar o que sabiam sobre cada um deles.

Um relato importante ao final da aula foi de um aluno que disse que não sabia que poderia fazer tantos movimentos com uma corda, ele jamais havia imaginado isso.

10ª aula:

Ainda com a ginástica experimentamos novamente os aparelhos, tentando executar movimentos mais técnicos e tentando chegar em uma “apresentação”...pedi para que eles se dividissem em grupos e criassem algo. Primeiro pedi a eles que escolhessem um tema qualquer e depois eles iriam mostrar para os outros grupos.

Foi muito engraçado, pois a dificuldade era nítida, mas todos tentaram fazer o melhor possível. Depois de muitas risadas a aula terminou num astral bom. Falei sobre eles da importância do erro na aprendizagem. Que dificilmente começamos alguma atividade – seja ela qual for – acertando. Que é necessária a fase de experimentar, tentar, errar, tentar de novo e sempre aprimorando o movimento.

11ª aula:

Fomos à pista de atletismo e após os alongamentos iniciais, perguntei para eles no que se parecia aquele lugar em que estavam com algum outro do passado, da época romana...

Falei para eles que eles estavam se exercitando num modelo um pouco modificado do Coliseu de Roma. Algumas diferenças, claro, mas era baseado nele. Mostrei para eles como se pegava a pulsação e que eles controlassem o ritmo, que não deixassem a pulsação subir muito. Baseado cada um na sua idade.

Mostrei onde era realizada cada prova. E pedi para que começassem pelas corridas. E fizemos a maratona. Antes contei a história sobre a prova. A maioria fez uma volta na pista e saiu para fazer a caminhada em volta da lagoa do Parque Ecológico que fica ao lado da FEF. A maioria caminhou por mais de uma hora.

A experiência foi gostosa para todos. Ninguém se sentiu muito cansado e disseram ter ido conversando com um companheiro e que foi muito agradável a volta em torno do lago.

12ª aula:

Conversamos sobre a aula anterior. Perguntei se havia sido muito forte para eles...apenas uma pessoa disse ter ficado com o pé dolorido. Mas que achava que era por causa do tênis.

Disse para eles não ser possível experimentar as atividades “mais explosivas” do atletismo visto que exige uma condição física especial, quase de atleta, que não queria que ficassem doloridos...experimentamos alguns saltos em altura com o equipamento e depois alguns saltos em distância, na caixa de areia.

Depois eles fizeram os arremessos, experimentaram os pesos, os discos e viram que realmente aquilo era feito para atletas. Mas pegamos algumas bolas de meia e brincamos de jogar os pesos o mais longe possível.

13ª aula:

Começamos com os jogos da cultura infantil. Pedi para que lembrassem das brincadeiras que mais gostavam. Expliquei que o condicionamento físico que tanto almejavam também pode ser alcançado com atividades como aquelas. Expliquei o que estava envolvido ali naquela simples brincadeira.

A brincadeira acertada entre eles foi a queimada. Alguns falaram que havia muitos anos, e que nem mais se lembravam de como era o jogo. Foi muito interessante de assistir...eles pareciam crianças brincando.

Ao final da aula, um dos alunos relatou que durante o jogo vieram muitas imagens da infância e que ele estava feliz em experimentar de novo essa emoção do jogo.

14ª aula:

Continuamos com as brincadeiras. Escolhemos algumas de correr. E eles fizeram o pega-pega, pic-bandeira, e outros. Da mesma forma que a aula anterior eles entravam no espírito do jogo. Ao final da aula, relatos sobre o poder do jogo de fazer esquecer das dificuldades do dia, de fazer amigos, de se divertir, e de ficar mais “esperto”.

15ª aula:

Continuamos com as brincadeiras. Lembraram do “bets” (jogo de tacos). Jogamos e ficamos até o final da aula. Notei que nessas atividades, a maioria ficava até o fim da aula. Alguns relataram no final da aula que estavam voltando a brincar com seus filhos, sobrinhos ou crianças da rua (ensinando a jogar).

16ª aula:

Com os jogos coletivos, alguns ficaram um pouco com medo de se machucar. Expliquei novamente que iríamos com calma e que o jogo era para nós jogarmos experimentarmos, enfim, aquela conversa de sempre. Eles falaram sobre a experiência que tiveram na escola. A maioria realmente foi deixada de lado no momento do jogo. A maioria não tinha boas recordações. Perguntei a eles o que era necessário para joga...e eles demoraram um pouco mas chegaram nos fundamentos. O passe foi reconhecido como o mais importante. Experimentamos alguns movimentos de passe, depois algumas brincadeiras onde existiam os passes, executamos os diversos movimentos de passe nos 4 principais esportes coletivos (handebol, futebol, vôlei e basquetebol). Fizemos o mesmo processo com os outros fundamentos. Eles gostaram dessa forma de ver, de descobrir o que existe em comum entre os jogos. Os alunos pediram para continuarmos um pouco mais com as brincadeiras. Resolvemos então, sempre no início das aulas, fazer alguma brincadeira que, se possível, tenha relação com o tema.

