

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, FISIOTERAPIA E DANÇA

**Émerson Adamski Moreira**

**A ARTE DO XONDARO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM OLHAR PARA  
AS GINÁSTICAS DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL**

Porto Alegre

2023

**Émerson Adamski Moreira**

**A ARTE DO XONDARO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: um olhar para as  
ginásticas de conscientização corporal**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Educação Física, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) como requisito para a obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientador(a): Prof. Roseli Belmonte Machado

**Porto Alegre  
2023**

**Émerson Adamski Moreira**

**A ARTE DO XONDARO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: um olhar para as  
ginásticas de conscientização corporal**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Curso de Educação Física, da Universidade  
Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) como  
requisito para a obtenção do título de  
Licenciado em Educação Física.

Orientador(a): Prof. Roseli Belmonte Machado

Porto Alegre, 11 de Setembro de 2023.

BANCA EXAMINADORA

---

Prof. Cibele Sastre

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho a todos os Trabalhadores da Luz, que atuam nas mais diversas Faixas Vibratórias do Cosmos, na promoção do Amor, da Alegria e da Vida.

Dedico este trabalho à todos os Caboclos, Índios e Pretos Velhos, simples e humildes, que utilizam os conhecimentos milenares dos indígenas e orientais, nos trabalhos com a Mãe Natureza, principalmente àqueles relativos à cura dos enfermos, que cada vez mais se fazem presentes neste Orbe.

Dedico este trabalho ao Grande Pai, e a Grande Mãe.

Dedico este trabalho a todas as Crianças que correm, brincam, sorriem e choram. São Vocês que nutrem a Terra de Luz!

## AGRADECIMENTOS

O Compasso Cósmico, sábio em suas partituras, escala os Filhos para obrar nas suas Manifestações.

Agradeço à minha Família, que me outorgou diversos desdobramentos que descrevi até hoje. O Compasso Maior é sábio. Une em Família, os Espíritos que precisam atuar juntos. Obrigado por serem minha Família nesta passagem, e obrarem junto a mim!

Agradeço aos meus Amigos, que me concederam uma parte de si, para assim, dividir comigo. Vocês, estes à quem me refiro, estão sempre junto a mim, na Sinfonia Interna, ouvida pelo Ouvido do Coração!

Agradeço a todos que me instruíram neste caminho. Todos foram demasiadamente importantes. Talvez, mesmo não sabendo, são!

Agradeço à minha Vó Crô que me ensina a Arte da Fé!

Agradeço à minha Mãe pelas Danças.

Agradeço à minha Irmã pela Terapia Pirolítica e pelo Voleizinho.

Agradeço imensamente ao companheiro de jornada, que segue comigo obrando em nome das Forças Maiores neste Planeta: Meu Pai!

Agradeço à Luz de Xangô e a Água das 7 Cachoeiras!

Agradeço à Wei, pelo aprendizado incondicional.

Agradeço à Tupãn, pela Luz.

Agradeço ao Pai José de Aruanda, por todo o deleite, simples, de sabedoria e felicidade que me destes!

Agradeço acima de tudo, à Ogum de Ronda, meu maior amigo nesta Terra!

O Piquinado corre e brinca, e é Feliz!

Pai José de Aruanda

## RESUMO

A Arte do Xondaro, manifesta-se em diversos setores do viver Guarani, sendo uma delas, a prática do Xondaro Jeroky. Assim como é uma Dança, também é uma Ginástica de Conscientização Corporal, onde neste trabalho, retrata-se a riqueza cultural por trás das práticas com esta classificação. O objetivo deste estudo, é investigar os conhecimentos e os efeitos de uma prática desenvolvida em um trabalho realizado com Ginásticas de Conscientização Corporal, em específico, o Xondaro, numa escola estadual. Esta pesquisa, trata-se de um estudo qualitativo, cujos instrumentos de pesquisa, correspondem ao diário de campo e um questionário realizado com os colegas e docentes presentes. Os frutos desta pesquisa, demonstram que o Xondaro, uma prática indígena, é uma legítima Ginástica de Conscientização Corporal, que desenvolve diversas valências psíquicas, motoras e emocionais. Para além disso, destaca-se a implícita ausência das práticas indígenas dos meios escolares, sobretudo um total desconhecimento para com estas práticas, por parte da comunidade acadêmica e escolar.

## **ABSTRACT**

The Xondaro Art, manifests itself in manifold sectors of Live Guarani, wherein on that, the practice of Xondaro Jeroky. Being a Dance, and at sametime is a Corporal Consciousness Practice, where in this work, pictured is the cultural wealth on backward of practices with this classification. The objective of this study, is investigate the knowledge and the practices, was developed at a work realized with Corporal Consciousness Practice, in specific, the Xondaro, in a public state school. This research, it's about a qualitative study, whose research instruments are the field diary and one questionnaire, did with the partness and the teachers presents. The fruits of this research, show up that the Xondaro, a indigenus practice, it's a legitimate Corporal Consciousness Practice, that develops several valencies psychics, motors and emotionals. Afterward, highlight it an implicit absence of the indigenus practices in scholar context, above all there is a lack of knowledge for these practices, concerning the academic and scholar communities.



## LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - GINÁSTICAS DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL.....	16
Tabela 2 - GINÁSTICAS DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL NA ESCOLA.....	20
Tabela 3 - PRÁTICAS ALTERNATIVAS.....	25
Tabela 4 - PERIÓDICOS DA CAPES.....	27
Tabela 5 - DOCUMENTOS LEGISLATIVOS.....	28

## **LISTA DE SIGLAS**

**BNCC - Base Nacional Comum Curricular**

**CBG - Confederação Brasileira de Ginástica**

**PNPIC - Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS**

**PCI - Prática Complementar e Integrativa**

# SUMÁRIO

<u>RESUMO.....</u>	<u>6</u>
<u>1. INTRODUÇÃO.....</u>	<u>12</u>
<u>1.1 TEMA DE PESQUISA.....</u>	<u>14</u>
<u>1.2 PROBLEMA DE PESQUISA.....</u>	<u>14</u>
<u>1.3 OBJETIVO GERAL.....</u>	<u>14</u>
<u>1.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....</u>	<u>15</u>
<u>2. REVISÃO DE LITERATURA.....</u>	<u>16</u>
<u>3. REFERENCIAL TEÓRICO.....</u>	<u>31</u>
<u>3.1 COSMOVISÃO.....</u>	<u>31</u>
<u>3.2 GINÁSTICAS DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL.....</u>	<u>39</u>
<u>3.3 O XONDARO.....</u>	<u>41</u>
<u>4. METODOLOGIA.....</u>	<u>44</u>
<u>4.1 INSTRUMENTOS DE PESQUISA.....</u>	<u>45</u>
<u>4.2 O RELATO DE EXPERIÊNCIA COMO METODOLOGIA.....</u>	<u>46</u>
<u>4.3 CORPUS ANALÍTICO.....</u>	<u>48</u>
<u>4.4 ANÁLISE DE CONTEÚDO.....</u>	<u>48</u>
<u>5. DISCUSSÕES DA PESQUISA.....</u>	<u>50</u>
<u>5.1 A QUEBRA DA CULTURA NORMATIVA.....</u>	<u>50</u>
<u>5.2 BENEFÍCIOS DAS GINÁSTICAS DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL PARA O     DESENVOLVIMENTO INFANTIL.....</u>	<u>53</u>
<u>5.3 O XONDARO COMO PRÁTICA EXPRESSIVA.....</u>	<u>55</u>
<u>6. CONCLUSÃO.....</u>	<u>61</u>
<u>7. REFERÊNCIAS.....</u>	<u>65</u>
<u>GLOSSÁRIO.....</u>	<u>70</u>
<u>ANEXO 1.....</u>	<u>1</u>



## 1. INTRODUÇÃO

A ciência do movimento humano (cinesiologia) estuda as infinitas capacidades do ser humano em sua expressão corporal pelo movimento. Sendo algo complexo e dinâmico, envolve muito mais coisas do que a simples prerrogativa de que “movimento é a variação de algo no espaço”. (Brasil, 2018a)

Na Educação Física, trabalhamos com seres humanos, não apenas em sua expressão mecânica, mas sim, trabalhamos com o todo, pois, falando de maneira holística, somos um complexo de fenômenos psicobiológicos, que se expressam em nosso corpo. O resultado disso tudo (o corpo), é o objeto de trabalho da educação física. (Brasil, 2018; Brasil<sup>1</sup>, 2018b)

Na educação básica, diversas valências são, ou deveriam de ser trabalhadas, segundo as orientações curriculares nacionais e regionais, a fim de promover o desenvolvimento integral do Ser. Assim, as metodologias pedagógicas, tem se diferenciado em vários ramos e sub ramos de métodos concebidos no passado.

As práticas meditativas praticadas há milênios no oriente, trazem consigo uma sabedoria imensa, graduada em uma cultura milenar. De igual maneira, as práticas ameríndias carregam toda a sabedoria ameríndia, com suas miríades de povoações, espalhadas ao longo do território do continente Americano. Estas práticas, trabalham diversas valências em um âmbito integral, holístico, cósmico, que visam a integração e a harmonização do Ser com a Natureza e com o Todo.

Vivencio este Universo desde criança, desta forma, durante meu estágio do ensino fundamental, veio-me a ideia de trabalhar toda esta cultura, na escola onde me encontrava. Logo inspirei-me na realização de meu TCC, com base em meus relatos, acerca da aplicação de aulas, cujo conteúdo é voltado para estas práticas na educação básica, realizando uma análise dos conteúdos encontrados nestes, que proporcionem uma discussão entre diferentes autores, para que ocorra uma ampliação das concepções pedagógicas aplicadas na educação física.

