



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE GRADUAÇÃO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

EFEITOS DA PRÁXIS DO PROJETO DE AÇÃO CONTÍNUA MOVI-MENTE EM
ALUNOS DA DISCIPLINA CORPOREIDADE E EXPRESSÃO EM EDUCAÇÃO
FÍSICA

EVELYN LARA DE OLIVEIRA FERREIRA

BRASÍLIA, 2018

EVELYN LARA DE OLIVEIRA FERREIRA

EFEITOS DA PRÁTICA DO PROJETO DE AÇÃO CONTÍNUA MOVIMENTO EM
ALUNOS DA DISCIPLINA CORPOREIDADE E EXPRESSÃO EM EDUCAÇÃO
FÍSICA

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial
para a conclusão de curso e
obtenção do diploma de
Licenciatura em Educação Física.

Professor Orientador:
Prof. Dr. Marcelo de Brito

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade de Brasília como requisito parcial para a conclusão de curso e obtenção do diploma de Licenciatura em Educação Física, avaliado por:

Prof. Dr. Marcelo de Brito (Orientador)
Faculdade de Educação Física - Universidade de Brasília

Prof. Glauco Falcão de Araújo Filho

Faculdade de Educação Física – Universidade de Brasília

Avaliado em: _____ de _____ de 2018.

Nota: _____

Dedico à todas as pessoas que querem fazer do mundo um lugar melhor, mudando a si mesmo e cada indivíduo por vez.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a minha mãe Marlene Gomes por ser essa grande guerreira, por ter me ensinado a ser um bom ser humano. Agradeço a toda minha família por todo apoio, não só nessa fase da graduação, mas na vida toda, meu irmão Carlos Augusto pelo seu carinho nas fases difíceis, minha tia Edna por ter me encorajado a escolher a Educação física e as minhas primas (irmãs) Jordana e Gabriela por ter tornado meus dias muito mais bonitos, e conseqüentemente todos eles mais fáceis. Agradeço a os meus amigos em especial aqueles que apesar das dificuldades sempre estiveram comigo, Fábio Frinhani, Lívia Amanda, Hellen Yohanna, Diego Mesquita. Agradeço aos meus amigos feitos nessa trajetória de UnB, Érica Oliveira, Betânia Sabino Sabino e Laryssa Caduff, que em cada fase da graduação teve seu protagonismo na minha formação profissional e humana, eu afirmo que são umas das melhores pessoas que eu já conheci. Agradeço a todos os professores que disponibilizaram de todo seu conhecimento e solidariedade, em especial a professora Júlia Nogueira, Marcelo Húngaro e o meu professor orientador Dhyan Kapish (Marcelo de Brito), pela inspiração profissional e de vida. Agradeço a todas as minhas parceiras do Rugby, e a modalidade que foi o que me mais me inspirou durante a minha graduação. Agradeço em especial a minha companheira Fernanda Bueno, por todas as discussões profundas sobre todas as disciplinas, sobre todos os assuntos, por todas as opiniões e reflexões sensacionais sobre tudo, desde um treinamento desportivos a um conteúdo sobre formação humana, agradeço por todo apoio e força nesses anos. Obrigada!

“O passado pode doer, mas você pode fugir dele, ou aprender com ele”

RAFIKI – Rei Leão

RESUMO

Em face da minha experiência pessoal com o curso sobre Corporeidade e Expressão, surgiu a curiosidade sobre os efeitos dessa disciplina e do projeto de extensão Movi-mente em seus participantes. Este estudo tem como objetivo analisar o aprofundamento e a compreensão dos temas centrais do curso e do projeto, observando as respostas quanto às dimensões humanas (física, emocional, mental e espiritual). Nesse sentido, utilizou-se um questionário com escala de Linkert, aplicado a um grupo virtual de participantes do projeto Movi-mente e aos grupos do curso Corporeidade e Expressão. As questões foram classificadas nas dimensões humanas e posteriormente analisadas na forma de gráficos. Os resultados de ambos os grupos tiveram altas taxas de respostas positivas em todas as dimensões. O grupo Movi-mente apresentou respostas mais concentradas, enquanto o de Corporeidade mostrou respostas mais esparsas, indo em direção a respostas negativas. Concluímos que ambos os grupos têm semelhanças no que propõem, entretanto, o grupo Corporeidade é inferior ao do Movi-mente, mostrando que não é possível alcançar o mesmo nível do projeto de extensão em apenas um semestre.

Palavras-chave: Corporeidade; Movi-mente; Educação Física; Práticas Alternativas.

ABSTRACT

In face of my personal experience with the course on Corporeity and Expression, curiosity arose about the effects of this discipline and of the extension project Movi-mente on their participants. This study has the goal of analyzing the deepening and comprehension of the central themes of the course and the project, observing the responses regarding the human dimensions (Physical, Emotional, Mental and Spiritual). In this sense, we used a questionnaire with a Linkert scale, which was applied to a virtual group of participants of the Movi-mente project and to the groups of the course Corporeity and Expression. The questions were classified in the human dimensions and thereafter analyzed in the form of graphs. The results of both groups had high rates of positive responses in all dimensions. The Movi-mente group presented more concentrated answers, while the Corporeity showed more sparse ones, going towards negative responses. We concluded that both groups have similarities on what they propose, however, the Corporeity group is inferior to the Movi-mente one, showing that it is not possible to achieve the same level of the extension project in only one semester.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Quadro 1 – Relação das questões nas dimensões humanas.

Gráfico 1 – Dimensão Corporal (física).

Gráfico 2 – Dimensão Emocional.

Gráfico 3 – Dimensão Mental.

Gráfico 4 – Dimensão Espiritual.

Gráfico 5 – Dimensão Sócio-Relacional (Social).

Gráfico 6 – Relação das dimensões humanas dentro do grupo da disciplina.

Gráfico 7 – Relação das dimensões humanas dentro do grupo do Movimento.

Gráfico 8 – Questão 3 dos dois grupos.

SUMÁRIO

1) Introdução	11
2) Referencial Teórico-Prático	13
3) Metodologia	23
4) Resultados e Discussão	29
5) Conclusão	38
6) Referências Bibliográficas	40
7) Anexos	42
a. Anexo I -Questionário Corporeidade	42
b. Anexo II - Questionário Movi-mente	45
c. Anexo III - Plano de projeto de Extensão	49
d. Anexo IV – Plano de Curso da disciplina	54

INTRODUÇÃO

Em 2015 eu cursei a disciplina Corporeidade e Expressão em Educação Física. A disciplina Corporeidade e Expressão Corporal e o projeto Movi-mente são dinamizadas na mesma direção, tendo como objetivo geral o desenvolvimento da percepção corporal visando a consciência de si e a busca da unidade.

“O que buscamos aqui no Movi-mente é o desenvolvimento da consciência corporal como forma de ampliar a consciência da unidade do ser que somos. Fazemos isso (aqui), sobretudo por meio da experiência do Kaos.” (Brito, 2013)

Eu adorava a disciplina, mas tinha um pouco de dificuldade de participar dela sobretudo na interface prática com o Movi-mente sempre fui muito tímida e ter que fazer aquelas aulas era mais do que a exposição que um dia eu imaginei passar. Mesmo assim sempre me esforcei ao máximo. Tive muitas faltas, principalmente porque eu saía mais cedo das aulas. Eu não me sentia bem. Às vezes a agitação das atividades (motrivivências) me perturbava por dentro. Aquilo despertava algo que eu tinha medo em mim. Sempre fui muito travada e não conseguia expressar meus sentimentos, então eu fugia, sempre fugi. Contudo, com o desenrolar das aulas, fui percebendo que minha semana não era a mesma se eu não fosse para a aula. Sentia falta dessa sensação de que estava me conhecendo mais. Conseguia prestar mais atenção em mim. Então eu sempre voltava na outra semana e experimentava algo que me deixava fora da minha zona de segurança. Observava-me mais e com isso eu acabei me conhecendo mais e mais. Percebi que tinham coisas dentro de mim que eu precisava enfrentar. Confesso que a compreensão sobre mim cresceu, mas não conseguia entender exatamente o que se passava comigo. O que “exatamente” era aquela disciplina. O certo é que passei a ter mais consciência corporal, mental e espiritual.

Logo que o semestre letivo terminou, percebi o tanto de coisa que estava em desordem dentro de mim e que eu escondia muito no fundo e não me permitia ver. Algo que a disciplina foi me mostrando. Como consequência decidi começar a fazer terapia e encarar os meus problemas e dificuldades.

Dessa experiência, emergiu a curiosidade de saber como era para as outras pessoas. Se elas tinham compreensão do que acontecia com elas naquele lugar que para mim representou momentos de desvelamento de si para si mesmo.

Este estudo tem como objetivo analisar o aprofundamento e compreensão sobre os temas centrais da disciplina Corporeidade e do projeto Movi-mente, observando as respostas em relação às dimensões humanas (Física, Emocional, Mental e Espiritual) e fazer uma comparação entre os grupos, Movi-mente e Corporeidade para ver se em um semestre (4 meses de aula) é possível que os estudantes alcancem um nível de compreensão e entendimento sobre o que se trata a disciplina e o projeto. Diante da importância da consciência corporal de si e da busca da unidade para o desenvolvimento humano, entender o impacto da abordagem corporal do Movi-mente comparando os participantes que vão às atividades voluntariamente e os discentes da Disciplina, que se dirigem ao projeto, mas através de matrícula regular. Constitui um estudo ainda não realizado que pode trazer outras perspectivas para expandir o Projeto para outros lugares, outras universidades e até mesmo escolas.

Ao pensar previamente nos possíveis desdobramentos dessa experiência acadêmica nos discentes regulares e nas pessoas que frequentam o Movi-mente acreditamos que o grupo da disciplina Corporeidade apresentará resultados bem inferiores aos do grupo do Movi-mente, uma vez que a participação no projeto é totalmente voluntária, caracterizando um grupo mais interessado nesse tipo de atividade dita alternativa e mais integrado nas atividades. O grupo da disciplina, embora cursando uma disciplina optativa, tem a responsabilidade de cumprir com as obrigações acadêmicas (menção que interfere no IRA – Índice de Rendimento Acadêmico). Outro aspecto que deve influenciar nos resultados relaciona-se à problemática da consolidação de créditos para poderem se formar, fato que leva os estudantes a procurar matérias só para integralizar créditos apesar de que alguns aderem ao projeto ou se matriculam na disciplina por indicação de amigos ou colegas de curso, e acabam por criar expectativas que nunca são iguais, pois trata-se de uma experiência bem singular.

O estudo utiliza-se de uma abordagem qualitativa de método exploratório, utilizando-se de um questionário de escala Likert (1932) e questões abertas sobre as experiências pessoais.

A estrutura do trabalho seguirá com a fundamentação teórica onde apresentam-se as bases curriculares da disciplina e do Projeto Movi-mente e consequentes fundamentos da abordagem corporal que orienta a práxis acompanhados de análises advindas da vivência pessoal com este contexto.

Na sequência trataremos da metodologia que elegemos para o estudo explorando os termos e bases utilizadas para analisar as respostas dos questionários aplicados para posterior análise de dados e discussão, e por fim será apresentado a conclusão.

REFERENCIAL TEÓRICO-PRÁTICO

De acordo com Torquato (2010) o ambiente acadêmico se mostra bastante hostil para os estudantes afetados psicologicamente e fisicamente. O modelo acadêmico acrescenta uma pressão que pode proporcionar mais insegurança, queda da auto estima, ansiedade, queda na qualidade de vida, transtornos psicológicos, dentre outros, em 65,2% dos alunos. Fatores estressores como a falta de tempo para diversão e a cobrança de professores são os mais citados.

