

IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA PEDAGÓGICA NO ENSINO MÉDIO

SILVA, Suzy Francisca do Nascimento¹

LINHARES, Jayne Nathaniele da Silva¹

COSTA, Débora Cristina Couto Oliveira²

UCHÔA, Patrícia Leitão Cabral²

MADEIRA, Francilene Batista²

INTRODUÇÃO

A prática como componente curricular (PCC) é uma das primeiras formas de experimentar a docência e colabora para o desenvolvimento da identidade profissional, estabelecendo contato direto com o futuro campo de trabalho. A Resolução do Conselho Nacional de Educação Conselho Pleno, CNE/CP 1 de 2002, institui no Art. 12 que as práticas pedagógicas devem estar presentes em todo o processo de formação, não se apresentando de forma isolada, restrita ao estágio e nem mesmo desarticulada ao longo do curso (BRASIL, 2002).

A PCC tem o potencial de otimizar a relação entre a universidade e escola, por meio da articulação entre os diversos saberes docentes - da formação profissional, disciplinares, curriculares e experienciais - favorecendo o contato do futuro professor com os desafios da realidade social desde os primeiros anos dos cursos de Licenciatura (BISCONSINI; OLIVEIRA, 2018). Os saberes resultantes da experiência dizem respeito ao aprendizado mediante os condicionantes vivenciados nas situações reais de aprendizado na/pela prática da profissão. Esses saberes são imprescindíveis e contribuem para a construção de estilos profissionais e conseqüentemente para a construção da identidade do futuro professor (TARDIF, 2010).

Freire (2011), ao discorrer sobre os saberes necessários à prática educativa, assevera que para ensinar é necessário refletir criticamente sobre a prática. Assim, as vivências em diferentes ambientes e contextos de ensino contribuem para que os acadêmicos multipliquem suas referências sobre a profissão e assim possam assumir posturas críticas sobre suas práticas docentes. Para ser um professor/sujeito de mudança é necessário buscar melhorar sua prática constantemente para alcançar a finalidade de transformar seus alunos em cidadãos críticos e capazes de mudar suas vidas e das pessoas que os cercam (SOUZA; PAIXÃO, 2015).

Ao analisar a prática pedagógica do professor de Educação Física escolar é imprescindível destacar a importância do planejamento de ensino na construção de aulas que sejam transformadoras para o aluno. Neira, Lima e Nunes (2012) ressaltam que a Educação Física, engajada na busca pela transformação social, valoriza o planejamento e procedimentos

¹ Discentes do curso de licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual do Piauí;

² Docentes do curso de licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual do Piauí;

democráticos para seleção de temas e conteúdos, as experiências reflexivas da vivência de mundo do aluno para desenvolver de forma aprofundada o diálogo com outras representações culturais.

Selecionar temas que retratem a vivência de mundo dos estudantes é levar para dentro da sala de aula conhecimentos que representam a face cultural de cada um, perpassando por aspectos como respeito ao diferente e ao outro. A este respeito, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (BRASIL, 2017, p.463) preconiza que as escolas de Ensino Médio “para acolher as juventudes devem proporcionar experiências e processos intencionais que lhes garantam as aprendizagens necessárias e promover situações nas quais o respeito à pessoa humana e aos seus direitos sejam permanentes”. O documento reitera que ensinar não é somente repassar conteúdos sistematizados, é conduzir o aluno a construir o pensamento crítico sobre a realidade que o cerca com base na estima por si e pelo os outros.

Neira, Lima e Nunes (2012) afirmam que quando os professores rompem, mesmo sem referências de embasamento, com a tradição da área e constroem junto com seus alunos uma prática pedagógica culturalmente orientada, mostram que a escola é um espaço de criação de conhecimentos relevantes. Nessa perspectiva uma ótima oportunidade para romper a tradição nas aulas de educação física no ensino médio e sair dos rotineiros conteúdos esportivos, é trabalhar conteúdos que possibilitem discussões de temas pertinentes à vida dos adolescentes do ensino médio; como o que pensam sobre si; sua forma física e suas impressões sobre corporeidade e construção de sua imagem corporal.

