

## A TEMATIZAÇÃO DA MUSCULAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Pedro Alves Castro; Marlon Messias Santana Cruz.

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia- UESB. [palvesdemolay@gmail.com](mailto:palvesdemolay@gmail.com)

Universidade do Estado da Bahia- UNEB. [marlonmessias@hotmail.com](mailto:marlonmessias@hotmail.com)

### Introdução

Este trabalho apresenta um relato de prática pedagógica desenvolvida em uma escola pública do Estado da Bahia, no município de Livramento de Nossa Senhora, em uma turma de 9º ano do ensino fundamental, durante as aulas de Educação Física no período de uma unidade letiva (2 meses e meio, aproximadamente). Esta experiência surgiu a partir de um levantamento de conteúdos durante as aulas de Educação Física, na qual, os estudantes citaram a musculação como uma manifestação da cultura corporal a ser desenvolvida nas mesmas, no entanto, até aquele momento não teria sido contemplada durante o desenvolvimento do componente curricular, mesmo que esta temática tenha relevância na vida dos mesmos, pois encontram-se em uma fase de mudanças corporais e de uma maior preocupação estética com os seus corpos. Desta forma, o conteúdo foi tematizado a partir da Perspectiva Cultural da Educação Física (NUNES; NEIRA, 2008, 2009, 2011), alcançando boas discussões, debates e ultrapassando a visão equivocada a respeito desta prática corporal, além de possibilitar uma melhor percepção corporal dos estudantes envolvidos (ultrapassando o biológico). Para além da aprendizagem dos estudantes, percebeu-se um “novo” entendimento dos objetivos da Educação Física na escola, a partir de relatos dos mesmos, refletindo na participação e envolvimento durante as aulas.

### Metodologia

O caminho metodológico inicia-se a partir da escolha do professor, que durante a graduação teve um contato no PIBID (Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência) com Perspectiva Cultural da Educação Física e seus pressupostos (NUNES E NEIRA, 2008, 2009, 2011). De acordo com Nunes e Neira (2008), a prática pedagógica orientada pelos pressupostos do Multiculturalismo Crítico e pelos Estudos Culturais (bases epistemológicas da Perspectiva Cultural), permite ao professor ir além de sua prática pedagógica, possibilitando um trato crítico a todo o processo de escolarização.

O primeiro momento foi organizado no início do ano letivo, através de um *levantamento* no qual procurou compreender as manifestações da Cultura Corporal que faziam parte do cotidiano dos estudantes. Para atingir este objetivo foi proposto a turma a confecção de um painel, onde os mesmos teriam o espaço de uma cartolina para expressar através de desenhos, frases e imagens, quais eram as práticas corporais que os mesmos vivenciavam dentro e fora do contexto escolar- no seu cotidiano. De acordo com Neira (2009), o levantamento é o passo inicial para conhecer a realidade dos estudantes no que se diz respeito as práticas corporais, além de possibilitar um conhecimento prévio de como as mesmas são vivenciadas fora do ambiente escolar.

Após este primeiro momento, realizou-se um *mapeamento* das práticas corporais, no intuito de melhor focalizar aquelas que deveriam ser tematizadas durante as aulas de Educação Física. Desta maneira o processo de escolha se deu de forma participativa, no qual os estudantes por meio da apresentação oral dos painéis e de uma votação, puderam selecionar as práticas corporais que deveriam ser oportunizadas através de sua tematização, juntamente com o professor. Para Neira (2011), o mapear é identificar quais as manifestações da cultura corporal estão disponíveis para os estudantes, assim como aquelas que, mesmo não

compondo as suas vivências, encontram-se no entorno da escola ou estão inseridas em um universo cultural mais amplo.

Sendo assim, o terceiro momento foi o *aprofundamento* da musculação enquanto conteúdo a ser tematizado. Partimos da leitura de vários textos (selecionados pelo professor), no intuito de melhor conhecer as várias possibilidades e peculiaridades que envolvem o conteúdo. Musculação na adolescência, uso de esteróides anabolizantes e suplementação alimentar, musculação para idosos, musculação para deficientes, estes foram os temas abordados em sala de aula. Logo após realizamos um debate para tirar as dúvidas inerentes aos temas, assim como todos os estudantes responderam atividades de interpretação dos textos, visando um melhor entendimento dos mesmos. Segundo Neira (2011), ampliar significa recorrer a outras fontes de informação para trazer outros olhares e interpretações das representações e discursos que são acessados em um primeiro momento.

Ao final, realizamos uma visita à uma das academias de musculação da cidade, no intuito de conhecer o espaço, tendo em vista que muitos dos estudantes não conheciam, ou tinham uma imagem distorcida do espaço. De acordo com um dos alunos: “[...] eu achava que só tinha aqueles caras ‘bombados’”. Além disso, no transcorrer das aulas realizávamos vivências no intuito de experimentar a musculação com o próprio peso corporal, em exercícios adaptados para a faixa etária dos estudantes.