Chopra (1994) citado por Brito (2013) nos diz como a falta de consciência de si é o que mais nos afeta e adoce, justificando assim a importância do trabalho da consciência:

São os hiatos em nosso autoconhecimento que nos tornam vítimas da doença, do envelhecimento e da morte. Perder consciência é perder inteligência; perder inteligência é perder o controle do produto final da inteligência, ou seja, o corpo humano. Assim sendo, a lição mais valiosa que o novo paradigma pode nos ensinar é a seguinte: se quiser mudar o seu corpo, mude primeiro sua consciência. Tudo o que acontece a você é resultado de como vê a si próprio. (p. 62)

Na Faculdade de Educação Física (FEF) da Universidade de Brasília (UnB), observamos a presença de projetos e disciplinas que nos ajudam a lidar com toda essa pressão acadêmica e claro, com a pressão que a sociedade nos impõe durante toda a nossa vida. O projeto de Extensão Contínua Movi-mente e a

Disciplina Corporeidade e Expressão Corporal em Educação Física estão nesse rol e constituem o foco do nosso estudo.

Versa no texto do projeto Movi-mente os seguintes objetivos:

- Estimular o desenvolvimento humano e a consciência de si;
- Estabelecer um lócus para o estudo e desenvolvimento de novas estratégias de trabalho corporal na perspectiva da complexidade;
- Estabelecer um espaço/tempo para a comunidade em geral experienciar rupturas nos padrões cotidianos através do trabalho corporal e da meditação dinâmica (Plano do projeto de extensão Anexo III)

Não muito distante do projeto de extensão, consta no plano de curso da disciplina Corporeidade e Expressão Corporal em Educação Física (2017, Anexo IV) os seguintes:

- Entender o fenômeno da corporeidade na contemporaneidade à luz da história;
- Ampliar a sensibilidade e a percepção integrativa através de motrivivências;
- Favorecer o processo de consciência de si.

Necessito dispor neste texto a minha auto avaliação de quando eu cursei a disciplina. Naquele momento, como eu abordei anteriormente, estava vivendo momentos de elevada ansiedade, estresse e depressão sucumbindo às pressões do meio acadêmico:

“Corporeidade, consciência corporal! Do que se trata? Necessito dizer o que essa matéria significou para mim!

Mesmo vivendo “dentro” de nossos próprios corpos não entendemos e nem sabemos a grandiosidade que isso significa. Digo por mim que por muito tempo achei que sabia o que acontecia comigo, com o meu corpo, com a minha alma, agora percebia que isso não chegava nem perto do que eu poderia alcançar.

Sair da rotina, desafiar minhas limitações e capacidades, foi algo de mais incrível que me ocorreu. Vivenciar intencionalmente o kaos, como pressupõe o Movi-mente, foi a forma de perceber que o que eu achava que se passava dentro de mim não chegava perto das minhas interpretações.

Confesso que ainda não sei. Mas, do ponto onde me encontrava me movi. Enfrentar o caos e ser protagonista do caos como aponta Brito (2013) não é tão fácil. Encarar a mim mesmo foi muito difícil. Sinto, todavia, que hoje é mais fácil me conhecer e perceber melhor as pequenas coisas, as pessoas, as oportunidades, os desafios, escutar com mais sensibilidade os sons sem afinação, o som suave e baixo que vem dos ventos passando pelas árvores. Agora consigo expressar mais naturalmente meus sentimentos, intenções. Explorar as sensações de um toque. De um aroma maravilhoso ou um odor que me transporta a uma lembrança da minha confortável infância ou aquele que me fez lembrar a amargura da perda. De coisas que eu nunca imaginei comer e ao provar ressignifiquei o asco construído por hábitos acumulados e o mais incrível, gostei muito!

Interessante despertar a sensibilidade para identificar cada saborzinho, e conseguir encontrar a melhor parte de cada mistura. Acho que a experiência em Corporeidade não me ajudou somente para a vida acadêmica, mas para a minha vida em geral, tanto para conseguir me libertar de certos padrões sociais, limitações pessoais, psicológicas, minha timidez, como para o meu conceito de vida, onde a consciência de si se tornou primordial para a vida, a busca do conhecimento de si de forma consciente! ”

Relendo minha auto avaliação de quando eu fiz Corporeidade percebo o quanto aquilo foi um desafiante para mim. Lembro que quando decidi me inscrever na disciplina estava em busca de algo novo, diferente, mas eu não sabia exatamente o que eu ia encontrar. Não conhecia ninguém que havia cursado essa disciplina, só conhecia um pouco da fama excêntrica do professor (o tal Kapish como chamam o professor Marcelo de Brito).

Antes da disciplina, até hoje me lembro de uma experiência que vivenciei na semana do calouro. Logo na primeira aula o professor põe um *heavy metal* bem alto e dá o comando para que dancemos, nossa! Logo dançar? Percebi que não ia ser fácil. Eu não dançava nem no escuro sozinha. Mesmo assim me forcei a fazer isso, morrendo de vergonha. Em certo momento paramos toda agitação e fomos convidados a observar o nosso corpo e o nosso interior, aquele momento, além de olhar toda a sensação no meu corpo do esforço físico, passei a observar o que eu sentia por dentro, para além da vergonha pelo o que tinha passado

percebi que eu gostava de dançar, pois aquilo me agradou muito, me senti feliz. Me forçar a fazer a dinâmica doeu, mentalmente e fisicamente, mas eu acho que compensou, eu me senti muito melhor, e me senti livre das minhas limitações, mais próxima de mim mesma.

“(…) através da percepção das sensações internas (e.g.: as emoções, o fluxo bioenergético, a intuição, os sinais vitais, a sinestesia), das sensações físicas (e.g.: a percepção do tônus muscular, a estruturação postural, a dinâmica motora e a cinestesia que é basicamente onde a educação motora atua) e das sensações externas (e.g.: a discriminação de sinais através dos sentidos, a “leitura” da realidade), é que funda-se a base integrativa para expandir a conexão com campos maiores de Consciência (verticalidade transcendente).” (BRITO, 2013 p.70)

O denominamos corporeidade inclui nos perceber e entender o que realmente se é, já que muitas das vezes escondemos nossos sentimentos, sensações e opiniões. Brito (2013) citando Lain Entralgo (2002), diz que “a consciência de si consiste em ter uma ideia de si mesmo em relação ao que real e efetivamente se pensa que se é; (p. 63).

Temos ainda, citado por Brito (2013), Morin (1996) que nos traz a ideia de que a consciência envolve dois aspectos, cito-os

(…) consciência de si não corresponde apenas a ter consciência da própria existência, mas envolve dois aspetos: o cognitivo, que corresponde ao conhecimento das atividades do espírito por essas mesmas atividades e do conhecimento reflexivo sobre si mesmo. Entre estes dois aspetos, dá-se uma relação complementar, concorrente e antagônica onde o desenvolvimento da consciência cognitiva não leva, necessariamente, ao da consciência de si. O alerta é importante uma vez que em nossa cultura o intelecto é sobrevalorizado. (p. 63)

Com a vivencia na disciplina passei a entender a importância da consciência corporal para um aprofundamento na consciência de si, que se trata principalmente da consciência de quem realmente somos e de nossos verdadeiros atos, vemos que se mostra necessária a mudança de nossos hábitos, onde não nos observamos, não nos conhecemos e muito menos percebemos os acontecimentos sutis em nossos corpos e em nós como seres humanos completos.

Como mencionei anteriormente, tanto o projeto e a disciplina exploram a ruptura de hábitos/condicionamentos inconscientes através da lógica do Kaos criativo, tema que tratarei mais adiante. Para que seja possível a ampliação da

consciência precisamos estar dispostos a observar-nos e mudar nossos pensamentos, atitudes e escolhas. Mudanças essas que não são nada fáceis, Brito (2013) evidencia essa dificuldade de mudança dizendo:

“A amplificação da consciência necessita que estejamos abertos às mudanças e mudar gera instabilidade; incerteza. Lidar com a incerteza exige, de entre outras capacidades, atenção (presença, foco) e discernimento acerca das escolhas, que são essenciais ao processo integrativo” (p. 65)

A prática da auto-observação e da atenção são características do ambiente das aulas. Diz Brito (2013) que ao nos observarmos, e buscarmos o autoconhecimento, a consciência de si, nos aproximamos mais da subjetividade dos corpos sutis que representam níveis mais elevados de consciência. Expandimos nossos limites para além da matéria densa, consciência essa que nos aproxima muito mais da consciência de unidade, a de um ser integral: Cito:

À medida que buscamos o autoconhecimento, que tem a ver com as interações físicas e extrafísicas que mantemos ao longo da vida e isso mantém relação direta com a percepção (interocepção, propriocepção e exterocepção), estamos, em verdade, integrando a sabedoria desses corpos, alargando nosso campo de consciência ou expandindo nossos limites para além da matéria densa. O desenvolvimento da consciência é, neste sentido, essencialmente espiritual e, para realizá-lo, de forma alguma podemos prescindir de qualquer dimensão, pois é integrando-as que se realiza a síntese; a unidade. (p. 86)

O aprofundamento perceptivo sugere, assim entendo, um alcance maior do que chamaria de um diálogo integral, ou seja, uma maior aproximação com um sentimento de completude e indissociação, uma união de corpo, mente e espírito. Recorro novamente ao estudo de Brito (2013) que ao citar Osho (2002) defende a ideia de que só podemos alcançar a consciência plena, caso encontremos um equilíbrio entre as polaridades, das quais transitamos nela durante toda a história. Polaridades essas que na filosofia taoísta é conhecido por Yin-yang. Ele nos afirma nossa tendência de atração por um dos lados dessas polaridades, ao mesmo tempo que tendemos a repelir a outra, e durante a nossa vida ficamos oscilando entre as duas polaridades. E como afirmado por ele, essas polaridades, sendo complementares, ao alcançarem o equilíbrio nos levam a um nível mais elevado de consciência.

O desequilíbrio das polaridades é algo que domina a nossa sociedade, e o que leva a muitas insatisfações e infelicidades no nosso meio, na nossa cultura,

algo que também nos explica o estado de insatisfação dos estudantes com a própria vida, justificando também a elevação da incidência de depressão e suicídio na nossa sociedade.

No Brasil, o coeficiente médio de mortalidade por suicídio no período 2004-2010 foi de 5,7% (7,3% no sexo masculino e 1,9% no feminino) (Marín-León et al., 2012). (Botega 2014 p.231)

Os transtornos mentais mais comumente associados ao suicídio são: depressão, transtorno do humor bipolar e dependência de álcool e de outras drogas psicoativas. Esquizofrenia e certas características de personalidade também são importantes fatores de risco. A situação de risco é agravada quando mais de uma dessas condições combinam-se, como, por exemplo, depressão e alcoolismo; ou ainda, a coexistência de depressão, ansiedade e agitação (Bertolote & Fleischmann, 2002). (Botega 2014 p.232)

A motrivivências que acontecem nas aulas, frequentemente ativam os sentidos explorando o jogo das polaridades através de contrastes (masculino-feminino, rápido-lento, pesado-leve, etc.). Diante desse cenário, concordando com Trungpa (1986) citado por Brito (2013) destacamos que:

Essa oscilação está registrada no inconsciente e liga-se ontologicamente à cisão primordial. Dela advém a insatisfação (dukhka para o budismo tibetano) que gera uma mente insaciável. Esse padrão leva a uma luta constante e é raiz da neurose humana. As pessoas agem como um pêndulo, movendo-se de uma a outra polaridade numa dinâmica compensatória e, nessa luta, são dominadas pelo ego. (p. 56)

Ainda citado por Brito 2013, Osho (2002) no diz que a mudança desse padrão de oscilação entre as polaridades, só é possível se tomarmos consciência do real motivo do que gera o problema, que é a luta incessante para alcançarmos a felicidade, contudo como buscar algo que nos é dado ontologicamente. Cito, pois, esta importante captação:

Não há necessidade de fazer esforço para perceber isso, basta observar as crianças pequenas. Toda criança, irradia felicidade. Todos nós recebemos essa dádiva. Talvez seja por isso que é tão comum o saudosismo envolto nas lembranças da infância. Como se algo muito importante tivesse se perdido. Todavia, o que é essência não pode ser perdido, na verdade, esquecemos. O “segredo” para reencontrar esse estado de plenitude, consiste em aprender a estabilizar o pêndulo no centro equilibrando as polaridades. No centro está o milagre da consciência; a unidade. (p. 56)

Vivenciei nas práticas as polaridades que é protagonizado para que percebamos nos mesmos e encontremos o equilíbrio. As mudanças só vêm se

encararmos uma problemática, uma situação onde nos vemos obrigados a tomar uma atitude, então o caos é um grande aliado, ele é visto como uma necessidade, um fenômeno da natureza que nos leva a evolução.

