



Centro Federal de Educação Tecnológica de Minas Gerais
CEFET-MG
Campus Divinópolis



PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO E VALORIZAÇÃO DA EDUCAÇÃO CORPORAL NA EPTNM

Mestranda: Luísa Costa Domingos
Orientador: Prof. Doutor Rodrigo Alves dos Santos



Agosto, 2025

FICHA CATALOGRÁFICA

(Catalogação - Biblioteca Universitária - Campus Divinópolis - CEFET-MG)

Domingos, Luísa Costa.

D671e Programa de desenvolvimento e valorização da educação corporal na EPTNM. / Luísa Costa Domingos ; Revisores: Luísa Costa Domingos e Rodrigo Alves dos Santos - Divinópolis, 2025. 23 p. : il.

1 recurso eletrônico no formato PDF.

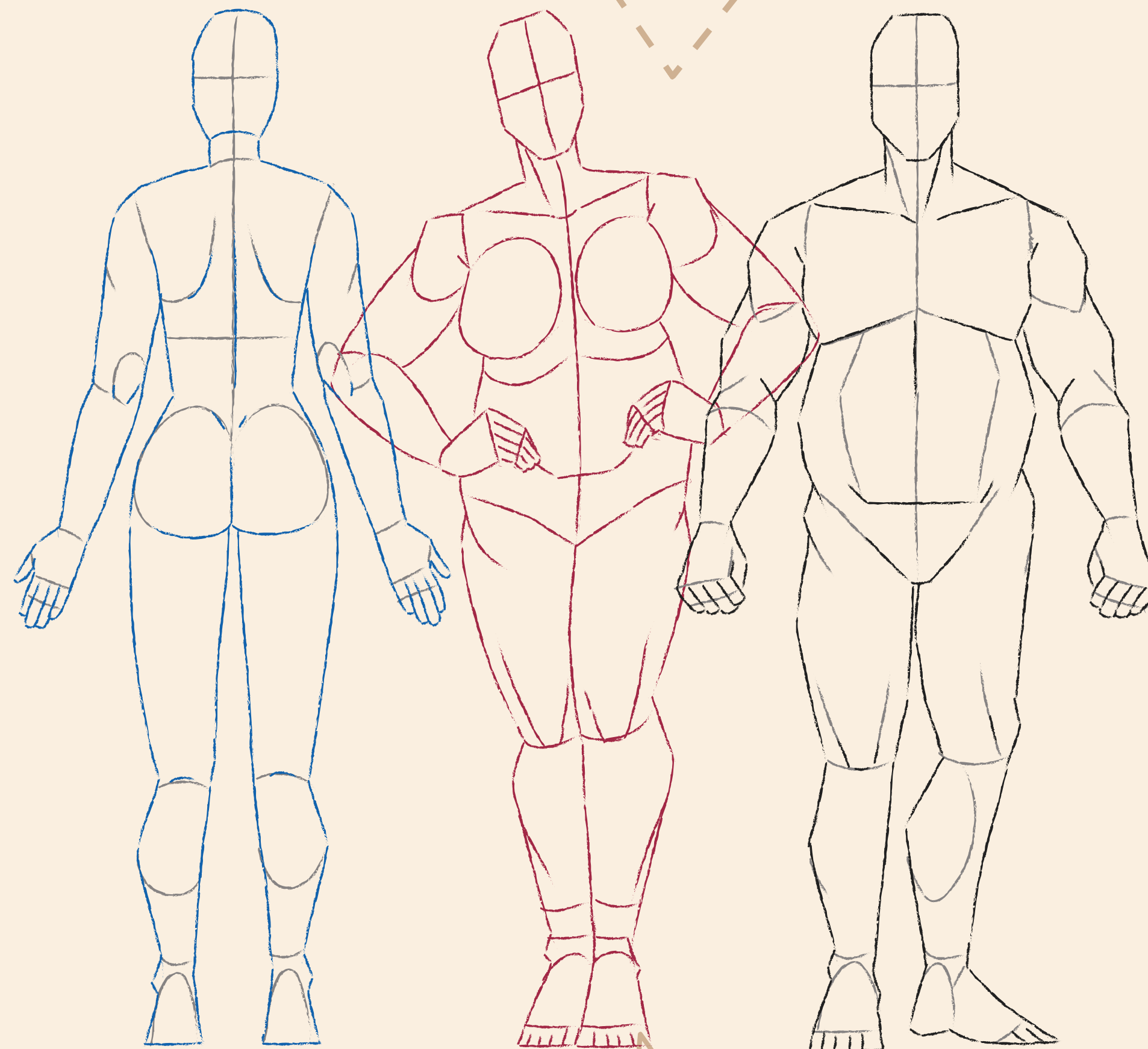
Orientador: Prof. Dr. Rodrigo Alves dos Santos.

