

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
LICENCIATURA

GUSTAVO HENRIQUE BARBOSA FABRÍCIO

**A IMPORTÂNCIA DA CONSCIÊNCIA CORPORAL
NAS AULAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

RECIFE/2024

GUSTAVO HENRIQUE BARBOSA FABRÍCIO

A IMPORTÂNCIA DA CONSCIÊNCIA CORPORAL NAS AULAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA,
como requisito final para obtenção do título de Graduado em
Educação Física.

RECIFE/2024

Dedicamos esse trabalho a nossos pais.

“As pessoas precisam saber que elas têm todas as ferramentas dentro de si mesmas. Autoconsciência, que significa consciência do corpo, consciência de seu espaço mental, consciência de seus relacionamentos não apenas entre si, mas com a vida e o ecossistema.”

(Deepak Chopra)

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	07
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	11
3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO	15
4 RESULTADOS.....	17
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	23
REFERÊNCIAS.....	24

A IMPORTÂNCIA DA CONSCIÊNCIA CORPORAL NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR.

Gustavo Henrique Barbosa Fabrício
Jéssica Gomes Gonçalves¹

Resumo: A consciência corporal é um componente indispensável para auxílio no processo de aprendizagem, uma vez que esta promove o diálogo interativo entre corpo e ambiente. O trabalho da consciência corporal em ambiente escolar é importante pois o entendimento da mesma acarreta em melhorias na autoconfiança, integração social, e desempenho em atividades. O presente estudo tem como objetivo, verificar as contribuições da Educação Física Escolar como ferramenta para construir consciência corporal na infância. Logo, realizou-se uma pesquisa bibliográfica nas bases Google Acadêmico e Scielo, utilizando os descritores (Consciência corporal, Educação Física escolar, Psicomotricidade). Os critérios de exclusão serão artigos que não estiverem dentro do recorte temporal e não tiverem relação direta com o tema pesquisado. Como resultado obtivemos ainda mais a certeza da importância que a consciência corporal tem em aulas de Educação Física, se mostrando extremamente importante para que a criança consiga praticar exercícios e as aulas passadas pelos professores, sendo assim é notório o fato de que muitos professores tem noção da importância de procurar trabalhar a consciência corporal nas crianças, para que no presente e também no futuro elas não venham sofrer com limitações que vem a surgir caso não aja uma boa consciência de si mesmo. Conclui-se que nesses vários métodos que utilizamos para ajudar a criança a desenvolver sua consciência corporal nas aulas de Educação Física, não só foi útil nesse aspecto mas como também em diversas formas de interação e de conhecimento de seus limites, ajudando assim a criança além de ter uma boa consciência, se desafiar e encarar seus medos.

Palavras-chave: Consciência corporal. consciência. educação física escolar. infância. Psicomotricidade.

1 INTRODUÇÃO

Consciência corporal consiste na nossa capacidade de percepção corporal, completamente ou profunda, entendendo nossos movimentos, limites do nosso corpo, a relação do corpo com o ambiente e o quanto podemos aguentar para termos os resultados que esperamos. De um ponto de vista mais abrangente se resume em ter consciência de que somos um corpo e que toda atitude tomada pelo ser humano é corporal. (BRANDL, 2000.)

Morais (1993, 1995) afirma que “Ser corpo é estar no mundo sensível e inteligentemente através de um diálogo de aprendizagem, uma certa ‘espiritualização do corpo’ no sentido de vivenciar atitudes e encontrar corpos mais

enriquecidos de todos os seus aspectos vitais e emocionais”, destaca.

Compreender o corpo, somente é possível a partir das experiências e vivências estabelecidas nas relações consigo, com os outros e com o mundo. Capacidade de cada pessoa sentir e apossa-se do seu próprio corpo como meio de manifestação e interação com o mundo, chamamos de corporeidade. A partir do momento que entendemos a corporeidade como sendo a unificação entre corpo e mente, passamos a acreditar que só é possível educar o ser humano quando desenvolvemos todos os âmbitos deste ser, ou seja, corpo e mente juntos. Porém, Cunha (1994, p.155) afirma que “a motricidade emerge da corporeidade como sinal de quem está-no-mundo-paraalguma-coisa, isto é, com sinal de um projeto. Toda a conduta motora inaugura um sentido através do corpo”.

A educação física aliada a psicomotricidade passa a ter grande importância no desenvolvimento global das crianças, propiciando estímulos para o desenvolvimento da consciência corporal.

Depressão, angústia, medo, como também euforia, otimismo e tranquilidade, são todos esses sentimentos detonados na estrutura corporal e então captados por nossa interioridade (MORAES, 1992, p. 79)

Para Gallardo(2003), não resta dúvida que a Educação Física Escolar brasileira tem passado por modificações significativas na busca de uma compreensão mais ampla da complexidade humana para o desenvolvimento de um trabalho mais efetivo no âmbito escolar. O processo de formação profissional do Licenciado em Educação Física é de extrema importância, pois é esse “professor” que irá conduzir o ensino aprendizagem no contexto escolar. Sendo assim, existem características básicas que são peculiares ao professor e devem ser consideradas e trabalhadas na formação profissional. Por exemplo: buscar o entendimento da complexidade humana nos seus aspectos motores, afetivos, cognitivos e nas suas relações sociais e culturais, opondo-se à simples compreensão da sua dimensão biológica.

