

PROJETO KINESIS

José Eduardo Franciscato Vogt

Resumo: Em um sistema materialista e individualista, cujo modelo preconiza visceralmente que o ser humano na sua dimensionalidade é um refém do espaço e do tempo, em prol do capital, que o meio ambiente é descartável e que almejar um momento de qualidade existencial é extremamente complexo, consequentemente pode-se dizer que sob este enfoque, é fundamental mostrar ao educando uma alternativa para que possa viver “humanamente” em equilíbrio constante com o meio ambiente. Buscou-se organizar as aulas de Educação Física a partir de Seminários de Estudos sobre conteúdos teóricos e Eixos dos PCNs abordados pelo Componente Curricular, reduzindo a ênfase que historicamente vem se dando ao desporto. Relacionar o termo qualidade de vida, como uma conceituação holística, buscamos através das aulas de Educação Física, valorizar a importância das relações e do cuidado com o mundo para ter um estilo de vida melhor. Essa forma de repensar e reestruturar a disciplina de Educação Física tem nos dado a oportunidade de perceber que os educados, mesmo demonstrando algumas resistências iniciais, gradativamente foram se conscientizando da necessidade de vincular o Componente Curricular ao estudo e a iniciação à pesquisa, e não somente a prática desportiva.

Palavras-chave: Educação. Movimento. Saúde. Tempo.

Introdução

A Educação Física, além de apresentar essa diversidade de opções, oferece outro aspecto que deixa os pensadores embaraçados, pois parece ser não uma realidade específica ou um espaço concreto, mas apenas um momento transitório, ou um caminho que conduz para uma realidade que não é ela mesma.

A Educação Física tem condições de se auto sustentar a partir de fundamentos que lhe são próprios; fundamentos estes que têm a mesma densidade dos fundamentos das demais ciências humanas. A Educação Física encontra seu fundamento básico no antropológico, mas esse antropológico não é fornecido pelas teorias psicológicas, mas pelo próprio homem ou mais precisamente, pelo humano. É o humano que sustenta e alicerça a Educação Física. É no homem diretamente que a Educação Física encontra sua razão de ser.

Pensando o homem global, como um todo unitário, assim toda educação é educação do homem, não apenas de uma parte do homem. O homem não age por partes, mas age sempre como um todo. O pensar, as emoções, os gestos são humanos, não são ora físicos ou psíquicos, mas sempre totais, isto é, são ao mesmo tempo, toda a adjetivação que se lhe pode atribuir.

Superando os estreitos limites da dualidade corpo e alma, torna-se necessário buscar a identidade da Educação Física no homem como unidade, como totalidade que a si mesmo se constrói. Como corporeidade, o homem é movimento, é gesto, é linguagem, é presença, é expressão criativa. Necessita a Educação Física estar atenta aos componentes intencionais internos do movimento humano para não se tornar mero instrumento de objetivos alheios e conflitantes com as finalidades de maturação plena visualizadas pela educação.

Mais do que ter um corpo que se usa como objeto ou como instrumento, o homem precisa ser corpo, realizando a auto construção corporal da consciência de si e da expressividade relacional, vivendo o corpo como trabalho e lazer, como gesto, harmonia, arte e espetáculo.

Os gestos corporais são intencionais, psíquicos, espirituais, da mesma forma como a inteligência, o pensamento, a vontade não são fenômenos desencarnados, necessitam do corpo e efetivaram-se em movimentos do sistema nervoso e do cérebro.

1 A Educação física e o contexto escolar

O elemento fundamental de toda a educação é o ser humano. A Educação Física é uma parte da educação em geral, a palavra “física” sugere uma limitação de sua tarefa educativa frente ao ser humano (SANTIN, 1987).

É o humano que sustenta e alicerça a Educação Física. É no homem diretamente que a Educação Física encontra sua razão de ser (SANTIN, 1987).

SANTIN (1987) menciona que o movimento constitui o segundo pólo do campo magnético da Educação Física. É a partir de um homem com possibilidade de movimento que se busca desenvolver e fundamentar a Educação Física.

A Educação Física não é um componente curricular como os demais na escola, mas um princípio. Ela é a grandiosa possibilidade de se esclarecer aos alunos, na prática e na teoria, a imensa responsabilidade do homem para com o seu corpo, com a sua saúde, com a sua própria vida e com os outros. Assim, a responsabilidade para com o próprio corpo, como

tarefa individual e social do homem tornar-se objetivo principal da Educação Física Escolar, e igualmente da formação do profissional de Educação Física. O meio mais decisivo para isto é a prática de atividades físicas regulares por toda a sua fase existencial, no âmbito de uma condução de vida consciente do corpo.

Entende-se a Educação Física como uma área de conhecimento da cultura corporal de movimento e a Educação Física Escolar como um componente curricular que introduz e integra o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la e transformá-la, instrumentalizando-o para usufruir os jogos, o lúdico, as danças, os desportos, e as lutas em benefício do exercício crítico da cidadania e constante busca pela melhoria da qualidade de vida em todas as fases evolutivas do processo de estruturação do ser humano (NEGRINE, 1983).

NEGRINE (1983) comenta que as atividades da Educação Física Escolar devem contribuir para o aprimoramento e aproveitamento integrado de todas as potencialidades físicas, morais e psíquicas do indivíduo, possibilitando-lhe a sociabilidade, a conservação da saúde, o fortalecimento da vontade, a aquisição de novas habilidades, o estímulo às tendências de liderança e aquisição de hábitos sadios.

3.1 A Educação Física, a formação do cidadão e os Parâmetros Curriculares Nacionais

O Ministério da Educação e do Desporto, através da Secretaria de Ensino Fundamental, inspirado no modelo educacional espanhol, mobilizou a partir de 1994 um grupo de pesquisadores e professores no sentido de elaborar os Parâmetros Curriculares Nacionais.

De acordo com o grupo que organizou os Parâmetros Curriculares Nacionais, estes documentos têm como função primordial subsidiar a elaboração ou a versão curricular dos estados e municípios, dialogando com as propostas e experiências já existentes, incentivando a discussão pedagógica interna às escolas e a elaboração de projetos educativos, assim como ser de material de reflexão para a prática de professores.

Os PCNs são compostos pelos seguintes documentos: documento introdutório, temas transversais (Saúde, Meio Ambiente, Ética, Pluralidade Cultural, Orientação Sexual e Trabalho e Consumo) e documentos que abordam o tratamento a ser oferecido em cada um dos diferentes componentes curriculares.

Eleger a cidadania como eixo norteador significa entender que a Educação Física na escola é responsável pela formação de alunos que sejam capazes de: participar de atividades corporais adotando atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade; conhecer, valorizar, respeitar e desfrutar da pluralidade de manifestações da cultura corporal; reconhecer-se como elemento integrante do ambiente, adotando hábitos saudáveis relacionando-os com os efeitos sobre a própria saúde e de melhoria da saúde coletiva; conhecer a diversidade de padrões de saúde, beleza e desempenho que existem nos diferentes grupos sociais, compreendendo sua inserção dentro da cultura em que são produzidos, analisando criticamente os padrões divulgados pela mídia; reivindicar, organizar e interferir no espaço de forma autônoma, bem como reivindicar locais adequados para promover atividades corporais de lazer (BRASIL, 1998a).

Quanto à conceituação de cidadania, Aristóteles considerava-se como a possibilidade concreta do exercício da atividade política, ou seja, poder governar e ser governado. Esse enfoque é enriquecido por ARENDT (citada por PALMA FILHO, 1998, p.108), ao conceber a cidadania como o “direito a terem direitos, identificando-o como primeiro direito humano fundamental, do qual todos os demais se derivam”. Esse conceito parece ter grande abrangência, não se restringindo a território ou nacionalidade. Além disso, representa uma qualidade social do ser humano, que deve ser conquistada durante sua vida (PALMA FILHO, 1998).