Prigogine (1993) afirma isso quando diz, que o caos é associado à noção de instabilidade dinâmica, desordem e imprevisibilidade, considerado uma lei da natureza (p. 8). E Cunha (1999) muito próximo desse pensamento diz:

[...] a estrutura e o comportamento dos fenômenos naturais são demasiado instáveis e irregulares, para poderem ser explicados e compreendidos pela matemática e pela geometria clássica [...] pois que um certo caos se impõe no ato da criação da informação. (p.73)

Presenciei o caos em quase todos os momentos na disciplina. Confesso que tive certa dificuldade de entender do o que se tratava e conseqüentemente lidar de uma forma mais adequada com a desordem. Mas, como a separação é uma ilusão, como diz Osho (2002) citado por Brito (2013) aquela desordem sou eu também.

Morin (2006) denomina caos como complexidade. Sustenta ele que:

A complexidade é efetivamente o tecido de acontecimentos, ações, interações, retroações, determinações, acasos, que constituem nosso mundo fenomênico. Mas então a complexidade se apresenta com os traços inquietantes do emaranhado, do inextricável, da desordem, da ambigüidade, da incerteza...

Sem desordem não haverá complexidade, Estrada (2009) nos explica melhor o conceito de ordem e desordem, e como essa ordem e desordem estão relacionadas. Algo muito importante, pois, se relaciona diretamente com a teoria de caos:

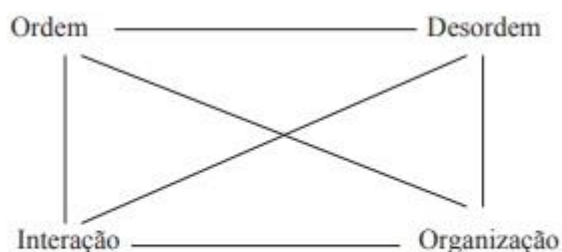
“O conceito de ordem extrapola as ideias de estabilidade, rigidez, repetição e regularidade, unindo-se à ideia de interação, e impescinde, recursivamente, da desordem, que comporta dois polos: um objetivo e outro subjetivo. O objetivo é o polo das agitações, dispersões, colisões, irregularidades e instabilidades, em suma, os ruídos e os erros. O polo subjetivo é “... o da impredictibilidade ou da relativa indeterminabilidade. (...). Os estudos da Física, a partir do século XIX, relacionados à termodinâmica, explicam que qualquer processo de ordenação precisa de energia e que nem toda energia disponível será utilizada para criar ordem; parte será rejeitada na forma de calor. Isto significa que todo processo de ordem se dá em função de uma maior desordem - relacionado ao segundo princípio de termodinâmica, que é simultaneamente um princípio irreversível de degradação de energia, de desordem - e tem como consequência que a desordem (entropia) do universo é sempre crescente.” (p. 87)

Vivenciar a desordem (disciplina + Movi-mente) me levava a um estado de desconforto, que por assim dizer me permitia me observar, e procurar saber o porquê daquele sentimento, daquela reação, daquele medo. Conclusão: o caos é necessário para que cheguemos a um estado onde nos observamos e percebamos algo mais que o previsível. Daí emergiu a possibilidade de alcançar um nível de consciência mais elevado. Brito (2013) nos afirma isso:

“Todavia, o trajeto para se alcançar esse estado passa pelo processo dialético da lapidação onde o caos é presença obrigatória. Ao observarmos a diversidade das manifestações criativas no planeta, é fácil perceber que a complexidade é uma característica insofismável. O ser humano, nesse contexto, atingiu um nível de complexidade ímpar. A capacidade humana para aprender, adaptar-se, superar adversidades, mudar, é fenomenal e isso não seria possível sem o caos”. (p. 52)

Esse caos vivido nessa disciplina é um dos pilares da abordagem dos projetos, que neste contexto, é denominado de Kaos criativo. Estrada (2009) em seu estudo sobre a complexidade em Edgar Morin, nos traz sua teoria do anel tetralógico onde ele analisa a relação entre ordem, desordem, organização e interação, que, fundamenta a abordagem do projeto Movi-mente e conseqüentemente a disciplina Corporeidade.

“Nesse contexto, o entendimento do Universo é visualizado no interior de sistemas de ordem e desordem e inserido em redes de interação e organização formadoras de uma matriz tetragramática (Figura 1) na qual um dos termos age e retroage sobre os outros, devendo ser igualmente “probabilística, flexível, dialógica, generativa, sinfônica, aberta às lógicas já conhecidas ou que se venham a conhecer, numa perspectiva de organização e reorganização permanentes (...)” demonstra a concepção do universo a partir de uma dialógica entre estes termos, cada um deles chamando o outro, cada um precisando do outro para se constituir, cada um inseparável do outro, cada um complementar do outro, sendo antagônico ao outro. (MORIN, 2000 citado por Estrada 2009, p.88)



Fonte: MORIN (2000, p. 204).
Figura 1: Tetragrama de Morin.

Estrutura vivenciada através de jogos e dinâmicas, em quase todas as aulas, outro pilar do projeto, tivemos vários jogos que nos levavam a um estado

de vulnerabilidade, passear pela faculdade com os olhos vendados, jogos e dinâmicas em grupo, em duplas, brincadeiras onde o toque era fundamental, encarar e prestar atenção nos outros, tudo isso nos mostra a dinâmica entre desordem, ordem, interação e organização. Conjugando com a esfera do pensamento de Lain Entralgo (2002) e também de Morin (1997), a essência lúdica é uma dádiva dinamizadora que propulsiona a elevação da nossa complexidade, uma vez que, através do lúdico, podemos explorar todas nossas dimensões, polaridades, desordem, organização e ordem. (p. 99)

Brito (2013) nos traz essas afirmações:

“Contemplando as contradições e ambivalências, o processo dialógico nos leva ao anel tetralógico o qual nos traz o entendimento de que desordem, organização e ordem são fatores inerentes ao processo do conhecer e da ampliação da consciência, constituindo um circuito relacional que imprime dinâmica aos sistemas, estando muito presente nas manifestações da cultura corporal, sobretudo nas brincadeiras, jogos e desportos.” (Pág. 95)

Na prática, isso quer dizer que as polaridades (desordem, organização, ordem) são experimentadas em todos ou em quase todos os encontros (aula). Contudo, na base das atividades está o Kaos criativo, que corresponde à descontinuidade ontológica da experiência criativa, mediada por aquele que conhece, isto é, pelo salto da consciência. (p. 97)

A dinâmica do jogo também nos aproxima da ampliação da consciência através das dimensões humanas (física, mental, emocional, espiritual e social), que temos acesso através do desenvolvimento da corporeidade, onde alcançamos uma porta de entrada para a ampliação da consciência nos aproximando da consciência de unidade, onde há um equilíbrio completo do nosso ser. Ou seja, caso encontremos o equilíbrio das dimensões humana estamos nos aproximando a um estado evolutivo da consciência muito avançando. Brito (2013) nos diz:

O desenvolvimento da corporeidade entendida como unidade dinâmica que integra as diversas dimensões (física, emocional, mental, espiritual e social) é, pois, “solo” fértil para tratar da fragmentação, (re)unir nossas dimensões e estabelecer uma nova ordem na direção da unidade. Esse processo, no entanto, não terá hipótese se não for alavancada a desconstrução dos padrões comportamentais e mentais que dão estabilidade à forma como concebemos a realidade. (p. 71)

Vivenciamos jogos em todos seus aspectos, agôn, alea, simulacro e vertigo, de acordo com Gallo (2007), citando Caillois (1990: 13-26) que propõe

uma classificação de jogos em quatro categorias, nos explica cada uma delas, sendo: *agon*, do grego luta, combate momento crítico; *alea*, do latim jogo de dados, mais conhecido como jogos de azar; *Mimicry* (simulacro) é o termo usado pra representar o mimetismo, onde se caracteriza pelo jogador se tornar um personagem ilusório; e por último *ilinx* (vertigo), do grego que significa moinho, vertigem, onde o principal foco são jogos onde se desafia e provoca a vertigem. Trabalhado todos esses aspectos alcançamos a ampliação da consciência através das dimensões humanas.

A vivência de experiências lúdicas, uma vez que contemple todos esses aspetos, pode possibilitar o desenvolvimento humano nas várias dimensões. Observando a condição humana, perceberemos que esses aspetos, caracterizadores dos jogos, dinamizam o processo vital e atuam como propulsores do desenvolvimento e da evolução humana, fatos que o tornam uma manifestação essencialmente integradora — a despeito do seu frequente desvirtuamento em decorrência do modelo social capitalista. (p. 100)

As dimensões humanas também foram trabalhadas através de outro aspecto, os *chakras*, lembro em várias atividades que depois de uma dinâmica mais agitada focávamos algum *chakra*, ou enquanto fazíamos alguma prática éramos convidados a visualizar a sentir a energia que vinha através de algum *chakra* relacionado à motrivivência em foco. Assim percebíamos uma energia se expandindo e envolvendo-nos, sentia-me, assim, mais equilibrada.

Há uma relação direta, sobretudo os 7 *chakras* principais, com as glândulas (sistema endócrino). A cada um dos *chakras* correspondem funções relacionadas as nossas diversas dimensões. Dependendo de como as vivenciamos, inibiremos ou estimularemos a difusão energética pelo organismo. Neste sentido, o desenvolvimento harmónico das diversas dimensões estimula seu bom funcionamento, trazendo equilíbrio ao sistema corpo-mente. (Brito, 2013 p. 101)

Como tratado na fundamentação da abordagem que alicerça o Movimento, os campos morfogenéticos (Rupert Sheldrak) constitui um envoltório que pode ser percebido entre os praticantes. Uma sensação de vínculo que nos traz a percepção de que estamos ligados. A formação desse campo adquire potência através da ligação dialética entre indivíduos e contextos. Daí a importância do trabalho em grupo e em diferentes ambiências.

De acordo com Brito (2013)

No contexto do Movimento, esses fundamentos são articulados livremente de acordo com as solicitações do grupo e a situação do *aqui e agora*, o

que indica uma ampla abertura para a improvisação e criatividade. Cabe que avancemos alguns exemplos: Se estiver chovendo, a chuva pode ser um “ingrediente” da prática. Se a lua cheia se mostrar, idem. Contudo, em momento algum isso significa perda do eixo dos fundamentos que constituem a abordagem. (p. 106)

Diante de todas as afirmações podemos perceber que as abordagens da disciplina, o anel tetralógico, o jogo, os chakras e os campos morfogenéticos, caracterizam a disciplina como algo bem diferenciado do que se vê no cenário acadêmico, e acompanhamos também a ideia da aproximação da consciência de unidade, que é o objetivo central das duas instâncias.

METODOLOGIA

Salientei anteriormente que a disciplina de Corporeidade foi marcante tanto na minha trajetória acadêmica quanto na minha vida. Sempre fui tímida e muito observadora, mas eu observava principalmente o mundo e as pessoas, a corporeidade me tornou observadora de mim. Além disso, a disciplina me proporcionou experiências reveladoras e profundamente transformadoras que me permitiram ser menos tímida e mais capaz de demonstrações de afeto a partir da melhora da minha autoestima.

Foi um semestre enriquecedor, porém considerei pouco tempo para alcançar o potencial que uma disciplina como a corporeidade pode ter. A partir dessa reflexão, comecei a me perguntar se o projeto Movi-Mente consegue levar seus participantes aos níveis elevados de consciência que supus que a corporeidade poderia e o quão próximo uma disciplina de um semestre consegue chegar dos resultados do projeto que conta com participantes que frequentam as atividades há anos.

Dessa forma, com o aproximar do fim da graduação e a necessidade de apresentar um TCC, me vi atraída pela possibilidade de pesquisar a respeito e iniciei uma pesquisa descritiva, de caráter transversal. Li os textos, livros e artigos científicos propostos pelo professor orientador e pesquisei alguns por conta própria utilizando a página de pesquisa do Google Acadêmico.