Produto Educacional - Centro Federal de Educação Tecnológica de Minas Gerais, Campus Divinópolis, Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT), 2025.

1. Educação corporal. 2. Programa. 3. Recurso educacional. 4. EPTNM 5. Produção de Moda I. Santos, Rodrigo Alves dos. II. Centro Federal de Educação Tecnológica de Minas Gerais. III. Título.

CDU: 37:572.5

Bibliotecário Responsável Leonardo Luis Ribeiro CRB-6:2634





SUMÁRIO

[3]	Introdução
[6]	Objetivo Geral
[7]	Organização
[8]	Jogos Teatrais
[16]	Sugestões de Atividades Complementares
[20]	Referências

INTRODUÇÃO

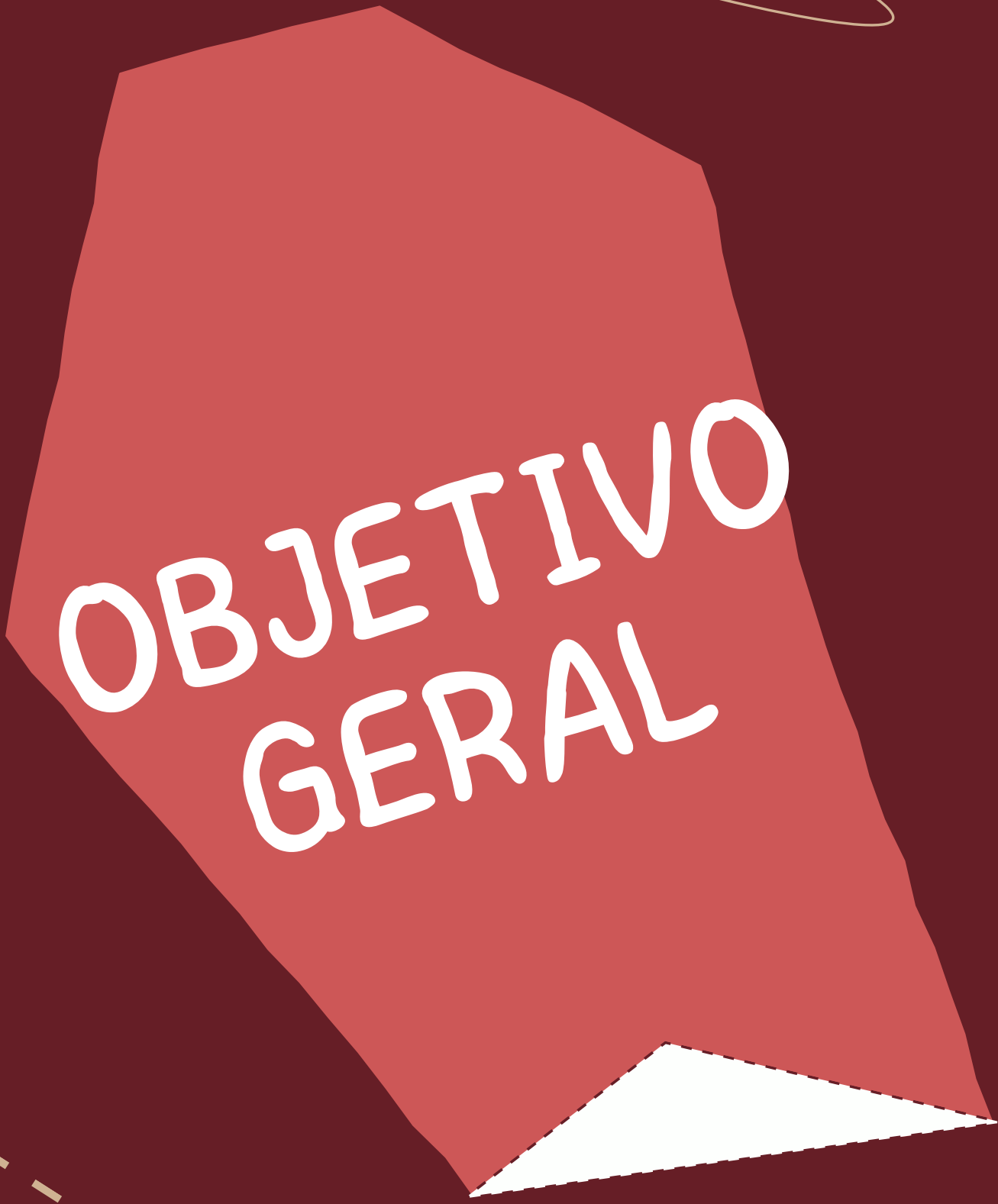
O presente programa tem como principal objetivo trabalhar a **educação corporal** dos estudantes da Educação Profissional Técnica de Nível Médio (EPTNM), reconhecendo o **corpo** como elemento central na **formação integral**. Para isso, recorre-se aos conceitos de **consciência corporal**, **corporeidade** e aos aspectos **sociais**, **culturais** e **expressivos** do corpo, compreendidos como dimensões interdependentes que permeiam as **experiências** humanas.