Daolio (1998), destaca no capítulo dois de seu estudo intitulado “Educação Física Brasileira: autores e atores da década de 1980”, que corrobora esta afirmação quando diz: “A multiplicidade de discursos ocorrida no período mostrou-se extremamente relevante, tanto em termos de quantidade de proposições quanto na sua qualidade”. Desses trabalhos, o de Medina (1983), se destaca. O autor ressalta que a Educação Física como disciplina deve ser ministrada de uma forma mais formativa, sistêmica repensando as questões do movimento humano e consequentemente a cultura corporal.

É função das Licenciaturas em Educação Física prepararem academicamente um professor pesquisador que seja capaz de analisar, compreender, descrever e sistematizar qualquer manifestação da Cultura Corporal, e aplicar esses conhecimentos em qualquer âmbito de atuação profissional (vivência, prática e treinamento), já que ele deveria ser o especialista na leitura da linguagem corporal. (GALLARDO, 2003, p.13)

Morin (2000) , tem destacado em seus estudos essa preocupação com o ser humano e o seu ambiente de vida. Tem proposto que a Educação Institucionalizada deve preocupar-se, daqui para frente, com esses fatores para que o mundo possa ter dias melhores. Um ambiente carinhoso, de respeito e acolhimento do aluno, a valorização dele e dos outros na Educação Física Escolar poderá propiciar o desenvolvimento do “amor humano”.

As diferentes manifestações da cultura corporal devem seguir uma planificação para possibilitar a incorporação e compreensão de muitos dos códigos simbólicos pelos quais se organizam e estruturam, de forma que possibilitem ao aluno a compreensão e ampliação dos conhecimentos e a vinculação desses conhecimentos com contextos culturais diferentes. A variedade das manifestações culturais oferecidas aumenta as chances de escolha dos alunos para a formação de grupos de prática. Seu espaço é a aula de Educação Física. (GALLARDO, 2003, p.19).

A Educação Física, em busca de uma identificação como área de conhecimento, esteve e ainda está muito vinculada à área biológica. A dimensão do movimento humano, ou do corpo humano, dentro de uma visão unitária de homem é bem maior. Portanto, ao tratar do tema Consciência corporal, houve a necessidade de visualizar também esta abordagem. (BRANDL, 2000).

Alguns autores, como Moreira, Freire, Medina, Gonçalves e outros, exprimem em suas obras a necessidade de essa área, que é do corpo em movimento, incorporar e buscar subsídios além das áreas biológicas (anatomia, fisiologia, cinesiologia e, mais recentemente, na psicologia), e acreditam que também a filosofia possa trazer contribuições para a Educação Física, especialmente no que diz respeito à concepção de corpo.

Para Moreira (1995), Olhar sensivelmente os corpos que passam pela aula de Educação Motora é ir buscar não mais a disciplina, mas a consciência corporal, mesmo porque o ato de conhecer não é mental; ele é, antes de tudo, corpóreo.

A consciência corporal é aprimorada aos poucos, com cada escolha do dia a dia. É preciso saber que ela é também uma escolha de vida, que pode fazer toda diferença para um futuro mais saudável e duradouro. É importante lembrar que todos os movimentos, as posturas e as ações podem ser observados para que você conheça amplamente o seu corpo e as suas limitações físicas e, dessa forma, tenha total controle sobre ele.

Entendemos que esse estudo se mostra importante por apresentar diversas compreensões sobre “consciência corporal”, discussões sobre “corpo”, o quanto a Educação Física escolar está interligada diretamente nesse processo, e a sua importância no desenvolvimento de uma boa consciência corporal começando pela infância. Estas reflexões são de extrema relevância no que diz respeito a maneira como os indivíduos lidam com seu próprio corpo no tempo e espaço.

Quando apontamos para o processo de formação do profissional de Educação Física, nas vivências e experiências apresentadas em sua graduação, ou, no vislumbre da carreira de um graduando que se prepara para exercer profissão, para ser imprescindível uma compreensão sobre o homem, sua tonalidade, individualidade, subjetividade em várias dimensões: física, moral, social, afetiva, intelectual, sócio cognitiva, entre outras.

Em seus estudos sobre consciência corporal, Brandl (2000) defende que as aulas de Educação Física precisam ser reformuladas pensando o aluno como sujeito-próprio, capaz de agir com autonomia em suas práticas motoras. Também Le Boulch (1987), se ocupou em estudar a tomada de consciência da criança em suas atividades. Para este autor a conscientização corresponde a uma certa forma de atenção levada por um sujeito a sua própria atividade. A conscientização consiste em tomar sua própria atividade como objeto de seu pensamento. No âmbito do corpo em movimento, a conscientização passa então pelo corpo, o que caracteriza uma interiorização.

O ideal seria se, nessa proposta, buscasse por meio do corpo e do movimento as vivências éticas e culturais, enfocar esse corpo e esse movimento em todas as disciplinas, questões que dizem respeito ao desenvolvimento da criança. Logo, o presente estudo tem por objetivo destacar as contribuições nas aulas de Educação Física escolar como ferramenta para construir um melhor desenvolvimento da consciência corporal. Um exemplo simples para compreender nosso estudo, é quando em algumas situações você fica em uma posição e se dá conta que estava com uma postura incômoda, sente dores nas pernas por conta de um esforço físico ou percebe que os ombros e

pescoço estão tensionados, constituindo assim sensações e percepções que fazem parte da consciência corporal.

Os conteúdos relacionados a educação física devem expandir diversos conhecimentos produzidos pela cultura corporal e conteúdo que contemplem áreas diversificadas para permitir que os alunos compreendam o próprio corpo sem fragmentar o físico e cognitivo (FERREIRA, 2005).

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. Consciência corporal

Segundo Chauí (2000, p.119), partindo da teoria do conhecimento, entende-se que o homem é um ser racional e consciente e entende como consciência, “a capacidade humana para conhecer, para saber que conhece e para saber o que sabe que conhece”. A consciência é um conhecimento (das coisas e de si) e um conhecimento desse conhecimento (reflexão)”. Essa mesma autora aborda ainda a consciência do ponto de vista psicológico, ético e moral, político e ainda do conhecimento. (BARAKAT, 2019)

O termo de consciência corporal articula sempre consciência e corpo.. Logo, a Consciência corporal também é entendida como resultado das ações e experiências já vivenciadas e do próprio reconhecimento consciente, ou seja, sua noção de corpo e imagem (BRANDL, 2002).

Diante de um olhar psicológico a autora coloca que a consciência é o sentimento de nossa própria identidade que é formada pelas nossas vivências. No campo ético e moral, a consciência é definida como o que nos permite livre e racionalmente decidir como agir com responsabilidade, respeitando os direitos alheios.(BARAKAT, 2019). A consciência política é a que nos coloca na esfera de nossas relações sociais como portadores de direitos e deveres, membros de uma classe social, portadores de interesses específicos de um grupo. Já no campo do conhecimento, a consciência pode ser considerada uma atividade sensível e intelectual que permite o poder de análise, síntese e representação (CHAUÍ, 2000).

Já a consciência para a Psicologia, definida pelo sociólogo e psicólogo Émile Durkheim, que é considerado o fundador das Ciências Sociais como conhecemos hoje; é o conjunto de conhecimentos que um grupo detém e dos valores que partilham, experimentados pelo indivíduo na sua vida (DURKHEIM, 2002).

Quando nos reportamos aos escritos de Mearleu-Ponty, encontramos um corpo que percebe, que pensa, que sente. Essas sensações não são fruto apenas do corpo que é estimulado e responde, mas por uma apreensão de sentidos que precisam desse corpo para acontecer. Assim, Mearleu-Ponty também entende o corpo como criador de sentidos “porque a percepção não é uma representação mentalista, mas um acontecimento da corporeidade e, como tal, da existência” (NÓBREGA, 2008, p. 141).

Freitas et al. (2015), em seu estudo, teve como objetivo verificar a forma como o corpo tem sido pesquisado, conceituado e compreendido pela psicologia no Brasil, especialmente na última década (primeira do século XXI). A partir disso, mapeou como a psicologia brasileira tem estudado as questões do corpo e da corporeidade, pesquisando desde os resultados com esse tema até artigos publicados, comparando e analisando as vezes que os temas apareceram nas descrições e palavras-chaves. Em seus resultados encontrou que a ideia de corpo atrelada à expressão “imagem corporal” apareceu em 7,9% dos estudos.

2.2 A consciência corporal na educação infantil

Concordamos com FREIRE (1991), quando diz que o mais importante e fundamental é que a criança não seja privada da Educação Física que tem direito. Desloquemos a questão dos interesses particulares, deste ou daquele grupo, para interesses mais gerais. Pensando neste direito da criança e na busca de uma Educação Física que se enquadre no atendimento de suas necessidades, é que se estruturou o presente estudo.

Soma-se a isso a possibilidade de construir a consciência corporal de modo profícuo, proporcionando um fundamento sólido da base para o estabelecimento de futuras relações espaciais. Para que tudo isso ocorra, no entanto, é necessário que haja compreensão por parte dos professores que atuam na Educação Infantil sobre os processos de desenvolvimento cognitivo, motor e espacial das crianças, como forma de subsidiar um trabalho pedagógico bem fundamentado teoricamente, de modo a garantir às crianças experiências corporais significativas nas instituições infantis em que são atendidas e acesso a uma educação de qualidade na infância (BUJES, 2010).