Em seguida, elaborei dois questionários (anexo) sendo um voltado para estudantes que concluíram ou estavam cursando a disciplina de corporeidade (entre o 1º/2016 e o 1º/2018) e outro voltado aos participantes do projeto Movi-Mente. Os questionários foram respondidos online.

Como a cada semestre o professor cria o grupo da turma no Facebook, visitei o grupo das turmas entre o 1º/2016 e o 1º/2018 e enviei o questionário por mensagem para os dez últimos estudantes a interagir em cada grupo e pedi que me enviassem respondido. Os grupos em questão foram: UnB_CORPO – 1º/2016; CORPO_UNB – 2º/2016; CORPECEPÇÃO – 2º/2017; CORPUS_FEF – 1º/2018. Por limitação temporalidade do uso do site de relacionamento somente durante o curso da disciplina em questão, muitos dos estudantes não o visualizaram depois que concluem o semestre e conseqüentemente não leram a mensagem que enviei, ocasionando uma resposta reduzida do questionário.

Diante do problema passei o questionário para o Google Forms (Plataforma de questionário online) e publiquei na página dos grupos onde, por fim, resultou em uma melhor participação. Para os participantes do projeto Movi-mente, o questionário foi enviado no grupo do projeto no WhatsApp e, posteriormente, o link do questionário no Google Forms, mas a taxa de resposta também foi baixa. Diante disso, decidi enviar o link e um texto convite individualmente para cerca de trinta membros do grupo.

Para analisar os dados, decidi classificar as questões em categorias sendo que cada questão poderia estar em uma ou mais categorias. Cada categoria está relacionada a uma das dimensões humanas: corporal (Física), emocional, espiritual, reflexivo-mental (Mental) e sócio-relacional (Social).

Na questão 1 procurei saber diretamente se os participantes dos projetos têm consciência do trabalho em relação às dimensões humanas (Corporal, Emocional, Reflexiva-mental, Espiritual, Sócio-Relacional) sendo que o concordo totalmente demonstra que o estudante teve uma grande percepção do trabalho em cima da dimensão em questão.

Na questão 2 cada tópico foi feito para aprofundar mais a percepção dos estudantes em relação à disciplina e ao projeto, onde cada questão foi readequada em cada dimensão, para se ter uma visão mais geral do aprofundamento dos participantes em cada dimensão.

As amostras de cada análise teve sua individualidade, já que cada questão teve uma quantidade individual de questões:

- Amostra da Disciplina Corporeidade e Expressão em Educação Física: 25 participantes.

- Amostra do projeto de ação contínua Movi-mente: 20 participantes.

- Amostra do gráfico 1, referente à dimensão Corporal:

- Corporeidade: 25 (participantes) x 5 questões (7,8,10,12 e A): n=125 respostas.

- Movi-mente: 20 (participantes) x 5 questões (7,8,10,12 e A): n=100 respostas.

- Amostra do gráfico 2, referente a dimensão Emocional:

- Corporeidade: 25 (participante) x 7 questões (2,4,8,9,10,11 e B):
n=175 respostas.

- Movi-mente: 20 (participantes) x 7 questões (2,4,8,9,10,11 e B):
n=140 respostas.

- Amostra do gráfico 3, referente a dimensão Mental:

- Corporeidade: 25 (participante) x 10 questões (1,5,6,7,8,9,10,11,13 e C): n= 250 respostas.

- Movi-mente: 20 (participantes) x 10 questões (1,5,6,7,8,9,10,11,13 e C): n= 200 respostas.

- Amostra do gráfico 4, referente a dimensão Espiritual:

- Corporeidade: 25 (participante) x 6 questões (5,9,10,11,13 e D):
n=150 respostas.

- Movi-mente: 20 (participantes) x 6 questões (5,9,10,11,13 e D):
n=120 respostas.

- Amostra do gráfico 5, referente a dimensão Sócio-Relacional(Social):

- Corporeidade: 25 (participante) x 7 questões (3,6,8,10,12,13 e E):
n=175 respostas.

- Movi-mente: 20 (participantes) x 7 questões (3,6,8,10,12,13 e E):
n=140 respostas.

Na dimensão Física (corporal) elegi as questões 7;8;10;13 e A da primeira questão.

7 -A disciplina/Movi-mente contribui para ampliação dos sentidos e da percepção: Aqui consideramos o sentidos e percepção relacionados à dimensão física, sendo os sentidos o olfato, audição, paladar e tato.

8- A disciplina/Movi-mente contribui para a percepção e ruptura de hábitos, condicionamentos: Consideramos o habito algo bastante relacionado à dimensão física.

10 - Passou a observar e perceber coisas que ainda não tinha notado: Essa questão entra na dimensão física pois consideramos as questões físicas, como fadiga, dor, alterações físicas com algo a ser notado pelos participantes.

13 - A disciplina/Movi-mente contribui para o desenvolvimento integral do indivíduo: Consideramos que se o participante tem a compreensão da disciplina

para o desenvolvimento integral do indivíduo ele tem consciência do trabalho da dimensão física.

Na dimensão Emocional elegi as questões 2;4;8;9;10;11 e B da primeira questão.

2 - A disciplina/Movi-mente contribui para a ampliação do equilíbrio emocional: Clara a relação com a dimensão emocional.

4 - A disciplina/Movi-mente contribui para a melhora na autoestima: Consideramos a autoestima com algo diretamente relacionado a dimensão emocional, já que o modo em que vemos está na nossa relação com nós mesmos.

8 - A disciplina/Movi-mente contribui para a percepção e ruptura de hábitos, condicionamentos: Como hábitos estamos considerando mais do que as questões físicas, mas também que são agravadas e de origem emotiva.

9 - A disciplina/Movi-mente contribui para a compreensão de que os processos de mudança se dão de dentro para fora: Como já citado no texto, para mudarmos algo em nós precisamos nos conhecer e nos aceitar, e as questões emocionais estão diretamente conectadas.

10 - Passou a observar e perceber coisas que ainda não tinha notado: Essa questão também está ligada as questões emocionais.

11 - A disciplina/Movi-mente contribui para transformações pessoais: A transformação pessoal pede uma maior conexão com a consciência da dimensão emocional.

Na dimensão Mental elegi as questões 1;5;6;7;8;9;10;11;13 e C da primeira questão.

1 – A disciplina/Movi-mente contribui para a ampliação da consciência de si: Se a compreensão da consciência de si se fez positiva a dimensão reflexiva mental está conscientizada e ampliada.

5 – A disciplina/Movi-mente contribui para o desenvolvimento de sentimento de unidade: Se o sentimento de unidade se faz presente a dimensão mental também está, já que a consciência de unidade se faz de um indivíduo integral.

6 – A disciplina/Movi-mente contribui para a mudança de padrões de comportamento estimulando experimentações diferentes do ordinário: Essa

questão diz respeito a dimensão mental, pois se há percepção das mudanças de padrões de comportamento houve uma reflexão.

7 – A disciplina/Movi-mente contribui para ampliação dos sentidos e da percepção: A percepção tem grande relação com a dimensão física, mas se faz bastante presente na dimensão mental pois a percepção está ligada a reflexão dos acontecimentos.

8 – A disciplina/Movi-mente contribui para a percepção e ruptura de hábitos, condicionamentos: Da mesma forma que a questão 6 e 7 essa questão se relaciona com a dimensão mental, já que para haja percepção a reflexão tem que está presente. Algo se aplica às questões 9 e 10.

9 – A disciplina/Movi-mente contribui para a compreensão de que os processos de mudança se dão de dentro para fora.

10 – Passou a observar e perceber coisas que ainda não tinha notado.

11 – A disciplina/Movi-mente contribui para transformações pessoais: A percepção e a reflexão sobre nossos atos e escolhas nos levam a transformações pessoais, algo que se relaciona com dimensão mental.

13 – A disciplina/Movi-mente contribui para o desenvolvimento integral do indivíduo: Se há consciência do desenvolvimento integral do indivíduo a dimensão mental está presente, assim como todas as dimensões.

Na dimensão espiritual elegi as questões 5;9;10;11;13 e D da primeira questão.

5 – A disciplina/Movi-mente contribui para o desenvolvimento de sentimento de unidade: O sentimento de unidade é a consciência de um humano integral, e a dimensão espiritual está relacionada já que ela é uma parte da unidade.

9 – A disciplina/Movi-mente contribui para a compreensão de que os processos de mudança se dão de dentro para fora: A dimensão espiritual também se enquadra na questão em perceber que nos conhecer e ampliar a consciência de si é um modo de se alcançar uma mudança externa.

10 – Passou a observar e perceber coisas que ainda não tinha notado: A percepção também se relaciona com a dimensão espiritual, já que há que perceber-nos nós como espíritos, também.

11 – A disciplina/Movi-mente contribui para transformações pessoais: As transformações pessoas incluem as transformações espirituais.

13 – A disciplina/Movi-mente contribui para o desenvolvimento integral do indivíduo: Para que haja compreensão do ser como algo integral a dimensão espiritual tem que está presente.

Na dimensão Social elegi as questões 3;6;8;10;12;13 e E da primeira questão.

3 – A disciplina/Movi-mente contribui para a melhora nas relações interpessoais: Está clara a relação com a dimensão social.

6 – A disciplina/Movi-mente contribui para a mudança de padrões de comportamento estimulando experimentações diferentes do ordinário: As relações interpessoais estão relacionadas com as mudanças de comportamento e experimentações diferenciadas, em ambientes diferentes e com grupos diferentes.

8 – A disciplina/Movi-mente contribui para a percepção e ruptura de hábitos, condicionamentos: Hábitos sociais também se enquadram nessa questão.

10 – Passou a observar e perceber coisas que ainda não tinha notado: Os comportamentos sociais podem se enquadrar como algo que não temos consciência, assim essa questão se relaciona com a dimensão social.

12 – A disciplina/Movi-mente contribui para o estabelecimento de novos relacionamentos e amizades: Está clara a relação com a dimensão social, já que os relacionamentos com os outros está diretamente relacionada à essa dimensão.

13 – A disciplina/Movi-mente contribui para o desenvolvimento integral do indivíduo: Como as outras dimensões a social está dentro do indivíduo integral, então ela se enquadra nessa questão.

Dado que em cada dimensão analisada o valor de “n” é superior a 100, em cada grupo (Corporeidade e Movi-mente) foi tirado uma média de cada grupo de resposta (Discordo totalmente, Discordo parcialmente, Nem Concordo e nem discordo, Concordo parcialmente, Concordo totalmente) referente a cada dimensão. As médias foram utilizadas para comparar os dois grupos, observando impacto do projeto/disciplina em cada dimensão.

Dentro de cada grupo, de corporeidade e do Movi-mente, foi feito uma análise interna de grupo relacionando as médias das dimensões humanas, comparando o nível de percepção das dimensões como o todo. Logo comparar as

diferenças entre os dois grupos. Os resultados serão apresentados de forma qualitativa, com auxílio de gráficos e com trechos das declarações dos participantes.

Os gráficos 8, 9 e 10, referente às respostas da Questão 3 do questionário (Anexo I e II), foram analisados a partir de dados brutos, já que a amostra é referente ao número de participantes, sendo o grupo da Disciplina 25 participantes e do Movi-mente 20 participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Seguiremos com a análise dos dados encontrados, observando as médias de respostas de discordo totalmente até concordo totalmente, comparando as médias dos dois grupos, Corporeidade e do Movi-mente. Juntamente discussão sobre os resultados encontrados.

