

CINESIOLOGIA HUMANA NA EDUCAÇÃO ESCOLAR BÁSICA: AMPLIANDO OS CONHECIMENTOS SOBRE O MASTIGAR

RICARDO YOSHIO SILVEIRA RIBEIRO
Instituto de Cinesiologia Humana São Paulo
Universidade Nove de Julho
São Paulo; SP; Brasil
ricardoyoshio67@yahoo.com.br

RESUMO

Culturalmente a sociedade em geral entende que na aula de Educação Física é o momento de brincar, jogar e treinar o físico. Os alunos dos 5º anos do ensino fundamental II da EMEF Antônio de Alcântara Machado compreendem que estudar faz parte do cotidiano das aulas de Educação Física aprendendo coisas interessantes e aplicáveis no dia a dia. O mastigar foi o tema de aula escolhido para desenvolver com os alunos, considerando o desconhecimento por parte deles sobre esse movimento tão importante para nossa qualidade de vida. O objetivo deste texto é relatar a experiência sobre os conhecimentos do mastigar para a vida cotidiana dos alunos.

Palavras-chaves: Cinesiologia Humana; Mastigar; Educação Física.

INTRODUÇÃO

Estudar nas aulas de Educação Física? Culturalmente a sociedade em geral entende que nessas aulas é o momento de brincar, jogar e treinar o físico. Historicamente a Educação Física serviu a interesses políticos e sociais e até os dias atuais ainda é uma área descaracterizada do ponto de vista epistemológico e acadêmico. Essa descaracterização se dá na medida em que não se tem um objeto de estudo e uma concepção clara e definida. Alguns estudos trouxeram a tona à fragilidade da nossa área e a crise no qual se encontra (SILVEIRA & TANI, 2008), além de sua possível extinção (BRESSAN, 1979), (BRITO, 1969). A falta de clareza sobre “o que”, “como”, “para que” e “por que” ensinar tem tornado as aulas de Educação Física descaracterizadas, com práticas descontextualizadas e com pouca preocupação com o saber escolar.

Se pretendermos que a Educação Física seja entendida como “disciplina” na escola, vamos ter que provar muita coisa. Então essa questão de “disciplina” curricular torna-se essencial; questão que eu, assim como muitos, queremos retomar, para ver a Educação Física tendo um lugar de respeito, de mérito, comparado a outras “disciplinas” da escola. Fala-se que para ser disciplina curricular na escola nós devemos ter claramente definido o conteúdo próprio a ser ensinado numa instituição escolar, e que esse conteúdo deveria ser fruto de um conhecimento sistematizado e acumulado historicamente. Agora começam a se perguntar: Que conteúdo é esse? Fala-se também que a legalidade ou o aspecto legítimo do trabalho competente no interior da escola não virá através de decretos. Isso é bem entendido mas virá pelo processo de produção do conhecimento. Porém, produção de conhecimento em quê? Fala-se, nesta mesma linha de pensamento, que a Educação Física deve ser disciplina acadêmica, que ela deve ter um objeto de estudo claro e próprio [...]. (MARIZ DE OLIVEIRA, 1991, p,2)

Será possível o (a) professor (a) ensinando e os (as) alunos (as) aprendendo conhecimentos (conceituais, procedimentais e atitudinais) sobre o movimentar-se envolvendo diferentes aspectos e que caracterize nossa área, levando-se em conta também o incentivo a proficiência escritora e leitora nas aulas de Educação Física? Os alunos do ensino fundamental da EMEF Antônio de Alcântara Machado entendem que estudar pode fazer parte do cotidiano

das aulas de Educação Física. Para se justificar como componente curricular obrigatório (BRASIL, 1996 art. 26), a Educação Física na escola deve propiciar aos alunos (as), aulas com conhecimentos específicos mais aplicáveis no cotidiano.

O tema MASTIGAR surgiu a partir da nossa observação do cotidiano escolar, pois no momento do recreio e principalmente no jantar percebeu-se que os (as) alunos engoliam os alimentos sem praticamente mastigá-los. Sabemos que a mastigação é o primeiro momento da digestão e sua realização deve ser feita mastigando corretamente os alimentos antes de ingeri-los. De acordo com a Associação Brasileira de Motricidade Orofacial (ABRAMO, 2007) a mastigação correta beneficia o tônus muscular da boca e da língua, a saúde dos dentes e o bom funcionamento do sistema digestivo.