Com as crianças pequenas, as propostas que envolvem músicas e danças com ritmos variados também são interessantes para ampliar seus repertórios de movimentos. Figueiredo e Marcotti (2016) afirmam que outras atividades e brincadeiras também podem ser realizadas com o objetivo de promover a consciência corporal e proporcionar que a criança se oriente em relação ao seu próprio corpo, a exemplo das sugeridas por Castrogiovanni (2010), como as atividades de simulação de banhos lúdicos apontando as partes do corpo e a produção de mapas corporais a partir do desenho do corpo de uma criança em um papel, hemisferizando-o. Essas propostas contribuem para o estabelecimento das relações espaciais com as crianças a partir da compreensão do espaço ocupado por seus corpos.

A construção da noção de espaço tem início na infância, a partir das interações dos bebês com o ambiente em que estão inseridos. Nesta fase, as crianças vivenciam o espaço através dos movimentos experiências físicas, caracterizando o chamado espaço vivido no qual atuam diretamente, manipulando-o (CASTROGIOVANNI,

2000). Com o passar dos anos, conforme avança o desenvolvimento cognitivo dos sujeitos, dá-se a evolução de suas relações espaciais, partindo do espaço vivido para o percebido. Este se caracteriza por ser um espaço em que a criança não mais precisa atuar diretamente, através de seu corpo, mas consegue recuperá-lo em sua ausência, pelo pensamento.

Para Gonçalves (1994), A maioria de nós (professores de Educação Física) percebemos a necessidade de encarar a Educação Física numa perspectiva mais abrangente, especialmente no que diz respeito ao tratamento dado ao aluno, que não pode ser considerado como sujeito-objeto, mas sim um sujeito-próprio, que possui uma identidade, capacidades e limitações e principalmente dotado de intencionalidade.

Oliveira (1999) chama a atenção para o fato de que se a educação física continuar a ficar longe da consciência corporal e de uma prática com ações significativas e reflexivas, e continuar a propor a prática corporal, de modo essencialmente, com traços mecânicos, o seu entendimento no espaço escolar tenderá a não mais fazer parte da educação, pois perderá seu sentido. Isso se deve à existência atual de muitos espaços de acesso voltados a essa forma de movimentos corporais em meio à sociedade, como academias, clubes e escolinhas dos mais diversos esportes.

Gonçalves (1994), ao reporta-se ao papel da educação física escolar, expõe ser tarefa do professor oferecer ao sujeito uma autêntica experiência corporal e, nesse sentido, destingue quatro aspectos da experiência corporal, que são: (a) a respiração, o andar, a postura e o nível de relaxamento e excitação; (b) a experiência com o corpo, a conscientização de como sentir o mundo corporalmente; (c) experiência no meu corpo no espelho dos outros, ou seja, o significado do meu corpo pelos outros; e por fim (d), a vivência da expressividade do corpo e da interpretação pelos outros.

Segundo Oliveira (1999), a educação física tem o papel de desenvolver os sujeitos a partir da intervenção sobre as práticas corporais na perspectiva de tomá-los em sua totalidade e não apenas sob a dimensão cinética, motora ou biomecânica. Conceber os sujeitos em sua totalidade implica compreendê-los em uma dimensão dinâmica, histórica e cultural das práticas.

3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

O presente estudo será elaborado através de Pesquisas Bibliográficas, que segundo Gil (2002), a pesquisa bibliográfica se desenvolve a partir de materiais já elaborados, como artigos científicos, revistas eletrônicas, livros e etc, fazendo-se necessário analisar as informações para descobrir incoerências utilizando fontes diversas, e utilizando com cautela para obter uma pesquisa bibliográfica com qualidade, tendo a vantagem de permitir ao investigador utilizar uma ampla quantidade de dados, baseando-se diretamente das fontes encontradas.

Já os estudos de Lakatos e Marconi (2003, p. 183) esclarecem que a pesquisa bibliográfica tem como finalidade,

[...] colocar o pesquisador em contato direto com tudo o que foi escrito, dito ou filmado sobre determinado assunto, inclusive conferências seguidas de debates que tenham sido transcritos por alguma forma, quer publicadas, quer gravadas.

Para as autoras acima citadas, esse tipo de não se configura como uma mera repetição ou cópia do que já foi escrito ou dito sobre determinados temas ou assuntos, mas tem o caráter de propiciar o exame de um determinado tema sob óticas diferentes, outro enfoque ou abordagem, dos que até o momento foram feitas.

Brito, Oliveira e Silva (2021, p. 08) afirmam que “a importância da pesquisa bibliográfica está relacionada ao fato de se buscar novas descobertas a partir de conhecimentos já elaborados e produzidos”. E reiteram de forma esclarecedora que “...isso se dá ao passo que a pesquisa bibliográfica se coloca como impulsionadora do aprendizado, do amadurecimento, levando em conta em suas dimensões os avanços e as novas descobertas nas diferentes áreas do conhecimento”.

A pesquisa foi realizada nas bases de dados eletrônicos Google Acadêmico e Scielo, tendo um caráter exploratório e descritivo com base nos dados dos artigos científico, dando continuidade as buscas em outras fontes de pesquisas. Foram utilizados os seguintes descritores: consciência corporal, educação física, infância, onde foram utilizados, os operadores lógicos AND, para auxiliar os descritores e os demais termos utilizados para localização dos artigos.