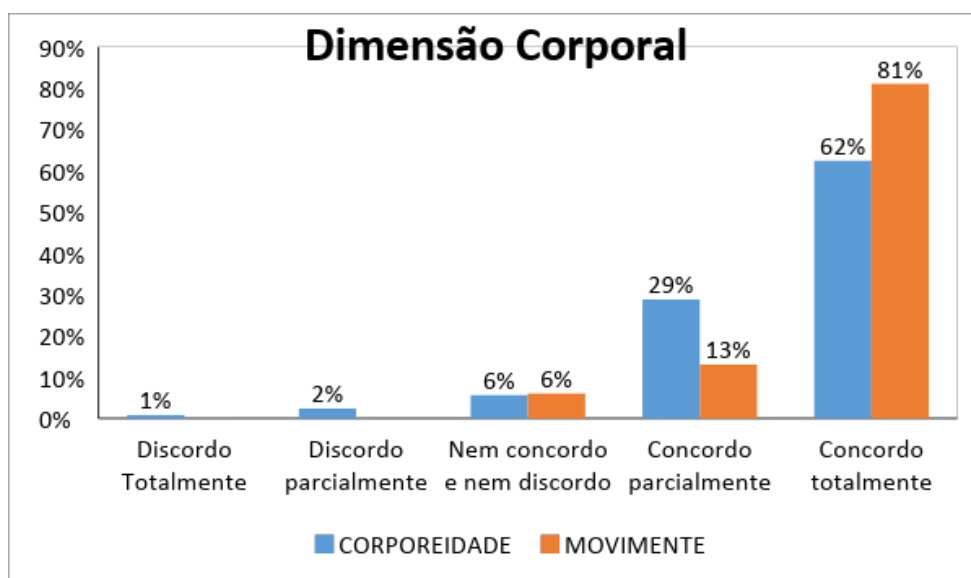


Gráfico 1 - Comparação dos dois grupos na dimensão Física. (n=125 (Corporeidade) n=100 (Movimente)).

Ambos os grupos tiveram uma grande porcentagens de resposta tendendo para o concordo totalmente, sendo o grupo do Movi-mente superior ao do grupo da corporeidade, podemos observar até quando analisamos o decaimento das taxas nas respostas mais próximas ao “discordo totalmente”, o grupo Movi-mente já no “concordo parcialmente” teve uma taxa de resposta bastante inferior ao

Movi-mente que ainda se estende a sua resposta até o último quadro, mas também frisando que a taxa para o grupo da disciplina vai decaindo de acordo com que se aproxima da resposta de discordância.

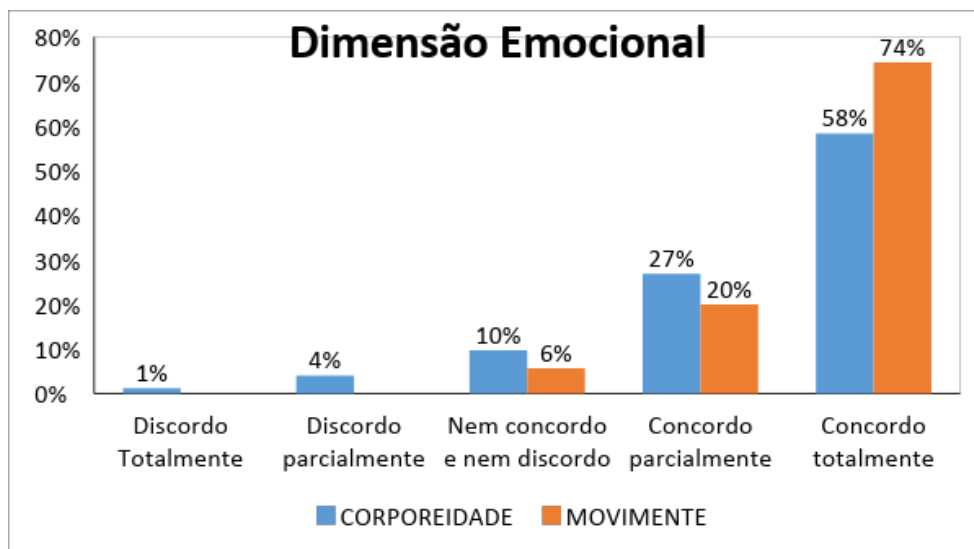


Gráfico 2 - Comparação dos dois grupos na dimensão Emocional. (n=175 (Corporeidade) n=140 (Movi-mente)).

Na dimensão emocional vemos uma pequena queda na taxa de adeptos ao “concordo totalmente” mas houve o aumento, no caso do grupo Movi-mente, do “concordo parcialmente”, então não se distanciaram muito da resposta positiva em relação à essa dimensão. Já o grupo de corporeidade além de diminuir ele deu uma distanciada do grupo de respostas positivas, mas mesmo assim mantendo a maioria em respostas positivas.



Gráfico 3 - Comparação dos dois grupos na dimensão Mental. (n=250 (Corporeidade) n=200(Movi-mente)).

Ambos os grupos tiveram mais respostas direcionada ao “concordo totalmente”, sendo o Movi-mente sempre mais positivo do que a corporeidade e parando no termo do meio enquanto a corporeidade se prolonga até o “discordo parcialmente”. Dimensão que teve uma maior taxa de respostas positivas em ambos os grupos.

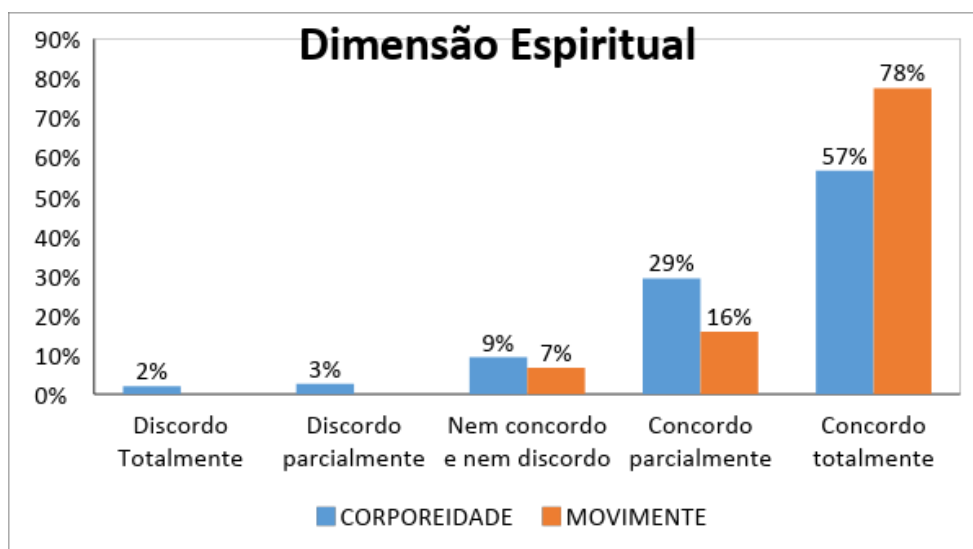


Gráfico 4 -Comparação dos dois grupos na dimensão Espiritual. (n= 150(Corporeidade) n=120 (Movi-mente)).

No gráfico da dimensão Espiritual podemos analisar uma diminuição na porcentagem de concordâncias totais, e uma crescente distribuição pelas outras opções de respostas no grupo da corporeidade, já o Movi-mente se mantém firme na média de respostas. Observamos aqui um distanciamento dos dois grupos, onde o “concordo totalmente” chegou a uma diferença de 21%, mas com as respostas do grupo corporeidade bastante alto ainda no “concordo parcialmente”.

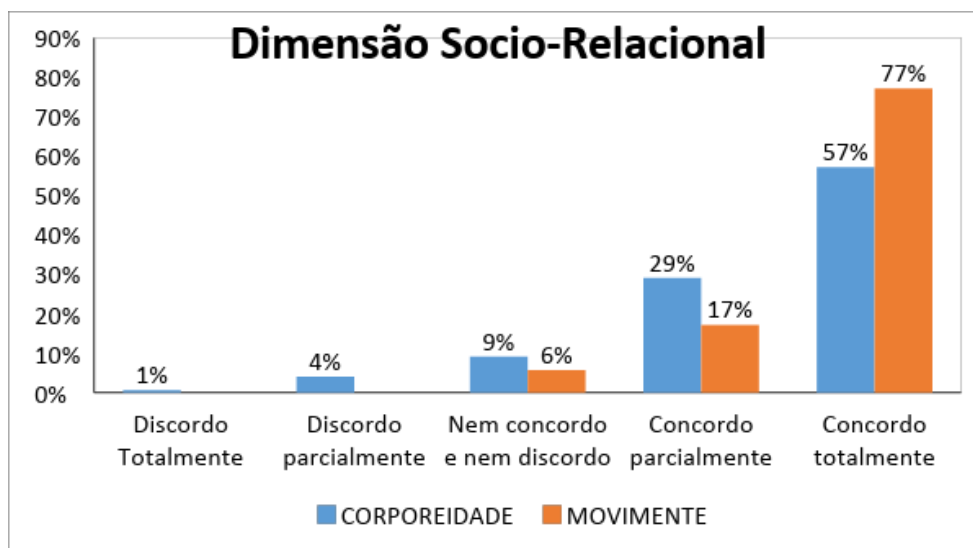


Gráfico 5 – Comparação dos dois grupos na dimensão Social. (n=175 (Corporeidade) n=140 (Movi-mente)).

Aqui pode se ver um distanciamento entre os grupos no concordo totalmente, de 20%, mas da mesma forma que no grupo anterior a corporeidade não se distancia muito e tem uma grande porcentagem no grupo de respostas “concordo parcialmente”.

Observamos que o grupo do Movi-mente tem maior compreensão sobre os aspectos trabalhados no projeto, e demonstram, um nível de consciência mais elevado em relação ao grupo da disciplina Corporeidade. Cabe frisar que o nível de compreensão do grupo da Corporeidade tem resultados positivos levando em consideração ao trabalho que é realizado em um tempo reduzido de 1 semestre acadêmico (4 meses), possivelmente esse resultado se deva ao tempo de contato com a prática do grupo do Movi-mente que tem cerca de 1 ano de participação. Devemos levar em consideração também a obrigatoriedade de participação dos estudantes da disciplina, onde por vezes não chegam a criar um maior interesse em participar das atividades, diferente do Movi-mente onde os participantes vão por livre e espontânea vontade. Levando, também, em consideração a vontade e interesse, é possível que o resultado encontrado se dê também por aprofundamento dos participantes do projeto Movi-mente, uma vez que estejam mais conectados e engajados no projeto, o aprofundamento prático e teórico pode ser maior.

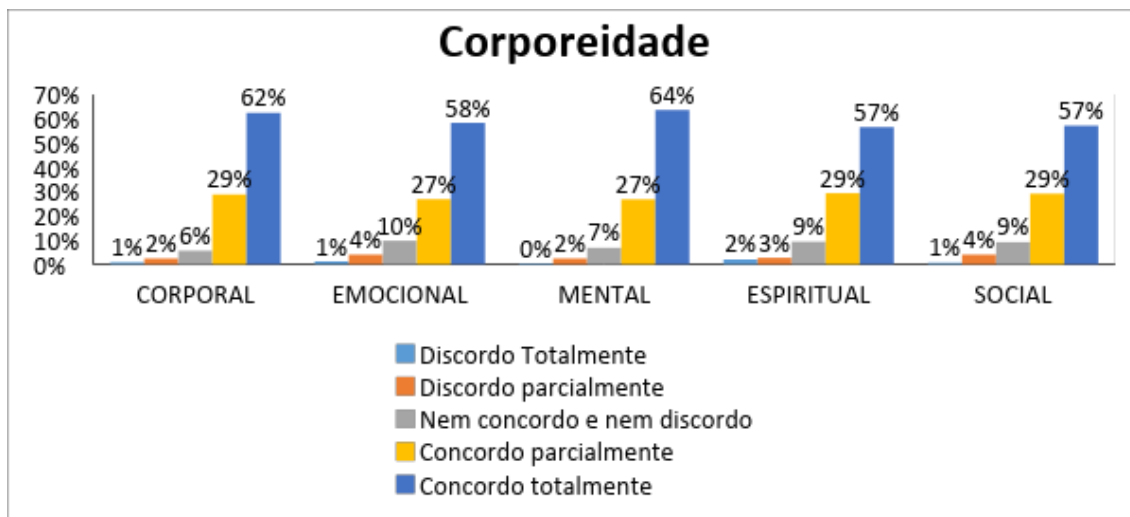


Gráfico 6 – Referente as dimensões dentro do grupo da disciplina de Corporeidade.

