

## A NATUREZA COMO POSSIBILIDADES DE VIVÊNCIAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Francisca Maria de Araujo Oliveira <sup>1</sup>  
Lilian Silva de Sales <sup>2</sup>

### RESUMO

Este trabalho busca explorar a importância da natureza integrada nas aulas de Educação Física, bem como seus benefícios e contribuição para a preservação do meio ambiente. Esse estudo tem como objetivo descrever um relato de experiência a partir de uma vivência denominada: “Educar pelo sensível, por uma educação baseada na natureza”, ocorrida com os discentes que fazem parte do Programa Residência Pedagógica, da Faculdade de Educação Física, Campus Castanhal. Além disso, buscamos na literatura referenciais teóricos, que destacam os principais benefícios da exploração da natureza a partir de diversas atividades. Ademais, a experiência baseada na natureza pode abrir novas perspectivas para as aulas de educação física, proporcionando uma alternativa ao ensino mecanizado tradicional centrado no esporte. Dessa forma, o relato de experiência enfatiza a relevância de incorporar o ambiente natural no processo educacional, enriquecendo a formação dos alunos e construindo para a conscientização ambiental.

**Palavras-chave:** Educação Ambiental, Educação Física, Relato de Experiência, Vivência na Natureza.

### INTRODUÇÃO

Atualmente, é crescente a preocupação relacionada à crise ambiental, ao passo que a modernidade cresce, como consequência aumenta-se o impacto no cenário ambiental mundial. Por muitos anos a natureza vem sendo esquecida pela sociedade, é necessário que haja uma reflexão sobre essa temática, o impacto das nossas atitudes no dia a dia, e em como estamos vivenciando a natureza na sua totalidade.

Ademais, para que as futuras gerações possam vivenciar e desfrutar das riquezas naturais, é necessário pensar na formação ecológica hoje, mudanças de atitude para uma Educação Ambiental consciente e que funcione.

No Brasil, a formulação da Política Nacional de Educação Ambiental (BRASIL, 1999), propõe no âmbito da educação ambiental para o desenvolvimento do país, a integração equilibrada e em conjunto de dimensões da sustentabilidade, sendo aspectos: ambientais, sociais, éticos, culturais, econômicos, e políticos. Chama atenção também, que competências e atitudes voltadas para a conservação do meio ambiente, e de uso comum do povo, são

<sup>1</sup> Discente do Curso de Educação Física da Universidade Federal do Pará - UFPA, [francisca.araujo.oliveira@castanhal.ufpa.br](mailto:francisca.araujo.oliveira@castanhal.ufpa.br);

<sup>2</sup> Docente da Universidade Federal do Pará - UFPA, [liliandesales@gmail.com](mailto:liliandesales@gmail.com).

essenciais para a sustentabilidade e qualidade de vida da população brasileira (BRASIL, 1999).

Ademais, a escola enquanto espaço de educação, atua em contribuição para a formação de estudantes, incentivando para a valorização e preservação do meio ambiente. Nesse sentido, os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) recomendam que as instituições de ensino trabalhem temas transversais, entre eles o meio ambiente. Pensar nessa temática seria contribuir para que a Educação Física passe por mudanças significativas, pois esta ainda é centrada em uma matriz técnico-instrumental que voltada principalmente para os aspectos técnico-esportivos.

A possibilidade de diálogo entre as áreas da Educação Física e do Meio Ambiente, pode ser a construção de novas perspectivas, trabalhar temas transversais que ultrapassem para além do campo técnico-esportivo. Vivenciar a nas aulas nas aulas, na atual sociedade urbanizada que estamos inseridos, seria o primeiro passo para se desconectar da tecnologia, para se conectar com aquilo que é fundamental para a sobrevivência humana: a natureza.

Esse estudo segue como principal referencial teórico, a filosofia de ensino proposta pelo professor Joseph Cornell, que é um dos mais conhecidos educadores naturalistas do mundo. Esse modelo de ensino, encara a natureza como mentora, enfatiza a exploração sensorial do corpo, a brincadeira, a compreensão do próximo e da existência, além do compartilhamento das emoções experimentadas. Busca-se estabelecer uma conexão entre homem e o ambiente natural, promovendo uma relação entre os diversos seres e componentes que formam o nosso planeta Terra.

Dessa forma, esse estudo tem como objetivo descrever e relatar as experiências e contribuições voltadas para o ambiente natural, a partir de uma vivência com a natureza, que nos proporcionou um novo olhar sobre os conteúdos que podemos levar para as aulas de Educação Física.