As práticas introspectivas, nome genérico dado, que busca abranger o conjunto das práticas, que visam o trabalho de *atma-buddhi-manas*<sup>2</sup>, promovem a

---

<sup>1</sup> Disponível em:

[https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/praticas\\_integrativas\\_saude\\_bioenergetica\\_1ed.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/praticas_integrativas_saude_bioenergetica_1ed.pdf)

<sup>2</sup> Termo utilizado pela teosofia para descrever o complexo alma-consciência-mente.

descoberta do Ser, em diferentes camadas da expressão da consciência, trabalhando-se assim, a expressividade, onde cada prática, com seus caracteres individuais e ou coletivos, proporciona ou proporcionam de maneira única, a performance individual. Acredito ser de suma importância, que todos os indivíduos as pratiquem. Creio também, que estas práticas são de suma importância no desenvolvimento das crianças, onde os processos de construção internos e externos estão em intensa atividade. (Netto, 2016; Piaget, 1999; Blavatsky, 2008)

O nome mais recente aplicado a estas práticas, em um âmbito de tentar englobá-las em um único termo, onde na BNCC, encontramos o seguinte: Ginásticas de Conscientização Corporal. É um termo recente, que vem sendo aplicado gradualmente em alguns trabalhos. A própria BNCC refere-se a estas práticas em sua nota de rodapé, expondo que há mais nomes para estas.

A cultura trazida por estes povos, e dificilmente compreendida pela eurocentrada concepção Ocidental, é trabalhada por diferentes autores, em diferentes linhas de estudo, onde busco interrelacionar, conceitos que orbitam o Universo destas culturas, com conceitos Ocidentais, explanando a cosmovisão contida nestas.

Os Mbyá Guarani possuem uma série de práticas corporais, desde lutas, danças, ritos, etc. A prática trabalhada por mim e retratada nesta monografia, é o Xondaro.

O Xondaro é uma arte, que se ramifica em diversos setores do modo de viver Mbyá. Manifesta-se na espiritualidade, no tratamento interpessoal, na sociedade, na defesa do território, e enfim, como dança, o *Xondaro jeroky*. Além do relato de experiência docente com esta prática, em uma turma de 4º ano do Ensino Fundamental, trago um pouco da cultura Guarani, e a cultura que orbita esta prática.

Neste trabalho, viso observar o Xondaro como Ginástica de Conscientização Corporal, para além do contexto de Dança, pela exploração das posturas e manifestações corporais trabalhadas na prática.

Por fim, realizo questionários com os presentes colegas e professores, a fim de produzir uma discussão neste trabalho, sobre os benefícios da prática, e as práticas comumente trabalhadas na Educação Física Escolar.

A relevância deste trabalho, gradua-se na ampliação de bases, com dados “vivos”, acerca das teorias e práticas, com fundamento literário e legislativo, acerca das práticas milenares, realizadas e conduzidas tão bem pelos antigos caciques,

ioques e taoístas, para que estas, recebem maior atenção e relevância nos métodos pedagógicos aplicados em Educação Física. Acredito que esta pesquisa, trará uma abertura no horizontes pedagógicos, com uma visão transpessoal, legitimada na discussão de novos métodos, abrindo-se leques de possibilidades para práticas além do convencional. Para além disso, destaca-se o pioneirismo na produção acadêmica, de um relato de experiência como docente, acerca da aplicação de um trabalho com a prática Xondaro, na Educação Física Escolar, e na Educação Básica.

### **1.1 TEMA DE PESQUISA**

A Arte do Xondaro na Educação Física Escolar: Um Olhar para as Ginásticas De Conscientização Corporal

### **1.2 PROBLEMA DE PESQUISA**

É possível efetivar um trabalho com ginásticas de conscientização corporal de matriz indígena, em específico o Xondaro, na Educação Básica?

### **1.3 OBJETIVO GERAL**

Investigar os conhecimentos e as práticas, desenvolvidas em um trabalho realizado com Ginásticas de Conscientização Corporal, em específico, o Xondaro.

#### **1.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Analisar a prática do Xondaro como Ginástica de Conscientização Corporal.
- Compreender os conhecimentos trabalhados na prática de Xondaro, como Ginástica de Conscientização Corporal, para estudantes do 4º ano.
- Compreender a percepção de professores sobre a prática Xondaro, como Ginástica de Conscientização Corporal.



## 2. REVISÃO DE LITERATURA

Para fins de verificação sobre a produção científica já existente, em relação à temática que procuro investigar neste Trabalho de Conclusão de Curso, realizei uma entrada em diferentes bases de dados e repositórios científicos. Meu intuito é saber se há produções referentes a que procuro estudar e, ao mesmo tempo, ver literatura possível de auxiliar em minhas produções.

O primeiro movimento foi entrar no Google Acadêmico. Nesta base coloquei os descritores conscientização corporal + ginastica + educação física + escola. Cheguei a aproximadamente 12.900 resultados (0,13 s).

Desses, fiquei com 100 trabalhos. Li os títulos de 70, li os resumos de 40 e fiquei com 11 trabalhos.

Destes 11 trabalhos, cujo tema refere-se à “Ginásticas de Conscientização Corporal”, apenas 7 possuem a temática escolar.

Segue abaixo 2 tabelas, a primeira contendo os 11 e a segunda contendo os 7.

Tabela 1: GINÁSTICAS DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL

	NOME	AUTOR	LOCAL	DATA	RESUMO
1	GINÁSTICA HOLÍSTICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: DESENVOLVIMENTO DE UMA PROPOSTA	CABRAL, Raquel Larissa;  PRODÓCIMO, Elaine	Revista Brasileira de Ciência e Movimento	2022	Estudo de caso, acerca dos efeitos no desenvolvimento de alunos submetidos à aplicação de aulas de Ginástica Holística, em uma escola da rede estadual de Campinas.
2	A CONSCIÊNCIA CORPORAL NA	BENINI, Gabriele Dutra	Revista Educação	2019	Artigo que visa dissertar acerca da consciência corporal em aulas de

	EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR	SOUZA, Francisco José Fornari	Física		Educação Física, onde conjuntamente é realizada uma pesquisa com professores sobre a importância desta em suas aulas.
3	Consciência corporal: um estudo com os profissionais de educação física em academias de Salvador-BA	PEREIRA, Claudiney André Leite	Brazilian Journal of Development	2021	Estudo que tece sobre conceitos ligados à consciência corporal, enfocando nos aspectos socio-antropológicos, ligados à cultura normativa brasileira.
4	A EDUCAÇÃO FÍSICA E AS PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS : A PRODUÇÃO CIENTÍFICA DO CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNESP - RIO CLARO DE 1987 a 1997	MATTHIESEN, Sara Quenzer	MOTRIZ	1999	Artigo cuja autora disserta o histórico das práticas corporais alternativas no âmbito da educação física. Analisa conjuntamente os trabalhos acadêmicos com o referido tema.
5	A CONSCIÊNCIA	BRANDL, Carmen	Cadern o de Ed.	2000	O artigo de Carmen Brandl é fruto de uma série de

	CORPORAL NA PERSPECTIVA DA EDUCAÇÃO FÍSICA	Elisa Henn	Física		dissertações da autora, com base em escritos achados na literatura, referente à consciência corporal. Relaciona conjuntamente o contexto desta na educação física contemporânea e extemporânea.
6	CONSCIÊNCIA CORPORAL, ESQUEMA CORPORAL E IMAGEM DO CORPO	ROCHA, Ione Paula	Corpus et Scientia	2009	O artigo de Ione Paula Rocha, apresenta uma revisão de literatura acerca dos conceitos que cercam a consciência corporal.
7	Consciência corporal e educação física escolar: possibilidades de intervenção	SILVA, Joadson Martins da	UFRN / Biblioteca Setorial do CCSA	2011	Esta monografia disserta acerca de conceitos e possibilidades para as práticas de conscientização corporal no âmbito da Educação Física Escolar.
8	CONSCIÊNCIA CORPORAL NA ESCOLA	CAVALARI, Thais Adriana	UNICA MP - Sistema de Bibliotecas	2005	A monografia de CAVALARI, é um estudo de caso, acerca da aplicação de atividades que visam o desenvolvimento da consciência corporal em turmas do 1º ao 4º ano do Ensino Fundamental.

9	DANÇA EDUCAÇÃO: cultura, expressão corporal e a criatividade na escola	Thays Kéllen Rodríguez de Souza  Weslene Freitas Mendonça	Anais da IV Jornada de Educação Física do Estado de Goiás	2016	Pesquisa acerca do engajamento de alunos e seus aprendizados em um projeto de dança.
1 0	Práticas corporais alternativas e Educação Física escolar: diálogo com o ensino médio	Macêdo, Lucas Peixoto de	Reposit ório Instituci onal UFRN	2019	Monografia que expõe o histórico na Educação Física Escolar dos práticas de conscientização corporal, seguindo com a exposição de conceitos e por fim, dissertando as possibilidades de trabalho destas práticas no âmbito da Educação Física.
1 1	CONSCIÊNCIA CORPORAL: UMA CONCEPÇÃO FILOSÓFICO-P EDAGÓGICA DE APREENSÃO DO MOVIMENTO	<i>Marta Genú Soares Aragão, Alessandra Neves Torres, Cintia Karine Nascimento</i>	COLÉGI O BRASIL EIRO DE CIÊNCIAS DO ESPOR TES	2001	Estudo que disserta acerca dos métodos pedagógicos e da importância da compreensão destes no processo docente.

		Cardoso			
--	--	---------	--	--	--

Fonte: Elaborado pelo autor.

