

# Educação física ajuda a formar o cidadão

\* **Ana Cássia Maturano**

Dentro das escolas, existem disciplinas que parecem ter pouco ou nenhum valor. Uma delas é a educação física, que geralmente é confundida com um momento de recreação para os alunos. Em algumas instituições ela se resume a treinos para competições esportivas, situações para poucos. Muitos estudantes, não tão brilhantes nos esportes, ficam de fora.

A educação física vai além de treino ou recreação. Quando bem executada pelo professor, pode propiciar ao aluno a consciência de que ele tem um corpo e que este corpo ocupa um espaço no mundo.

Ora, dirão muitos, mas isso todos já sabem. Podem até saber, mas ter essa consciência é outra história. Tenho encontrado crianças com problemas em aprender cuja dificuldade maior encontra-se em sua orientação espacial. Ou então aqueles cujos problemas emocionais residem numa desconexão do indivíduo com seu próprio corpo, em que ele não é percebido.

A primeira forma do homem se relacionar com o mundo e conhece-lo é através de seu corpo - com suas sensações e ações. O psicólogo suíço Jean Piaget (1896 - 1980) chamou a primeira fase do desenvolvimento infantil, que vai de zero aos dois anos, de período sensorio motor, em que a inteligência é prática. Esse é um período de muita importância e que terá um peso nas outras etapas do desenvolvimento intelectual da criança.

Além do aspecto psíquico, o corpo tem importância em si próprio. A educação física deveria ajudar as crianças a valorizarem e desenvolverem um modo de vida saudável. A atividade física previne várias doenças e é um bom meio de se combater a obesidade, algo que tem assombrado todas as idades. As pessoas deveriam incluí-la em suas vidas como algo natural, necessário e rotineiro. Nada como ser trabalhado isso no ambiente escolar, onde as pessoas devem aprender coisas necessárias à vida.

Outra dimensão que pode ser beneficiada pela educação física é a social. Embora algumas atividades sejam individuais, existem muitas outras coletivas, que necessitam da interação entre os diversos participantes para que resultados sejam obtidos. Quantas coisas podem ser ali observadas e trabalhadas, como uma dificuldade de se expor, por exemplo.

Provavelmente existem muitas outras formas de se pensar a educação física. Esses são apenas alguns pontos. De todo modo, é preciso que ela seja mais valorizada dentro das escolas. Não só para cumprir uma exigência qualquer, mas para formar um cidadão em todas as suas dimensões.

\* **Ana Cássia Maturano** é psicóloga e psicopedagoga formada pela Universidade de São Paulo (USP), além de especialista em problemas de aprendizagem .

Fonte: G1