17ª aula:

Continuamos com os esportes coletivos. Experimentamos mais o passe. Brincamos de base 4 e eles sentiram neste jogo a importância do passe. Sem passar a bola o jogo ficava impossível. Alguns ao final da aula falaram sobre a importância do esporte para integrar, de como pode haver cooperação mesmo na competição.

18ª aula:

Continuamos com os jogos coletivos. Experimentamos o passe e a condução. Coloquei diversas bolas e eles experimentaram várias situações de jogo. Já no final da aula experimentamos a seqüência maior: passe e condução.

No final da aula, durante a conversa, um dos alunos lembrou que durante suas aulas, na escola ele ficava de fora das atividades porque o professor pedia para que ele fizesse o gesto correto do toque (no voleibol) e ele não conseguia fazer. Durante as aulas, agora, ele disse ter conseguido, através de gestos mais simples e próximos do gesto técnico, chegar bem próximo do que era exigido pelo jogo.

19ª aula:

Ainda com os esportes coletivos. Brincamos de passe 10. Depois fizemos o passe condução e o drible. Alguns lembraram-se do Garrincha...de como ele foi e ainda é idolatrado por causa de um fundamento de um determinado esporte. Garrincha é ainda lembrado por sua “mágica” no futebol.

20ª aula:

Hoje, tentamos juntar tudo: passe, condução, drible e finalização.

No final da aula fizemos um jogo adaptado, onde nos mesmo mudamos algumas regras...para todos poderem jogar.

No final, conversamos sobre as impressões de cada um...o jogo não era tão ruim assim...o problema é que jogamos o esporte que foi elaborado para atletas e fica difícil pois exige muita técnica.

21ª aula:

Tema: Esportes individuais – Tênis de campo.

Ainda na quadra...levei as raquetes de tênis e dei uma para cada um...e deixei as bolinhas a disposição e eles foram, sem eu falar nada tentando dar os primeiros movimentos. Nenhum deles havia sequer pego em uma raquete. Brincamos com a raquete e as diferentes possibilidades de movimentos.

Eles gostaram muito do tênis. E na próxima aula combinamos de ir jogar no paredão.

22ª aula:

No paredão...brincamos com a raquete e depois jogando no paredão...ficaram muito tempo...gostaram e não queriam parar e deixei até o final da aula...terminou e neste dia não conversamos...eles saíram satisfeitos...

23ª aula:

Hoje continuamos no paredão e eu pedi para que jogassem em duplas. Jogando no paredão e a outra pessoa devolvia. Da aula anterior, alguns afirmavam terem sentido dores musculares por causa do tempo excessivo e o movimento ainda ser estranho para a maioria.

24ª aula:

Hoje fomos para a quadra de tênis e eu expliquei de forma bem simples como eram as regras do jogo e eles se dividiram em duplas e jogaram.

No final da aula alguns falaram que queriam se matricular no tênis da faculdade.

25ª aula:

Tema: Lutas

Esse tema é um pouco complicado, pois todo mundo acha que vai haver agressão.

E tive que ir bem devagar, pois estavam com medo. Comecei com brincadeiras de agilidade e equilíbrio que são fundamentais neste esporte. Falei da relação das lutas com a dança, esportes e jogo. Que as danças eram as comemorações muitas vezes de guerras vencidas e a guerra nada mais é do que um jogo de estratégia. No passado a dança era sagrada e que agora foi taxada, principalmente pela religião católica, como profana e banida dos rituais sagrados. Acharam interessante a relação.

26ª aula:

Fizemos um pouco de Capoeira...chamei uma amiga minha para mostrar alguns movimentos...ela trouxe alguns instrumentos...peguei alguns na FEF mesmo e ficamos mais tocando os instrumentos e ela explicou sobre a origem e a história da capoeira, principalmente no Brasil. Convidou-os a participar das aulas...no próximo semestre.

27ª aula:

Mostrei um pouco de noções básicas do Kung-fu. Ataque, defesa e contra-ataque. Algumas coisas que eu lembrava da época em que praticava. Fomos conversar com o Professor Paulo que ministra aulas de Tai-chi-chuan na quadra ao lado e eles puderam experimentar um pouco.

28ª aula:*Tema: Dança*

Conversamos sobre o tema. Como havia pedido para que eles trouxessem fitas ou CD's das músicas que eles mais gostassem, na aula anterior, brincamos com o ritmo da música. Depois fizemos alguns movimentos em diagonal, seguindo o ritmo. Alguns mostravam uma certa vergonha...mas procurei dançar junto também e não demonstrar vergonha...e que realmente algo gostoso.

Fizemos outros movimentos com as músicas da época dos anos 70's e eles ficaram felizes em lembrar as músicas. Fizemos movimentos dançantes em espelho, em cardume e "siga o mestre". Depois fizemos uma espécie de "aeróbica" dançante...onde cada um tinha que ir – não era obrigado – fazer algum gesto no ritmo da música e os outros seguiam...foi bem descontraído e a maioria parecia estar se soltando.