Fizemos a análise do material bibliográfico utilizado os artigos de maior relevância que atenderem aos seguintes critérios de inclusão: artigos publicados no período de 2010 até 2023 de língua portuguesa . Os critérios de exclusão foram artigos que não estiverem dentro do recorte temporal e não tiveram relação direta com o tema pesquisado.

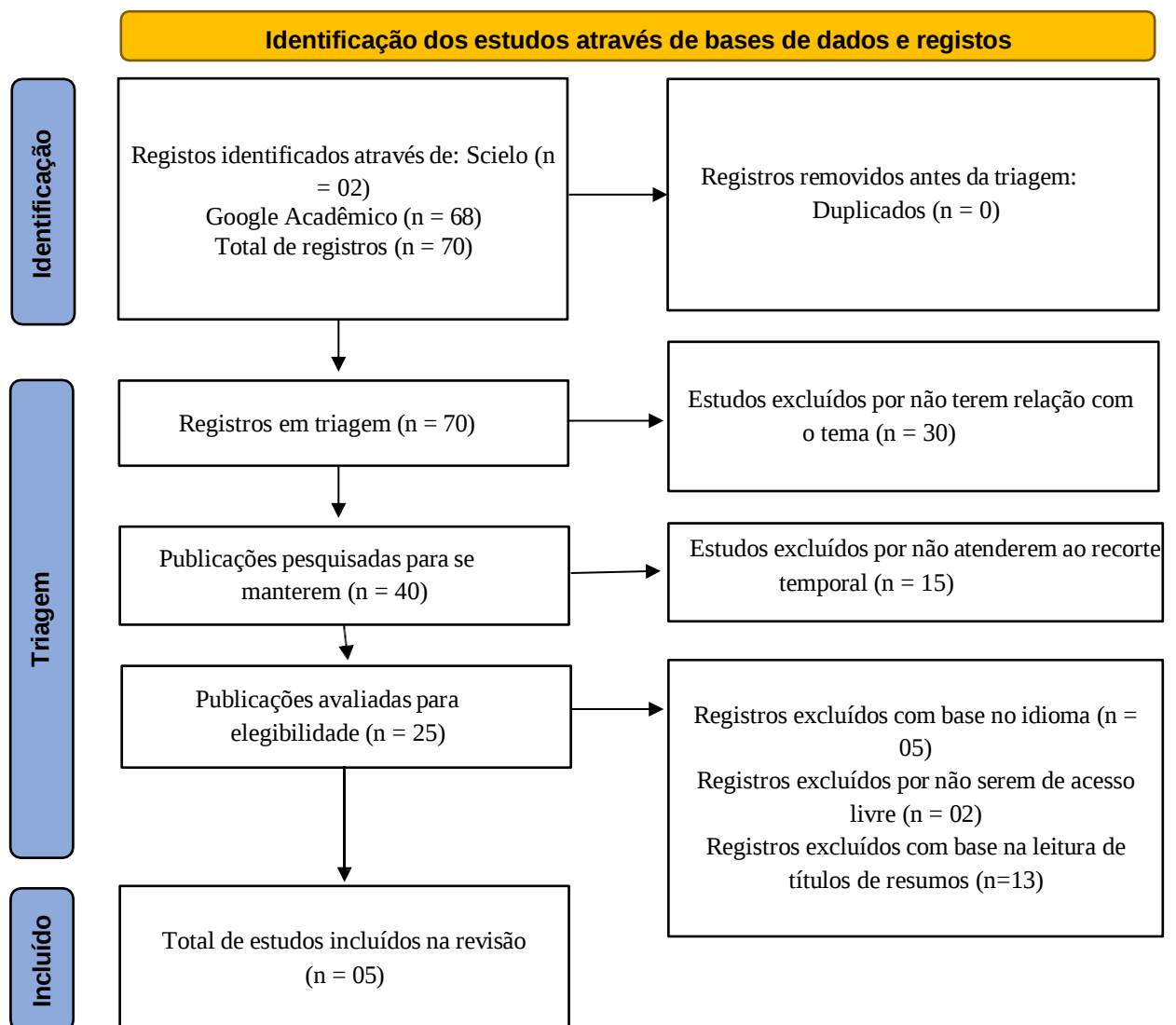
A etapa de coleta de dados foi realizada em três níveis, sendo eles:

1. Leitura exploratória do material selecionado (leitura rápida que objetiva verificar se as obras consultadas são de interesse do trabalho);
2. Leitura seletiva e sistemática (leitura mais aprofundada das partes que realmente interessam) e
3. Registros das informações extraídas das fontes em instrumento específico.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Abaixo é apresentado o fluxograma de busca do estudo, onde fica a mostra quais foram as bases de dados utilizadas para que encontrássemos os artigos nos quais utilizamos para a construção dos nossos resultados, mostrando quais foram os nossos critérios de exclusão no processo de seleção dos determinados artigos utilizados, exibindo também as discussões sobre os artigos selecionados.