Ao se trabalhar o conceito de imagem corporal dentro da escola é imprescindível falar também de cultura, pois a corporeidade e consequentemente as percepções sobre imagem corporal são construídas mediante essa relação com os hábitos culturais e como os “padrões” que são impostos pela indústria cultural que visa a busca por corpos ideais e ditos “saudáveis”. Para Alves et al.; (2009), no decorrer da história, a cultura foi vista como reguladora do comportamento humano e como consequência temos a reprodução e interiorização de hábitos e costumes que se prolongam até os dias atuais. Atualmente ainda há uma necessidade de aceitação da própria sociedade para com as roupas, corpos e tudo aquilo que é necessário para que a pessoa seja considerada “perfeita”. Uma vez que, segundo Santos e Mezzaroba (2013, p.1):

Todo jovem constrói em sua mente um corpo idealizado e se esse corpo idealizado se distancia do corpo real, isso pode comprometer e interferir negativamente na autoestima deste jovem. Isso perpassa pela

percepção da imagem corporal do jovem e como essa imagem interfere em sua saúde, visto que podem surgir problemas de insatisfação pessoal.

Nesse contexto, a Educação Física enquanto componente curricular obrigatório da educação básica, deve tematizar a imagem corporal em turmas de adolescentes que estão se tornando reféns da tecnologia, na qual, expõe perfeições e padrões, em que os mesmos procuram se encaixar e para isso, realizam dietas mirabolantes quando não, acarretam distúrbios alimentares e doenças psíquicas (SANTOS; MEZZARROBA, 2013). A intervenção do professor é de grande relevância, considerando que a insatisfação corporal é responsável pelo adoecimento físico e psicológico que afeta uma grande parcela de adolescentes na sociedade atual.

A temática de imagem corporal para o projeto de intervenção na escola apresentou-se como projeto pertinente, pois a compreensão das diferenças presentes no corpo social corrobora para que os estudantes saibam respeitar e conviver com as adversidades. Também é importante dialogar com adolescentes sobre essa temática, pois dessa forma a Educação Física cumpre o seu papel social de tematizar a corporeidade nos seguintes aspectos: a aceitação com o corpo; o adoecimento relacionado à insatisfação corporal; o corpo do adolescente e as relações com os padrões culturais e as distorções de imagem corporal; contribuindo dessa forma para a redução dos níveis de insatisfação corporal, tão comuns na fase da adolescência.

Diante o exposto, este relato tem como objetivo descrever uma ação pedagógica que tematizou a imagem corporal, além de socializar as experiências decorrentes dessa prática pedagógica no ensino médio.

METODOLOGIA

Este relato é fruto de uma experiência pedagógica vivenciada no componente curricular Prática Pedagógica IV-Ensino Médio, do curso de Licenciatura em Educação Física de uma Universidade Pública Estadual de Teresina. Essa experiência foi realizada entre os meses de junho e julho de 2019, em uma escola de ensino médio da rede pública estadual da zona norte da capital, por duas acadêmicas matriculadas no 5º período do referido curso, sob a supervisão da professora que ministra o componente curricular. A prática foi realizada em duas turmas de 2º ano, no turno vespertino, totalizando uma carga horária de 20 horas entre observação e intervenção.

Inicialmente, foi realizada a observação do espaço físico da escola, a fim de caracterizar o ambiente e identificar os recursos disponíveis para a prática de Educação Física.

Para tanto, realizou-se uma entrevista com a diretora e o professor de Educação Física, onde as principais perguntas que orientaram a compreensão sobre a realidade desse componente curricular no ensino médio foram respectivamente: qual a sua percepção sobre o componente curricular Educação Física? Quais suas principais dificuldades e o que considera fundamental para o trabalho com o aluno?

A partir da conversa com o professor que ministrava a disciplina foi possível pensar em um projeto de intervenção que contemplasse o conteúdo imagem corporal. O planejamento baseou-se por meio de pesquisas sobre a imagem corporal e sua relação com a cultura e a (in)satisfação corporal de adolescentes. Em seguida, as aulas teóricas e práticas tiveram início, conforme o planejamento descrito no quadro abaixo.

Quadro 1. Descrição dos conteúdos, objetivos e metodologias utilizadas no projeto de intervenção.

Aula	Conteúdo	Objetivos	Metodologia
1ª	Imagem corporal (IC): contextualização da temática: utilização da escala de silhuetas para avaliação da insatisfação corporal.	Conhecer conceitos básicos sobre IC; Aplicar Escala de Silhuetas de Stunkard com os escolares.	Exposição do conteúdo por meio de slides; discussão em grupo e aplicação da Escala de Silhuetas de Stunkard.
2ª	Mídia e IC; Distúrbios de IC	Conhecer fatores que influenciam a distorção da IC e seus riscos para saúde; Destacar a influência da mídia na percepção de IC de jovens nos dias atuais.	Exposição de imagens de padrões de beleza veiculados nas diferentes mídias e redes sociais; Questionamentos aos alunos: <ul style="list-style-type: none"> • Vocês conhecem essas pessoas? • Consideram o corpo dessas pessoas como padrão a ser seguido? • Que sacrifícios são realizados para manter esse padrão de beleza? Exposição fotográfica de imagens de pessoas com anorexia, bulimia e vigorexia. Auto desenho da forma física do escolar.
3ª	Tematizando a IC a partir das percepções dos adolescentes.	Discutir sobre a temática IC e sua relação com o modo de vida dos adolescentes; Analisar o grau de (in)satisfação com a IC do grupo.	Apresentação dos resultados da aplicação da Escala de Silhuetas de Stunkard (em gráficos- dados gerais); Em roda de conversa: análise individual dos desenhos realizados sobre sua auto imagem; discussão sobre os conhecimentos construídos durante o projeto e influência das mídias em padrões de comportamento e busca por corpos “ideais”

Fonte: as autoras

Durante as atividades desenvolvidas nas aulas, ao explorar o conteúdo, foi realizada atividade prática para avaliação da (in)satisfação com a imagem corporal por meio da Escala de Silhueta de Stunkard adaptada ao público adolescente (CAMPANA; TAVARES, 2009). A escala apresenta nove figuras com imagens corporais que vão desde uma forma corporal mais magra até um grau elevado de obesidade. O referido instrumento prevê a realização de duas perguntas: Qual das figuras representa sua forma física atual? E qual das figuras representa a forma corporal que você gostaria de ter? Diante da resposta avaliou-se se havia satisfação (perguntas 1 e 2 representando o mesmo número da silhueta) ou insatisfação por magreza ou excesso de peso (diferença entre a escolha das figuras nas perguntas 1 e 2).

A avaliação do projeto de intervenção foi realizada durante todos os momentos de aula, por meio do feedback dos alunos, observando o entendimento dos conceitos que envolviam o conteúdo, a participação e suas contribuições com tema. Finalizou-se com uma roda de conversa com discussões sobre as imposições midiáticas de padrões corporais e suas consequências para a vida do adolescente e como torna-se um adulto ativo.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A entrevista realizada com a diretora da escola revelou que a mesma não considera o componente curricular Educação Física apenas como uma disciplina relacionada a “cultura da bola”, e sim, um importante componente para formação de valores sociais para os adolescentes da instituição. A mesma ainda afirmou que só a Educação Física trabalha o corpo em sua complexidade e de forma abrangente a cooperação entre os alunos, o respeito e a importância do outro dentro de uma prática coletiva.

Em relação ao professor da escola, observou-se que suas principais dificuldades relacionadas às aulas de Educação Física no ensino médio são: a falta de materiais, a escola não possuir uma quadra própria, a utilização excessiva do celular pelos alunos durante as aulas e ainda, o fato da grande parte não querer participar das aulas práticas. O docente considerou como fundamental para o trabalho o entrosamento com os adolescentes e buscar adentrar de certa forma no mundo deles. Sobre o manejo na sala de aula ele ainda externou como necessário o professor manter essa relação baseada no respeito, e jamais bater de frente e afrontar os adolescentes.

Em relação às acadêmicas, a preocupação inicial estava relacionada à inexperiência com o fazer pedagógico e com as dificuldades que teriam para lidar com os estudantes do ensino médio, considerando que estão vivenciando a fase da adolescência, marcada pelas alterações

no desenvolvimento físico, psíquico e social e até mesmo por conflitos internos e externos (SANTOS; MEZZARROBA, 2013). As acadêmicas superaram suas expectativas iniciais, haja vista que os estudantes corresponderam muito bem ao conteúdo; as mediações de debates e aos questionamentos que surgiram no decorrer do desenvolvimento da temática do projeto, havendo uma boa interação nas aulas. Nesse sentido, Mesquita e Lelis afirmam (2017, p. 7):

O envolvimento entre professor e aluno se estabelece quando os jovens se sentem realmente parte integrante da aula. Isto não se evidencia apenas pelo número de perguntas que o professor faz ao aluno ou pelo número de vezes que o aluno participa opinando. É muito mais do que isso, envolve o estabelecimento de uma aproximação entre pessoas, uma relação direta na qual o aluno se sente reconhecido pelo seu professor como um sujeito ativo.