## **METODOLOGIA**

Este trabalho trata-se de um estudo descritivo, qualitativo, do tipo relato de experiência. O estudo foi realizado na Universidade Federal do Pará, Campus Castanhal, em uma vivência no Programa Residência Pedagógica, ministrada pela professora Lívia Maria, com o tema: “Educar pelo sensível, por uma educação baseada na Natureza”. Participaram desta vivência, 17 indivíduos, sendo professores e alunos de Educação Física.

A vivência aconteceu no início do segundo semestre de 2023, no período da manhã e foi dividida em três momentos. Sendo o primeiro momento voltado para a conexão e conhecimento de si e do outro, e da natureza; o segundo momento estava relacionado à conexão e práticas artesanais utilizando os elementos naturais com os elementos da natureza; o terceiro momento foi voltado para a finalização da vivência em grupo.

O principal material utilizado nesta manhã, foi a natureza ao redor do campus, porém foi necessário outros recursos, como: caixa de som, sino tibetano, cronômetro, tecido circular (centro de roda), vaso de flores, vela grande, tigela com terra, tijela com água, incensário, incenso, carta de sentimentos, oráculos, velas pequenas, giz de cera, folhas de papel kraft, isqueiro, canetinhas, barras grandes de argila, sementes de girassol, alimentos naturais (pitaya, cúrcuma, urucum), tigelas para diluir tinta, pincéis, papel A4 (G-300, G- 400), lápis comum, acervo de livros.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

O método de aprendizado de Cornell (2008a, 200b), tem como um dos objetivos proporcionar momentos agradáveis de interação e de despertar com a natureza. Ademais, o autor acredita que criar um ambiente agradável em relação ao local e às atividades a serem realizadas é essencial para estabelecer uma conexão positiva entre o ser humano e a natureza. Seguindo este pensamento, foi perceptível enxergar essas características na vivência com a natureza Educar pelo sensível, no qual o local foi organizado e pensado de forma bem agradável para que as atividades fossem realizadas e sentidas da melhor maneira. Além disso, as atividades não foram competitivas e isso contribuiu para promover uma harmonia com a natureza, e isso ajudou a transformar a vivência em uma experiência significativa.

A seguir é apresentado uma tabela, com a explicação e divisão dos momentos que ocorreram durante a manhã de formação, e o relato de como ocorreram esses momentos:

| <b>1 Momento</b> |  |  |
|------------------|--|--|
| <b>Chegança</b>  | <b>Recepção com música ambiente</b><br><b>Ancoragem - 1 minuto de silêncio</b> | <b>RELATO</b><br>Momento inicial para que os participantes pudessem se conectar consigo mesmo, e o silêncio trouxe a reflexão que muitas vezes não conseguimos silenciar, e isso |

|                  |  |   |
|------------------|--|---|
|                  |  | é necessário para manter o equilíbrio em nosso cotidiano.   |
| <b>Aprocheço</b> | <b>Apresentação dos participantes (Escolher um elemento da natureza para se apresentar através dele)</b> | <p><b>RELATO</b></p> <p>Em uma determinada quantidade de tempo, cada participante estava livre para andar pelo Campus da Universidade em busca de um elemento da Natureza que pudesse representá-lo. Após cada um escolher seu elemento sentamos em roda e partilhamos sobre as nossas escolhas, foi um momento em que pudemos conhecer o outro através de um olhar bem íntimo. Exemplos de elementos escolhidos: Folhas, flores, frutas, raízes, ar, inseto.</p> |
| <b>Checagem</b>  | <b>Como chego para o encontro de hoje? (Em uma palavra)</b>  | <p><b>RELATO</b></p> <p>Escolher apenas uma palavra para que nos define naquele momento, parece ser uma tarefa fácil para alguns. Porém, alguns muitos também sentiram dificuldade, por isso foi um exercício importante para todos.</p>  |
| <b>ASA</b>       | <b>Criação coletiva de combinados para o estabelecimento de um Ambiente Seguro de Aprendizagem</b>       | <p><b>RELATO</b></p> <p>Para que seja um ambiente seguro para que todos possam viver a experiência da melhor forma, é necessário que escolhamos como será esse ambiente. Nesse momento todos puderam falar uma palavra que deixasse aquele ambiente seguro. Palavras que foram ditas: confiança, respeito, escuta ativa, amor, afeto, empatia.</p>  |
| <b>2 Momento</b> |  |   |