Tabela 2: GINÁSTICAS DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL NA ESCOLA

	NOME	AUTOR	LOCAL	DATA	RESUMO
1	GINÁSTICA HOLÍSTICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: DESENVOLVIMENTO DE UMA PROPOSTA	CABRAL, Raquel Larissa; PRODÓCIMO, Elaine	Revista Brasileira de Ciência e Movimento	2022	Estudo de caso, acerca dos efeitos no desenvolvimento de alunos submetidos à aplicação de aulas de Ginástica Holística, em uma escola da rede estadual de Campinas.
2	A CONSCIÊNCIA CORPORAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR	BENINI, Gabriele Dutra SOUZA, Francisco José Fornari	Revista Educação Física	2019	Artigo que visa dissertar acerca da consciência corporal em aulas de Educação Física, onde conjuntamente é realizada uma pesquisa com professores sobre a importância desta em suas aulas.
3	Consciência corporal e educação	SILVA, Joadson	UFRN / Bibliotec	2011	Esta monografia disserta acerca de conceitos e possibilidades para as

	física escolar: possibilidades de intervenção	Martins da	a Setorial do CCSA		práticas de conscientização corporal no âmbito da Educação Física Escolar.
4	CONSCIÊNCIA A CORPORAL NA ESCOLA	CAVALARI, Thais Adriana	UNICA MP - Sistema de Bibliotecas	2005	A monografia de CAVALARI, é um estudo de caso, acerca da aplicação de atividades que visam o desenvolvimento da consciência corporal em turmas do 1º ao 4º ano do Ensino Fundamental.
5	DANÇA EDUCAÇÃO: cultura, expressão corporal e a criatividade na escola	Thays Kéllen Rodrigues de Souza  Weslene Freitas Mendonça	Anais da IV Jornada de Educação o Física do Estado de Goiás	2016	Pesquisa acerca do engajamento de alunos e seus aprendizados em um projeto de dança.
6	Práticas corporais alternativas e Educação Física escolar: diálogo com o ensino médio	Macêdo, Lucas Peixoto de	Reposit ório Instituci onal UFRN	2019	Monografia que expõe o histórico na Educação Física Escolar dos práticas de conscientização corporal, seguindo com a exposição de conceitos e por fim, dissertando as possibilidades de trabalho

					destas práticas no âmbito da Educação Física.
7	CONSCIÊNCIA CORPORAL: UMA CONCEPÇÃO FILOSÓFICO-PEDAGÓGICA DE APREENSÃO DO MOVIMENTO	<i>Marta Genú Soares Aragão, Alessandra Neves Torres, Cintia Karine Nascimento Cardoso</i>	COLÉGIO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE	2001	Estudo que disserta acerca dos métodos pedagógicos e da importância da compreensão destes no processo docente.

Fonte: Elaborado pelo autor.

Dos trabalhos analisados, houve em sua maioria, trabalhos cuja temática não envolvia as Ginásticas de Conscientização Corporal, mas sim, as práticas gímnicas de caráter físico desenvolvimentista.

Destes trabalhos analisados, a maioria propõe uma mudança nos métodos pedagógicos e nas práticas comumente utilizadas no âmbito da Educação Física Escolar.

Segundo Pereira (2021), a consciência corporal é um tema de suma importância no processo docente do profissional de Educação Física.

Cavalari (2005) expõe um longo estudo acerca das possibilidades que a Educação Física possui, na licenciatura, para trabalhar com jovens nas escolas, atividades que desenvolvam uma atenção maior para esta competência. De forma a complementar e corroborar os estudos deste, Rocha (2009) caracteriza e contextualiza conceitos que buscam refinar as implicações da consciência corporal no ser humano. Retrata por exemplo, do “esquema corporal”, afirmando por meio deste conceito, que existem órbitas de modos de se perceber o próprio corpo, relacionando a forma como isto impacta na socialização e na psiquê.

Macedo (2019) retrata a Educação Física com uma lente, cujo foco, observando o horizonte, detecta diversas possibilidades de caminhos que o profissional da área pode seguir, dentro do ramo das Práticas Alternativas.

Mathiessen (1999) critica os movimentos que a Educação Física toma, fazendo um histórico desde algumas décadas pretéritas de seu artigo, argumentando que a área é limitada pelo senso normativo comum, entrando em comum acordo com a introdução de Bradl em 2000. Nesta discussão, ela descreve o processo histórico da produção acadêmica da Educação Física, fazendo um apanhado das décadas de 80 e 90. O princípio deste trabalho, foi analisar a produção acadêmica na área da Educação Física, relacionada à temática práticas alternativas. É percebido, um processo de intensificação da presença da temática ao longo do tempo.

Importante destacar uma passagem interessante, que apresenta o quadro do trabalho de conscientização corporal no século passado.

Resultado de uma formação que se deu entre os anos de 1984 e 1987, nota-se já nos primeiros trabalhos de formatura do Curso de Graduação nessa área, desenvolvidos pela primeira turma formada pela UNESP - Campus de Rio Claro, a produção de pesquisas cuja temática revelava claramente o questionamento existente em torno da aproximação entre as práticas corporais alternativas e a Educação Física. A influência e as dúvidas em relação a esse fato eram tantas que resultaram, em 1987, numa produção preocupada, entre outras coisas, com a contextualização histórica do que poderia ser denominado como Tendências da Educação Física Alternativa (Pagne, 1987), cujos objetivos, princípios e métodos diversos debatiam-se contra os velhos conhecidos e utilizados pela Educação Física. Não apenas uma contextualização, mas um questionamento no que diz respeito à validade dessas técnicas explicitavam o desconforto por elas causados em termos de uma contraposição fugaz às atividades comumente desenvolvidas pela Educação Física. A questão “existe alguma ligação entre as atividades físicas da Bioenergética e da Educação Física?” (Poli, 1987) reflete, claramente, as indagações que surgiam nessa época e que hoje, mais de dez anos depois, procuram respostas entre os profissionais especialistas no assunto. Poderíamos dizer que o ponto em comum entre ambas, sem dúvida alguma, reside na utilização do corpo, através de um trabalho que ocorre impreterivelmente por meio dele, embora pautados em objetivos



(aparentemente) distintos. Alvo da sedução provocada por essas práticas, alguns trabalhos de formatura procuravam uma resposta colocando frente a frente práticas conflitantes em termos de educação do corpo. O trabalho O Desporto e as Práticas corporais alternativas (Matthiesen, 1987) ilustra bem esse aspecto, já que procurou identificar alguns princípios norteadores tanto do desporto como das práticas corporais alternativas para, num segundo momento, estabelecer, mesmo que de forma hipotética, um elo de ligação entre ambos como sugestão para a realização de um trabalho “completo” em termos de educação do corpo. (Matthiesen, 1987, p. 132-133)

Bradl (2000) expõe falas de diversos autores acerca do trabalho introspectivo no Ser, e de como este tem impacto em seu desenvolvimento. Disserta acerca da consciência corporal e de seus processos internos. Para ele, a consciência corporal na fase infantil, é dada pela somatognosia, o conhecimento do corpo, produzida pelas impressões dos sentidos corporais na consciência. Expande sua discussão para a concepção da importância do esquema corporal, que circunda serpentinamente o Ser em seu desdobramento contínuo, pois o corpo está em constantes mudanças.

Pereira (2021) discute os signos linguísticos aplicados à linguagem corporal. Diante disso, o Ser constrói uma percepção de si próprio. Eis que erguemos a bandeira da consciência corporal.

O segundo movimento foi entrar novamente no Google Acadêmico. Nesta base, utilizei para pesquisar os descritores praticas integrativas + introspectivas + educacao fisica. Cheguei a aproximadamente 984 resultados (0,10 s).

Desses, fiquei com 30. Li os títulos de 10, os resumos de 5 e seleccionei 3.

Nesta seção, o foco foi analisar a terminologia utilizada.

Não foi o lócus a quantificação de resultados.

Tabela 3: PRÁTICAS ALTERNATIVAS

NOME	AUTOR	LOCAL	DATA	RESUMO
Revisão sistemática sobre práticas corporais na perspectiva das práticas integrativas e complementares em saúde	ANTUNES, Priscilla de Cesaro LAGRANHA, Daniela Meirelles SOUZA, Marcel Farias de SILVA, Ana Márcia FRAGA, Alex Branco	MOTRIVIVÊNCIA	2018	Este estudo tem como proposta analisar os trabalhos acadêmicos produzidos no âmbito das práticas introspectivas (Ginásticas de Conscientização Corporal), além de descrever o histórico destas no âmbito legislativo em relação ao contexto da saúde.
O corpo e o Yoga: reflexões fenomenológicas e implicações	AGUIAR, Milena de Oliveira	REPOSITÓRIO UFRN	2019	Monografia que reúne uma série de conceitos orientais que orbitam o

para a Educação Física.				Universo da Yoga, onde a autora tece com diversos campos da saúde e da educação física.
“PARA EVOCAR O INTERIOR”: Encontros com as Práticas Corporais Introspectivas na graduação em Educação Física	Paula Paré da Rocha	LUME	2016	Monografia onde a autora tece discussões sobre as PCI's no âmbito da Educação Física e seus caracteres pedagógicos.

O termo Ginástica de Conscientização Corporal é recente, adotado pelos textos legislativos e por alguns trabalhos acadêmicos. Mais comumente e conhecidos, são utilizados seus sinônimos: Práticas Integrativas, Práticas Introspectivas, Práticas Introjetivas, etc. (Brasil, 2018)

No primeiro artigo, há uma tabela que referencia o número de trabalhos encontrados por palavra-chave no Portal Periódicos da CAPES. Segue abaixo um resumo orientado no tema deste trabalho.

Tabela 4: PERIÓDICOS DA CAPES

PALAVRA-CHAVE	ARTIGOS ENCONTRADOS
Práticas integrativas	09
Práticas alternativas	09
Terapias complementares	44
Holistic*	132

Fonte: Antunes et al, 2018.

Encontramos nas bases legislativas do Ministério da Saúde e do Ministério da Educação, documentos que retratam políticas para a aplicação das Ginásticas de Conscientização Corporal. Abaixo, segue uma tabela com alguns destes documentos e suas respectivas bases:

Enquanto que no primeiro movimento de pesquisa, a proporção de artigos que correspondiam ao tema deste trabalho foi de 6/10 por página, no segundo movimento, a proporção foi de 10/10 por página. É com certeza um desdobramento curioso desta revisão literária. Talvez pelo termo “Ginásticas de Conscientização Corporal” ser relativamente novo, se comparado aos seus irmãos “Práticas Introspectivas” e “Práticas Alternativas”, o referido é menos utilizado na produção acadêmica do que estes últimos. Cabe salientar, que não ocorreu a seleção destes 10 trabalhos, devido ao tema não ser relacionado à 2 órbitas essenciais desta pesquisa: primeiro a Educação Física e segundo a Escola.

Por último, exponho nesta última sessão de revisão literária, um quadro, com os documentos legislativos que retratam o tema “Ginásticas de Conscientização Corporal”.