A partir dessas considerações, alguns pressupostos podem ser inferidos na tangência estabelecida entre cidadania e a Educação (PALMA FILHO, 1998). Inicialmente, tem-se que a Educação nunca é neutra, podendo direcionar-se ou até mesmo gerar conformismo e subserviência ou posicionamento crítico e reflexivo.

3.2 A qualidade de vida

A preocupação com a qualidade de vida e a saúde pública, iniciou historicamente há muito tempo. Segundo (MENDES 2001), há registros na Europa, com os crescimentos assustadores das cidades, que provocava problemas sérios como a pobreza, crimes, alta mortalidade, decorrentes da falta de estrutura nas cidades. Acreditava-se também, na importância de sanear o meio ambiente para se conquistar melhor qualidade de vida.

A mesma autora também comenta que no período atual, tem se evidenciado as diferenças. As desigualdades geradas por um modelo econômico excludente vêm aumentando

os níveis de pobreza e carências sociais dos países pobres. Para melhorar as condições de saúde e de qualidade de vida, é necessário atuar sobre as condições sociais que são determinantes de saúde.

Para ROUX (1996) apud MENDES (2001), há a necessidade de uma promoção social da saúde, gerando processos participativos, sociais e institucionais, acordando para as intervenções coletivas, organizadas para remover determinantes ambientais, sociais, econômicos e culturais de enfermidades para mudar práticas que atendam contra a saúde, criando cidades sustentáveis.

Essas situações podem ser perfeitamente encaminhadas na Escola. Segundo MARTINEZ (1996) apud SPS (2002), as contribuições da escola para a qualidade de vida, são essenciais e múltiplas: participa decisivamente na formação cultural, está na base da preparação para o mundo do trabalho e constitui-se espaço privilegiado das vivências da infância e da adolescência.

É importante envolver o adolescente para que ele participe da vida escolar, familiar e comunitária. Essa pode ser uma grande oportunidade para valorizá-lo por sua energia e iniciativa e mantê-lo longe da violência e de outras ameaças aos seus direitos (UNICEF, 2002).

Para promover espaços de problematização, formando consciência coletiva é necessário compreender o sentido de ter qualidade de vida, conhecendo alguns aspectos que a determinam.

Algumas pessoas acham que para ter uma vida de boa qualidade precisam sentir-se bem, o que se consegue com hábitos saudáveis, alimentação correta e prática de esportes.

Outros pensam que é uma questão de ficar "de bem com a vida", ou seja, enfrentar todos os momentos da melhor maneira possível. Há quem acredite que a questão central consiste em harmonizar as exigências da vida profissional com a vida pessoal. Outros ainda acham que o bem-estar depende se estiver em paz consigo mesmo e em dia com as obrigações. A expressão "qualidade de vida" tem significados diferentes para as diferentes pessoas.

Na verdade, o bem-estar não depende de um só fator, mas de uma série de condições: a predisposição genética, o ambiente em que vivemos, os cuidados que temos com a saúde, o modo como encaramos as dificuldades diárias e muitas outras.

Para DIETANET (2003), ter qualidade de vida significa concentrar forças em seis áreas: alimentação, forma física, controle do estresse, relacionamentos saudáveis, satisfação

no trabalho e segurança. Adotando um estilo de vida com qualidade, percebem como essas áreas são interligadas. A boa alimentação e os exercícios beneficiam o corpo; o controle do estresse melhora o estado de espírito; os bons relacionamentos e a satisfação no trabalho dão sentido à vida e a segurança garante e prolonga a sensação de bem-estar.

Muitas vezes, também, percebemos que as propostas disponíveis são cosméticas e fora da realidade, acabam criando imagens e pessoas com falta de sintonia entre tempo e idade.

