

## A INFLUÊNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA CONSTRUÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DOS ALUNOS

Guilherme Gomes Andrade <sup>1</sup>  
Guilherme de Souza Matheos <sup>2</sup>  
Brenda Natasha Malvar Vale de Oliveira <sup>3</sup>  
Breno Ferreira Pena Maciel <sup>4</sup>  
Nei Jorge dos Santos Junior <sup>5</sup>

O presente trabalho é fruto das experiências vividas como bolsistas do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (Pibid) de Educação Física da UFRRJ, na Escola Municipal Olavo Bilac, localizada no Município de Seropédica. Após realizarmos reuniões para elaborar o plano de unidade do bimestre subsequente que tematizaria ginástica e seus diferentes tipos, entramos em acordo que seria importante trabalhar a imagem corporal como tema transversal, principalmente nas aulas da subunidade ginástica de condicionamento físico. Para este fim, seria necessário conceituarmos imagem corporal, não só para os alunos como para nós, algo que se mostrou mais complexo do que esperávamos, devido a abrangência conceitual do termo e as experiências próprias de vida de cada um, que moldou e molda o que entendemos como imagem corporal. Percebemos então que o tema imagem corporal necessitaria de aprofundamento e reflexões que nos ajudasse não só no decorrer do PIBID, como também na formação inicial.

A imagem corporal pode ser definida como uma estrutura multidimensional que retrata detalhadamente as representações intrínsecas da estrutura do corpo e da aparência física em relação a nós mesmos e aos outros (DAMACENO et al., 2006). Em outras palavras, ela é uma representação mental que cada indivíduo tem de seu corpo a partir de componentes biológicos, afetivos, sociais e culturais (NEVES, 2015).

Todavia, essa autopercepção é variável e a sua construção pode ser influenciada por diferentes fatores, entre eles, o bullying, o assédio, as pressões e padrões sociais, as ações

---

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Educação Física da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro - UFRRJ, [guilhermegms7@gmail.com](mailto:guilhermegms7@gmail.com);

<sup>2</sup> Graduando do Curso de Educação Física da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro - UFRRJ, [guilhermematheos8@gmail.com](mailto:guilhermematheos8@gmail.com);

<sup>3</sup> Graduando do Curso de Educação Física da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro - UFRRJ, [brendamalvar@ufrj.br](mailto:brendamalvar@ufrj.br);

<sup>4</sup> Graduando do Curso de Educação Física da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro - UFRRJ, [penaedf@gmail.com](mailto:penaedf@gmail.com)

<sup>5</sup> Professor orientador: Professor da Faculdade Unilagos e da Rede Municipal de Seropédica-RJ, Doutor em Estudos do Lazer pela Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG e Supervisor do PIBID Educação Física da UFRRJ, [edfnei@hotmail.com](mailto:edfnei@hotmail.com)

midiáticas, a influência familiar e da escola. Essas múltiplas experiências podem afastar as pessoas da satisfação com sua própria imagem corporal, refletindo diretamente na construção de comportamentos, crenças e sentimentos fortemente negativos em relação ao seu corpo.

Na tentativa de prevenir os quadros de imagem corporal negativa no ambiente escolar torna-se necessário rejeitar os rótulos, palavras ou condutas que aprisionam, engessam e fixam os sujeitos, “enredando-os em representações que os nomeiam como feio ou bonito, apto ou inapto, saudável ou doente, normal ou desviante, masculino ou feminino, heterossexual ou homossexual” (GOELLNER, 2010, p. 77). Não importa se essas ações são ostensivas ou involuntárias. O fato é que não devemos naturalizá-las dentro do processo de escolarização.

Dessa forma, é necessário, de antemão, reconhecermos que a discussão sobre a imagem corporal na escola faz parte de um contexto social mais amplo. Torna-se fundamental problematizarmos e refletirmos a respeito dos sentidos e significados que a imagem corporal negativa toma por meio de seu poder opressivo e destruidor. Trata-se de considerar que o marco inicial do trabalho pedagógico seja entender o corpo como construção histórico-cultural, o qual são conferidas diferentes marcas em diferentes tempos, espaços, conjunturas econômicas e grupos sociais (SANTOS JUNIOR, 2022).

Com isso, o componente curricular Educação Física tem um papel importante na tentativa de criar uma imagem corporal positiva nos alunos, estimulando a inclusão e a aceitação de todos os tipos de corpos e suas singularidades. Isto é, mostrar que os corpos considerados “fora do padrão” são capazes de praticar todas as atividades propostas não só na aula, como fora dela também. Isso significa superar a identidade cultural construída pela Educação Física em que somente algumas práticas corporais são privilegiadas (NEIRA, 2019; NEIRA; NUNES, 2011). Os significados produzidos pelas Práticas Corporais precisam ser analisados em seu sentido político-cultural mais amplo, não circunscrito a uma visão homogênea e hegemônica da cultura corporal dominante (OLIVEIRA CANO; NEIRA, 2011).

Sendo assim, fica clara a necessidade de um bom planejamento das aulas de Educação Física, visando a inclusão e a participação de todos os alunos, com o intuito de expor a eles que seus corpos são aptos e capazes de cumprir os objetivos da aula, criando assim, uma imagem corporal positiva nos alunos. Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo compreender a influência da educação física na construção da imagem corporal dos alunos, refletindo não só sobre as questões da imagem corporal no ambiente escolar como também na construção de comportamentos e identidades.

Para iniciar a análise e discussão do objetivo exposto, optou-se por realizar um estudo de revisão bibliográfica crítica, organizado segundo os princípios orientadores das técnicas de

revisão sistemática, para refletir sobre as questões levantadas acerca da influência da educação física na construção da imagem corporal dos alunos.