Tabela 5: DOCUMENTOS LEGISLATIVOS

NOME	ÓRGÃO	LOCAL	DATA	RESUMO
Base Nacional Comum Curricular (BNCC)	Ministério da Educação	Brasília	2018	Políticas nacionais norteadoras da Educação Básica.
Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC)	Ministério da Saúde	Brasília	2018	Políticas nacionais que visam implementar na saúde pública as Práticas Integrativas (Introspectivas, Introjetivas, de Conscientização Corporal, etc)
Conhecendo as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: Bioenergética.	Ministério da Saúde	Brasília	2018	Livro organizado pelo próprio Ministério da Educação retratando os conceitos, as práticas, as

				bases legislativas, e o histórico das práticas relacionadas à Bioenergética.
--	--	--	--	---

Fonte: Elaborado pelo autor.

Com uma análise de mais de 100 resultados, pela leitura de seus nomes e resumos, contata-se que, esta monografia é pioneira na produção acadêmica, de um relato de experiência, acerca da aplicação de um trabalho com a Dança Xondaro, o *Xondaro Jeroky*, na Educação Física Escolar, e na Educação Básica.

### 3. REFERENCIAL TEÓRICO

O presente referencial teórico, está subdividido em 3 seções, onde cada uma retrata uma parte do conteúdo referencial utilizado nesta monografia.

A ordem com que foram organizadas, diz respeito à cronologia de leitura, para fins de melhor compreensão dos conteúdos.

#### 3.1 COSMOVISÃO

Os termos “meditar” e “expressar”, são as palavras-chave, norteadoras deste trabalho. Para tanto, vejo a necessidade de retratar um pouco da etimologia de cada uma, assim como os significados encontrados na literatura.

Expressar, do latim, *expressus*, somado ao sufixo *ar* (*expressus+ar*), *expressare*, cuja definição dada pelo dicionário Michaelis, em sua versão online é: “Dar(-se) a entender ou conhecer por meio de palavras, gestos ou atitude. Manifestar(-se) por meio da arte.”. Curioso é que “*ex*”, significa “fazer sair”, enquanto que “*pressus*”, significa “pressionar”, passando o conceito de “fazer sair para fora” (Online Etymology Dictionary, 2020).

Meditar, do latim, *meditari*, cuja definição dada pelo dicionário Michaelis, em sua versão online, apresenta a seguinte oração: “Submeter algo ao estudo do pensamento; ponderar”. Submeter algo ao estudo do pensamento, remete à trabalhar em cima de algo, mentalmente, seja o que for. Cabe ressaltar, que o radical “*med*”, vem do proto-indo-europeu, cujo significado segundo é “medir; mensurar; curar”. Este é o mesmo radical da palavra médico e medicar (Michiel, 2008).

O termo em sânscrito “*Bhāvanā*” (भावना), é utilizado por Krishna no Bhagavad-Gita, cujo significado é cultivar (Monier-Williams, 1899). Como os taoístas dizem, cultivar o coração (*XIN*, 心), meio de manifestação do Espírito (*SHEN*, 神), para sermos saudáveis (Cherng, 2008).

O termo meditar é visto nos textos ocidentais de psicologia, como nos livros de Jung e Lacan. Os chineses utilizavam termos que expressam conceitos de “trabalhar internamente, contemplar, harmonizar”, que no geral, são traduzidos como meditar. Para isso, basta que folhemos algumas páginas dos cânones antigos

de Huandi e de Lao Tzu, traduzidos para línguas ocidentais, geralmente alemão, italiano e inglês.

Analogamente, os registros indianos e tibetanos, trabalham com termos que expressam os mesmos conceitos, muito analisados nos Vedas e no clássico de Krishna, Bhagavad Gita, geralmente transcritos em espanhol e inglês.

O que se popularizou no ocidente, foram as práticas meditativas, que eram muito retratadas pelos monges taoístas. Utilizavam o termo *Neigong* para designá-las, que é traduzido contemporaneamente como “trabalho interno”. (Pregadio, 2008). “Trabalho interno” é um termo muito utilizado por Trigueirinho em seus trabalhos e palestras, cujo conteúdo remete à meditação, cujo sentido expressa o conceito de “manipular estruturas internas”.

Sentimentalismo e comiseração emanam da matéria, enquanto a compaixão é uma energia que provém de níveis abstratos, contatados através do serviço altruísta e do auto esquecimento;

- um trabalho interno sobre o próprio caráter precisa já ter sido feito;
- a capacidade para dispensar aquilo que é inferior deve estar presente, a fim de nos abirmos à vibração do Mais Alto;
- é imprescindível a firme decisão de seguir as indicações que vêm dos planos abstratos, como orientação para o desempenho de nossas tarefas. (Netto, 2016, p. 12)

Em diversas passagens, Trigueirinho disserta sobre o Interior do indivíduo, como um vasto mundo a Ser explorado.

Somente depois de vos entregardes sinceramente ao Plano, é que vos serão dadas as chaves para o contato com a realidade interna. Para cada nível energético que alcançais, novas chaves são necessárias, pois é preciso que aprendais a lidar com diferentes energias. Nesse conjunto estão incluídas as chaves para os mundos intraterrenos, pois muitos de vós terão esse destino no resgate que se aproxima. (Netto, 2016, p.. 28-29)

A cosmovisão holística oriental, também apercebida nos ameríndios, é retratada por diversos estudiosos europeus, que buscam exemplificar, e de certa forma, traduzir, os conceitos vivenciados naturalmente no oriente. Nos séculos passados, diversos psicólogos buscaram trazer estes conhecimentos para o oriente, dissertando sobre a necessidade de se avaliar as questões espirituais humana. Steiner, Jung, Wilhelm, Blavatsky, Leadbeater, foram alguns dos autores que buscaram incorporar tais conteúdos em uma visão “mais acessível” ao entendimento ocidental (Ramatis, 2000).



Vivencio este mundo desde criança, e admito que seria demasiadamente complexo traduzir as práticas e conceitos que estão internalizados em mim, e que, como redator dos relatos, sei o que cada coisa que digo significa. Se não fosse por autores como os citados anteriormente, seria necessário traçar um caminho deveras longo. Os trabalhos destes, sintetizam alguns conceitos em uma “linguagem ocidental”, que utilizarei neste trabalho, e utilizei nos relatos.

Steiner, cunhou o termo “antroposofia”, para o conjunto de conhecimentos, retratados em diversas culturas, e que hoje em dia, é retratado como linha de estudo.

Em 1924, Rudolf Steiner definiu antroposofia como ‘... um caminho do conhecimento, do qual intenta conduzir o que é espiritual no ser humano para o que é espiritual no universo. Antroposofia é fundamentalmente um estudo do ser humano, nossa natureza e tarefa. As lentes de que Rudolf Steiner concede-nos é a visão de que somos seres espirituais vivendo uma existência física. Neste sentido, Antroposofia é o caminho tangível do desenvolvimento interno e um científico-espiritual estudo perpétuo. (Sydney Rudolf Steiner College, 2023)

A Antroposofia bebe da fonte da Teosofia, linhas de estudo que se assemelham muito. Blavatsky foi quem deu forma à Teosofia e quem fundou a Sociedade Teosófica nos EUA, narrativa que pode ser conferida em seu próprio livro: Ísis Sem Véu.

Neste “caminho do conhecimento”, como dito por Steiner, são retratados diversos assuntos das mais vastas ciências, onde são incorporados conhecimentos novos e antigos, sem distinção, das mais variadas culturas ao redor do globo.

Concomitantemente ao surgimento da Antroposofia, a Teosofia, tomava força com o ocultismo, influenciando fortemente a psicologia, modificando a maneira de se conceber diversos conhecimentos da época, referentes ao contexto mente e corpo. (Blavatsky, 2008)

Ele cita a seguinte pergunta feita por Martineau: "Um homem pode (...) dizer 'eu sinto, eu penso, eu amo'; mas como é que a consciência se imiscuiu no problema?". E logo responde: "A passagem da parte física do cérebro aos fatos correspondentes da consciência é inconcebível. Dado que um pensamento definido e uma ação molecular definida ocorrem simultaneamente no cérebro, não possuímos o órgão intelectual nem aparentemente nenhum rudimento desse órgão que os permitiria passar, por um processo de raciocínio, de um a outro. Eles surgem juntos, mas não sabemos por quê. Se as nossas mentes e os nossos sentidos fossem muito extensos, fortificados e esclarecidos de maneira que pudéssemos ver e sentir as mínimas moléculas do cérebro; fôssemos nós capazes de seguir

todos os seus movimentos, todos os seus agrupamentos, todas as suas descargas elétricas, se tais coisas existirem; e estivéssemos nós intimamente familiarizados com os estados correspondentes do pensamento e do sentimento, nós nos encontramos ainda mais longe do que nunca da solução do problema. 'Como estão esses processos físicos ligados aos fatos da consciência?'. O abismo entre as duas classes de fenômenos ainda continua a ser intelectualmente intransponível". (Blavatsky, 1991, p. 143-144)

A Teosofia interrogava intensamente as bases acadêmicas, que lideravam os conceitos ditos científicos. Blavatsky foi uma das grandes autoras, que buscava aproximar os conceitos, que diversas doutrinas ao redor do globo retratavam, acerca do enigma mente e corpo.

George Brown, em seu livro, "Occult Psychology", traduzido como "Psicologia Oculta", disserta, bebendo do conhecimento teosófico, sobre os princípios mentais, apresentando os conhecimentos há muito trabalhados no oriente nas escolas iniciáticas.

Mente é o princípio do pensamento, qualidade ou faculdade, de acordo com a terminologia preferida. A Mente Universal funciona além do Ego cuja receptividade é proporcional à sua idade e adiantamento. A mente humana é aquela parte da Mente Universal do qual, funcionando através do Ego, é manifestada no cérebro físico, de acordo com o desenvolvimento do cérebro físico. O cérebro físico é o órgão da mente sobre o plano físico. (Brown, 1919, p. 1, tradução nossa)

No mesmo livro, fala sobre algo fundamental retratado inicialmente neste trabalho. "Meditação é pensamento. Um momento de consideração sobre este assunto permitirá alguém facilmente compreender que pensamento é atividade do princípio pensante; contudo, alguma atividade do princípio pensante deve ser pensamento." (Brown, 1919, p. 1, tradução nossa)

Neste contexto unificado, surgem as terapias modernas com seus conceitos pautados nas concepções ancestrais, que tomam forma para além da concepção *do soma humano*, abrangendo holisticamente vários aspectos da vida, integrados, juntos, interrelacionando-se como os 5 Elementos Chineses.