INTRODUÇÃO

Entende-se a **consciência corporal** como a capacidade de perceber, compreender e agir a partir das **vivências corporais** em relação consigo, com o outro e com o meio (Melo, 2014). A **corporeidade**, segundo Merleau-Ponty (1999) e Santin (2003), implica considerar o ser humano como unidade indissociável de **corpo e mente**, cuja presença se manifesta por meio do movimento, da expressão e da interação. Já os aspectos **sociais, culturais e expressivos** do corpo, discutidos por autores como Le Breton (2007) e Foucault (1987), indicam que o **corpo** é, ao mesmo tempo, veículo de significados e alvo de normatizações, ambas de caráter sociocultural, estando permanentemente atravessado por relações de poder.

INTRODUÇÃO

Nesse sentido, este programa utiliza **jogos teatrais** (Spolin, 2007) como **práticas educativas** (Zabala, 1998; Santos, 2025) capazes de integrar **vivências corporais, interação social e reflexão crítica**, com vistas à promoção de um processo de aprendizagem que se dá **com o corpo** e não apenas sobre ele (Dewey, 1979), estimulando e ampliando a autonomia, a expressividade e a consciência dos estudantes sobre si mesmos e sobre o papel de seus **corpos** na sociedade.



OBJETIVO GERAL

Este programa tem
como principal
objetivo:

Promover o **desenvolvimento** e **valorização** da **educação corporal** na EPTNM por meio de **práticas educativas** (Zabala 1998; Santos, 2025) sob a forma de **jogos teatrais** e atividades que articulem percepção, expressão, integração social e reflexão crítica sobre o papel do **corpo** na sociedade.



ORGANIZAÇÃO

A partir daqui, indicam-se **8 Jogos Teatrais** cuja apresentação consiste de uma breve **descrição das ações** a serem realizadas, acompanhada de uma **justificativa** de por que aplicá-las e do **apontamento** de quais **competências** da Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e **princípios** das Diretrizes Curriculares Nacionais Gerais para a Educação Profissional e Tecnológica (RESOLUÇÃO CNE/CP Nº 1, DE 5 DE JANEIRO DE 2021) estarão sendo contemplados com vistas a alcançar a **formação integral** do alunado.

Após a sugestão de Jogos, indicam-se 8 atividades que poderão ser exploradas para o desenvolvimento da **consciência corporal** de forma crítica por estudantes da EPTNM. Note-se que as práticas educativas elencadas neste recurso educacional, pelo seu caráter transdisciplinar, poderão ser implementadas em diferentes componentes curriculares ou áreas, a depender dos tipos de conhecimento (Zabala, 1998) a serem trabalhados.

