

A RELAÇÃO DA AUTOESTIMA COM AS PRÁTICAS CORPORAIS: UMA ANÁLISE COM OS ESTUDANTES DO IFMS - CAMPUS CAMPO GRANDE-MS

¹IFMS – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso do Sul- Campus Campo Grande

Felipe Souza do Nascimento- email: felipe.nascimento4@estudante.ifms.edu.br; Karolyny de Souza Leite – email: karolyny.leite@estudante.ifms.edu.br; Fernanda Ravenna Domingos Dias Lima: email: Fernanda.lima2@estudante.ifms.edu.br

Luís Eduardo Moraes Sinésio: email: luis.sinesio@ifms.edu.br

Área/Subárea: Ciências Humanas, sociais aplicadas e linguística

Tipo de Pesquisa: Científica.

Palavras-chave: Práticas corporais, autoestima e adolescência.

Introdução

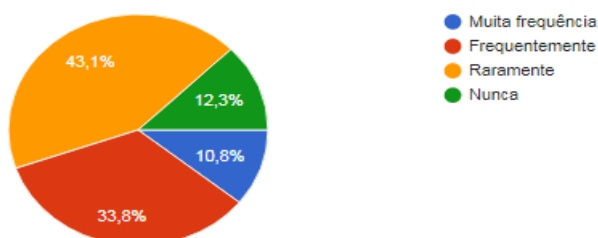
A educação física tem como objeto de estudo o corpo e o movimento, estas ações corporais de maneira mais ou menos ordenada, por meio de jogos, esportes, danças e outros. O principal objetivo das práticas corporais é auxiliar os praticantes desses exercícios a criarem uma visão crítica sobre o mundo, pois essas atividades são criações humanas e diversos elementos culturais, estimulando assim, os alunos a serem seus próprios produtores de cultura. Para tanto, é preciso de um equilíbrio mútuo entre corpo e a mente, no que tange respeito a autoestima.

Metodologia

Este estudo foi caracterizado como sendo de natureza descritiva exploratória e qualitativa, Para atingir o seu objetivo, a pesquisa foi organizada da seguinte maneira: no primeiro momento a leitura de artigos, e no segundo momento, a coleta de dados foi realizada a partir de um questionário informativo via on line, Os dados foram analisados por meio de gráficos de pizza, e as respostas por meio de porcentagem, dialogando com os teóricos pesquisados.

Resultados e Análise

O gráfico abaixo mostrou que de um total de 65 respostas dos estudantes respondentes pesquisados, boa parte deles (n=43,1%), se autoavaliaram com um baixo desenvolvimento em suas rotinas, assim como inclinações para baixa autoestima.

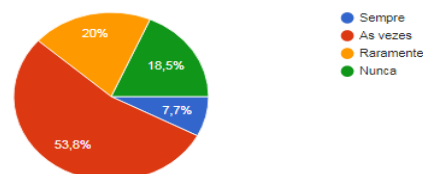


(QU7) Com que frequência você pratica atividade física?

Este dado é considerado preocupante, pois o risco de não se praticar atividades físicas regulares podem trazer impactos

imensos seja para a saúde mental, quando física. Segundo estudos de Booth, Roberts & Laye (2012) apontam que a atividade física pode ajudar a reduzir 35 doenças crônicas e acima de tudo elevar a autoestima do praticante.

(QU9) Você se sente bem com o seu corpo?



Já este outro dado, mostra que os alunos, se sentem insatisfeitos com o seu corpo (n= 53,8%) relataram que apenas às vezes se sentem bem com o seu próprio corpo, seguido de raramente (20%) e nunca (18,5%). Com isso pessoas que não são consideradas belas pela sociedade são excluídas de diversas maneiras, trazendo insegurança. (PADILHA, 2002).

Considerações Finais

O estudo indicou que maioria dos adolescentes se mostrou com inclinações para a baixa autoestima, bem como dificuldades em expor o corpo em alguns movimentos corporais. Sinalizou que existe uma relação do ato de se movimentar e a formação da mente, no caso aspectos psicológicos aliados a percepção do sujeito no espaço social e seus movimentos corporais.

Agradecimentos

Agradecemos ao professor de Educação Física Luís Eduardo Moraes Sinésio, por nos ajudar em cada momento de nossa pesquisa, sempre com orientações pontuais.

Referências

ANDRADE, Edson Ribeiro; SOUZA, Edinilsa Ramos de; MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Intervenção visando a autoestima e qualidade de vida dos policiais civis do Rio de Janeiro. Ciência saúde coletiva.** Rio de Janeiro, 2009.

LAZZAROTTI FILHO, A. et al. **O termo práticas corporais na literatura científica brasileira e sua repercussão no campo da Educação Física.** Movimento. Porto Alegre, 2010.

Apoio:



Realização:



MINISTÉRIO DA
CIÊNCIA, TECNOLOGIA,
INOVAÇÕES E COMUNICAÇÕES

MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO

