135 - CONHECIMENTO CORPOREIDADE, UM OLHAR PARA DENTRO.

Ingrid Juliana Espitia Cifuentes
Universidad de Cundinamarca, programa ciencias del deporte
Grupo de investigación Praxis Edufisica
Soacha, Cundinamarca, Colombia
juliespitia1216@gmail.com

doi:10.16887/87.a1.135

RESUMO

O ser humano é um conjunto que consiste em partes que o compõem, existe uma relação inato destes componentes e, assim, deve ser conseguido gerar um equilíbrio entre eles; compreender que você não pode entender como uma dualidade de corpo e mente. A aprendizagem não se limita apenas ao conhecimento de que é cultivado na mente, como não há conhecimento através do corpo com a qual componentes embutidos, tais como o motor e sensorial entre outros, através do qual são próprio conhecimento é alcançado um retorno para que nos permite compreender o mundo, entender e estar ciente das coisas que são conhecidas sem saber.

INTRODUÇÃO

Considerando o trabalho de ação Varela não é apenas uma ação, ou seja, isso não implica apenas o movimento do corpo humano, mas uma reflexão sobre isso, uma compreensão da sua finalidade, consequências e tudo o que implica é necessário o movimento do corpo humano no mundo. Assim como o homem é senhor do seu corpo; mas não um corpo. Então, por que a sociedade de hoje continua comprometido com o simples fato de ação? Talvez seja porque ele é o que você vê, e é aqui onde surge um outro problema, que nós sentimos ou esquecidos nos sentir? Claro, isso é outra questão que ainda está para ser desenvolvido.

Dada a ação consciente como uma cognição duração (Varela 1991) ou como eu chamaria de nossa parte, um olhar para dentro, uma viagem para tudo o que você acha que sabe, mas não é conhecido. O ser humano é simplesmente carregado com a tarefa de aprender a partir do exterior, mas deixar de lado as consequências internas que isso implica, como muitas vezes os seres humanos contorna o equilíbrio que deve existir entre corpo e mente, portanto, ele é responsável por cultivar um conhecimento sabendo (mente) e não prestar atenção ao que seu corpo está ensinando.

Há agora priorizando nos sistemas de ensino de modo culturalmente tem sido chamado de "cognitivo", argumentando que é necessário para aprender está sujeita a processos de pensamento único, ou o que historicamente tem sido chamado de "intelectual. Embora os documentos políticos recentes que são referidos estudos a longo dos Dellors (1997) continua a perpetuar a educação para a vida dualistas processos mentais e corporais. Será que a aprendizagem ocorre apenas com o cérebro -mente- ou produto da relação como seres humanos desenvolvem através do nosso corpo? Razão tinha Cajigal (1979), quando ele notou a crise de valores e supervalorização da tecnologia. Portanto, é então de saber apenas o que está relacionado com o que temos chamado para fora, ou objeto, o que aconteceria se nós demos uma volta para dentro, em direção ao sentimento e experimentar com o nosso corpo?, Será possível trazer o know dentro de casa, para a consciência.

É através de nossos corpos que podem acumular experiência humana, por meio dela que aprendemos do mundo, vivendo-a, tornando-a uma experiência. O homem se adapta pela mesma experiência, quando você entender que seus hábitos são o que tornam as relações culturais e sociais estão definindo o campo do conhecimento. Através da integração no mundo social refere-se à relação que se desenvolve as expectativas potencial humano e as várias possibilidades de desenvolvimento, onde testa seu conhecimento e consciência dele.

Neste sentido, o ser humano conhece o mundo através de sua realidade física, aumentando suas capacidades de movimento, este destina-se a Cagigal (1979), quando ele afirma que "não há nada na mente que não tenha sido o primeiro nos sentidos". Assim, há uma relação intrínseca entre o desenvolvimento biológico e mental do ser humano; nos estágios iniciais de desenvolvimento, onde os sentidos desempenham um papel essencial no processo de maturação biológica de pessoas, mas não só incide sobre isso, porque nós somos corpo, então mantivemos em constante aprendizado e descoberta. Com o passar do tempo, o ser humano perde a conexão com os seus sentidos, parar de prestar atenção ao que eles mostram, desconfiando o conhecimento que eles podem proporcionar.

EDUCAÇÃO em todo o corpo

educação física de acordo Cajigal é "a atividade (prática, a arte, a ciência, o método ...) que o homem tem organizado para ajudar os seus pares para melhor desenvolver as suas competências pessoais e sociais". Esta atividade de educação física, ou seja, a educação corporal, mudou-se para um ambiente específico, escola ou faculdade, que se caracteriza por uma assimilação de ideias culturais, especialização e fixação eficiência transferido para a fixação o resultado. Podemos ver na educação física no campo da escola atual, onde eles colocam de lado a importância da especificidade de cada ser humano e apenas resultado de uma ação motora mecanizada é esperado.