JOGOS TEATRAIS

JOGO 1 – ESPELHO

Instruções:

Formar duplas. Uma pessoa realiza movimentos lentos, variados e contínuos; a outra deve imitá-los como se fosse um espelho, mantendo contato visual e ajustando-se ao ritmo e à fluidez do líder. Após alguns minutos, trocar os papéis.



Justificativa:

Este jogo mobiliza a **consciência corporal** ao exigir atenção às próprias ações e às do outro, promovendo sintonia e percepção da **corporeidade** (Merleau-Ponty, 1999; Santin, 2003). Estimula também aspectos **sociais**, como empatia e respeito, e desafia o controle consciente de gestos e posturas. Ao permitir a troca de papéis, equilibra poder e vulnerabilidade, em oposição ao corpo disciplinado e passivo descrito por Foucault (1987).

Atendimento à *formação integral*:

BNCC: Competência Geral 9 – “Exercitar a **empatia**, o **diálogo**, a resolução de conflitos e a cooperação [...]” (Brasil, 2017, p. 10)

RESOLUÇÃO EPT: Princípio XIII – “reconhecimento das **identidades** de gênero e étnico-raciais, assim como dos povos indígenas, quilombolas, populações do campo, imigrantes e itinerantes” (Brasil, 2021, art. 3º, XIII).

JOGOS TEATRAIS

JOGO 2 – QUEM SOU EU? (IDENTIDADE EM AÇÃO)

Instruções:

Um participante recebe, sem ver, uma identidade fictícia (profissão, personagem, função social). Ele deve interagir com o grupo sem falar diretamente sua identidade, usando apenas gestos, postura e movimentação. O grupo tenta adivinhar.

Justificativa:

Estimula a compreensão de que o corpo comunica **papéis sociais** e **culturais**, desenvolvendo a leitura crítica dos signos corporais (Castellani Filho, 1988; Le Breton, 2007). Amplia a consciência de como hábitos e gestos refletem construções sociais, reforçando a importância da **educação com o corpo** (Dewey, 1979).



Atendimento à *formação integral*:

BNCC: Competência Geral 9 – “Exercitar a **empatia**, o diálogo, a resolução de conflitos e a **cooperação**, fazendo-se respeitar e promovendo o respeito ao outro e aos direitos humanos, com acolhimento e **valorização da diversidade** de indivíduos e de grupos sociais, [...]. ” (Brasil, 2017, p. 10)

RESOLUÇÃO EPT: Princípio IX – “utilização de estratégias educacionais que permitam a **contextualização**, a **flexibilização** e a interdisciplinaridade, favoráveis à compreensão de significados, garantindo a **indissociabilidade entre a teoria e a prática profissional** em todo o processo de ensino e aprendizagem;” (Brasil, 2021, art. 3º, IX).

JOGOS TEATRAIS

JOGO 3 – CONSTRUÇÃO COLETIVA

Instruções:

Em círculo, cada pessoa entra no espaço e acrescenta um movimento ou som, criando uma cena coletiva. Os demais incorporam esse elemento e continuam a construção, até que todos participem.



Justificativa:

Fortalece a percepção da **corporeidade** como presença no coletivo (Santin, 2003), estimula cooperação e respeito às contribuições dos outros (Melo, 2014) e desafia a adaptação a contextos imprevisíveis. Questiona a lógica de controle e previsibilidade do **corpo** destacada por Foucault (1987).

Atendimento à formação integral:
BNCC: Competência Geral 10 – “**Agir pessoal e coletivamente** com autonomia, responsabilidade, **flexibilidade** [...]” (Brasil, 2017, p. 10).
RESOLUÇÃO EPT: Princípio XV – “**autonomia e flexibilidade** na construção de itinerários formativos profissionais diversificados e atualizados, segundo interesses dos sujeitos, [...]” (Brasil, 2021, art. 3º, XV).



JOGOS TEATRAIS

JOGO 4 – FOCO E DESFOQUE

Instruções:

O grupo se movimenta pelo espaço. Ao comando do facilitador, uma pessoa se torna “foco” e todos devem ajustar o ritmo e a direção para acompanhá-la, até que um novo foco seja indicado.