Ser o que se é às vezes é o caminho mais seguro e tranquilo. Vamos buscar aquela qualidade de vida perene, tranquila e que sirva de base para todas as outras iniciativas porque ela vem de dentro de nós e não apenas da pele ou dos músculos (DI MARZIO, 2002).

Além das posturas essenciais comentadas, cabe nesse projeto, uma reflexão específica sobre a área de estudo que o engloba, a Educação Física. Para PORTES JÚNIOR (2002), é sabido que, a falta de atividade física - o sedentarismo - tem provocado mudanças na saúde e na qualidade de vida das pessoas. O baixo nível de atividade física tem acarretado o desenvolvimento de doenças degenerativas que têm levado a população mundial a sofrer as consequências de sua inatividade, que provoca tais estados de coisas, que leva o homem a viver menos e a viver sem qualidade de saúde e todos os fatores que envolvem a qualidade de vida.

No entanto, a sociedade moderna de consumo transformou o indivíduo como responsável pela sua própria qualidade de vida, seu próprio bem-estar. E sendo uma sociedade de consumo, a qualidade de vida, as atividades físicas, também foram transformadas em atividades de consumo, que levam o indivíduo a ser refém de um sistema que impõe a ele a necessidade de consumir os produtos ligados à sua qualidade de vida, para poder participar de atividades físicas e, conseqüentemente, ter saúde (CARVALHO, 1998).

Para SPS (2002), a educação para a saúde só se concretizará se puder contribuir para o crescimento da capacidade de fazer escolhas e para a ampliação das potencialidades pessoais e sociais, traduzidas em atitudes e práticas favoráveis à vida e à conquista da qualidade de vida dos indivíduos e da coletividade.

3.3. A ontogênese da motricidade humana

O Desenvolvimento Humano compreende todas as mudanças contínuas que ocorrem desde a concepção ao nascimento, e do nascimento à morte.

O ser humano constrói-se como um ser social. Sem a presença do adulto socializado o recém-nascido não responde às suas necessidades de crescimento e de desenvolvimento. O social é biológico. Ele é nesse aspecto uma condição vital e indispensável da ontogênese.

A motricidade humana não é imediata nem pré-programada. A criança é agida por outros, antes de se auto locomover e auto mexer, daí a raiz exógena e a origem social da motricidade humana. O outro não é uma condição exomotora; é antes a condição endomotora, que gera a histogênese do Eu.

O corpo e o espírito (mente) têm sido erradamente encarados como entidades separadas, muitas vezes opostas e desequilibradamente abordadas. “Cogito ergo sum” (Penso, logo existo) marcou profundamente o estudo do Desenvolvimento Humano. De fato, não somos apenas seres de pensamento, mas também seres de movimento e de sentimentos. Por isso, opomos àquele posicionamento.”Ajo, sinto e penso, logo existo e coexisto”, muito próximo de outro quase negligenciado “Mens sana in corpore sano” (mente sã num corpo sã).

A motricidade, através da totalidade expressiva que a caracteriza intrinsecamente, é o meio através do qual a consciência se edifica e se manifesta. É a própria motricidade que leva ao desenvolvimento do cérebro, ela é um pré requisito da mielinização. Sem movimento, não há desenvolvimento nem pensamento. Motricidade sem a estrutura cognitiva é possível, mas a estrutura cognitiva sem a motricidade não o é. Por alguma razão, o desenvolvimento adequado da motricidade constitui a via para um desenvolvimento intelectual ajustado. Os distúrbios no desenvolvimento motor comprometem sempre o desenvolvimento da linguagem e da estruturação cognitiva. Por isso temos de compreender a motricidade como uma ação e como uma conduta, relativa a um sujeito histórico. Nesta perspectiva, a motricidade passa a ser compreendida nas estruturas associativas que a planificam, elaboram, regulam, controlam, executam e integram. A motricidade ao materializar a idéia, continua-a e prolonga-a.