A psicanálise, liderada por Freud, elaborou uma complexa abordagem teórica sobre o funcionamento da mente. Entretanto, Wilhelm Reich foi além da descrição da mente, introduzindo importantes formulações sobre aspectos específicos do funcionamento somático no campo terapêutico. Assim, Reich incorporou à terapia, a ideia de funcionamento unificado da pessoa, ou seja, da mente e do corpo como uma unidade que abrange os

domínios da experiência e do comportamento. Posteriormente, Alexander Lowen aprofundou a descrição da pessoa como um self corporal (body-self), expandindo a descrição da unidade mente-corpo e incluindo nesta totalidade, sua forma e mobilidade. [...]. (Ministério da Saúde, 2018, p. 11)

No mesmo século (XIX), nascia o behaviorismo. As vertentes “ocultas”, trabalhavam com seu “próprio behaviorismo”, pois os orientais eram hábeis em analisar o comportamento e perceber o lado interno do Ser. No I Ching, há uma passagem que ilustra o modelo aplicado aos relatos e à concepção de relação corpo mente, muito retratada pelos filósofos chineses como Zhuang Zi.

Nove na terceira posição significa: Mantendo imóvel o quadril. Rigidez na região do osso sacro. Perigo. O coração sufoca. Isso se refere a uma tranquilidade forçada. Procura-se dominar a agitação do coração por meio da violência. Porém, o fogo, ao ser abafado, transforma-se numa fumaça acre que vai asfixiando à medida que se espalha. Do mesmo modo, em exercícios de meditação e concentração não se deve procurar forçar resultados. Ao contrário, a quietude deve surgir espontaneamente, a partir de um recolhimento interior. Caso se procure impor a tranqüilidade através de uma rigidez artificial, a meditação poderá causar grandes perturbações. (Wilhelm, 2006, p. 163)

O entendimento de qual maneira os fenômenos internos se expressam externamente (no corpo), eram muito retratados pelos chineses. A medicina chinesa trata pormenorizadamente disto, em seus diagnósticos internos. No Huandi Neijing, ou Cânone Interno do Imperador Amarelo, Qibo fala que o terapeuta deve fazer a leitura do paciente não somente com o corpo, mas com o Espírito. Que seus Espíritos entrem em contato, e assim se encontre a verdadeira causa das patologias. Nesse sentido, temos uma cosmologia integrativa, onde o ser humano, faz parte de um todo conectado, havendo algo que na linguagem ocidental, podemos denominar por “forças”, que atuam em cada um, e que o próprio indivíduo é responsável pelas forças que emanam de si. (Wang, 2001)

As atividades taoístas “[...] revelam o desejo de se alinhar aos ritmos do cosmo e aos ciclos do tempo que são discerníveis nos princípios abstratos do Yīn Yáng e nas Cinco Fases WǔXíng, que explicam o funcionamento da matéria.” Oldestone-Moore, (2010 p. 64).

Beltrão enfatiza o que fora dito anteriormente, dissertando sobre algumas práticas taoístas.

Os rituais Daoístas são formulados para transitar no tempo, para retornar ao momento da criação e ao Qi original que conferirá imortalidade. Além disso, o ser humano é diretamente afetado pelo cosmos, pelo clima e pelo social e desse afetamento irá depender diretamente sua saúde. Através de todas essas dimensões e interações o Huáng Dì se propõe a apontar um caminho filosófico e prático para o ser humano alcançar saúde, iluminação, longevidade, transcendência e sabedoria. As teorias presentes no Huáng Dì são derivadas principalmente das teorias cosmológicas Daoístas. A cosmologia Daoísta estabelecia as origens do universo na força primordial Dào que se dividiu em dois elementos complementares Yīn Yáng que implicam um no outro e por meio de seus padrões variáveis de interação geram as miríades das coisas, que são em essência transfigurações de Qì ou força vital que sustenta toda a existência. A cosmologia Yīn Yáng foi combinada com a teoria dos cinco elementos WǔXíng, proporcionando um quadro conceitual para mapear o mundo em termos temporais, espaciais e mutáveis (POCESKI, 2013).

Para se entender a proposta de saúde e espiritualidade desse clássico, se faz importante analisar como se dá a relação do homem com o cosmo, as relações das energias Yīn Yáng e WǔXíng com o corpo humano e os principais conceitos que embasam a complexa concepção de constituinte do ser no Huáng Dì.

(Beltrão, 2017, p. 77)

Os chineses possuíam vastíssimo conhecimento medicinal, psicológico e filosófico. Observavam o Céu e a Terra, e analisando o comportamento dos astros, dissertavam sobre o comportamento da Natureza, suas leis, e além disso tudo, o comportamento humano. Seguiam o fluxo natural das coisas. Meditavam profundamente nas formas de se proceder e na relação de retorno que estas proporcionam. Estudando o comportamento dos Cinco Elementos, conheciam os mecanismos naturais das coisas e suas relações. Sabiam que estas relações, expressavam-se internamente no corpo e no espírito, algo que pode ser traduzido como: “relações psicofisiológicas”. Em prol de determinado comportamento, atribuíam algum elemento para determinada pessoa, onde o excesso deste, deveria ser balanceado com outro comportamento, cujo elemento deveria ser seu “controlador”. Ex.: Uma pessoa muito melancólica, cuja corpo sempre se encontra frio, está com excesso de água, e por isso, seus rins trabalham excessivamente. Para se fazer o balanço das coisas, é necessário que seja mais fogo, ativando sua alegria e aumentando a atividade de seu coração, pois o fogo e a água equilibram-se. (Wang, 2001)

Os ameríndios tupis, trabalhavam em seus rituais xamânicos no mesmo proceder, mas com formas de agir diferentes. Nos relatos de Kopenawa (2015),

sobre a iniciação xamânica, encontramos conceitos semelhantes, trabalhados de formas diferentes, mas que visam um mesmo fim, a compreensão espiritual.

A cosmologia indígena, abrange o todo, de forma unificada, assim como os chineses. O modo de viver indígena, é demarcado pela imersão na Natureza, e na concepção de que o ser humano faz parte desta, diferentemente da visão ocidental, que geralmente aparta-o desta. (Kopenawa, 2015) Cada Ser que existe, é vivo e sagrado. Isso abrange as pedras, montanhas, vales, rios, etc. Tudo está conectado. Tudo possui um motivo de existir. O compasso cósmico é sábio e justo. (Kopenawa, 2015)

A forma de expressar os conhecimentos dos ameríndios é simples e profunda. Em poucas palavras, sintetizam muitas coisas, em uma linguagem simples, abstrata e simbólica, altamente espiritualizada. (Kopenawa, 2015)

[...] a floresta, de perceber que “a máquina do mundo” é um ser vivo composto de incontáveis seres vivos, um superorganismo constantemente renovado pela atividade vigilante de seus guardiões invisíveis, os xapiri, imagens ‘espirituais’ do mundo que são a razão suficiente e a causa eficiente daquilo que chamamos Natureza — em yanomami, hutukara —, na qual os humanos estamos imersos por natureza [...] (Kopenawa, 2015, pag. 13)

Na passagem citada acima, percebemos a profunda concepção ecossistemática e integracionista, cuja biologia esotérica, própria do modo de vida indígena, é passada de geração em geração. É demonstrado desta forma, o metucioso estudo, realizado com uma metodologia empirista, que os indígenas meditavam e analisavam criteriosamente os processos da Natureza, seus ciclos e compassos.

A floresta é de Omama, e por isso tem um sopro de vida muito longo, que chamamos urihi wixia. É a sua respiração. O sopro dos humanos, ao contrário, é muito breve. Vivemos pouco tempo e morremos depressa. Já a floresta, se não for destruída sem razão, não morre nunca. Não é como o corpo dos humanos. Ela não apodrece para depois desaparecer. Sempre se renova. É graças à sua respiração que as plantas que nos alimentam podem crescer. Então, quando estamos doentes, às vezes tomamos seu sopro de vida emprestado, para que nos sustente e nos cure. É o que os xamãs fazem. A floresta respira, mas os brancos não percebem. Não acham que ela esteja viva. No entanto, basta olhar para suas árvores, com as folhas sempre brilhantes. Se ela não respirasse, estariam secas. Esse sopro de vida vem do centro da terra, que é o antigo céu Hutukara. Ele se espalha por toda a sua extensão e também ao longo de seus rios e igarapés. Por onde esse frescor da imagem da terra Maxitari se espalha, a floresta é bela, as chuvas são abundantes e o vento é forte. Os xapiri também vivem nela, pois foram criados juntos. Os brancos que desmatam a

floresta por acaso acham que sua beleza não tem motivo? Mas não é verdade! Eles só a devastam sem nenhuma preocupação porque não podem vê-la com os olhos dos xamãs. Ela permaneceu bela até hoje apenas porque nossos ancestrais desde sempre conhecem as palavras que estou dando aqui. Nos lugares que os brancos ocuparam, ao contrário, só restam descampados e uma terra sem sopro de vida. Mas isso não vai acontecer com a nossa floresta enquanto vivermos nela! (Kopenawa, 2015, pag. 472)

É de suma relevância ressaltar a profundidade de seus ensinamentos, o tom lírico e poético refinado, demarcando uma forma de viver ditada pelo ritmo cósmico.