29ª aula:

Continuamos com algumas coisas da aula anterior e eles me pediram para mostrar um pouco do forró, que está na moda. Eu como já havia feito aulas e conhecia um pouco...mostrei alguns passos. Todos entraram no "clima" da dança, eu mostrei alguns passos básicos e depois dançamos com os parceiros, como havia mais mulheres do que homens, alguns pares foram compostos de mulheres. Falamos sobre a dança e muitos consideraram a atividade muito interessante.

30ª aula:

Não havia mais tempo para a dança e neste dia eles responderam aos questionários e fizemos uma pequena festinha na aula.

Todos foram unânimes em me dizer da importância daquela experiência para a vida deles. A maioria dizia ter achado algo bom para praticar e iriam buscar. A experiência que eu tive foi de que eles estavam "mais soltos..." mais relaxados e aproveitando o momento, se entregando à atividade, sem se preocupar com mais nada.

BIBLIOGRAFIA

ACKERMAN, Diane. Uma história natural dos sentidos. 2ª ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1996.

ALVES, Rubem. Conversas com quem gosta de ensinar. 23ª ed., São Paulo: Cortez/Autores Associados, 1989.

_____. In: BRUHNS, Heloísa T. (org.) Conversando sobre o corpo. 2ª ed., Campinas, SP: Papyrus, 1986.

_____. A gestação do futuro. Campinas-SP: Papyrus, 1986.

BRUHNS, Heloísa T. (org.) Conversando sobre o corpo. 2. ed. Campinas, SP: Papyrus, 1986.

CARVALHO, Maria Cecília M. Construindo o saber - técnicas de metodologia científica. 2ª ed., Campinas-SP: Papyrus, 1989.

COLETIVO DE AUTORES. Metodologia de ensino de Educação Física. São Paulo: Cortez, 1992.

CUNHA E SILVA, Paulo. O lugar do corpo: elementos para uma cartografia fractal. Lisboa, Instituto Piaget, 1999.

DAMÁSIO, A. R. O erro de Descartes. Lisboa: Europa-América, 1994.

DAOLIO, Jocimar. Cultura, educação física e futebol. Campinas-SP: ed. da Unicamp, 1997.

_____. Da cultura do corpo. Campinas-SP: Papyrus, 1995.

DURKHEIM, E. Educação e sociologia. São Paulo: Melhoramentos, 1973.

FOUCAULT, M. Vigiar e Punir. 13ª ed., Petrópolis: Vozes, 1977.

FREIRE, João Batista. Educação de corpo inteiro: teoria e prática da educação física. 4 ed., São Paulo: Scipione, 1994.

_____. De corpo e alma - o discurso da motricidade. São Paulo: Summus, 1991.

GEHLEN, A. El hombre: su naturaleza y su lugar en el mundo. Salamanca, Espanha: Síngueme, 1980.

GONÇALVES, Maria A. S. Sentir, pensar, agir: corporeidade e educação. Campinas: Papyrus, 1994.

LOWEN, Alexander. Prazer - uma abordagem criativa da vida. 3ª ed., São Paulo: Summus, 1988.

MARCELINO, Nelson. Pedagogia da animação. Campinas-SP: Papirus, 1990.

MEDINA, J. P. S. A educação física cuida do corpo...e "mente". Campinas-SP: Papirus, 1983.

_____. Educação Física Escolar - uma abordagem fenomenológica. Campinas-SP: Editora da UNICAMP, 1991.

NISTA, Vilma Leni Piccolo (org.) Educação Física Escolar: ser... ou não ter? Campinas-SP: Papirus, 1994.

NIETZSCHE, Friedrich. Schopenhauer educador. Tradução de Adriana Maria Saura Vaz. Campinas, FE/Unicamp, mimeo.

PLATÃO. A República - Livro VII. Brasília/SP: Ed. UnB/Ática, 1989.

_____. As Leis - Livro VII. São Paulo: Edipro, 1999.

POPPER, Karl. A lógica das ciências sociais. Rio de Janeiro: Ed. Da Universidade de Brasília, 1978.

SANTIN, Silvino. Educação Física e outros caminhos. Porto Alegre: Escola Superior de Teologia, 1990.

SEVERINO, Antonio Joaquim. Metodologia do Trabalho Científico. 20 ed. São Paulo: Cortez, 1996.

NIETZSCHE, Friedrich. Schopenhauer Educador. Tradução de Adriana Maria Saura Vaz. Campinas: FE/Unicamp, mimeo.

SNYDERS, G. A alegria na escola. São Paulo: Manole, 1988.

_____. Correntes atuais da pedagogia, Lisboa: Editora Horizonte, 1984.

TRIVINÓS, N. S. A. Introdução à pesquisa em ciências sociais - a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas, 1992.

ZILBERMAN, Regina. A produção Cultural para a criança. Porto Alegre: Mercado Aberto, 1982.