Segundo FONSECA, VITOR (1988) a motricidade humana, a grande arquiteta da Civilização, tem as suas raízes filogenéticas a partir da Antropologia, da Genética e da Embriologia.

3.4 O novo paradigma da Educação Física

É freqüente colocar-se a Educação Física no mesmo nível de importância que possuem a informática e a ecologia para o novo século vinte e um.

O conceito Educação Física parece dizer tudo. Ela é educação, isto é, uma ação pedagógica. Seu espaço natural seria a escola. Seu projeto estaria vinculado ao projeto da educação intelectual do ser humano. Nele não se discutiam as bases pedagógicas do movimento, do exercício, da corporeidade humana. Suas práticas estavam já antecipadamente estabelecidas pelas exigências do bom desempenho da formação intelectual de acordo com as teorias pedagógicas cognitivistas. Não há um esforço para identificar um significado pedagógico específico das atividades corporais. O movimento aparece como uma ação cujo valor será reconhecido pelo bom desempenho das faculdades mentais e comportamentais.

O desafio antropológico é correlato ao desafio pedagógico. Toda teoria pedagógica tem como ponto de partida uma compreensão de ser humano seja indivíduo, seja como ser social, dentro de um projeto de desenvolvimento. O projeto pedagógico é o projeto de construção do ser humano como nos mostra a Paidéia grega: “ A formação do homem dá-se pro meio da criação dum tipo ideal intimamente coerente e claramente definido. Esta formação não é possível sem oferecer ao espírito uma imagem do homem tal como ele deve ser”. (SANTIN, 2002).

A história do desenvolvimento humano nos mostra que todas as mudanças, provocadas por iniciativa da criatividade humana, passam necessariamente pela imagem do próprio ser humano. Cada cultura origina-se e desenvolve-se tendo com eixo de gravitação o homem. É neste sentido que podemos lembrar a famosa expressão de Protágoras: “o homem é a medida de todas coisas, daquelas que existem e daquelas que ainda não existem”.(SANTIN,2002). Assim, a imagem humana manifesta-se de maneira direta ou indireta nos projetos de desenvolvimento sócio cultural. Em cada época e em cada cultura desenha-se a fisionomia de homem que interessa ao grupo e que vai determinar o modo de ser de seus membros individuais e coletivos.

O novo momento da Educação Física abriu, num primeiro momento, os olhos para esse abalo nas ciências. Para SANTIN (2002) o movimento humano como o objeto sobre o qual seria possível construir a Educação Física como ciência autônoma; a qual categoria de fatos deve ser classificado o movimento humano? Como fato físico (único capaz de gerar rigor científico), ou um fato humano? Este é apenas o primeiro obstáculo do desafio epistemológico. O segundo é mais grave, mas talvez, o mais promissor segundo SANTIN (2002). Começa com a consciência cada vez mais aguda de que as ciências modernas estão em fase de esgotamento. Sua força epistemológica parece ter perdido a capacidade de enfrentar os graves problemas que a humanidade enfrenta hoje, alguns provocados pela

própria ciência. O modelo epistemológico construído sobre o basilar do enfrentamento entre o sujeito e o objeto, colocado como garantia de universalidade e de neutralidade do saber, aos poucos revela sua fragilidade e inconsistência. Portanto, o segundo grande obstáculo do desafio epistemológico da Educação Física consistiria em engajar-se na construção desta nova ciência que, certamente, não terá a física como ciência exemplar, e sim, com muita probabilidade, a biologia, mas nos moldes modernos, copiados da física, mas nos moldes da biologia molecular, da neurobiologia e das teorias ortomoleculares. Certamente estas teriam mais condições de oferecer uma compreensão mais adequada do ser vivo.

Referências

ALMEIDA, M. A. de. A Atividade Física como estratégia de prevenção de agravos à saúde: Considerações teóricas, metodológicas e de aplicação. **Dissertação de Mestrado**. Universidade de São Paulo - Escola de Educação Física e Esporte. 1998

BOLEIZ JÚNIOR, Flávio. **Uma primeira proposta de prática ecopedagógica**. Disponível em: <www.forumdeeducacao.hpg.ig.com.br/ecopedagogia/ecopedagogia.htm>. 2003.