Erros mais comuns na mastigação são: Não mastigar e engolir o alimento quase inteiro; Fazer movimentos exclusivamente verticais com a mandíbula, o que significa que a mastigação é interrompida antes da fase de pulverização que exige os movimentos rotatórios; Não fechar os lábios para mastigar (não é só uma questão de estética: boca fechada auxilia a língua na manutenção do bolo sobre os dentes que trituram os alimentos). ABRAMO, 2007

Este relato de experiência tem por objetivo descrever a utilização do conceito da Cinesiologia Humana para organizar e sistematizar os conhecimentos sobre o movimento humano e apresentar um tema de aula: “mastigação”, desenvolvido com os alunos do 5º ano do ensino fundamental nas aulas de Educação Física, no ano de 2013, onde atuo como professor na EMEF Antônio de Alcântara Machado, localizada à Rua Belgrado 74, Vila Moinho Velho – Diretoria Regional do Ipiranga.

Apresentamos a seguir os momentos de preparação das aulas e justificar que não buscamos um reducionismo, muito menos buscar uma indissociação do ser humano no contexto social, mas demonstrar uma das inúmeras possibilidades de temas advindas do conceito da Cinesiologia Humana.

DESENVOLVIMENTO

Alguns momentos foram considerados imprescindíveis para o desenvolvimento da nossa práxis. Elaborado no início do ano letivo de 2013, o Plano de Ensino de Educação Física foi um documento importante que direcionou a prática pedagógica e contou com supervisão e análise crítica da equipe gestora.

Utilizamos os critérios de seleção e inclusão de conteúdo apresentados pelos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1997. Pg. 35) **relevância social** cuja aprendizagem possibilita a promoção e manutenção da saúde pessoal; **características dos alunos** além da consideração com a região, a aprendizagem dos alunos deste conteúdo levando em consideração as dimensões conceituais, procedimentais e atitudinais; **características da própria área**, para Mariz de Oliveira (2005, p. 5) define e considera que o objeto de estudo e a especificidade do componente curricular é o movimento humano a ser explorado e desenvolvido nas aulas de Educação Física com o objetivo:

“viabilizar ao aluno a aprendizagem de conhecimentos relacionados ao movimento humano que permita-lhe, individual e intencionalmente (1) a utilização de potencialidades para movimentar-se, genérica ou especificamente, de forma habilidosa e, em correspondência, (2) a capacitação para, em relação ao meio em que vive, agir (interagir, adaptar-se, transformar...), na busca de benefícios para a qualidade de vida”.

Para contemplar a leitura e escrita consideramos o Referencial de Expectativas para o Desenvolvimento da Competência Leitora e Escritora no ciclo II do ensino fundamental (SME/DOT, 2006. pg. 10)

Trabalhar com a diversidade de textos em todas as áreas não significa deixar de definir os objetivos e conteúdos específicos do ensino de cada área no ano do ciclo. É preciso lembrar que os gêneros, por si mesmos, não são conteúdos, e sim ferramentas que possibilitam o acesso ao conhecimento da área a ser estudada. Assim, cabe a cada área definir no planejamento os textos e os suportes que serão trabalhados, bem como os objetivos a serem atingidos em cada momento de leitura.

O tema de aula MASTIGAÇÃO foi desenvolvido considerando os blocos de conteúdos apresentados pela proposta da Cinesiologia Humana:

- (1) Movimentar-se relacionado com o ambiente físico e social;
- (2) Habilidades relacionadas com o movimentar-se;
- (3) Capacidades relacionadas com o movimentar-se;
- (4) Estruturas e Potencialidades para realizar movimentos. (MARIZ DE OLIVEIRA 2006).