### 3.2 GINÁSTICAS DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL

As práticas de conscientização corporal, traçam um caminho para muito mais além da simples concepção de “trazer à luz da consciência o que o corpo faz”. Falando de forma geral, possuem algumas características que as conectam como um grande grupo de práticas, que envolvem o trabalho integral e integrativo do Ser Integral, por trabalhar diversos aspectos espirituais, cognitivos, morais e expressivos. Integrativo, por trabalhar a conexão do indivíduo com a Natureza, as Divindades e o Cosmos. (Brasil, 2018c; Aragão, 2001; Rocha, 2016; Cherng, 2008; Beltrão, 2017)

Muitas práticas que habitam o “Universo da Introspecção”, convidam o Ser para além de seu próprio corpo. Excitam a abertura para percepções além das impressões recebidas pelos 5 sentidos: visão, audição, tato, paladar e olfato. Descortinam para o praticante, um novo meio de se perceber a Vida. Levam a consciência a receber a manifestação da vida, para além da normatividade cultuada. Há um trabalho extra sensorial, que convida o Ser para um movimento transcendental. (Brasil, 2018c; Aragão, 2001; Rocha, 2016; Cherng, 2008; Beltrão, 2017)

Cada prática canaliza em si mesma, um conjunto único de características, que se manifestam no praticar, como valências trabalhadas. Há algumas destas que abarcam uma série de práticas, como o Tai Chi Chuan, a Yoga, o Qi Gong, onde são retratadas por conceitos, que são: tempo; cadenciação de movimentos; ritmo; respiração e concentração. Cada prática, tratará para além de outros, cujos objetivos serão definidos pela filosofia que as envolve. (Brasil, 2018c; Aragão, 2001;

Rocha, 2016; Cherng, 2008; Beltrão, 2017) Desta forma, entende-se as Ginásticas de Conscientização Corporal, como um grupo maior de práticas, que integram danças, terapias, artes marciais, etc.

O termo Ginásticas de Conscientização Corporal, utilizado na BNCC, constitui um grupo imenso de práticas, que visam a conexão do Ser consigo mesmo e com o Todo. É de fato uma terminologia recente, como apresentado na revisão de literatura. Estas práticas são comumente conhecidas como Práticas Introspectivas, Práticas Meditativas, etc. (Brasil, 2018a)

As Ginásticas de Conscientização Corporal, são práticas milenarmente cultuadas por diversos povos ao redor do globo terrestre. De forma adjunta, a prática destas, leva o Ser ao contato com estas culturas, sendo necessária a união de culturas para que factível e naturalmente ocorram “O Praticar”.

Analisando a terminologia aplicada, em suas raízes etimológicas, temos para o termo “Ginásticas”, a seguinte definição, segundo o site da Confederação Brasileira de Ginástica (CBG):

O termo ginástica originou-se do grego *gymnázzein*, que tem por tradução aproximada "treinar" e, em sentido literal, significa "exercitar-se nu", a forma como os gregos praticavam os exercícios. Seu sentido advém da ideia primeira, que é a prática milenar de exercícios físicos metódicos, ao contrário da ginástica surgida como modalidade desportiva. A denominação ginástica, foi ainda inicialmente utilizada como referência aos variados tipos de atividade física sistematizados, cujos fins variavam de atividades para a sobrevivência, como na pré-história, aos jogos, ou à preparação militar, para o atletismo e as lutas. (CBG, 2022)

O termo ginástica, assim, carrega o conceito de treinar algo, treinar para algo, treinar para condicionar algo. Neste caso, refere-se o condicionar corpóreo.

Como dito acima pela Confederação Brasileira de Ginástica, na antiguidade, o termo “ginástica” era utilizado para se referir à práticas cujo objetivo, geralmente, estava relacionado às práticas de sobrevivência. Havia assim, muitos exercícios ligados à viver na floresta, como subir em árvores, equilibrar-se em troncos, escalar morros, etc. Havia desta forma, uma forte influência do militarismo. Em suma, era uma prática militar. (Costa, 2020).

O termo Conscientização Corporal trabalha aqui de forma composta, unida, carregando o conceito de conscientizar-se do corpo. Trazer à Luz da Consciência as percepções daquilo que denominamos corpo. (Aragão 2001).

Sobre a maneira de se comportar fisicamente, Ehrenfried 10 afirmava que “só podemos mudar aquilo que conhecemos; primeiro, devemos aprender a conhecê-lo [o corpo] e sobretudo senti-lo tal qual é”. É nessa vertente que a Educação Somática pode trazer benefícios ao desenvolvimento dos/as praticantes, estimulando uma escuta do corpo para, então, trazer essa percepção ao nível consciente e transpor para a utilização deste corpo no ambiente. Por meio de atividades que estimulam a sensibilidade e a percepção, o/a participante é conduzido/a à melhor utilização de seu potencial perceptivo, sensorial e motor, e à melhor coordenação de sua atitude corporal. (Cabral et al, 2021, p. 7)

É nesse caminho que Cabral e Prodócimo retratam a educação do Ser a partir do viés da Educação Somática. Soma que em grego, significa “corpo”. Portanto, ocupar-se da Educação Somática do indivíduo, equivale a dizer que ocupa-se a educar seu corpo, e assim o contato e a manifestação individual por meio deste.

Trabalhar os aspectos perceptivos intrínsecos ao corpo, leva o indivíduo à uma melhor compreensão de seu corpo. Pelas desenvolvimento de um trabalho voltado à isto, promove-se as circunvoluções da percepção do ego. Manifestam-se na mente, variações daquilo que pode e não pode ser eu. Começa-se a perceber as fronteiras do corpo, e dos corpos. Aumenta-se a sensibilidade para o toque e para as sensações, desenvolvendo assim uma afinação em seu “perceber”. (Mathiessen, 1999; Cabral et al, 2022).

O esquema corporal e a imagem corporal propostos por Rocha (2009), estão intrinsecamente jungidos ao trabalho de conscientização corporal. O esquema corporal evolui e desdobra-se para novas percepções ao Ser. A imagem corporal é modificada e tecida pelo aprofundamento do aluno.

Assim pode-se tanto usar os termos Práticas Corporais Alternativas, como Ginásticas de Conscientização Corporal, pois são termos diferentes que se referem a coisas idênticas, com a ressalva de que a primeira terminologia carrega um significado diferente do segundo. (Brasil, 2018a)

Essas práticas podem ser denominadas de diferentes formas, como: alternativas, introjetivas, introspectivas, suaves. Alguns exemplos são a biodança, a bioenergética, a eutonia, a antiginástica, o Método Feldenkrais, a ioga, o tai chi chuan, a ginástica chinesa, entre outros.(Brasil, 2018a, p. 218).



### 3.3 O XONDARO

Xondaro é uma arte que se expressa nos campos filosófico, performático e espiritual. É vivenciada pelo povo Guarani desde a tenra idade, onde cada criança, em determinadas etapas do desenvolvimento, recebe diferentes formas de vivenciá-lo (Gonçalves, 2020). A cosmovisão Guarani retrata os movimentos do Sol e da Lua, e seu trabalho no Universo.

Um dos aspectos do Xondaro é a prática corporal, que visa o trabalho do corpo e do espírito em coletividade, onde todos os praticantes, conectam-se pelo tempo e pelo espaço, dentro do ritmo e do compasso de movimentos grupais, conjuntamente, com uma música feita desde instrumentos de corda, até a utilização do próprio corpo, com palmas e pisões. (Gonçalves, 2020; Breda, 2021)

O Xondaro seria uma parte de universo, parte do ensino da universidade guarani, por quê? Ali se aprende a comunicação da formalidade, como se comportar diante da família, ter noção de cada momento, de rituais, cerimônias, danças de várias formas, cantos com várias afinações, formação de apresentação oral, corporal, enfim, praticar performances. (Gonçalves, 2020, p. 19).

A arte do Xondaro está intimamente ligada à espiritualidade Guarani. Retém em si um conjunto imensurável de conhecimentos xamânicos, trabalhados naturalmente pelo povo nas aldeias. (Gonçalves, 2020)

A *opy* está intimamente ligada ao Xondaro. *Opy* é a casa sagrada de rezas, possuindo modo e coordenadas de construção específicos com a orientação cardeal, geralmente de leste para oeste. (Breda, 2017) Há um conceito indireto exposto nesta arquitetura, que provavelmente esteja arremetida à movimentação do Sol e da Lua, Seres Divinos importantíssimos na cosmologia Guarani. (Breda, 2017; Gonçalves, 2020). Uma parte de *Xondaro jerokey* é trabalhada dentro da *opy*, onde apresenta rituais próprios desta (Breda, 2017). O termo Xondaro é um termo polissêmico, que abrange uma série de conceitos.

O termo Xondaro é um conjunto de relações que se associam desde o indivíduo, movimentos, instrumentos e atividades. Como por exemplo uma pessoa pode ser denominada o Xondaro ou no caso de feminina de a Xondaria, que quando se refere a uma pessoa significa que pratica o

conceito e filosofia do Xondaro, e quando a pessoa exerce uma função de guarda, segurança da aldeia, a própria profissão também é Xondaro. Rito de movimento corporal também é chamado de Xondaro, então o Xondaro pode ser indivíduo, segurança da aldeia, movimento corporal, vários tipos de som instrumental. (Gonçalves, 2020, p. 19)

O Xondaro como prática corporal, é considerado uma dança (*Xondaro jeroky*, Dança Xondaro), cujo princípio mais trabalhado é a esquivada. Não é como um pega-pega, em que um pega o outro o mais rápido possível. A Dança Xondaro, ocorre uma comunicação não-verbal entre os praticantes. Nasce uma performance conjunta, que trabalha a arte expressionista da atuação grupal cênica. (Gonçalves, 2020; Breda, 2017, 2021).