No grupo da corporeidade podemos observar que a taxa de respostas positivas é superior às taxas de respostas negativas, sendo que nas dimensões corporal e mental há uma maior taxa de concordância com a percepção dessa dimensão na disciplina. Tendo as respostas de espiritual social e emocional um pouco inferior às duas primeiras, mas mantendo ainda sim taxas mais próximas das respostas positivas de concordo totalmente.

O corpo, ao que parece, foi-se (des)sensibilizando depois de séculos de polarização na dimensão espiritual sob influência da Igreja e séculos de polarização na dimensão mental sob influência da racionalidade científica. É de se esperar que nossa percepção esteja limitada, incapacitando-nos de discernir o que é real e o que é ilusão. De certa forma, isso justifica por que a ciência buscou segurança na objetividade da matéria. (Brito 2013; p. 77)

Encontramos um resultado onde a Mente ainda permanece acima das outras dimensões, e em concordância com Brito (2013), percebemos a dimensão Espiritual abaixo das dimensões físicas e mental. Talvez a explicação advenha de uma ambiguidade entre religião e espiritualidade, que conduz ao não entendimento do que se trata na pergunta, impedindo talvez que se abra para essa temática.

Percebemos também como a dimensão Física não foi a que teve maior destaque, o que contraria a minha hipótese que essa dimensão seria a que teria maior percepção sobre o trabalho dela, já que é através do corpo que se conduz as práticas.

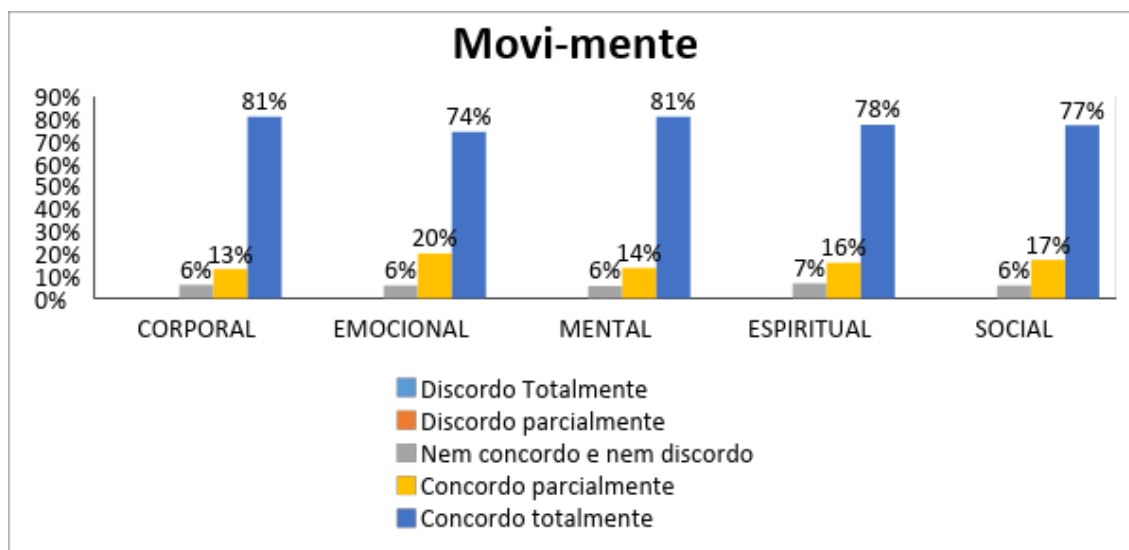


Gráfico 7 – Referente as dimensões dentro do grupo Movi-mente.

O grupo do Movi-mente teve uma grande tendência a resposta de “concordo totalmente” em todas dimensões, deixando as outras opções bem abaixo na porcentagem e em todas as dimensões as questões de discordância resumidas a 0%, com nenhuma resposta negativa.

Vemos que as porcentagens mais positivas são nas dimensões, como na corporeidade, corporal e mental. Diferente do outro grupo a dimensão espiritual se aproxima bastante das duas primeiras dimensões citadas, como já era esperado, e logo em seguida a dimensão social e com menos taxa de respostas positivas a dimensão emocional. Mas vale lembrar a diferença na porcentagem das respostas “concordo totalmente” é de no máximo 7%.

Como já era esperado, o grupo do Movi-mente teve um maior equilíbrio nas respostas, mantendo todas as dimensões como uma taxa muito de respostas positivas, demonstrando assim uma maior proximidade com um nível de consciência mais elevado, caminhando para a unidade.

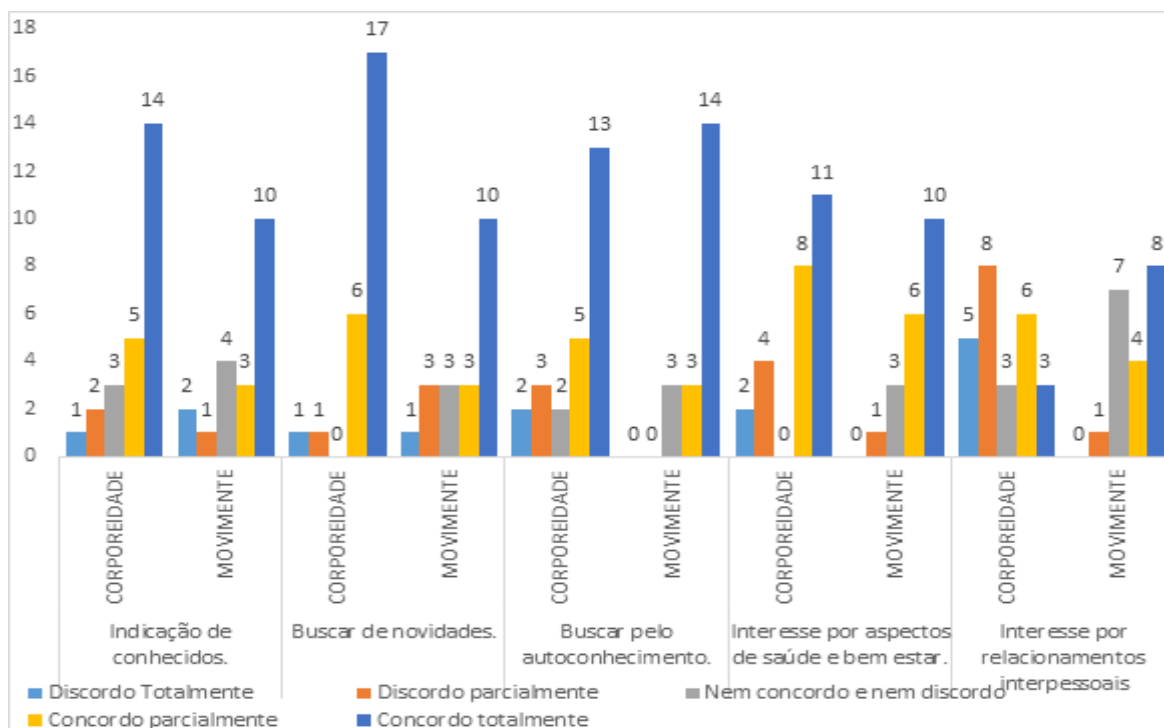


Gráfico 8 - Gráfico referente à questão número 3 onde aparece os motivos pelos quais eles começaram a participar do projeto ou se matricularam na disciplina.

Com esse gráfico podemos observar que, em sua maioria, ambos os grupos entraram no Movi-mente/Corporeidade em busca do autoconhecimento, por aspectos de saúde e bem-estar e busca de novidades, o que vai contra a minha hipótese de que o grupo da disciplina não teria um grande resultado na questão da procura pelo autoconhecimento e a busca de novidades, o que se mostrou uma taxa de resposta bem superior.

A indicação do projeto e da disciplina também se mostra bastante presente, com mais ênfase no grupo da disciplina como eu já esperava, mas no projeto essa questão foi um pouco menor do que o esperado. O interesse por relacionamentos interpessoais tem uma grande variação de respostas, o que explica, talvez, o porquê de a dimensão social ter uma taxa respostas positivas inferior comparado às outras dimensões

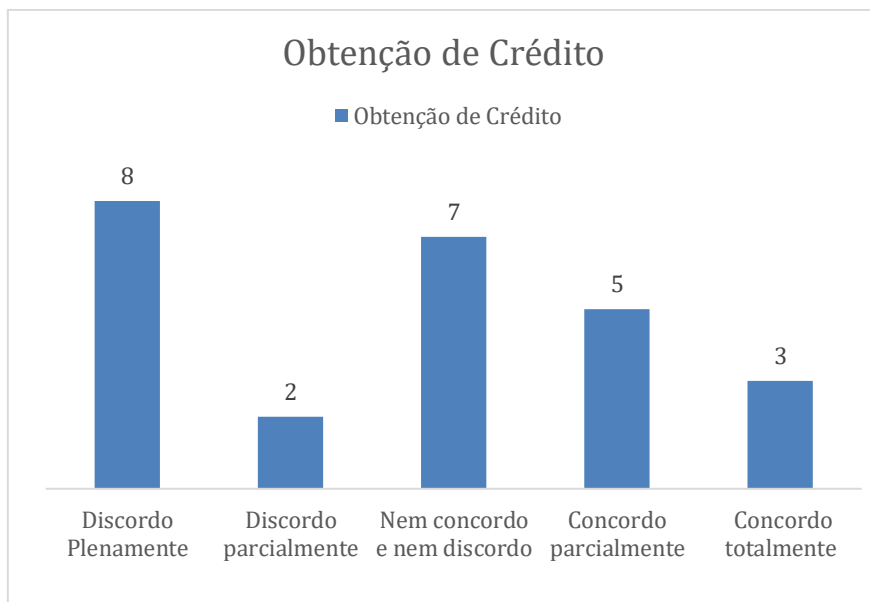


Gráfico 9 – Gráfico referente a taxa de resposta sobre o interesse na disciplina pela obtenção de crédito.

Vemos uma grande taxa de respostas negativas, somando 10 respostas nas questões de discordo plenamente e parcialmente, e 8 respostas sendo negativas nas questões de concordo totalmente e parcialmente, e 7 respostas medianas, onde nem concordam e nem discordam. Entende-se por “discordo” as pessoas que entraram na disciplina sem qualquer interesse em obter créditos, ao contrário do concordo totalmente que a obtenção de crédito deve ter sido maior prioridade, e nem concordo e nem discordo um grupo que se matriculou na disciplina por outros motivos, mas levou em consideração a obtenção de crédito. Esse resultado me leva a entender que grande parte dos participantes (8 respostas) se mostraram bastante interessado na disciplina de forma não tão formal que traz o peso de uma disciplina, o que não era esperado já que eu esperava uma maior taxa de estudantes que tivesse maior interesse nos meios formais da disciplina, que é a menção, os créditos e o IRA (no caso somente 3 respostas)

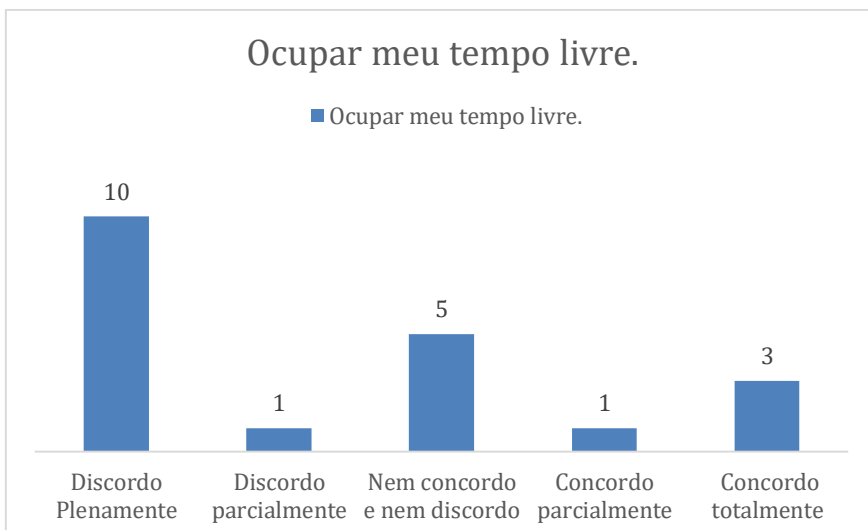


Gráfico 10 – Gráfico referente a taxa de resposta sobre o interesse no projeto pela ocupação do tempo livre.