### **Resultados e discussão**

Durante esta prática pedagógica observamos vários momentos importantes, dentre eles destacamos a fala de um dos estudantes durante a leitura e interpretação dos textos sobre a musculação: “[...] engraçado que a gente só vem a cabeça aqueles caras fortões quando fala de musculação, e tem muitas outras coisas”. Notamos nesta fala o quanto se faz necessário a tematização das manifestações da cultura corporal de maneira crítica. De acordo com McLaren (1997), uma pedagogia crítica precisa desenvolver de uma maneira não-reducionista, por isso, é necessário estar sempre aberta e explorar as falhas, as lacunas e os silêncios.

Outro momento de destaque foi o desenvolvimento da percepção corporal dos estudantes, através das várias possibilidades de vivências a partir desta abordagem. Em uma destas vivências realizamos um rápido circuito de exercícios, geralmente realizados em academias (agachamento, abdominal, flexões etc.) e sugerido pelos estudantes, mas avaliado e adaptado pelo professor. Durante a execução de um dos exercícios uma estudante falou para outra colega, “Meu Deus, e eu achando que ser magra estava tudo ótimo, tô fraca demais”. Notamos que a partir da observação das vivências os estudantes puderam fazer uma reflexão de seu próprio corpo e desconstruir uma ideia de corpo ideal que é comercializada pelos meios de comunicação, e consumido pela população.

Segundo Silva (2010, p. 35) “Em nossas sociedades, muitas formas de produção cultural assumem também a forma de mercadorias capitalistas”. Não diferente disso, nota-se que as várias manifestações da cultura corporal assumem as formas de mercadoria, alimentando o mercado e o sistema capitalista. Neste caso em específico, notamos os vários produtos que são associados à prática da musculação, sejam eles, suplementos alimentares, roupas, calçados etc.

Ainda na sala de aula durante a leitura e interpretação dos textos notamos que houve um avanço sobre o entendimento dos efeitos da musculação. Associado a este entendimento percebemos que os estudantes puderam conhecer melhor os diversos públicos que podem utilizar desta prática corporal para vários objetivos (emagrecimento, ganho de massa muscular, a musculação para gestantes, idosos, deficientes físicos, atletas de alto rendimento, hipertensos, diabéticos, adolescentes), considerando todo este contexto para além dos aspectos biológicos. Durante um destes momentos em sala de aula um estudante relatou: “Engraçado quem diria que

levantar peso ajuda na gravidez, e mais ainda os velinhos”, mediante sua fala notamos o quanto é necessário abordar as manifestações da cultura corporal em seus vários aspectos.

Para Silva (2010), precisamos analisar de maneira natural e crítica as várias formas culturais, do ponto de vista de sua produção e, principalmente, em seus aspectos subjetivos e culturais. A tematização proposta nesta prática pedagógica pode ser efetivada por meio da participação e envolvimento dos estudantes e que pode ser criticamente analisada.

Por fim, considera-se que esta prática pedagógica, contribuiu para uma melhor percepção da Educação Física enquanto componente curricular, através de várias falas dos estudantes durante as aulas, desde que seja desenvolvida a partir de uma base epistemológica que dialogue com o professor, e que possibilite uma análise crítica das manifestações da cultura corporal em seus vários sentidos. Para McLaren (1997) é possível construir um novo currículo, desde que reconheça a importância de momentos e espaços que possam encorajar as múltiplas vozes em uma sala de aula, através de uma pedagogia dialógica, na qual as pessoas possam reconhecer outros sujeitos do processo e a si mesmo, não como objetos, mas como sujeitos.

### **Conclusões**

Após a finalização desta prática pedagógica podemos concluir que, nesta tentativa de redimensionar a Educação Física no espaço escolar, todos puderam participar e contribuir para uma construção curricular democrática e participativa. Nesta prática, os momentos e espaços não eram exclusivos do professor, pois a partir de uma construção dialógica o processo de aprendizagem foi ressignificado com a participação dos estudantes.

Outro aspectos também devem ser considerados como uma melhor percepção corporal, principalmente pelos estudantes serem adolescentes, fase na qual as mudanças corporais e a preocupação com o corpo são mais acentuadas. Por fim, acredita-se que esta tentativa de efetivação de uma Educação Física crítica, foi possível, graças ao comprometimento dos estudantes e da relação dialógica que se pôde estabelecer, além deste aspecto, notou-se que uma abordagem crítica para esta área possibilita outros olhares e uma ampliação do repertório que envolve as várias manifestações da cultura corporal.

**Palavras-Chave:** Musculação; Tematização; Educação Física Escolar.

### **Fomento**

Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

### **Referências**

SILVA, Tomaz Tadeu da. (Organização e tradução). **O que é, afinal, Estudos Culturais?** 4. ed. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2010.

MCLAREN, Peter. **Multiculturalismo Crítico**. São Paulo: Cortez, 1997.

NEIRA, Marcos Garcia. **Educação Física**. São Paulo: Blucher, 2011.

NEIRA, Marcos Garcia.; NUNES, Mário Luiz Ferrari. **Educação Física, Currículo e Cultura**. São Paulo: Phorte, 2009.

NEIRA, Marcos Garcia; NUNES, Mário Luiz Ferrari. **Pedagogia da cultura corporal: crítica e alternativas**. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2008.

(83) 3322.3222

contato@conedu.com.br

**www.conedu.com.br**