Figura 1 Fluxograma de busca dos trabalhos



Abaixo mostramos o quadro de resultados de acordo com os artigos que foram selecionados em nosso levantamento bibliográfico nas bases de dados utilizadas, mostrando os autores, objetivos, e os resultados que são citados pelos autores, abaixo do quadro teremos as análises e discussões realizadas pelo nosso grupo sobre os artigos que estão presentes no quadro, deixando claro nosso ponto de vista sobre os resultados de cada artigo que selecionamos no nosso trabalho.

Quadro 1: Resultados encontrados nos levantamentos bibliográficos.

AUTORES	OBJETIVOS	TIPO DE ESTUDO	POPULAÇÃO INVESTIGADA	RESULTADOS
Fernandes; Filho; Rezende (2018)	Analisar a forma de solicitar a função, a sensorialidade e o imaginário, para favorecer os processos de integrações utilizando o jogo-em-relação.	Experimental.	Crianças (05 a 11 anos).	Conclui-se que o jogo-em-relação permite ao terapeuta, ajudar a criança a (re)habitar seu corpo, ao processar tanto as informações sensoriomotoras como as tonicoemocionais, ambas necessárias à (re)construção do seu esquema corporal, imagem corporal, imagem de si e à promoção da sua identidade.
Matos; Lopes; Barban. (2021).	Apresentar a importância que tem nos anos iniciais da criança e o porque de ser tão importante.	Experimental.	Crianças (0 a 05 anos).	Foi concluído que a Educação Psicomotora no cotidiano é essencial como formação base, além de melhorar e possibilitar a criança o movimento, também é importante para compreender o próprio corpo, seu esquema corporal, equilíbrio, lateralidade, dentre outras habilidades essenciais para o aprendizado.
Cachoeira; Fiamoncin. (2018)	Descrever como a educação somática e a dança podem proporcionar o desenvolvimento	Experimental.	Crianças.(05 a 11 anos)	O estudo concluiu que as vivências de educação somática despertam nos participantes a sensação de relaxamento,

	da consciência corporal.			também a improvisação, a socialização, prazer e ludicidade graças a dança.
Brito. (2021)	Analisar aspectos teóricos relativos ao processo de construção da consciência corporal e descoberta do corpo por crianças na Educação Infantil	Experimental.	Crianças. (0 a 05 anos).	Demonstrou a importância da exploração do corpo pelos bebês e crianças como ponto de partida para o desenvolvimento motor e apreensão do espaço pelos sujeitos, destacando a relevância de propostas nas instituições de Educação Infantil que possibilitem a exploração corporal livre e o movimento autônomo.
Durce; Silva; Lopes. (2017)	Estimular as habilidades motoras e consciência corporal para hábitos saudáveis em crianças de 3 anos e 6 meses a 5 anos de alunos da educação infantil, de uma escola privada do município.	Experimental.	Crianças. (03 anos a 05 anos).	Estimular as habilidades motoras e a consciência corporal de crianças da educação infantil, mostrou-se uma eficaz metodologia de transferência das vivências práticas em hábitos de vida saudável e tomadas de decisão para a promoção de saúde.

4.1 Análises e discussões

Para Fernandes (2018), o jogo-em-relação é utilizado como forma de ajudar na psicomotricidade e na consciência corporal da criança no momento em que a criança começa a praticar o jogo-em-relação ela deve estar livre para que tenha contato direto com os movimentos como correr, saltar, também relacionando o jogo como uma prática terapêutica que solicita o corpo real, que é necessário para o desenvolvimento psicomotor e psicorporal.

No jogo-em-relação ele deve supor sempre que a criança tenha uma relação com o objeto, o outro, o espaço e o tempo que desenvolve com isso a sua criatividade, é importante também que a criança além de jogar, correr e saltar, ela desempenhe o trabalho do outro, pensando, observando, esperando e explorando.

O trabalho constatou que há uma necessidade de se solicitar sempre o corpo real que esta associado à funcionalidade e também o corpo imaginário que esta sempre associado a desejos, vontades e prazeres da criança que esta participando da brincadeira, o jogo permite ao aplicador ajudar a criança a (re)habilitar o seu corpo, ajudando a processar informações sensoriomotoras como as tonicoemocionais.

Com base na pesquisa de Matos (2021), pudemos analisar que a Psicomotricidade e a consciência corporal estão presentes na vida da criança desde seu nascimento, dessa forma a educação psicomotora é essencial como formação base pois é responsável para que a criança conheça seu próprio corpo e compreenda como funciona seu equilíbrio do seu corpo, o esquema corporal e melhora seus movimentos. Então conclui-se que a melhor forma de trabalhar com tal coisa seja com a utilização de jogos e brincadeiras voltadas para que o desenvolvimento corporal e da Psicomotricidade ocorram de forma lúdica e fazendo com que também a criança se motive evoluindo assim o seu desenvolvimento psicomotor.

