

Educação Física Ecológica

Pedro Fernando Viana Felicio*

Temos um organismo plástico o qual se adapta as atividades que realiza cotidianamente, assim uma pessoa “condicionada” esta adaptada para, realizar muitos movimentos tardando para se cansar, já o “sedentário” é aquele que tem um organismo adaptado a realizar pouco movimento. Em outras palavras para nos tornarmos fortes precisamos exercer nossa força habitualmente, o mesmo para equilíbrio, flexibilidade, resistência, etc. (MCARDLE, KATCH e KATCH, 2003).

Historicamente nossa capacidade de movimento esteve atrelada a nossa capacidade de adaptação ao ambiente. Tínhamos, em nosso trabalho adaptativo, a principal forma de treinamento e utilização de nossos movimentos e de nosso corpo. Mas através da evolução social, nossas necessidades adaptativas sobrepuseram-se desde uma base primitiva relacionada à alimentação, reprodução e sobrevivência até as demandas atuais relacionadas à aceitação social, qualidade de vida e acesso aos bens de consumo.

À medida que nossas necessidades se sobrepunham também se adensavam e aumentavam nossas formas de produção e consumo. A popularização do uso de computadores modificou o modo como interagimos com as informações, criando a “realidade virtual”. Nesse processo evolutivo social, o deslocamento progressivo do trabalho físico para as máquinas tornou a participação humana mais cognitiva e menos corporal, aumentando o sedentarismo. Restaram as pessoas opções de movimentos oferecidas pela Educação Física que em sua maioria são trabalhos físicos que visam apenas o desenvolvimento do individuo e que negligenciam suas demais demandas diárias e as suas inter-relações ecológicas.

Hecht (2009), argumenta que não conseguimos fazer trabalhos sem objetivo. A autora cita que estamos em plena crise energética, mas quando uma pessoa saudável deseja fazer um esforço físico precisa acionar uma esteira elétrica. “O único trabalho físico disponível é não só sem sentido, na verdade esgota nossos recursos.” (HECHT, 2009, p.211).

Propomos neste estudo que a Educação Física escolar amplie as formas de educação física atreladas a atividades realizadas com as demandas diárias habituais das crianças e que se tornarão no futuro suas atividades rotineiras de trabalho.

Os valores intrínsecos da atividade física, socialmente percebidos e até reforçados pela própria Educação Física, concentram-se nos ganhos fisiológicos individuais, as crianças que normalmente ainda encontram-se distantes de precisarem de maiores cuidados com sua saúde, muitas vezes, não

*Mestre em Motricidade Humana, pela UNESP, membro do grupo de estudo do comportamento motor, GECOM e professor do curso de Bacharelado em Educação Física da UNICID.

conseguem enxergar conexões entre suas motivações e as atividades disponibilizadas pela Educação Física.

Ao identificarmos e valorizarmos, um leque maior de valores relacionados ao movimento humano, acreditamos que poderemos reorganizar nossos estudos, práticas, propostas, motivações e aderência as práticas motoras.

É um consenso que a sociedade atual, além do consumo alimentar elevado, apresenta uma taxa de sedentarismo recorde em nossa história evolutiva. Estamos nos tornando dependentes de uma série de máquinas consumidoras de energia do ambiente. Quanto mais esgotamos as reservas energéticas do planeta, mais nossas reservas energéticas corporais se tornam doentamente elevadas!

Os efeitos desses hábitos já atingem todos os níveis da população brasileira. Na pesquisa sobre antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos, realizada, no Brasil, pelo IBGE, de maio de 2008 a maio de 2009, com 188.461 pessoas e divulgada em 27 de agosto de 2010, é citado que o excesso de peso e a obesidade mostraram crescimento em todas as idades, classes de rendimentos e regiões tanto quando a situação é urbana ou rural.

Essa pesquisa mostrou ainda outro importante dado, o de que o excesso de peso em crianças na faixa de 5 a 9 anos de idade cresceu de forma mais acelerada do que em todas as outras faixas. Este dado é interessante porque dos cinco anos que compreendem essa faixa etária, geralmente temos quatro anos como os quatro primeiros anos de frequência, dessas crianças, as aulas de Educação Física escolar.

Ainda considerando os resultados da pesquisa do IBGE, se não temos como afirmar o porquê da faixa etária de 5 a 9 anos ser a que apresenta a maior aceleração do excesso de peso, podemos afirmar que a introdução das aulas de Educação Física escolar não mostrou efeitos positivos sobre a variação do peso corporal dessas crianças. Nesse sentido, o que então poderia ser modificado nos objetivos e conteúdos relacionados às aulas de Educação Física para modificar este dado?

Um ponto que acreditamos ter sido negligenciado, pelas aulas de Educação Física, foi o afastamento dos conteúdos de suas aulas dos conteúdos relacionados às atividades da vida diária, tornando-os exóticos ou ao menos distantes das tarefas realizadas habitualmente pelas pessoas. Estas tarefas normalmente estiveram relacionadas à satisfação de alguma necessidade de trabalho. Mas, excluindo-se o condicionamento físico e o eventual prazer intrínseco da atividade, a maioria das atividades oferecidas e praticadas, pela Educação Física, não tem uma utilidade produtiva.

Entretanto a maior parte dos treinos físicos consiste na execução de trabalho físico assim como a maioria de nossas habilidades motoras está relacionada a alguma forma de trabalho, remunerado ou não. Porém, inserida na lógica de que o consumidor não poderia pagar para trabalhar, atualmente os serviços relacionados à educação física, consistem em trabalhos físicos que não repercutem em interações positivas com o ambiente e não ampliam o alcance do gesto motor além do simples condicionamento individual.