PLANEJAMENTO DAS AULAS

O tema de aula MASTIGAR foi realizado no 2º bimestre a partir da elaboração das seguintes expectativas de aprendizagens para o 5º ano do ensino fundamental. De acordo com o plano de ensino o tema MASTIGAR se desenvolveu em unidades didáticas, com aproximadamente 4 aulas de educação física. Apresentamos a seguir as expectativas de aprendizagens: (1) Conhecer as funções das estruturas do maxilar e dentes relacionados com o movimento de mastigar; (2) Explicar e demonstrar diferentes fases e formas da mastigação; (3) Perceber o próprio corpo em movimento nas situações de prática; (4) Elaborar registro acerca das manifestações estudadas e produções dos processos vivenciados, em forma de relato oral ou outro (desenho, ilustração, escrita, fotografia etc.). Estabelecemos também as expectativas de aprendizagens e organizamos didaticamente as aulas considerando – os conhecimentos prévios dos alunos; a vivência e experimentação do respectivo tema através de aulas práticas e a organização e sistematização do que foi realizado estabelecendo relações com conceitos, princípios e atitudes.

Para desenvolver o conteúdo conceitual apresentou-se *slides* do aplicativo do *Microsoft Office - Power Point* no projetor fazendo parte das atividades sugeridas para desenvolver as ações educativas. Para cada slide foi relacionado um conceito estrutural, funcional, histórico e cultural do mastigar.

A professora Viviane Cristina Calefo Toyama responsável pela sala de Leitura auxiliou no desenvolvimento de conteúdo tema incentivando a leitura de contos relacionados ao tema paladar extraído do livro ALMANAQUE DOS SENTIDOS de Carla Caruso, (2009) e a professora regente da sala Mayra Anacoretto Correa Ponce contribuiu explicando sobre os tipos de alimentos (energéticos, construtores e reguladores).

DA TEORIA A PRÁTICA: A CONSTRUÇÃO DO CONHECIMENTO SOBRE A MASTIGAÇÃO

A organização didática se desenvolveu de maneira dinâmica e flexível durante os 45 minutos da aula, a saber:

Na primeira e segunda aula os alunos conheceram as estruturas do maxilar e os tipos de dentes relacionados às fases da mastigação (1ª cortar, 2ª triturar e 3ª pulverizar os alimentos); compreenderam sobre a importância da mastigação bilateral para preservação das estruturas ósseas e musculares e assim evitar desgastes irregulares dos dentes e dores por conta desequilíbrio do tônus muscular. No momento procedimental os alunos experimentaram uma aula prática mascando uma goma de mascar. Foi solicitado previamente que o (a) aluno (a) trouxesse uma goma de mascar sem açúcar. Nesse momento orientamos os (as) alunos (as) a

cortarem a goma de mascar com os dentes frontais (incisivos), em seguida deveriam perceber a ação dos dentes molares para realizar a trituração dos alimentos. (Figura 1) Outra situação interessante foi à percepção da língua na movimentação lateral da goma de mascar.

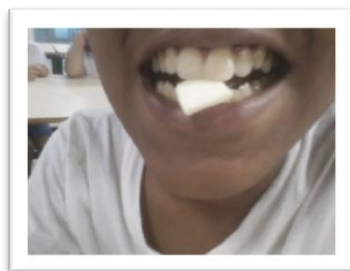


Figura 1. Mascando chiclete.

Finalmente foi solicitado que descartassem a goma de mascar no lixo para conversarmos sobre a percepção de força e outras impressões sobre a mastigação, também foi alertado sobre os perigos da obstrução da garganta ao se masca-lo durante algum tipo de atividade física.

Na terceira aula descobriram que devemos mastigar os alimentos até que sejam transformados num bolo pastoso e que quanto mais duro o alimento maior o número de mastigações, incentivamos aos alunos que procurassem aplicar esses conhecimentos em todos os momentos que estão ingerindo algum alimento.