Nesse sentido, partindo da dança do xondaro, caberá perguntar: o que é, ou, melhor o que pode ser uma esquivada? Esse instante repentino em meio a um movimento de oposição em que distâncias são subitamente reconfiguradas. Podemos nesse caso dizer distâncias ou simplesmente diferenças. Pois, em termos de movimento, “distância” é também um outro jeito de dizer “diferença”, o movimento com um modo de diferenciação no espaço – e, portanto, produção de distância – em função tempo. Assim, ao longo do texto, a esquivada vai se configurando como uma prática guarani da incorporação da alteridade diferenciando-se dela, uma incorporação através da reconfiguração das distâncias-diferenças. Dessa maneira, o movimento da esquivada, tomado primeiramente a partir da dança do xondaro, irá além para ajudar a pensar as dinâmicas entre corpos, coletivos e mundos. Em meio a esse percurso, será importante o auxílio teórico de debates conceituais caros à antropologia, como o “dualismo em perpétuo desequilíbrio” cunhado por Lévi-Strauss (1993 [1991]), as sínteses analíticas sobre o devir na concepção da pessoa tupi-guarani (Viveiros de Castro, 1986; 2002), assim como alguns de seus desdobramentos recentes na etnologia. E, ainda, remetendo às reflexões de Pierre Clastres e Roy Wagner, trata-se de abrir os sentidos à criatividade política dos Guarani, e desse modo, quem sabe, expandir as nossas próprias compreensões do que pode ser política. (Breda, 2017, p. 28-29)

Há um dualismo, um movimento de balanço e compasso, que segue um ritmo interno, recebido pelos praticantes e integrado na manifestação corpórea: a Dança Xondaro (Breda, 2017). O Xondaro possui diversas formas de ser praticado, uma delas segue a tradicional forma grupal, onde o *ruvixa* destaca-se do grupo, e como um grande maestro, orienta o ritmo da prática, realizando diversas investidas para que os praticantes esquivem (Breda, 2017).

Outra forma de praticá-lo está na performance conjunta de dois ou mais praticantes, que atuam conjuntamente, em forma de um pega-pega, onde um avança para “pegar” o outro. É como um pega-pega, mas de forma performática e conjunta, onde o verdadeiro objetivo não é de fato pegar o outro, mas proporcionar

um movimento expressivo, que abarque os animais e os fenômenos da natureza na corporeidade de ambos. (Gonçalves, 2020; Breda, 2017, 2021)

O Xondaro seria uma parte do universo, parte do ensino da universidade guarani, por quê? Ali se aprende a comunicação da formalidade, como se comportar diante da família, ter noção de cada momento, de rituais, cerimônias, danças de várias formas, cantos com várias afinações, formação de apresentação oral, corporal, enfim, praticar performances (Gonçalves, 2020, p. 19).

O Xondaro, aqui neste trabalho, é trabalhado como Ginástica de Conscientização Corporal pela exploração das posturas e conhecimentos adquiridos pela prática, acerca do próprio corpo. Dessa forma, enfatizo que esta dança, está dentro das Ginásticas de Conscientização Corporal.

## 4. METODOLOGIA

O presente trabalho utiliza uma metodologia qualitativa. A pesquisa qualitativa é uma metodologia que busca o aprofundamento nos significados, nas causas, tendo como enfoque a qualidade das informações, como o próprio nome sugere. Não se preocupa na quantificação dos dados, deixa isso para a pesquisa quantitativa (Minayo, 2014).

Segundo Godoy (1995) a pesquisa qualitativa, possui um caráter conceitual mais forte. Traz consigo um âmbito reflexivo e meditativo para a pesquisa.

Algumas características básicas identificam os estudos denominados "qualitativos". Segundo esta perspectiva, um fenômeno pode ser melhor compreendido no contexto em que ocorre e do qual é parte, devendo ser analisado numa perspectiva integrada. Para tanto, o pesquisador vai a campo buscando captar o fenômeno em estudo a partir da perspectiva das pessoas nele envolvidas, considerando todos os pontos de vista relevantes. Vários tipos de dados são coletados e analisados para que se entenda a dinâmica do fenômeno (Godoy, 1995, p. 21).

Os dados desta pesquisa, são frutos do empirismo docente no âmbito escolar. Demo fala sobre este tipo de pesquisa, definindo-a como a pesquisa dedicada ao tratamento factual da realidade (Demo, 2000). "É a pesquisa dedicada ao tratamento da "face empírica e fatural da realidade; produz e analisa dados, procedendo sempre pela via do controle empírico e fatural" (Demo, 2000, p. 21).

Complementa ainda, em outro trabalho de 6 anos antes, os caracteres da aplicação e implicação deste tipo de pesquisa.

A valorização desse tipo de pesquisa é pela "possibilidade que oferece de maior concretude às argumentações, por mais tênue que possa ser a base fatural. O significado dos dados empíricos depende do referencial teórico, mas estes dados agregam impacto pertinente, sobretudo no sentido de facilitarem a aproximação prática" (Demo, 1994, p. 37).

Portanto, a metodologia empirista carrega consigo a filosofia do estudo da realidade, por algum ponto de vista: a do empirista (Demo, 1994).

### 4.1 INSTRUMENTOS DE PESQUISA

Os instrumentos de pesquisa são:

- Análise de diário de campo.
- Questionários com alunos da turma de estágio.

O diário de campo, é um instrumento de pesquisa, onde o pesquisador registra os fenômenos observados. A transcrição destes, manifesta todo o quadro fenomenológico que se deseja pesquisar. (Kroef, 2020)

As meditações do pesquisador, transcritas no diário, são um esboço da carga emocional e psíquica vivenciada por este, durante o processo de pesquisa. (Pezzato et al, 2011)

A escolha do diário de campo como instrumento para esta pesquisa, gradua-se na narrativa empírica do narrador, trazendo assim, momentos fatídicos para as discussões.

O questionário é um instrumento utilizado para abertura do trabalho para diferentes pontos de vista, segundo determinados fenômenos. (Chaer et al, 2011)

O questionário, segundo Gil (1999, p.128), pode ser definido “como a técnica de investigação composta por um número mais ou menos elevado de questões apresentadas por escrito às pessoas, tendo por objetivo o conhecimento de opiniões, crenças, sentimentos, interesses, expectativas, situações vivenciadas etc.”.

O questionário foi o segundo instrumento para esta pesquisa escolhido, devido a relevância da complementação das discussões e análises, de forma excêntrica, amalgamando assim, multifocalmente, os frutos da discussão.

A estrutura do questionário será igual para todos, seguindo a fórmula:

- Você já havia presenciado o trabalho de Ginásticas de Conscientização Corporal de matriz indígena, em escolas?
- Nesta escola, você já presenciou algum trabalho desta natureza? (pergunta destinada à professora de estágio e a preceptora da escola)
- Você conhecia a prática corporal Xondaro?
- Você já presenciou algum trabalho sobre a prática corporal Xondaro em sua graduação? E indígenas em geral?
- Como você acha que o trabalho realizado, pode afetar o desenvolvimento das crianças submetidas à este?
- Na sua opinião, a Educação Física Escolar Brasileira, promove atividades com Ginásticas de Conscientização Corporal na escola?

- Na sua opinião, a Educação Física Escolar Brasileira, promove atividades com Ginásticas de Conscientização Corporal de matriz indígena na escola?

## 4.2 O RELATO DE EXPERIÊNCIA COMO METODOLOGIA

O relato de experiência, trata-se da transcrição de uma vivência. Abrange uma gama enorme de possibilidades, por poder tratar-se de várias situações, dentro, e fora do ambiente acadêmico. (Mussi et al, 2021) A forma como o pesquisador aprofunda suas reflexões, contidas no caso desta pesquisa, no diário de campo, deve abranger os conteúdos deste, com o referenciado em literatura, gerenciando uma estrutura analítico-empírica de grande robustez, que apresenta diferentes materiais para a construção das lentes observadoras, mediadoras da análise de conteúdo. (Mussi et al, 2021) (Pezzato et al, 2011) Desta forma, o relato de experiência, apresenta-se como mecanismo fundamental para a obtenção direta de um conhecimento de uma experiência vivenciada, com o vigor, da vida do conteúdo apresentado.

Em seguida, expõe-se a sugestão de um roteiro para construção de RE, resultante de um processo contínuo de amadurecimento, sendo composto por: elaboração, participação, orientação e apresentação de estudos no formato de RE. E tem como propósito auxiliar na edificação e organização de RE crítico-reflexivo ao elencar elementos importantes que precisam ser contemplados, uma vez que escritas desta natureza contribuem importantemente na produção de conhecimento científico. (Mussi et al, 2021, pag. 4)

Há um contexto filosófico muito importante, para a produção de um trabalho acadêmico com relatos de experiência. A concepção de que o sujeito, vivenciando uma situação em sua vida, produz conhecimento desta, e em seguida, desdobramentos reflexivos, gradua o relato de experiência, como a tentativa de se disseminar, por algum meio de comunicação (aqui no caso a escrita), experiências e aprendizados. (Mussi et al, 2021)

A experiência “é vivida antes de ser captada pelo pensamento, apreendida pela reflexão, caracterizada em seus componentes” (BRETON; ALVES, 2021, p.3), portanto, é ela “que desperta o poder de conhecer” (MENEZES, 2021, p.10). Em seu domínio ocorrem as aprendizagens (KASTRUP, 2008). Apesar de não ser a única ou exclusiva maneira para seu atingimento, não se “pode aprender pela experiência do outro, a não ser que essa experiência seja revivida e tornada própria” (CAPOZZOLO et al, 2013).

(Mussi et al, 2021, p. 5)

Desta forma o relato de experiência, procura proporcionar ao leitor, a vivência de fatos, vividos e narrados por outro, na profundidade da habilidade do narrador, em transcrever cenas para o nosso aventureiro (leitor).

### 4.3 CORPUS ANALÍTICO

O Corpus analítico deste trabalho, constitui-se nos relatos de 4 aulas vivenciadas, em diferentes dias do estágio, e um questionário realizado com os colegas e professores presentes na realização do trabalho.

O primeiro relato, contém a transcrição das experiências e reflexões vivenciadas na primeira aula sobre o Xondaro. É um relato enriquecido com as manifestações da turma sobre a temática inovadora.

O segundo relato, apresenta a segunda aula de Xondaro, dada na mesma semana.

O terceiro relato, apresenta uma aula em sala, onde é encontrado a experiência docente acerca do ensino de uma canção Guarani para a turma.

O último relato, é uma aula onde contém diversos relatos de atividades realizadas em ambiente aberto e público: no Parque Farroupilha, em Porto Alegre, mais conhecido como Redenção.

As perguntas do questionário são constituídas com o objetivo de fomentar as discussões, com diferentes pontos de vista, adjuntos do referencial e do diário de campo.