CARVALHO, Y. **O "Mito" da Atividade Física e Saúde**. 2a ed., São Paulo: Hucitec. 1998.

DIETANET (): **Qualidade de Vida**. Disponível em: <www.dietanet.hpg.ig.com.br>. 2003.

FIEP - Federação Internacional de Educação Física. Manifesto Mundial da Educação Física. **Informativo CREF/ RS**. Ano 01 ,Julho-Agosto. 2000

ADOTTI, Moacir. **Pedagogia da terra: Ecopedagogia e educação sustentável**. Disponível em: <www.antroposmoderno.com/word/pedadaterra.doc>. 2003

GADOTTI, Moacir e CHERUBINE, Gustavo Belic. **A Carta da Terra na Perspectiva da Educação - Um desafio para o terceiro milênio**. Disponível em: <<http://sites.uol.com.br/projetovida/InformaLista17.htm>>. 2002.

DI MARZIO, Mariana. **Qualidade de Vida: A base de todas as qualidades**. Disponível em: <www.cesa.edu.br>. 2002.

HURTADO, J.G.G.M. **Educação Física Pré-Escolar e Escolar - 1ª à 4ª série (Uma Abordagem Psicomotora)**. 4ª Ed. Curitiba: Ed. Prodil. 1987.

MALINA,R.M.; BOUCHARD, C. **Growth, maturation, and physical activity**. Champaign, Il. : Human Kinetics Books. 1991.

MENDES, Rosilda. Qualidade de vida nas cidades: O movimento por cidades saudáveis. **Revista do CEPEA** - Centro de Estudos Avançados em Economia Aplicada. Departamento de Economia, Administração e Sociologia - USP. Ano 3, nº 26: p. 1 – 4. 2001.

NAHAS, M.V. & CORBIN, C.B. Aptidão Física e Saúde nos programas de Educação Física: Desenvolvimentos recentes e tendências internacionais. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. 5 (02): 47 - 58. 1992.

NEGRINE, A. **O Ensino da Educação Física**. Porto Alegre: Ed. Globo. 1983.

PATE, R.R., LONG, B.J., HEATH, G. Descriptive Epidemiology of Physical Activity in Adolescents. **Pediatric Exercise Science**. V. 6, n. 4, p. 434 - 447. 1994.

PORTES JR., Moacir de Paula. **Esporte, Lazer e Qualidade de Vida**. Disponível em: <www.vivalegre.com.br>. 2002.

RAMOS, A. T. **Atividade Física - Diabéticos, gestantes, 3ª Idade, criança, obesos**. 2. Ed. Rio de Janeiro: Sprint. 1999.

SALLIS, J.F.; PATRICK, K. Physical guidelines for adolescents : Consensus Statement. **Pediatric Exercise Science**. V. 6, n. 4, p. 302 - 314. 1994.

SPS – Secretaria de Políticas de Saúde. **Saúde na Escola – Textos de Apoio**. Projeto de Promoção de Saúde – Ministério da Saúde. 2002.

UNICEF. **Qualidade de vida para o adolescente**. Disponível em: <www.unicef.org/brazil/qualidadedevida.htm>. 2002.

VIANA, Valéria e GONÇALVES, Silvia. **Vivemos juntos – Conhecer e viver a Carta da Terra**. Disponível em: <www.vivemosjuntos.hpg.com.br>. 2002.

JOLY, F. A. **Cartografia**. São Paulo: Ed. Papiros, 1990. 136p.

SANTOS, M.C. S. R. **Manual de Fundamentos Cartográficos e Diretrizes Gerais para a Elaboração de Mapas Geológicos, Geomorfológicos e Geotectônicos**. 1990. 50p.