|  |  |   |
|--|--|---|
| <p><b>Escrevendo com o corpo</b></p>       | <p><b>Confecção de Mini Caderno (ZINE) para registro de sentimentos, impressões e reflexões.</b></p>                   | <p><b>RELATO</b><br/>           Cada participante confeccionou seu Mini Caderno (ZINE), e nele pode registrar todos os momentos importantes daquela vivência. Sendo algo bem prático e que auxilia na criatividade dos participantes.</p>   |
| <p><b>Sentindo os 4 elementos</b></p>      | <p><b>Em roda, cada participante vai experimentar o corpo dos 4 elementos da Natureza: água, fogo, terra e ar.</b></p> | <p><b>RELATO</b><br/>           No centro da roda foram colocados objetos que representassem os 4 elementos da natureza (vasilha com terra, vasilha com água, incenso e vela). Cada participante vai sentindo um elemento de cada vez, e conversando com ele, experimentar e vivenciar cada elemento.</p>   |
| <p><b>Conversando com os elementos</b></p> | <p><b>Terra - Diálogo com O BARRO</b></p>  | <p><b>RELATO</b><br/>           Cada pessoa escolheu 3 elementos da natureza ao redor do Campus de forma bem rápida, após cada um ter escolhido seus elementos, foi o momento de experimentar o diálogo com o barro.<br/>           Através da argila natural e água, cada um deveria construir uma escultura ou objeto, juntando os elementos escolhidos da natureza nessa escultura feita com a argila.<br/>           Foi um momento de muita criatividade, trocamos ideias e cada um através dessa dinâmica conseguiu vivenciar o elemento terra.</p> |
|  | <p><b>Água - Aquarela com tintas naturais</b></p>  | <p><b>RELATO</b><br/>           As tintas foram feitas pelos próprios participantes utilizando elementos</p>  |

|                             |  |  |
|-----------------------------|--|--|
|                             |  | <p>naturais e água para diluir.<br/>         Tons de rosa: usamos a Pitaya.<br/>         Tons de amarelo: usamos cúrcuma.<br/>         Tons de vermelho: usamos urucum.<br/>         Os elementos poderiam ser misturados para formar outros tons de tinta.<br/>         Cada um fez um fez seus tons de tinta e fizemos uma pintura livre, usando papel de parede aquarela.</p> |
| <b>3 Momento</b>            |  |  |
| <b>Roda de Partilha</b>     | <p><b>Momento para partilhar reflexões sobre as vivências e expor reverberações.</b></p> | <p style="text-align: center;">RELATO</p> <p>Nos momentos finais, cada participante compartilhou sobre suas vivências. Também assim como no início, cada um escolheu uma palavra em como estava saindo após o final daquela manhã.</p>   |
| <b>Ciranda de despedida</b> | <p><b>Momento no centro da roda</b></p>  | <p style="text-align: center;">RELATO</p> <p>Com uma música de fundo, iniciamos uma roda dançante de forma bem calma e divertida, foi um momento em união, com todos de mãos dadas finalizando uma manhã bem diferente e de muito aprendizado e emoção.</p>  |

Figura 1- Registros das vivências com a natureza:





Fonte: Autores.

## VIVÊNCIAS COM A NATUREZA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

As atividades desenvolvidas durante a formação de contato com a natureza, foram desenvolvidas no sentido de que não haveria necessidade dos participantes dominarem algum tipo de técnica. Isso possibilita que as atividades possam ser realizadas por indivíduos de diferentes faixas etárias.

Sendo assim, essa vivência trouxe possibilidades de variadas atividades que diferem do campo técnico-esportivo, no qual está bastante inserido nas aulas de Educação Física. Além disso, essa abordagem visa atividades que não são competitivas, proporcionando um olhar diferente das atividades que os alunos costumam vivenciar no ambiente das aulas.

Atualmente, a crescente preocupação com os danos causados ao meio ambiente é uma das questões sociais mais alarmantes nos últimos tempos. Sendo assim, é fundamental que essa temática seja incorporada nas escolas, pois isso está ligado com as futuras gerações e a sobrevivência da natureza.

Além disso, os PCNs vem enfatizar aos professores a relevância da Educação Ambiental como um meio para conscientizar as pessoas e integrar diferentes áreas do conhecimento. No entanto, essa abordagem ainda não está amplamente encontrada nas escolas, ademais, essa

temática deveria ser incorporada em todas as disciplinas ministradas, que fazem parte dos currículos escolares.

Neuenfeldt e Mazzarino (2016) destacam a importância das experiências vivenciadas e sentidas por meio do corpo no contexto da Natureza. Isso significa que as experiências que nos afetam profundamente, que nos sensibilizam, têm o poder de influenciar nosso comportamento, nossas ideias e nos preparar para lidar com os desafios ambientais enfrentados na sociedade atualmente.

Portanto, as aulas de Educação Física podem representar uma abordagem enriquecedora que não apenas beneficia o desenvolvimento físico dos alunos, mas também contribui para a conscientização da importância da preservação do planeta. Fornecendo uma oportunidade valiosa para promover uma conexão entre os estudantes e o ambiente natural que os cerca, incentivando um maior compromisso com a proteção do nosso planeta.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As experiências na vivência “ Educar pelo sensível, por uma educação baseada na Natureza” realizada no Programa Residência Pedagógica, destinadas aos residentes de Educação Física, proporcionaram a oportunidade para refletir sobre a vida cotidiana, o contato e o cuidado com a natureza. Essas reflexões enfatizam a importância de considerar o corpo como o local onde a experiência da Educação Ambiental tem um impacto significativo.

As diversas experiências vivenciadas, podem ser utilizadas e exploradas nas aulas nas aulas de Educação Física, desenvolvendo um ambiente seguro, de afetividade, confiança e preocupação com o outro, bem como, para o ambiente que os cercam.

Além disso, essas práticas podem ser trabalhadas e construídas aos poucos no ambiente das aulas, podem ser inseridas em qualquer ambiente de ensino, respeitando as diversidades e características socioculturais de cada população. As atividades podem ser realizadas de preferência em locais ao ar livre, que proporcionem uma experiência completa.

Portanto, as vivências com a natureza nas aulas de Educação Física oferecem inúmeras contribuições e benefícios tanto para os alunos quanto para a conscientização do cuidado com o planeta. Através da imersão no ambiente natural, os estudantes não apenas experimentam melhorias em seu bem-estar físico e mental, mas também desenvolvem uma conexão mais profunda consigo e com o outro. Isso, por sua vez, fortalece a conscientização ambiental, inculcando valores de respeito e responsabilidade em relação à natureza e ao próximo.

Essa abordagem pedagógica não apenas ajuda a formar cidadãos mais conscientes e comprometidos com a preservação do nosso planeta, mas também prepara uma geração que reconhece a importância de equilibrar o desenvolvimento humano com a sustentabilidade ambiental. Portanto, investir na incorporação de vivências com a natureza nas aulas de Educação Física é um passo significativo em direção a um futuro mais saudável e sustentável para as gerações presentes e futuras. À medida que continuamos a promover essa integração, estamos construindo um caminho mais sólido rumo à educação ambiental eficaz e à proteção do nosso amado planeta Terra.

## REFERÊNCIAS

DIAS, Genebaldo Freire. Educação Ambiental: princípios e práticas. São Paulo: Gaia, 1992. 224p.

Domingues, S. C., Kunz, E., & Araújo, L. C. G. de .. (2011). Educação ambiental e educação física: possibilidades para a formação de professores. Revista Brasileira De Ciências Do Esporte, 33(3), 559–571. <https://doi.org/10.1590/S0101-32892011000300003>

Neuenfeldt, D. J., & Martins, C. C. (2017). Educação Física Escolar e Vivências com à Natureza: Contribuições para a Formação ecológica de estudantes. Revista Didática Sistêmica, 18(2), 56–70. Disponível em: <https://periodicos.furg.br/redsis/article/view/7157>

CORNELL, J. Vivências com a natureza 1: guia de atividades para pais e educadores. São Paulo: Aquariana, 2008a.

CORNELL, J. Vivências com a natureza 2: novas atividades para pais e educadores. São Paulo: Aquariana, 2008b.

PCN - Parâmetros Curriculares Nacionais

Disponível em: < <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro01.pdf> > Acessado em 03 de out. 2023.

Fraiha, S., Paschoal Jr, W., Perez, S., Tabosa, C. E. S., Silva Alves, J. P. da ., & Silva, C. R.. (2018). Atividades investigativas e o desenvolvimento de habilidades e competências: um

relato de experiência no curso de Física da Universidade Federal do Pará. Revista Brasileira De Ensino De Física, 40(4), e4403. <https://doi.org/10.1590/1806-9126-RBEF-2018-0052>

Lei n.º 9.795 de 27 de abril de 1999. Dispõe sobre a Educação Ambiental, institui a Política Nacional de Educação Ambiental e dá outras providências. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/19795.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19795.htm). Acesso em: 03/10/2023.

NEUENFELDT, Derli Juliano. Educação Ambiental e Educação Física escolar: uma proposta de formação de professores a partir de vivências com a natureza. Lajeado, Centro Universitário UNIVATES, Tese de Doutorado, 2016.