A taxa de resposta de discordância é bem superior do que a de concordância, com diferença de 10 resposta contra 4, e no nem concordo e nem discordo com um resultado de 5 respostas. Resultado que mostra bastante discordância do ocupar o meu tempo livre como um motivo de participar do Movi-mente. Levando em consideração à mesma lógica dos créditos da disciplina, o grupo do Movi-mente, como já esperado, não tem como interesse principal a ocupação do tempo livre.

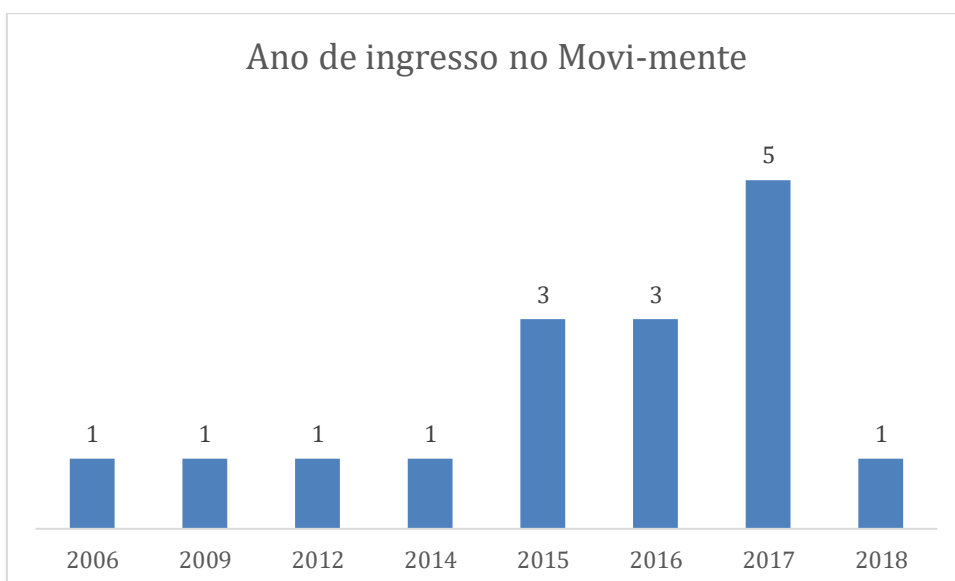


Gráfico 11 – Gráfico com o tempo de participação dos integrantes do Movi-mente.

Observamos que em sua maioria os integrantes do Movi-mente participam do projeto a mais de um ano. O que nos leva a hipótese que o grupo do projeto de

extensão tem maior proximidade com o conteúdo e com a consciência por maior tempo de participação e contato com o caos para a aproximação de um nível consciência elevado.

CONCLUSÃO

Diante das análises e discussão dos dados, podemos concluir que as duas instâncias (disciplina/projeto), alcançam o seu objetivo, o de criar maior proximidade da unidade, observamos isso com os níveis de resposta positivas em relação a todas as dimensões.

Podemos concluir que o grupo da Corporeidade, em um semestre (4 meses de aula), não chega ao nível de compreensão e esclarecimento em relação ao tema proposto no projeto comparado ao grupo do Movi-mente, mas supera as expectativas em relação as respostas que demonstram grande compreensão e evolução no quesito consciência.

Concluimos que ambos os grupos têm uma grande afinidade e desenvolvimento com as dimensões física e mental, demonstrando um desequilíbrio das dimensões humanas, sendo que o grupo da Corporeidade demonstrou maior desequilíbrio entre as dimensões, já o Movi-mente, por mais que tenha aparentado esse desequilíbrio, a diferença foi bem menor. A dimensão Espiritual mostrou uma inferior taxa de resposta positiva em ambos os grupos, mas muito mais discrepante no grupo da disciplina.

O estudo pode ter sofrido alguns limitantes já que as pessoas que responderam os questionários, no caso do grupo da Corporeidade, demonstraram maior interesse no autoconhecimento, e na busca de novidades, e menos aderência ao projeto por conta da obtenção de créditos, o que pode ter resultado em uma maior participação de estudantes que tiveram um interesse e entrega à disciplina muito maior, e acabar por ter um resultado mais positivo do que o esperado, algo que pode ser melhorado e levado em consideração em estudos futuros. Outra dificuldade encontrada foi a literatura sobre o tema que envolve a subjetividade humana que se mostrou de difícil acesso à exploração científica.

Não sei se devido a incipiente experiência que tenho em estudar tal nicho de conhecimento, considero o tema da unidade/integralidade de pouco interesse da ciência, a despeito de ser um tema central da vida, o que dificultou uma

análise mais profunda acerca desse processo o que me fez utilizar da tese do de Brito (2013) como baliza principal deste estudo. Isso sinaliza para a necessidade de mais pesquisas sobre esse tema e área de estudo (corporeidade).

Sobre os dois projetos, e mais especificamente sobre o Movimento constatei que, comparando com a pesquisa realizada entre os anos 2008-2011 que resultou na tese de doutorado supracitada, os resultados apontam semelhanças, contudo observo que a dimensão espiritual necessita mais discernimento para superar a contradição com o tema religiosidade.

REFERENCIAL TEÓRICO

BOTEGA, Neury. **Comportamento suicida: epidemiologia**. Departamento de Psicologia Médica e Psiquiatria da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP, Brasil. Volume 25 | número 3 | 231-236, 2014.

BRITO, Marcelo. **A construção do sentimento de unidade: desdobramentos de uma abordagem corporal atípica no desenvolvimento humano**. Tese (Doutorado) UNIVERSIDADE DE TRÁS –OS-MONTES E ALTO DOURO - Vila Real, 2013

CASTRO, Maria; ANDRADE, Tânia; MULLER, Marisa -**Conceito mente e corpo através da história** - Psicologia em Estudo, Maringá, v. 11, n. 1, p. 39-43, jan./abr. 2006

CESANA, Juliana - **O profissional de educação física e as práticas corporais alternativas: interações ocupacionais**. – Rio Claro: [s.n.], 2005

CUNHA, Manuel Sérgio- **Um corte epistemológico, da educação física à motricidade humana**. Lisboa: Instituto Piaget; 1999.

ESTRADA, Adrian. A. **Os fundamentos da teoria da complexidade em Edgar Morin**. Akrópolis Umuarama, v. 17, n. 2, p. 85-90, abr./jun. 2009.

GALLO, Sérgio. - **Jogo como elemento da cultura: aspectos contemporâneos e as modificações na experiência do jogar** - Programa de estudos pós-graduados em comunicação e semiótica da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo- PUC/SP - 2007

GONÇALVES, Maria - **Sentir, pensar, agir, corporeidade e educação** - Campinas SP – Papirus (Coleção Corpo e Motricidade), 1994

LIKERT, R. (1932). **A technique for the measure mentofattitudes**. Archives of Psychology, 22 140, 55.

MORIN, Edgar **Introdução ao pensamento complexo**/ Edgar Morin; tradução do francês Eliane Lisboa. — Porto Alegre: Sulina, 2006.

PRIGOGINE, Ilya - **Le leggi del caos**. Gius. Laterza & Figli; 1993/tradução Roberto Leal Ferreira - **As leis do caos** – fundação Editora da UNESP (FEU) ; 2000.

TORQUATO Jamili; GOULART Andreia; VICENTIN Patrícia; CORREA Uesley. - **Avaliação do estresse em estudantes universitários**. InterSciencePlace v.1 n.14 - 2010

Anexos

Anexo I – Questionário para o grupo da disciplina Corporeidade e Expressão Corporal em Educação Física.

Questionário Corporeidade e Expressão em Educação Física

Meu nome é Evelyn Lara, sou estudante de Educação Física da UnB e meu Trabalho de conclusão de curso (TCC) é sobre a disciplina de Corporeidade e Expressão em Educação Física e sobre o Movi-mente. Por meio desse questionário busco entender melhor como a disciplina e o projeto são vistos, entendidos e internalizados pelos alunos e participantes. Peço que leia as questões com tranquilidade e tempo para reflexão e responda com toda sinceridade.

Lembrando que o questionário é para fins acadêmicos e que concordando em responder estará autorizando o uso no projeto de TCC. Todo o material será utilizado de forma anônima.

- Em que semestre você cursou a disciplina? (Ex. 2º/2015)

- Marque com "X" a resposta que você mais se identifica, ou que se aproxima mais a sua resposta.

1) A disciplina Corporeidade e Expressão em Educação Física atua sobre a dimensão:

-	Discordo totalmente	Discordo parcialmente	Nem concordo e nem discordo	Concordo parcialmente	Concordo totalmente
Corporal					
Emocional					
Reflexiva-mental					
Espiritual					
Sócio relacional					

2) Quando à sua percepção dos desdobramentos da experiência na disciplina/Movi-mente, assinale a opção que mais se aplica.

-	Discordo totalmente	Discordo parcialmente	Indiferente	Concordo parcialmente	Concordo totalmente
1					
	A disciplina contribui para a ampliação da consciência de si				

2	A disciplina contribui para a ampliação do equilíbrio emocional					
3	A disciplina contribui para a melhora nas relações interpessoais					
4	A disciplina contribui para a melhora na autoestima					
5	A disciplina contribui para o desenvolvimento de sentimento de unidade					
6	A disciplina contribui para a mudança de padrões de comportamento estimulando experimentações diferentes do ordinário					
7	A disciplina contribui para ampliação dos sentidos e da percepção					
8	A disciplina contribui para a percepção e ruptura de hábitos, condicionamentos					

9	A disciplina contribui para a compreensão de que os processos de mudança se dão de dentro para fora					
10	Passou a observar e perceber coisas que ainda não tinha notado					
11	A disciplina contribui para transformações pessoais					
12	A disciplina contribui para o estabelecimento de novos relacionamentos e amizades					
13	A disciplina contribui para o desenvolvimento integral do indivíduo					

3) O que determinou seu interesse em cursar a disciplina? (Marque com "X" a resposta de cada linha)

-	Discordo totalmente	Discordo parcialmente	Nem concordo e nem discordo	Concordo parcialmente	Concordo totalmente
Obtenção de créditos					
Indicação de conhecidos					
Busca de					

novidades					
Busca pelo autoconhecimento					
Interesse por aspectos de saúde e bem-estar					
Interesse por relacionamentos interpessoais					

Outros. Aponte:

- 4) Relate, descreva, conte, sugira o que considerar importante relacionado a esta experiência.

Anexo II – Questionário para o grupo Movi-mente.

Questionário Movi-mente

Meu nome é Evelyn Lara, sou estudante de Educação Física da UnB e meu Trabalho de conclusão de curso (TCC) é sobre a disciplina de Corporeidade e Expressão em Educação Física e sobre o Movi-mente. Por meio desse questionário busco entender melhor como a disciplina e o projeto são vistos, entendidos e internalizados pelos alunos e participantes. Peço que leia as questões com tranquilidade e tempo para reflexão e responda com toda sinceridade.

Lembrando que o questionário é para fins acadêmicos e que concordando em responder estará autorizando o uso no projeto de TCC. Todo o material será utilizado de forma anônima.

-Participa do projeto desde quando?

- Marque com "X" a resposta que você mais se identifica, ou que se aproxima mais a sua resposta.

- 1) O Movi-mente atua sobre a dimensão:

-	Discordo totalmente	Discordo parcialmente	Nem concordo e nem discordo	Concordo parcialmente	Concordo totalmente
Corporal					
Emocional					
Reflexiva-mental					
Espiritual					
Sócio					

relacional					
------------	--	--	--	--	--

2) Quando à sua percepção dos desdobramentos da experiência no Movimento, assinale a opção que mais se aplica.