A interdisciplinaridade é uma tentativa de explicar todo o ser humano, fragmentando por disciplinas científicas, que não poderiam ser entendidas individualmente ou separadamente; A educação física também é entendida como um conjunto de diferentes disciplinas, mas às vezes você não consegue encontrar a relação, ao contrário de uma interação constante entre essas disciplinas permite aprender ser humano consciente. Este interage então primeiro nós "aprender algo" que só realizar mecanicamente, eventualmente, tornar-se consciente de por que, para que a sensação de que o conhecimento adquirido anteriormente. Essa consciência é graças a experiências e ambientes onde os seres humanos colocar esse conhecimento em prática.

Conforme indicado em Paulo Freire (1969) "A verdadeira educação é práxis, reflexão e ação do homem sobre o mundo para transformar" a consciência é visto como o homem momento de reflexão e chumbo medidas para mudar a si mesmo e portanto, o seu meio ambiente. No entanto, a educação física atual está focada em know-how, movimentos mecanizados são realizados sem ter consciência deles só na prática, deixando de lado os processos que emergem verdadeira educação (reflexão e ação).

Essa aprendizagem deve ser alcançado a partir de todas as áreas em que o ser humano preso a esta maneira de entender a relação essencial e intrínseca entre mente e corpo, entendendo que estes são parte de um todo que é o ser humano.

Este tipo de relacionamento que ocorre em seres humanos, é também evidente em seu ambiente, especificamente em educação física, como uma dualidade entre a experiência e know-how para conhecer e saber ser, que negligencia a importância também é apresentado que é o fato de que os alunos sabem por que as práticas corporais que desempenham e só centrar a sua atenção para a execução de actividades, jogos, exercícios, que eles simplesmente levar a uma ação sem realmente ido através dos sentidos, e que implicava a consciência.

A educação física que leva ao "conhecimento como inação, que depende da processos sensório-motoras, percepção e ação para resultar em cognição viveu" (Varela, 1991). Então, por que ele ainda está em desenvolvimento a educação física simplesmente da ação? Onde estão os processos de percepção e motoras sensoriais? A educação física é em um ponto crucial onde a mudança é a única opção. A educação física com um olhar para dentro que ensina aprender com o que é percebido, o que você sente, o que você pensa, o que reflete, em seguida, se atingir a consciência e, portanto, uma série de ações ser consciente, no mundo e estar no mundo. Como discutido acima, refere-se encontrar com o "fora", mas não pode ser limitado apenas a esta, porque se falamos de corpo deve ser entendido que a resposta está em nós mesmos, para entender que tudo que somos e refletida em nossas atividades, atitudes, movimentos, ações. O ser humano para ser consciente do seu corpo e interior, o que, em acontecendo eo que você pode fazer, conseguiu entender que tudo o que acreditamos e sabemos que deve ir através dos sentidos e corpo para vir à mente. Não há separação ou dualidade entre estas duas partes são um todo que nos permite conhecer.

Materialização de pensamentos e sentimentos

É essencial que os seres humanos entender que a aprendizagem leva a agir, pensar e sentir de maneira diferente, por i

sso não vai ser o mesmo depois de uma experiência que conseguiu interiorizar e compreender. O mesmo acontece quando sentimentos gerenciar somatizar sentimentos transformando-as em sensações que afetam seu corpo. O homem que tem danos à sua garganta, que as palavras não saem de sua boca e também acredita que é apenas um resfriado ou um vírus que o atacou. Agora, ele entrou em um estado de consciência corporal, auto-análise, para refletir sobre suas ações, e percebeu que deveria dizer algo, diga algo que o atormentava dia e noite, que fala à alma, que o fato falar o que ele tinha a dizer, que o mal alienar sua garganta para seguir.

Um dia, em uma classe de aula, chegamos a um ponto de viragem de controle do corpo. E é assim que a vontade é forjada? A vontade é um elemento psicológico, mas se ele está profundamente visto a vontade é forjada com o corpo. O fato de acordar sem um alarme todos os dias para ir ao trabalho, ou talvez o jejum sem adoecer. Exercer todos os dias, ao mesmo tempo, ou manter por horas a entrada para a casa de banho. Correr uma maratona e sentir que você não pode seguir, mas chegar ao fim. Será que todos os exemplos acima não são conscientes vai colocar em ação?

Será treinado a partir do corpo é um exemplo das muitas mudanças que podem ser feitas na aula de educação física. Educar o corpo, é educar todo o ser, é para educar elementos para produzir mudanças verdadeiramente notáveis. E o que a boa vontade no mundo e mudar? Muito ou pouco, embora ele gosta de chuva durante horas sem ficar doente, ou ler um livro sem parar até o fim. Ou simplesmente dizer a um estudante que entra aula de biologia durante 4 horas, eo rosto de horror que será visto.

bliografia

cultura intelectual, cultura Fisca (1979) Jose Maria Cagigal.
Varela. A árvore do conhecimento. Debate. Madrid. 1991
Educação como Prática da Liberdade (1969) Pailo Freire