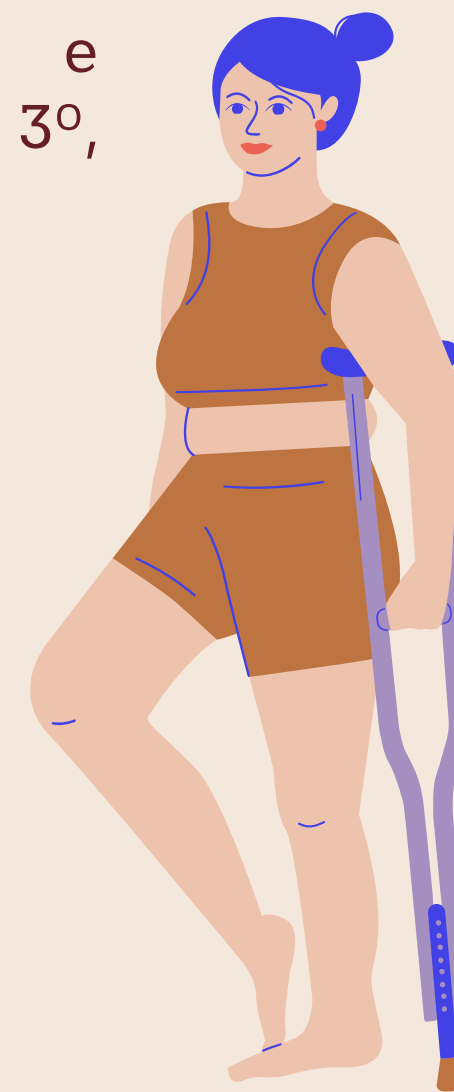
Atendimento à *formação integral*:

BNCC: Competência Geral 6 – “Valorizar a **diversidade de saberes** e vivências culturais [...]” (Brasil, 2017, p. 9).

RESOLUÇÃO EPT: Princípio XVI – “identidade dos perfis profissionais de conclusão de curso, que contemplem as **competências profissionais requeridas** pela natureza do trabalho, pelo desenvolvimento tecnológico e pelas demandas sociais, econômicas e ambientais” (Brasil, 2021, art. 3º, XVI).

Justificativa:

Desenvolve consciência espacial e atenção ao coletivo, reforçando a interdependência entre **corpo** e ambiente (Merleau-Ponty, 1999). Traz noção de liderança compartilhada e desloca o **corpo** do papel passivo na aprendizagem (Dewey, 1979).