	-	Discordo totalmente	Discordo parcialmente	Nem concordo e nem discordo	Concordo parcialmente	Concordo totalmente
1	O Movimento contribui para a ampliação da consciência de si					
2	O Movimento contribui para a ampliação do equilíbrio emocional					
3	O Movimento contribui para a melhora nas relações interpessoais					
4	O Movimento contribui para a melhora na autoestima					
5	O Movimento contribui para o desenvolvimento de sentimento de unidade					
6	O Movimento contribui para a mudança de padrões de comportamen					

	to estimulando experimentações diferentes do ordinário					
7	O Movimento contribui para ampliação dos sentidos e da percepção					
8	O Movimento contribui para a percepção e ruptura de hábitos, condicionamentos					
9	O Movimento contribui para a compreensão de que os processos de mudança se dão de dentro para fora					
10	Passou a observar e perceber coisas que ainda não tinha notado					
11	O Movimento contribui para transformações pessoais					
12	O Movimento contribui para					

	o estabelecimento de novos relacionamentos e amizades					
13	O Movimento contribui para o desenvolvimento integral do indivíduo					

3) O que determinou seu interesse em participar das atividades do Movimento? (Marque com "X" a resposta de cada linha)

-		Discordo totalmente	Discordo parcialmente	Nem concordo e nem discordo	Concordo parcialmente	Concordo totalmente
Ocupar meu tempo livre						
Indicação de conhecidos						
Busca de novidades						
Busca pelo autoconhecimento						
Interesse por aspectos de saúde e bem-estar						
Interesse por relacionamentos interpessoais						

Outros. Aponte:

4) Relate, descreva, conte, sugira o que considerar importante relacionado a esta experiência.

Anexo III –Programa do Projeto de Extensão Movi-mente.

Ano:

Semestre: (X) 1º () 2º

PROJETO DE EXTENSÃO: AÇÃO CONTÍNUA

1. IDENTIFICAÇÃO

1.1. Título do Projeto/Atividade

MOVI-MENTE

1.2. Área Temática Principal (informações sobre as áreas – [clique aqui](#))

() Comunicação () Cultura () Direitos Humanos e
Justiça
(X) Educação () Meio Ambiente () Saúde
() Tecnologia e Produção () Trabalho

1.3. Coordenador:

Nome: MARCELO DE BRITO

Matrícula: 913006

Unidade de lotação: FEF

Cargo/Titulação: PROFESSOR/DOCTOR

Fax:

Telefone:

E-

mail: swkapish@unb.br

1.4. Características da execução:Multidisciplinar: Não SimDisciplinas envolvidas 2 3

Mais

Interinstitucional: Não SimEquipe: Docentes Técnicos
administrativos Alunos Participantes externosData de (re) início: __12__ / __08__ / __2013__ Data de término:
____ / ____ / ____

Local da execução: CENTRO OLÍMPICO/FEF

OBS: O projeto Movi-mente não segue uma lógica de terminalidade. Pausas são realizadas no período de férias acadêmicas porém as atividades retornam com o início do semestre letivo.

1.5. Caracterização da clientela/público: Externa e interna Somente externa Somente interna Categorias profissionais específicas: citar:**2. VÍNCULO ACADÊMICO****2.1. Unidade Executora:** FEF

Curso: Educação

Física

2.2. Atividades relacionadas: Disciplina(s): Estágio Projeto especial Pesquisa Graduação Pós-graduação Outros**2.3. Interface com outro(s) curso(s):**

Departamento(s):

Disciplina(s):

3. CARACTERIZAÇÃO DO PROJETO**3.1.** Novo RenovaçãoRelatório do ano anterior: Sim Não**3.2. Origem:** Iniciativa do grupo de execução Demanda da comunidade

3.3. Multidisciplinariedade:

Áreas envolvidas: O projeto Movi-mente é multifacetado podendo ser relacionado a varias outras áreas como educação, artes, saúde, serviço social, psicologia.

3.4. Instituições envolvidas/Tipo de participação:

4. JUSTIFICATIVA

Numa sociedade em estado de crise, a preservação dos valores humanos, da ética, da ecologia merecem detida atenção pois são orientam possibilidades de ampliação de uma vivência e de uma convivência dignas. Neste sentido, a busca do autoconhecimento (consciência de si) é uma emergência na atualidade O desenvolvimento da consciência de si (metanóia), assim entendemos, representa o caminho para preservar e melhorar as condições de nossa existência. Este intento está evidenciado em diversos contextos e mecanismos da sociedade. O corpo, neste contexto, representa, em nossa compreensão, a base para realização dessa busca.

Há quase duas décadas desenvolvendo estratégias direcionadas para esse objetivo, vimos constatando que a atividade corporal constitui um eixo fundamental no processo de autodescoberta.

O Movi-mente amparado em experiências abertas de educação motora é um projeto que constituiu-se numa oportunidade ímpar de auto-conhecimento.

5. OBJETIVOS

- Estimular o desenvolvimento humano e a consciência de si;
- Estabelecer um *lócus* para o estudo e desenvolvimento de novas estratégias de trabalho corporal na perspectiva da complexidade;
- Estabelecer um espaço/tempo para a comunidade em geral experimentar rupturas nos padrões cotidianos através do trabalho corporal e da meditação dinâmica

6. METODOLOGIA

Baseado em uma proposta aberta de ensino, experiências corporais (motrivivências) são desenvolvidas almejando a ampliação da percepção visando a consciência corporal e a meditação. O trabalho é desenvolvido em sessões de 2 a 3 horas de atividade.

Baseada numa abordagem de trabalho singular desenvolvida no próprio Movimento (Brito, 2013), as práticas buscam numa perspectiva não linear a ruptura com os padrões comportamentais do cotidiano.

As atividades emergem como fruto da capacidade criativa do mediador e do grupo em função da situação do Agora que se contextualiza. Assim sendo, os indivíduos são convidados, a cada encontro, a uma experiência inusitada. A praxis segue um fluxo que envolve ação-observação- reflexão-inação e fundamentam-se no Kaos criativo, no jogo, na formação de um campo harmônico de interações que visam ativar a bio-energia da corporeidade em todas as dimensões (física, emocional, mental, espiritual e social)

7. CLIENTELA

(Caracterização e número estimado)

O público que frequenta as práticas é eclético e vai desde jovens acima de 15 anos até a terceira idade. Em geral, o grupo frequentador compõe-se de jovens entre 20 a 30 anos. O número de participantes é aberto, mas normalmente gira em torno de 30 a 40 pessoas.

8. AVALIAÇÃO

(Descrição do sistema de avaliação, qualitativa e quantitativa)

A avaliação segue uma perspectiva eminentemente qualitativa. Relatos espontâneos e induzidos, rodas de troca de experiência, entrevistas abertas, trocas via internet e entrevistas com os participantes são os mecanismos utilizados para assegurar o curso da proposta. Circunstancialmente, relatos por escrito das experiências e da trajetória pessoal são requisitados para documentar os processos de desenvolvimento.

Testes específicos para aferição de competências corporais, aspectos psicológicos e sociais devem passar a fazer parte da coleta de dados como fundamento para pesquisas e produção acadêmica introduzindo no contexto avaliações quali-quantitativas.

9. SOCIALIZAÇÃO DO CONHECIMENTO

(Produtos a serem gerados: a) de natureza científica: monografias, teses, publicações, etc; b) de natureza artística: oficinas, produtos artísticos, etc.)

Alguns produtos já foram constituídos em forma de artigos e apresentações em congresso. A experiência do Movi-mente orientou a tese de doutorado **Brito M. A construção do sentimento de unidade: desdobramentos de uma abordagem corporal atípica no desenvolvimento humano. [Tese de doutorado]UTAD-Portugal, 2013.**

Encontra-se à disposição da Revista Pensar a Prática (UFGO), o artigo intitulado: **Educar para a consciência da unidade.**

Outros 3 artigos encontram-se em fase de conclusão e devem ser submetidos no segundo semestre de 2013.

10. EQUIPE DE TRABALHO

Nome	Categoria funcional	Lotação (depto /órgão/centro)	Matrícula	Titulação / Qualificação	Natureza da participação
1) Marcelo de Brito	Prof.	FEF	913006	Doutor Mestre	Coordenação, organização, orientação e execução.
2) Renato Bastos João	Prof.	FEF			Subcoordenação, organização e orientação
3)					
4)					
5)					

11. CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO

Etapas	Meses											Nov	dez
	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out			
1) Elaboração do projeto					x								
2) Encaminhamento do projeto						x							

3)início do projeto									x				
4)conclusão do ciclo semestral													x
5)recomeço		x							x				

Os itens 12 e 13 são referentes a despesas. Como não há previsão orçamentária excluí estes itens.

13. ANEXOS

- () *Curriculum vitae* dos participantes externos.
- () Documento comprovante de adesão dos parceiros de execução.
- () Documento comprovante de cooperação do município-sede.
- () Documento registrando demanda da comunidade que motivou o projeto.
- () Ficha cadastral: palestrantes, instrutores e professores externos (ou curriculum vitae resumido).

Anexo IV – Plano de Curso da Disciplina Corporeidade e Expressão Corporal em Educação Física – 2017.



Universidade de Brasília - UnB
Faculdade de Educação Física – FEF
Curso de Graduação em Educação Física

Disciplina CORPOREIDADE E EXPRESSÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA					
:					
Período:	7 de agosto a 5 de dezembro de 2017	Dias e Horário:	Seg 18 às 21:40		
Local:	Sala de Aula : sala de Dança no pavilhão do C.O	Créditos:	04	Total de Aulas:	30
Docente: Marcelo de Brito					

Plano de Curso

Ementa

EMENTA: Corpo, corporeidade, sensoriedade-sensibilidade, percepção, indivíduo e individuação, cultura do corpo, motricidade, expressividade-impressividade.

OBJETIVOS GERAIS

- Entender o fenômeno da corporeidade na contemporaneidade à luz da história;
- Ampliar a sensibilidade e a percepção integrativa através de motrivivências;
- Favorecer o processo de consciência de si

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Estudar o fenômeno da corporeidade na sociedade contemporânea
- Aguçar o aparato sensorial e a percepção.
- Ampliar a expressividade e a impressividade através da experiência corporal

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO OU TEMÁTICAS DE INTERESSE

- Revendo a história da dicotomia corpo-mente
- O homem e o corpo: O que é corpo? O que é corporeidade/corporalidade?
- O corpo, seus potenciais sensoriais e perceptivos.
 - Explorado o sentido da visão
 - explorando o sentido da audição
 - explorando o sentido do olfato
 - Explorando o sentido da gustação
 - Explorando o sentido tátil
- O indivíduo, a sociedade e a busca da integração (unidade)
 - Desconstruir padrões para reconstruir o SER
- O processo do autoconhecimento (individuação)
 - Uma práxis para integrar as dimensões física, emocional, intelectual, espiritual e social do ser humano.

METODOLOGIA

▪ Trabalhos individuais manuscritos (relatos pessoais e observações)	4,0
▪ Participação efetiva, assiduidade, contribuições às aulas.	4,0
▪ Auto avaliação expositiva	2,0
TOTAL	
.....	10,
.....	0

A práxis da disciplina segue uma abordagem construtivista onde, de acordo com as aspirações e possibilidades do grupo enveredamos por uma leitura crítica do tema corporeidade/corporalidade revendo aspetos históricos e da atualidade, individuais e sociais para construir meios de ampliação da percepção de si. As aulas se baseiam em motrivências que intencionam levar o indivíduo a uma "leitura de si". Serão adotadas técnicas de ensino diversas (diretivas e não diretivas) que envolverão trabalhos individuais escritos manualmente.

Menções

As menções serão dadas em relação ao total de pontos obtidos nas avaliações.

SS Igual ou acima de 9,0	MS De 7,0 a menos de 9,0	MM De 5,0 a menos de 7,0
---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------

MI De 3,0 a menos de 5,0	II De 1,0 a menos de 3,0	SR Abaixo de 1,0
---------------------------------	---------------------------------	-------------------------

Estará aprovado o Aluno que obtiver menção final igual ou superior a MM.

Ficará reprovado, com a menção SR, o discente que ultrapassar a 25% de faltas da carga horária da disciplina.

Critérios de Avaliação (colocar os que serão utilizados)

Observações Pertinentes

1. **Cada discente deve ocupar-se em manter o seu aparelho de telefone celular desligado durante todas as aulas.**