

## **BENEFÍCIOS DA CONSCIÊNCIA CORPORAL E DAS PRÁTICAS ESPORTIVAS PARA A FORMAÇÃO INTEGRAL DO ALUNO**

OLIVEIRA, HELLEN CRISTINA DA SILVA<sup>1</sup>; MARTINS, JAQUELINE FERNANDES<sup>1</sup>;  
OLIVEIRA, MAYK JÚNIOR GONÇALVES DE<sup>1</sup>; SILVA, WILLIAN FELIX DE OLIVEIRA<sup>1</sup>;  
CAIXETA, FRANCIELE MARIA<sup>1</sup>; GONÇALVES, ADRIANE DOS SANTOS<sup>1</sup>

1. Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM, Patos de Minas/MG.

Denomina-se consciência a capacidade que permite ao indivíduo observar, pensar e interagir com o ambiente ao qual está inserido, onde técnicas de conscientização do movimento são necessárias para atingi-la em sua totalidade. O presente artigo teve como objetivo verificar os benefícios da consciência corporal para as práticas esportivas e a formação integral do indivíduo no contexto da educação física escolar. Para tanto, foi feito um levantamento bibliográfico nas bases de dados: *lilacs*, *scielo* e *bireme*, publicados no período de 1998 à 2017, utilizando-se as seguintes palavras chaves: consciência corporal, práticas esportivas e corporeidade. Percebeu-se que, a consciência que se tem é alcançada através de tudo o que é vivenciado, e quando isso não ocorre, não é possível ter consciência corporal. A Educação Física tem como pretensão a construção de um corpo que não seja robotizado, resultante de um caminho para potencializar o desenvolvimento humano, transformando o corpo-objeto em corpo-sujeito. Verificou-se que, as dificuldades multifacetadas do corpo docente nos aspectos das práticas corporais para o desenvolvimento integral do indivíduo, estão relacionadas com diversas questões. Por outro lado, alguns autores acreditam que o profissional deve abordar formas de movimento distintas, ainda que falte o conhecimento específico, o importante é existir objetivo naquilo que se propõe. O corpo treinado para o movimento torna-se um canal eficaz de comunicação, proporcionando ao indivíduo constantes transformações e estímulo da criatividade. Portanto, cabe aos profissionais de educação física buscar através de dados científicos, o conhecimento que ainda é insuficiente, promovendo o domínio de sua única matéria prima, o corpo.

Área Temática: Educação Física.