Para tanto, foram selecionados livros e artigos científicos publicados em periódicos registrados em base de dados SciELO, utilizando os descritores “Educação Física” e “Imagem corporal” indexados pelo operador booleano “AND”. Chegou-se a um total de 49 artigos, dentre esses foram selecionados sete artigos para o presente estudo. Foram utilizados os critérios de exclusão: estudos realizados fora do Brasil, duplicatas e artigos que não tratem da proposta da revisão; como critério de inclusão buscou-se artigos que possuam os descritores e correlatos no título, resumo ou palavras-chave.

Pensar os corpos como a base sobre a qual tudo se constrói, os indivíduos enquanto totalidade e as sociedades que eles habitam, torna-se necessário para pensar uma escola centrada nos sujeitos sociais. Nessa perspectiva o corpo não pode ser compreendido circunscrito à materialidade biológica. Afinal, como bem destaca Goellner (2008, p.28) “um corpo não é apenas um corpo. É também o seu entorno”. Ele vai muito além da sua forma, intervenções, acessórios que o vestem ou sentidos e significados que nele são atribuídos. Não são, portanto, “as semelhanças biológicas que o definem, mas fundamentalmente os significados culturais e sociais que a ele se atribuem” (GOELLNER, 2008, p. 28).

Nesse contexto, a educação física escolar é (ou deveria ser) o espaço em que o corpo é respeitado e compreendido, podendo ser ressignificado por meio de práticas e condições que elaborem/produzam o autoconhecimento. Isso porque nas aulas de Educação Física os indivíduos expressam diferentes concepções sobre a imagem corporal e concebem vários sentidos/interpretações: o corpo útil, o corpo lúdico e o corpo belo, contrastando-os, mutuamente, ao trabalho, às aulas de Educação Física e às imposições de padrões sociais.

Dessa forma, se o que se pretende é formar cidadãos para uma sociedade menos desigual, como não debater as relações sobre os corpos que envolvem os esportes? Pensar a relação entre um corpo real e possível e o oferecido como o padrão de beleza? E as exigências corporais cada vez mais utópicas, principalmente direcionadas às mulheres? Como a escola se coloca diante desses temas? Como a aparência dos corpos, a noção que temos do que é ser masculino ou feminino, a orientação sexual das pessoas ou a cor de sua pele, estabelecem alguma relação com discriminação e exclusão no âmbito de determinadas práticas corporais?

Dessa forma, cabe à Educação Física escolar oferecer práticas pedagógicas que contribuam para que os(as) aluno(as) se apropriem da linguagem corporal, que ampliem tal repertório e, por conseguinte, consigam fazer leituras críticas acerca da linguagem corporal. Torna-se fundamental que o mediador nesse processo, o(a) professor(a), seja capaz de inteligir

a multiplicidade dos gestos e que reconheça e valorize todas as formas de conhecimento. Para tanto, se faz necessário que, na condição de professores (as), sejamos capazes de compreendermos os educandos na sua possível totalidade, reconhecê-los em suas histórias de vida e de construção de sua imagem corporal, marcada por múltiplas vivências, muitas delas de repressão, desrespeito e violência ao próprio corpo.

Pode-se constatar que a distorção da imagem corporal é uma realidade problemática no contexto da educação física, tendo em vista que os praticantes sofrem com uma visão irreal de como alguém enxerga seu corpo relacionada com uma correspondência aos ideais de beleza impostos culturalmente. Diante disso, o professor de Educação Física deve ser capaz de oferecer suporte para o desenvolvimento da imagem corporal e sua importância e ter consciência da influência social que afeta seus praticantes. Quando isso é realizado de forma efetiva, resulta em um reconhecimento do próprio corpo, seus limites e possibilidades, permitindo que o indivíduo possa desfrutar das sensações singulares que a atividade física e seus benefícios são capazes de proporcionar.

**Palavras-chave:** Imagem corporal; Educação Física escolar, Corpo.

## REFERÊNCIAS

DAMASCENO, Vinícius Oliveira et al. Imagem corporal e corpo ideal. **Revista brasileira de ciência e movimento**, v. 14, n. 2, p. 81-94, 2006.

DE OLIVEIRA CANO, Márcio Rogério; NEIRA, Marcos Garcia. **Educação Física**. Editora Blucher, 2011.

GOELLNER, Silvana Vilodre. A educação dos corpos, dos gêneros e das sexualidades e o reconhecimento da diversidade. **Cadernos de formação RBCE**, v. 1, n. 2, 2010.

NEIRA, Marcos Garcia; NUNES, Mário Luiz Ferrari. Contribuições dos estudos culturais para o currículo da educação física. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 33, p. 671-685, 2011.

NEIRA, Marcos Garcia. **Educação Física cultural: inspiração e prática pedagógica**. Paco Editorial. 2019.

NEVES, A. N.; HIRATA, K. M.; TAVARES, M. DA C. G. C. F. Imagem corporal, trauma e resiliência: reflexões sobre o papel do professor de Educação Física. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 19, n. 1, p. 97-104, jan. 2015.

SANTOS JUNIOR, Nei Jorge dos. Os corpos na escola: identidades, mídias e reflexões. In: SANTOS JUNIOR, Nei Jorge dos; SILVA, Gilson Viana da; LOPES, D'Alessandro Zacché.



(Org.). **Educação em debate: reflexões, experiências e desafios**. 1ed. Curitiba: Appris, 2022, v. 1, p. 133-146.