Muitas pessoas inseridas em um ambiente competitivo, próximas de seu limite de produção e de consumo, passaram a não se satisfazer com as opções artificiais oferecidas para seu trabalho físico, “[...] em geral, as pessoas não desperdiçam recursos, e os utilizam da melhor forma possível a fim de obter o que desejam...” (PATEL, 2010, p.31).

Corroborando com a opinião dos que consideram um desperdício as propostas motoras oferecidas pela Educação Física, Hecht (2009), argumenta que não conseguimos fazer trabalhos sem objetivo. A autora cita que estamos em plena crise energética, mas quando uma pessoa saudável deseja fazer um esforço físico precisa acionar uma esteira elétrica. “O único trabalho físico disponível é não só sem sentido, na verdade esgota nossos recursos.” (HECHT, 2009, p.211).

Algumas aulas de educação física poderiam trocar os uniformes esportivos obrigatórios e os esportes com quadras e regras rígidas, distantes da realidade cotidiana das crianças, por vivências motoras que as desenvolvam em conjunto com o ambiente.

Os cursos e aulas de Educação Física poderiam inserir em seus objetivos e conteúdos a aprendizagem e a prática de atividades de trabalho, como maneiras de alcançar a saúde e autonomia motora. O conceito físico de trabalho significa uma forma de se transferir energia a um corpo, ou ainda que “energia é definida como a capacidade de realizar trabalho.” (HINRICHS e KLEINBACH, 2003, p. 40).

Vivemos justamente o tempo dos acordos mundiais para a redução do consumo de energia do ambiente. E também o tempo da epidemia de obesidade e o tempo do maior sedentarismo da história. Não por acaso, esse é também o tempo da cultura do conforto, socialmente supervalorizamos cada nova máquina que realize algum de nossos trabalhos. Pagamos caríssimo por carros que nos avisam sobre obstáculos sem que tenhamos sequer que olhar para trás, ou que nos economizem segundos de esforços para estacioná-los, fazemos filas à porta dos elevadores mesmo em prédios de poucos andares, muitas crianças já preferem jogar futebol de forma virtual a real.

Não está na hora de propormos e implantarmos mudanças que aumentem a harmonia de nossas ações motoras com o ambiente? Se a Educação Física não encabeçar esse processo, então quem o fará?

Não defendemos que a Educação Física deva abandonar suas práticas atuais, mas sim complementá-las com opções para as pessoas que querem trabalhar seus corpos em sinergia com mudanças positivas no ambiente. Que as pessoas aprendessem, desde cedo, como treinar seus corpos também utilizando suas atividades diárias de trabalho, como por exemplo, fazer compras no mercado, lavar um carro ou casa, jardinagem, pintura, reflorestamentos e deslocamentos urbanos úteis.

Algumas aulas de educação física poderiam trocar os uniformes esportivos obrigatórios e os esportes com quadras e regras rígidas, distantes da realidade cotidiana das crianças, por vivências motoras que as desenvolvam em conjunto com o ambiente.

É provável que, quando retomarmos e ampliarmos nossa presença física nas experiências diárias, tenhamos novas percepções e novas relações com o ciclo de produção e consumo. Os aspectos tangíveis das experiências físicas, que estiveram naturalmente atrelados a evolução humana, têm o potencial de reorganizar a percepção de nossas reais necessidades e formas de consumo. Poderemos interagir, com o ambiente, de maneira muito mais harmônica e econômica do ponto de vista da utilização ecológica de nossos recursos energéticos.

Para finalizar, acreditamos que a aproximação de aspectos ecológicos e ambientais aos conteúdos da Educação Física poderá ampliar os valores intrínsecos percebidos em suas atividades. Poderá ainda trazer novas práticas e motivações as suas aulas escolares e também a sua oferta de serviços. E principalmente trará a Educação Física um importantíssimo papel de protagonista na melhoria dos graves problemas ambientais e energéticos atuais.

Referências

FELICIO, Pedro Fernando Viana. **A Dinâmica dos Hábitos Diários**. 2002. Dissertação de Mestrado em Ciências da Motricidade, Instituto de Biociências - UNESP, Rio Claro, 2002.

FONSECA, Vítor. **Psicomotricidade**. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1996.

HECHT, Jennifer Michael. **O mito da felicidade**: por que o que achamos que é certo é errado. São Paulo: Larousse, 2009.

HINRICHS, Roger A.; KLEINBACH, Merlin. **Energia e meio ambiente**. São Paulo: Thomson, 2003.

IBGE. **Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil** POF 2008 - 2009 Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/pesquisas/resultado.php?consulta=antropometria+e+estado+nutricional+>. Acesso em: 18 abr. 2011.

LÉVY, Pierre. **Cibercultura**. Rio de Janeiro: editora 34, 1999.

MCARDLE, William D.; KATCH, Frank I.; KATCH, Victor L. **Fisiologia do Exercício**: energia, nutrição e desempenho humano. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

PATEL, Raj. **O valor de nada:** por que tudo custa mais caro do que pensamos. Rio de Janeiro: Zahar, 2010.

PELLEGRINI, Ana Maria; FELICIO, Pedro Fernando Viana. Os hábitos na Vida Diária: pressupostos organizacionais. In: D'Ottaviano, I.M.L.; Gonzales, M.E.Q., (orgs.). **Auto-Organização** – estudos interdisciplinares. Campinas: Coleção CLE, volume 39, 2004.

RODRIGUES, Cae; JUNIOR, Luiz Gonçalves. **Ecomotricidade:** sinergia entre educação ambiental, motricidade humana e pedagogia dialógica, Rev Motriz, 2009.