Na quarta aula incentivou-se que cada aluno (a) elaborasse individualmente um portador textual - folheto informativo. Foi então distribuída aos alunos (as) meia folha de sulfite e orientados (as) que: (1) dobrassem a folha ao meio formando uma capa, página 1, 2 e 3; (2) criassem um *slogan*, uma imagem que remetesse ao tema mastigação para criar a capa; em seguida foram redigidos nas páginas 1 e 2 textos na forma de dicas para uma correta mastigação, assim como também o uso de desenhos para reforçar o texto escrito. A página 3 foi propositalmente deixada em branco, pois posteriormente foi colada a folha de papel pardo para a exposição. Após uma leitura prévia realizamos a exposição dos folhetos nos murais da escola. (Figura 2 e 3)



Figura 2. Folheto aluna 1



Figura 3. Folheto alunos 2 e 3

AValiação DA APRENDIZAGEM

Consideramos que a avaliação é um momento muito importante, porém muito confuso quando se trata do componente curricular Educação Física.

Culturalmente utilizávamos ferramentas que privilegiam os mais habilidosos e aptos fisicamente.

Para realizar a avaliação da aprendizagem dos conteúdos desenvolvidos utilizamos como ferramentas: (1) a atuação dos alunos durante as aulas, (2) a devolutiva dos alunos sobre o mastigar no dia a dia e (3) o registro das atividades vivenciadas em cada aula através da exposição no mural da escola. (Figura 4).



Figura 4. Exposição mural da escola

Acreditamos que o fazer, refletir e registrar são ações extremamente importantes para que os alunos possam aprender e os professores se fazer entender.

Houve um envolvimento grande dos alunos (as) em todos os encontros e pudemos percebermos mudança de atitudes no jantar, uma vez que eles (as) prestavam mais atenção nesse momento e que permaneciam sentados comendo mais tempo. No final aqueles (as) alunos (as) que já possuíam inscrição na rede de relacionamentos *facebook* postaram espontaneamente fotos e comentários positivos sobre as aulas. Considerei tal gesto como uma demonstração de carinho e apreço pelo estudo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Acreditamos na importância da Educação Física enquanto componente curricular para a educação básica e no real e significativo valor educacional ao estudar o movimento humano. Possibilitamos aos alunos a aquisição de conhecimentos importantes e auxiliamos na capacidade leitora e na formação cidadã de alunos mais conscientes e com autonomia, através da aprendizagem significativa sobre o mastigar, e seus cuidados para que possam de forma intencional e voluntária buscar benefícios para sua qualidade de vida.

Por fim, acreditamos ser necessária a continuidade da elaboração e desenvolvimento de estudos que possam contribuir para a reflexão e análise relacionadas com a proposta da Cinesiologia Humana como área de conhecimento.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Associação Brasileira de Motricidade Orofacial. Disponível em: <http://www.abramofono.com.br/?p=1123>. Último acesso em 21/10/2015.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros curriculares nacionais : Educação física / Secretaria de Educação Fundamental. – Brasília: MEC/SEF, 1997.

BRESSAN, E. S. 2001: The Profession is dead – was it murder or suicide? Schwab, J. Problems, topics, and issues. Quest, 31(1), 77 – 82. 1979.

BRITO, A.P. Para onde vai a “Educação Física”? EDUCAÇÃO FÍSICA. DESPORTOS. SAÚDE ESCOLAR. Ministério da Educação Nacional, Lisboa, Portugal. Direção-Geral da Educação Física, Desportos e Saúde Escolar ; No. 18, Abril, 10-13, 1969.

BRASIL. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996.

MARIZ DE OLIVEIRA, J. G. Educação Física Escolar: Construindo Castelos de Areia. Revista Paulista de Educação Física, São Paulo, v. 5, n. 1/2, p. 5-11, jan./dez. 1991.

_____. Colóquio sobre a Epistemologia da Educação Física: Da Educação Física a Cinesiologia Humana. Conselho Federal de Educação Física. Paraná, julho 2005.

_____. Da Educação Física a Cinesiologia Humana. Seminário de Políticas Públicas para a Educação Física Escolar. Assembléia Legislativa, São Paulo, 2006.

_____. Cinesiologia Humana (Educação Física) na Educação Escolar Básica: objetivos e conteúdos no processo ensino-aprendizagem. São Paulo: Instituto de Cinesiologia Humana de São Paulo, 2010. Palestra apresentada nos dias 22 e 29 de maio 2010; SEDESC - Secretaria de Desenvolvimento Social e Cidadania; São Bernardo do Campo, SP.

