



<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2020: XVI SALÃO DE ENSINO DA UFRGS
<b>Ano</b>	2020
<b>Local</b>	Virtual
<b>Título</b>	Uma visão sensível no estudo do corpo humano
<b>Autor</b>	GUINEVER STEFANI MACHADO BANDEIRA
<b>Orientador</b>	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 vivencias 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.