A psicomotricidade pode ser um método de intervenção para oportunizar qualidade no comportamento motor e quando trabalhada corretamente ela contribuirá de forma importante para a vida da criança, fazendo assim com que as suas capacidades e suas habilidades individuais se potencializem, reduzindo as dificuldades por ela enfrentadas e proporcionando uma aprendizagem mais prazerosa.

Segundo o artigo de Cachoeira (2018), a sensibilidade nos permite ter sensações e reconhecê-las para que então conseguimos aprender e refletir sobre elas, a educação somática teve sensações de grande destaque como relaxamento, sensações de leveza e tranquilidade. A dança junto com a educação somática ajudaram no relaxamento de tensões que tinha em alguns participantes, fazendo com que os alunos sentissem a diferença entre o membro trabalhado e o membro não trabalhado, ajudando também no esgotamento físico e mental.

Graças a fala de participantes do projeto foi possível também que concluíssem que os participantes conseguiram ter uma ampliação com relação a sua percepção corporal, e utilizar essa percepção para a vida cotidiana, percebendo coisas como postura, dores tensões e desenvolvendo autonomia para regular por si próprio o seu corpo. A percepção e desenvolvimento corporal fica mais leve no momento em que os participantes entrem em modo de improvisação fazendo com que eles consigam além de desenvolver mais conhecimento sobre seu corpo saibam limites onde podem alcançar com movimentos e tentando conhecer mais e desenvolver mais seu corpo, graças a percepção que tem sobre ele.

No artigo de Brito (2021), há uma análise de processo de construção da consciência corporal na Educação infantil além da descoberta do próprio corpo. Deixando claro a relevância que tem de realizar atividades nas aulas da educação infantil que venham a promover a exploração do corpo das crianças e fazendo com que elas investiguem e experimentem diferentes movimentos que elas possam vir a realizar, ampliando e desenvolvendo os seus movimentos e conhecimentos sobre si mesmo. Fazendo assim com que a criança consiga construir uma boa consciência corporal de si mesmo.

Sendo necessário também que haja um bom suporte do professor da Educação Infantil, no processo cognitivo e motor do desenvolvimento dessa criança, proporcionando atividades lúdicas e brincadeiras para que a mesma venha a ter um bom desenvolvimento corporal com base no que é passado pelo educador.

O estudo de Durce (2017) utilizou a de atividades e exercícios para estimular as habilidades motoras e desenvolver consciência corporal em crianças de 3 a 5 anos, utilizou de sondagens para ver como funcionaria as atividades e também de brinquedos para com que atraíssem as crianças para realizar o seu objetivo, mostrando que além de brincadeiras e atividades lúdicas é possível fazer a utilização

de brinquedos para atrair a criança e fazer com que ela consiga desenvolver suas habilidades tanto motoras como cognitivas.

Fazendo com que isso a criança tenha conhecimento de hábitos de uma vida saudável mesmo que de uma forma mais lúdica, tomando sempre decisões baseadas no seu desenvolvimento motor, cognitivo.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo da presente pesquisa foi analisar a importância da construção da consciência corporal e suas influências no processo de aprendizagem infantil. Entendemos que esse estudo se mostra importante por apresentar diversas compreensões sobre “consciência corporal”, discussões sobre “corpo”, o quanto a Educação Física escolar está diretamente interligada nesse processo, e a sua importância no desenvolvimento de uma boa consciência corporal, começando pela infância. Estas reflexões são de extrema relevância no que diz respeito a maneira como os indivíduos lidam com seu próprio corpo.

Através dos estudos utilizados, nota-se que existe uma carência de estudos relacionados com o tema abordado, pode-se perceber que há a necessidade de investigar o papel da Educação Física escolar nesse processo, buscar por meio do corpo e do movimento, as nossas vivências éticas e culturais, despertar no ser humano o entendimento do seu corpo e da sua corporeidade.

Considero esses conteúdos indispensáveis ao processo do desenvolvimento da criança. Não nos interessa, no momento, discutir de quem é a responsabilidade de trabalhá-los, mas não tenho dúvida de que a Educação Física escolar, dentro de uma nova perspectiva, poderá contribuir para o desenvolvimento dos mesmos.

Consciência corporal, de um ponto de vista mais abrangente, não se resume em conhecer, ou mesmo dominar o próprio corpo, mas em ter a consciência de que somos um corpo e que toda a atitude do ser humano é corporal. Portanto, para dar maior autonomia às práticas motoras, através do estímulo à consciência corporal, acredito que, ao encarar a Educação Física dentro de uma nova perspectiva em que a criança é tratada como ser-sujeito e não como objeto, ou melhor, um ser que pensa, sente e age, com certeza estaremos respeitando-o como ser humano, portanto, ser livre.

REFERÊNCIAS

A Consciência Corporal na Perspectiva da Educação Física Carmem Elisa Henn Brandl;

BRANDL, C. E. H. A consciência corporal na perspectiva da Educação Física.

Caderno de Educação Física e Esporte. Paraná, n.º 2, 2002.