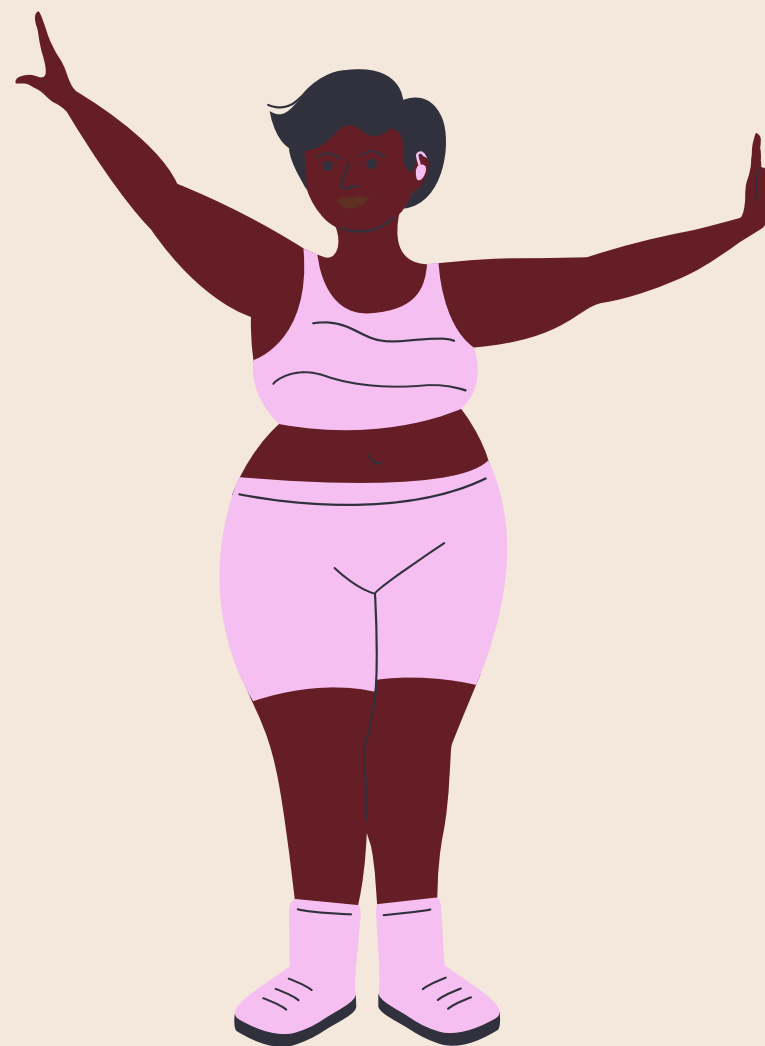


JOGOS TEATRAIS

JOGO 5 – TRANSFORMAÇÃO DE OBJETOS

Instruções:

Um objeto simples é entregue a um participante, que deve usá-lo corporalmente de forma criativa, transformando seu significado. O objeto passa para outro, que cria um novo uso.



Justificativa:

Estimula a percepção cultural dos objetos e sua resignificação, conectando **corpo**, criatividade e contexto social (Le Breton, 2007). Potencializa a **expressão corporal** como linguagem (Santin, 2003) e amplia repertórios gestuais.

Atendimento à *formação integral*:

BNCC: Competência Geral 4 – “Utilizar **diferentes linguagens** [...] para se **expressar** e partilhar informações, experiências, ideias e sentimentos em diferentes contextos e **produzir sentidos que levem ao entendimento mútuo**.” (Brasil, 2017, p. 9).

RESOLUÇÃO EPT: Princípio XIX – “promoção da **inovação** em todas as suas vertentes, especialmente a tecnológica, a social e a de processos, de maneira incremental e operativa.” (Brasil, 2021, art. 3º, XIX).



JOGOS TEATRAIS

JOGO 6 – PASSAGEM DE ENERGIA

Instruções:

Em círculo, um participante envia uma "energia" simbólica por meio de um gesto e som, que deve ser recebido e transformado pelo próximo, criando uma sequência.



Justificativa:

Desenvolve consciência das intenções corporais, percepção rítmica e atenção ao outro, favorecendo vivências de cooperação (Melo, 2014). Questiona padrões corporais automáticos, em oposição ao **corpo** disciplinado e mecânico (Foucault, 1987).

Atendimento à *formação integral*:

BNCC: Competência Geral 8 – “**Conhecer-se, apreciar-se** e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e **reconhecendo suas emoções e as dos outros**, com autocrítica e capacidade para lidar com elas.” (Brasil, 2017, p. 10).

RESOLUÇÃO EPT: Princípio XIX – “promoção da **inovação** em todas as suas vertentes, especialmente a tecnológica, a social e a de processos, de maneira incremental e operativa.” (Brasil, 2021, art. 3º, XIX).



JOGOS TEATRAIS

JOGO 7 – CAMINHADAS COM QUALIDADES

Instruções:

O grupo caminha pelo espaço, alterando intencionalmente peso, velocidade, postura e energia. O facilitador propõe diferentes qualidades (leve, pesado, rápido, lento, etc.).

Justificativa:

Promove consciência motora e proprioceptiva (Merleau-Ponty, 1999) e evidencia a expressividade do **corpo** no espaço (Santin, 2003). Estimula reflexão sobre como a cultura e o contexto moldam modos de andar (Le Breton, 2007).

Atendimento à *formação integral*:

BNCC: Competência Geral 1 – “Valorizar e utilizar os conhecimentos historicamente **construídos sobre o mundo** físico, social, cultural e digital para entender e explicar a realidade, **continuar aprendendo** e colaborar para a construção de uma sociedade justa, democrática e inclusiva.” (Brasil, 2017, p. 9).

RESOLUÇÃO EPT: Princípio VII – “**indissociabilidade** entre **educação e prática social**, bem como **entre saberes e fazeres** no processo de ensino e aprendizagem, considerando-se a historicidade do conhecimento, valorizando os sujeitos do processo e as metodologias ativas e inovadoras de aprendizagem centradas nos estudantes;” (Brasil, 2021, art. 3º, VII).



JOGOS TEATRAIS

JOGO 8 – CONGELAMENTO E LIBERAÇÃO

Instruções:

O grupo se movimenta livremente; ao sinal, todos devem congelar na posição. Ao novo sinal, retomam o movimento, podendo mudar direção, ritmo e intenção.



Justificativa:

Explora o controle consciente e a expressividade corporal, alternando estados de ação e pausa. Estimula percepção do próprio **corpo** e do espaço coletivo (Melo, 2014), além de romper com automatismos corporais impostos por normas sociais (Foucault, 1987).

Atendimento à *formação integral*:

BNCC: Competência Geral 8 – “**Conhecer-se, apreciar-se** e cuidar de sua saúde física e emocional, **compreendendo-se na diversidade humana** e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas.” (Brasil, 2017, p. 10).

RESOLUÇÃO EPT: Princípio XV – “**autonomia e flexibilidade** na construção de itinerários formativos profissionais diversificados e atualizados, segundo interesses dos sujeitos, [...]” (Brasil, 2021, art. 3º, XV).





SUGESTÕES DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES

Para além dos **jogos teatrais** apresentados, sugere-se incluir outras atividades:

- Análise crítica de imagens publicitárias e representações corporais na mídia;
- Debate reflexivo sobre preconceitos corporais e sua relação com o mundo do trabalho;





SUGESTÕES DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES

- Produção de vídeos ou podcasts sobre valorização da diversidade corporal;

- Simulações que explorem papéis sociais e inversão de estereótipos;



SUGESTÕES DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES

• Debate e encenação de situações cotidianas em que o corpo é influenciado por normas sociais;

• Representação e análise crítica de atividades profissionais com análise ergonômica e de postura;



SUGESTÕES DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES

- Simulação de posturas corretas em tarefas do curso e

- criação de sequências de alongamento para execução de tarefas técnicas.





REFERÊNCIAS

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular.** Brasília, DF: MEC, 2018.

BRASIL. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Profissional e Tecnológica. Resolução CNE/CP nº 1, de 5 de janeiro de 2021. **Estabelece as Diretrizes Curriculares Nacionais Gerais para a Educação Profissional e Tecnológica.** Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 6 jan. 2021.

CASTELLANI FILHO, Lino. **Educação Física no Brasil:** a história que não se conta. Campinas: Papirus, 1988.

DEWEY, John. **Democracia e educação.** São Paulo: Nacional, 1979.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir:** nascimento da prisão. Petrópolis: Vozes, 1987.



REFERÊNCIAS

LE BRETON, David. **A sociologia do corpo**. Petrópolis: Vozes, 2007.

MELO, José Pereira de. Consciência, consciência corporal e educação física. **Revista Tempos e Espaços em Educação**, São Cristóvão, v. 7, n. 13, p. 69–86, 2014. DOI: 10.20952/revtee.v0i0.3259. Disponível em: <https://periodicos.ufs.br/revtee/article/view/3259> Acesso em: 16 ago. 2025.

MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da percepção**. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SANTIN, Silvino. **Educação física**: uma abordagem filosófica da corporeidade/ 2.ed. rev. – Ijuí: Ed. Unijui, 2003. Disponível em: https://labomidia.ufsc.br/Santin/Livros/ed_fisica_uma_abordagem.PDF Acesso: 16, ago. 2025.



REFERÊNCIAS

SANTOS, Rodrigo Alves dos. Práticas Educativas em Educação Profissional e Tecnológica: sobre conceitos e suas implicações na ação educativa. **Revista Teias**, v. 26, n. 81, p. 1-7, abr./jun. 2025.

SPOLIN, Viola. **Jogos teatrais na sala de aula:** um manual para o professor. São Paulo: Perspectiva, 2007.

ZABALA, A. **A prática educativa:** como ensinar. Porto Alegre: ArtMed, 1998.



Este programa é o produto educacional parte da dissertação de mestrado intitulada EDUCAÇÃO CORPORAL NA EPTNM: UM ESTUDO SOBRE O LUGAR ATRIBUÍDO AO CORPO NA FORMAÇÃO ESCOLAR JUVENIL, elaborada por Luísa Costa Domingos, sob orientação do professor Rodrigo Alves dos Santos, no PPG ProfEPT do CEFET/MG Divinópolis.