Na prática pedagógica é importante reconhecer o escolar como integrante na construção do próprio conhecimento e tematizar nas aulas de Educação Física conteúdos que apresentam significado para vida cotidiana dos jovens. Percebeu-se que o conteúdo de imagem corporal provoca os alunos a ampliarem sua compreensão sobre a construção da imagem corporal na sociedade em que estão inseridos, tendo em vista que conheceram mais sobre sua corporeidade.

Na primeira aula foi aplicada a Escala de Silhueta de Stunkard, o objetivo foi identificar a insatisfação com a imagem corporal entre os escolares, em seguida houve discussão sobre a temática. Na segunda aula houve exposição de imagens de pessoas famosas e anônimos com biótipos físicos diversificados: magros, musculosos e obesos. Os escolares participaram ativamente das discussões elencando seus pontos de vista, relatando casos de preconceito, bullying e inquietações sobre as distorções de imagem corporal.

No terceiro encontro foram apresentados os resultados da aplicação da Escala de Silhuetas de Stunkard no formato de gráfico. Houve roda de conversa para apresentação dos dados, bem como, discussão sobre os conhecimentos construídos durante a aplicação do projeto de intervenção.

Dessa forma, as três aulas tiveram como finalidade auxiliar o aluno na construção do conceito de imagem corporal e seus componentes, as principais distorções de imagem, riscos a saúde e os fatores que influenciam diretamente a distorção de imagem. Os recursos utilizados para ministrar as aulas foram exposição de slides por meio de data show, cópias do instrumento para avaliação da imagem corporal (CAMPANA; TAVARES, 2009).

A temática abordada no projeto mostrou-se pertinente diante dos resultados obtidos. Observou-se com a aplicação da Escala de Silhuetas que houve insatisfação com a imagem corporal para a maioria dos escolares (93% em uma turma e 71% na outra). Observa-se que diante de um nível elevado de insatisfação discussões sobre o tema podem sugerir possíveis

mudanças de comportamento e ainda o planejamento de estratégias que possam ajudar os estudantes a mudarem suas percepções. De acordo com Santos e Mezzaroba (2013), o adolescente nessa fase tem como característica comportamentos de contestação que o tornam vulnerável. Neste contexto começam a desenvolver preocupações ligadas ao corpo e à aparência.

Os alunos em seus comentários durante a explanação do conteúdo, demonstraram insegurança e insatisfação com sua imagem, citando o que não gostam no corpo, o perfil de corpo que gostariam de ter e a imagem que tinham de si. A este respeito Maturana (2004,p.1) afirma que “imagem corporal é a figuração do próprio corpo formada e estruturada na mente do mesmo indivíduo, ou seja, a maneira pela qual o corpo se apresenta para si próprio.”

Desta forma, foi importante tratar também dos fatores que intervêm na construção da autoimagem, pois é nessa fase que o indivíduo é mais persuadido por padrões consolidados socialmente. Santos e Mezzaroba (2013,p.1) acrescentam que “a construção social do corpo perfeito a partir da magreza se reflete muito na juventude, principalmente no sexo feminino, por isso se faz necessário atentarmos para essa discussão”.

Com relação à vivência da prática pedagógica mesmo dentro das dificuldades encontradas no cotidiano escolar, dos erros cometidos na tentativa de fazer o melhor, foi possível perceber que essa experiência é sempre significativa e enriquecedora para formação. Discorrendo sobre a prática docente e suas nuances Karnal (2012, p. 24) destaca de forma positiva que:

Pouco a pouco, errando bastante e sempre tentando acertar, decepcionando-se e reentrando no jogo é que você vai construindo sua história de professor. Essa história será tecida a partir de um jogo acidentado de erros e acertos. E no final? Não sei! Ainda não cheguei nele, mas se você está lendo isto é porque, de alguma forma, nós acreditamos num bom final!