Secretaria Municipal de Educação. Diretoria de Orientação Técnica. SME / DOT. Orientações curriculares e proposição de expectativas de aprendizagem para o Ensino Fundamental: ciclo II: Educação Física / Secretaria Municipal de Educação – São Paulo: 2007.

Secretaria Municipal de Educação. Diretoria de Orientação Técnica. Referencial de expectativas para o desenvolvimento da competência leitora e escritora no ciclo II : caderno de orientação didática de Educação Física / Secretaria Municipal de Educação – São Paulo : SME / DOT, 2006.

SILVEIRA, S.R.; TANI, G. Educação Física como área de conhecimento na Escola de Educação Física e Esporte da USP: um estudo da sua trajetória e constituição a partir do seu periódico institucional. Rev. bras. Educ. Fís. Esp., São Paulo, v.22, n.1, p.35-44, jan./mar. 2008.

Endereço: Rua Simão Lopes 1587.

Cep. 04167-001. Vila Moraes. São Paulo. SP. Brasil

Email: ricardoyoshio67@yahoo.com.br

HUMAN KINESIOLOGY IN BASIC SCHOOL EDUCATION: EXPANDING THE KNOWLEDGE ABOUT THE CHEW

RESUME

Cultural society in general understands that the Physical Education classes are the time to play, play and train physical. Students of the 5th year of elementary school II EMEF Antonio de Alcantara Machado understand that study is part of the daily school physical education learning interesting things and apply on a daily basis. The chewing was the theme of classroom chosen to develop with the students, considering the ignorance on the part of them about this movement is so important for our quality of life. The purpose of this paper is to report the experience of the knowledge of the chew to the daily lives of students.

LA KINÉSIOLOGIE DANS L'ENSEIGNEMENT SCOLAIRE DE BASE: L'ÉLARGISSEMENT DES CONNAISSANCES SUR LA MASTICATION

RÉSUMÉ

La société culturelle en général comprend que les cours d'éducation physique est le temps de jouer, le jeu et l'entraînement physique. Les élèves de la 5e année du primaire II EMEF Antonio de Alcantara Machado comprendre que l'étude fait partie de l'éducation physique quotidienne à l'école apprendre des choses intéressantes et d'appliquer sur une base quotidienne. La mastication a été le thème de la salle de classe choisi pour élaborer avec les étudiants, compte tenu de l'ignorance de la part d'entre eux à propos de ce mouvement est tellement importante pour notre qualité de vie. Le but de cet article est de présenter l'expérience de la connaissance de la mastication de la vie quotidienne des étudiants.

HUMANO KINESIOLOGÍA EN LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA: AMPLIAR EL CONOCIMIENTO SOBRE LA MASTICACIÓN

RESUMEN

La sociedad cultural en general entiende que las clases de Educación Física es la hora de jugar, el juego y el entrenamiento físico. Los estudiantes del quinto año de la escuela primaria II EMEF Antonio de Alcántara Machado entienden que el estudio es parte de la educación física en la escuela todos los días aprendiendo cosas interesantes y se aplican sobre una base diaria. La masticación fue el tema elegido para desarrollar en el aula con los estudiantes, considerando la ignorancia por parte de ellos acerca de este movimiento es tan importante para nuestra calidad de vida. El propósito de este trabajo es reportar la experiencia del conocimiento de la masticación de la vida cotidiana de los estudiantes.

CINESIOLOGIA HUMANA NA EDUCAÇÃO ESCOLAR BÁSICA: AMPLIANDO OS CONHECIMENTOS SOBRE O MASTIGAR

RESUMO

Culturalmente a sociedade em geral entende que nas aulas de Educação Física é o momento de brincar, jogar e treinar o físico. Os alunos dos 5º anos do ensino fundamental II da EMEF Antônio de Alcântara Machado compreendem que estudar faz parte do cotidiano das aulas de Educação Física aprendendo coisas interessantes e aplicáveis no dia a dia. O mastigar foi o tema de aula escolhido para desenvolver com os alunos considerando o desconhecimento por parte dos alunos sobre esse movimento tão importante para nossa qualidade de vida. O objetivo deste texto é relatar a experiência sobre os conhecimentos do mastigar para a vida cotidiana dos alunos.