



Evento	Salão UFRGS 2020: XVI SALÃO DE ENSINO DA UFRGS
Ano	2020
Local	Virtual
Título	Uma visão sensível no estudo do corpo humano
Autor	GUINEVER STEFANI MACHADO BANDEIRA
Orientador	NELTON LUIS DRESCH

RESUMO:

Uma visão sensível no estudo do corpo humano

Guinever Stefani Machado Bandeira

Justificativa: O vídeo apresenta uma breve exposição de métodos e práticas de sensibilização usadas para concepções de corpo humano em Ciências da Natureza no estágio de docência realizado em 2019 para estudantes do 8º ano da E.E.E. Canadá em Viamão.

Objetivo: Proporcionar aos estudantes não apenas a consciência corporal, mas uma percepção sensível do corpo para que possam atingir um conhecimento maior e mais profundo de si mesmos a partir de uma perspectiva mais holística de corpo humano; estudo do corpo biofísico integrado a concepção de corpo bioenergético.

Metodologia: O método pesquisa-ação permitiu fazer uma relação entre teoria e prática, tais como as concepções teóricas de corpo humano e as práticas de *Yoga* e meditação como métodos de sensibilização para percepção de corpo bioenergético. Com base nesses conhecimentos, foram apresentadas as interconexões entre os sistemas do corpo humano e os centros de energias chamados de *chakras*. Para o *Yoga*, o corpo humano é constituído por esses centros de energias de fundamental relevância para a expansão da consciência.

Resultado final: Estudantes criaram diários de bordo que os acompanharam até o último dia de aula. A proposta do diário, além reservar um espaço para registro e anotações sobre os conteúdos, foi também para que expressassem através da escrita ou do desenho o que sentiram com as práticas vivenciadas em aula. O diário de bordo foi pensado como parte do processo de autoconhecimento de modo a possibilitar um contato as sensações internas levando-os a uma percepção e observação mais profunda si. A arte foi uma aliada para despertar a criatividade e imaginação nesse processo.