O saber pedagógico é embasado em erros e acertos, marcando a construção da prática docente dia após dia. A prática pedagógica proporcionou o contato com os adolescentes, com suas incertezas e insatisfações assim observadas por meio do projeto, de tal forma emergiu a reflexão sobre a responsabilidade assumida de trabalhar temas que contribuam para que o aluno tenha uma percepção crítica e reflexiva sobre a realidade social. E acima de tudo, foi possível aprender com a práxis, a importância da ação do professor como mediador do conhecimento.

CONCLUSÃO

A prática pedagógica permitiu às acadêmicas vivenciar a realidade do ambiente escolar durante o processo de formação inicial, possibilitou diálogos importantes e experiências que servirão de base para construção da sua identidade profissional. Teoria e prática foram vivenciadas seguindo metodologia didática orientada em sala de aula por docentes do curso de Educação Física e o contato com as inquietações do universo dos adolescentes propiciou reflexões sobre a extensão do fazer docente.

A experiência propiciou planejar a partir da temática sobre (in)satisfação com a imagem corporal a possibilidade de transcender e buscar em um conteúdo formas de mediar uma reflexão significativa para o cotidiano dos escolares, além de trabalhar um conteúdo que foge da “cultura da bola”, tão arraigado dentro das escolas.

É importante discutir sobre o conteúdo de imagem corporal nas aulas de educação física no ensino médio, pois é preciso refletir com os jovens a representação do corpo dentro da sociedade, a influência midiática nos padrões de beleza e os fatores que interferem diretamente sobre as possíveis distorções de imagem, considerando que estas estão relacionadas ao agravamento da saúde de uma população jovem.

A imersão das futuras professoras na escola proporcionou vivenciar o desenvolvimento de competências e habilidades inerentes ao fazer docente, assim como, o contato com a realidade cultural e social em que a escola está inserida.

REFERÊNCIAS

ALVES, D. et al . Cultura e imagem corporal. **Motri.**, Santa Maria da Feira , v. 5, n. 1, p. 1-20, jan. 2009

BISCONSINI, C. R.; OLIVEIRA, A. A. B. A Prática como Componente Curricular na formação inicial de professores de Educação Física. **Movimento**, Porto Alegre v. 24, n. 2, p. 455-70, 2018.

BRASIL/Ministério da Educação, Conselho Nacional de Educação. Resolução CNE/CP 1, de 18 de fevereiro de 2002. Institui **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Formação de professores da Educação Básica, em nível superior**, Curso de Licenciatura, de graduação plena. Brasília, 2002.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular: Ensino Médio**. Brasília: MEC/Secretaria de Educação Básica, 2017. Disponível em:

CAMPANA, A.N.N.B; TAVARES, M.C.G.C.F. **Avaliação da Imagem corporal: instrumentos e diretrizes para a pesquisa**. São Paulo: SP: Phorte, 2009.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 2011.

KARNAL, Leandro. **Conversas com um jovem professor**. São Paulo: Contexto, 2012.

MARQUES, M.I. et al., (In)Satisfação com a imagem corporal na adolescência. **Nascer e Crescer**, Porto , v. 25, n. 4, p. 217-221, dez. 2016 .

MATARUNA, L. Imagem Corporal: noções e definições. **EFDeportes.com**, Revista Digital. Buenos Aires, ano 10, n.71, abr. 2004.

MESQUITA, S.S.A; LELIS, I. **O exercício da docência no ensino médio: a didática marcada pelas dimensões relacionais e motivacionais na prática docente**. Out. 2017.

NEIRA, M.G.; LIMA, M.E.; NUNES, M.L.F. (Org.). **Educação Física e Culturas: um ensaio sobre a prática**. São Paulo: FEUSP, 2012.

SANTOS, V.M.; MEZZAROBBA, C. A percepção da imagem corporal: algumas representações de corpo na juventude. **EFDeportes.com**, Revista Digital. Buenos Aires, ano 2013, n.182, jul. 2013.

SOUZA, J.A.; PAIXAO, J.A. A prática do bom professor de Educação Física na perspectiva dos alunos do ensino médio. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**. Brasília, v. 96, n. 243, p. 399-415, Aug. 2015 .

TARDIF, Maurice. **Saberes docentes e formação profissional**. Petrópolis RJ: Vozes, 2010.