BRITO, Isabela Sarah Trigueiro Custódio De. **Descobrimo o corpo na educação infantil: a construção da consciência corporal na infância.** VII CONEDU - Conedu em Casa... Campina Grande: Realize Editora, 2021. Disponível em: <<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/79572>>.

BUJES, Maria Isabel Edelweiss. **Escola infantil: Pra que te quero?.** In: CRAIDY, Carmem Maria; KAERCHER, Gládis E. (org.). Educação Infantil: Para Que Te Quero?. Porto Alegre: Artmed, 2003. cap. 1, p. 13-22

CASTROGIOVANNI, Antônio Carlos. **Apreensão e compreensão do espaço geográfico.** In: CASTROGIOVANNI, Antônio Carlos (org.). Ensino de Geografia: práticas e textualizações no cotidiano. Porto Alegre: Mediação, 2000. cap. 1, p. 11- 81

CHAUÍ, M. **Convite a Filosofia.** Ed. Ática. São Paulo, 2000.

CUNHA, Manuel Sérgio Vieira e. **Para Uma Epistemologia Da Motricidade Humana.** 2ª ed. Lisboa: Compendium, 1994, p. 155;

DEL NERO, H. S. **O sítio da mente: pensamento, emoção e vontade do cérebro humano.** São Paulo: Collegium Cognitio, 1997;

DURCE, Karina et al. PSICOMOTRICIDADE E CONSCIÊNCIA CORPORAL PARA PROMOÇÃO DE SAÚDE E HÁBITOS SAUDÁVEIS NA EDUCAÇÃO INFANTIL. **CADERNOS DE EDUCAÇÃO, SAÚDE E FISIOTERAPIA**, v. 4, n. 8, 2017.

DURKHEIM, Émile. **Lições de Sociologia.** São Paulo: Martins Fontes, 2002.

FERREIRA, V. **Dança Escolar: um novo ritmo para a educação física.** Rio de Janeiro: Sprint, 2005;

FONSECA, Vitor da. **Da filogênese à ontogênese da motricidade.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1988;

FREIRE, J.B. **Educação de corpo inteiro de corpo e alma: o discurso da motricidade.** São Paulo: Summus, 1991.

FREITAS ET AL. **Corpo e psicologia:** uma revisão da produção científica brasileira na primeira década dos anos 2000. *Psicologia em Revista*, Belo Horizonte, v. 21, n. 1, p. 66-86 abr. 2015.

GALLARDO, Jorge Sérgio Pérez. **Educação Física escolar: do berço ao ensino médio.** Rio de Janeiro: Lucerna, 2003;

GONÇALVES, M.. S. **Sentir, Pensar, Agir – Corporiedade e Educação.** Campinas: Papirus, 1994.

LE BOULCH, Jean. Rumo a uma Ciência do Movimento. Tradução Jрни Wolff. Porto Alegre: Artes Médicas, 1987.

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

_. Corpo e contemporaneidade. In: De Marco, A. (Org). **Pensando a educação motora.** Campinas: Papirus, 1995. p.151-156;

MORAIS, J.F.R. de. • **Consciência as muitas sabedorias dos corpos.** dessas leituras é que pude perceber a corporal e dimensionamento do futuro. complexidade desse tema. In: MOREIRA W.W.(org.) **Educação Para fazer a relação de consciência** Consciência corporal, de um ponto Física e Esportes Perspectivas para o século XXI. Campinas, SP: Papirus, corporal do ponto de vista filosófico de vista mais abrangente, não se 1992;

MOREIRA, W.W. • **Corpo presente num olhar panorâmico.** In MOREIRA, ciência do corpo, em seus deter- ter a consciência de que "somos um W.W.(org.) Corpo Pressente. minantes psicológicos, sócio- corpo" e que toda a atitude do ser Campinas, SP: Papirus, 1995;

NÓBREGA, T. Corpo, percepção e conhecimento em Merleau-Ponty. Estudos de Psicologia 2008, 13(2), 141-148.

OLIVEIRA, M. A. T. Existe espaço para o ensino de Educação Física na escola básica? Pensar a prática. n.2, p. 119-135, Jun./Jun. 1998/1999

PAPALIA, Diane E. OLDS, Sally Wendkos. **Desenvolvimento humano.** São Paulo: ArtMéd, 2000;

VAYER, P. **A criança diante do mundo.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1982;

SOBRAL, A. C.; PERES, N. Imagens da natação para a formação da consciência de si. **Praxia - Revista on-line de Educação Física da UEG**, v. 2, p. e2020005, 19 jun. 2020.

VAYER, P. **A criança diante do mundo.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1982;

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Deus pela minha vida , e por me permitir ultrapassar todos os obstáculos encontrados ao longo da realização deste trabalho.

A minha orientadora Prof. Jéssica Gomes pelos ensinamentos que permitiram apresentar um melhor desempenho no nosso Trabalho de Conclusão de Curso.

Aos meus pais que me incentivaram e apoiaram nos momentos difíceis para que eu conseguisse alcançar meus objetivos.