Os pesquisados são nomeados com nomes fictícios para manter o anonimato.

#### 4.4 ANÁLISE DE CONTEÚDO

A análise de conteúdo foi sistematizada nas discussões, em categorias analíticas, onde cada categoria está relacionada a uma temática. (Bardin, 1977; Mendes et al, 2017).

A análise dos corpus empírico, foi sistematizada em função da categoria analítica proposta em discussão. Correlacionando o conteúdo, com a temática subsequente da categoria trabalhada, realiza-se o acasalamento das informações cabíveis à temática, com referenciais bibliográficos. As discussões em pauta, são realizadas a partir de desdobramentos da categoria analítica, relacionadas com excertos do diário de campo, referenciais, e por fim, temperados com as manifestações presentes nos questionários (Bardin, 1977; Mendes et al, 2017).



## 5. DISCUSSÕES DA PESQUISA

A partir da constituição do corpus empírico, realizando uma análise das informações por meio da análise de conteúdo e, tendo por base, os objetivos da pesquisa, chego a 3 categorias analíticas. São elas: 1) A quebra da cultura normativa 2) Benefícios das Ginásticas de Conscientização Corporal para o desenvolvimento infantil; 3) O Xondaro como prática expressiva.

### 5.1 A QUEBRA DA CULTURA NORMATIVA

O trabalho com o Xondaro na escola, uma prática que entra no ramo das Ginásticas de Conscientização Corporal, possibilitou aos alunos, terem uma experiência, para além da cultura normativa social. Vencer essa barreira social dentro da escola, é muito bem evidenciado nos relatos, pela narrativa das manifestações dos alunos.

Os alunos ouviram muito interessados, afinal de contas, era algo totalmente novo e diferente. Eu, o professor estagiário e meu colega, descortinávamos um mundo totalmente novo para eles, uma narrativa que jamais ouviram. Podia sentir, a magnânima atmosfera que havia se formado, e que cada um à expressava corporalmente, revelando a surpresa e o interesse. Eu já podia esperar isso, mas... a pergunta que fica é... por que isso estava acontecendo? Porque uma narrativa para além dos moldes eurocêntricos deve ser nova? Eu já sabia que seria assim, mas ali confirmava. Nós estávamos quebrando uma herança sectarista histórica, mostrando que os povos originários possuíam uma cultura riquíssima e avançada.

(Diário de Campo, p. 1)

Por que de um conhecimento nativo desta região, é esquecido? A Educação Física Escolar, acimentou-se dentro dos padrões convencionais (Cavalari, 2005). Experiências que levam o indivíduo para além do seu natural, não são muito vistas, práticas indígenas, muito menos, como foi constatado na revisão de literatura desta monografia. Geralmente temos a capoeira como modalidade dominante, e mais nenhuma outra.

Chamo a atenção para as 5 primeiras perguntas do questionário apresentado. Todas possuem a mesma característica: a afirmação negativa. Desta forma, transcreve-se indiretamente, a ausência da cultura indígena no âmbito escolar, e até mesmo fora deste.

Ao longo do tempo, ocorreu um processo de construção do currículo, para os liames eurocêntricos, deixando de lado as características regionais e nativas. Saliento a importância de revermos as práticas disseminadas tanto nas escolas, como nas faculdades. Por que esse fenômeno acontece na sociedade moderna? (Perrelli, 2008).

Desta forma nota-se que, no meio acadêmico e social, ocorre uma seleção de conhecimentos, por vários motivos, que se abastecem de processos de hierarquização, entre diferentes camadas da sociedade, estratificada como um tecido de linho.

Tais equívocos podem acarretar intolerância para com as populações ditas tradicionais, uma vez que, dentro dessa lógica, tende-se a não se reconhecer como “tradicional” aquele que abandona ou recria seus costumes (ROUÉ, 2000). Em outras palavras, tais visões deturpadas conduzem ao entendimento de que a recriação de práticas pelas sociedades tradicionais implica a sua não legitimidade identitária (DIEGUES, ARRUDA, 2001), posto que se considera “autêntico” [leia-se puro, tradicional, legítimo] apenas o conhecimento e/ou a população que não se modifica por influência dos produtos da modernidade (ROUÉ, 2000).

(Roué, 2000 apud Perrelli, 2008, p. 384).

No processo de construção social que vivemos, ocorre uma espécie de epistemicídio com relação aos conhecimentos tradicionais, que são descaracterizados ou excluídos da normativa cultural, fenômeno sistematizado na produção de currículos educacionais (Backes, 2019). O produto gerado pelos mecanismos de tais sistemas, são conhecimentos ordenados com o fim de perpetuar e reforçar o fenômeno epistemicídio.

Sendo o indivíduo, em seu processo de construção cultural, altamente norteado pelas culturas que o rodeia, vivendo entre suas manifestações, entende-se que é de extrema importância, os conhecimentos que este sujeito tem acesso (Müller, 2021).

Chamo a atenção, para a correlatividade existente, entre as perguntas 6 e 9. As respostas para ambas, estão criticamente unidas, na apresentação em escrito, de um conjunto de problemas sociais, relacionados ao epistemicídio moderno (Backes, 2019). Chamo a atenção para a questão que trata dos efeitos nos estudantes, vejamos:

*Estranheza de início, curiosidade posteriormente (ESTAGIÁRIO 1)*

*No início estranharam por não conhecerem, mas depois foram se soltando e praticando de forma mais ativa (ESTAGIÁRIA 1).*

*Entusiasmo e curiosidade (ESTAGIÁRIA 2)*

*Em um primeiro momento, as crianças reproduziram alguns preconceitos que generalizam os povos em um único conceito de índio, isolado da sociedade e com traços daqueles povos que foram descritos em 1500. Posteriormente as crianças começaram a perceber que existiam muitas especificidades e que cada povo era único em relação as formas de socializar, celebrar e utilizar o corpo como forma de expressão (ESTAGIÁRIO 2)*

Também destaco a questão sobre outras práticas de Ginásticas de Conscientização Corporal de matriz indígena você já viu ou sabe que ocorre nas escolas. Os estagiários se manifestaram:

*Nenhuma (ESTAGIÁRIO 1)*

*Não conheço nenhuma (ESTAGIÁRIA 1)*

*Nenhuma (ESTAGIÁRIA 2)*

*Nunca presenciei um trabalho semelhante que abordasse as Ginásticas de Conscientização Corporal de matriz indígena, nem sabia da possibilidade ou que pertencia ao campo da Educação Física. (ESTAGIÁRIO 2)*

As respostas para ambas, estão criticamente unidas, na apresentação em escrito, de um conjunto de problemas sociais, relacionados ao epistemicídio moderno (Backes, 2019). Por que os alunos demonstraram estranheza, no início do desenvolvimento do trabalho? Por que desconhecem plenamente. É algo que faz parte desta nação, e ao mesmo tempo, sumiu.

*Em um primeiro momento, as crianças reproduziram alguns preconceitos que generalizam os povos em um único conceito de índio, isolado da sociedade e com traços daqueles povos que foram descritos em 1500. Posteriormente as crianças começaram a perceber*

*que existiam muitas especificidades e que cada povo era único em relação as formas de socializar, celebrar e utilizar o corpo como forma de expressão. (ESTAGIÁRIO 2)*

O conjunto de respostas da pergunta 9, responde o contexto social para além dos ditames escolares, algo que podemos dizer... encontra-se implícito na herança social a exclusão de conhecimentos.

## 5.2 BENEFÍCIOS DAS GINÁSTICAS DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL PARA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL

Durante a infância, a intensa atividade interna em sua maioria das vezes, mostra-se imanifesta. A linguagem não expressa que a criança retém, durante seu processo de assimilação e manifestação do conteúdo sonoro, cunhado palavras, latente em si, poderia talvez ser complementada pelo encorajamento de na tenra idade, em escolas, serem desenvolvidas práticas de conscientização corporal, que visariam a apropriação da semiose corpórea? (Piaget, 1999).

Destaco aqui a análise feita pela professor, com relação ao comportamento dos alunos, e ao conteúdo psíquico sentido no ambiente:

A maioria das Crianças demonstrou tensão e movimentos irregulares de tronco. Poucos expressaram respiração profunda e tranquila. Alguns quando inspiravam, realizavam contrações com tremedeiras no diafragma. Esse é um quadro típico de tensão interna. Essa tensão se manifesta com ondulações diafragmáticas, tensões na musculatura intercostal, que dificultam a expansão torácica, e contraturas e rigidez generalizada.

(Diário de Campo, p. 3)

Esse tipo de análise transpessoal, de caráter transcendental, dotado de intuição e conexão, é justamente o que é retratado no referencial teórico desta monografia, onde retrato uma espécie de psicossomática chinesa, muito encontrada no I Ching, traduzido por Wilhelm (2006). Seria esta uma das formas de manifestação da linguagem manifesta e exilada?

A 3º resposta à pergunta 6, abarca de maneira simples, o efeito de desenvolvimento da linguagem corporal (Cavalari, 2005):

*No início estranharam por não conhecerem, mas depois foram se soltando e praticando de forma mais ativa (ESTAGIARIA 1)*

O que os estudos modernos realizados em práticas de conscientização corporal demonstram, é que ocorre um aumento na dinâmica expressiva do

indivíduo, que por sua vez, aceleram o desenvolvimento de outras competências do Ser (Cabral et al, 2022; Cavalari, 2005).

Uma criança que medita, reconhece com maior destreza as causas e os efeitos de suas ações. Percebe com maior afinco a propagação das ondas reacionárias, que se deslocam para além do campo físico, mas psicológico e social. Com isso, seu desenvolvimento acelera, não para tornar-se um adulto, mas para tornar-se uma criança melhor, mais integrada ao seu corpo, podendo expressar seu pensamento com maior clareza (Bhagavad Gita, 1998; Aguiar, 2019).

A corporeidade retratada por Cavalari (2005), desdobra-se em múltiplos fatores, que se manifestam como características da personalidade.

De acordo com Santin (1987), corporeidade é a vivência do corpo nas dimensões: física, espiritual, cultural, social, ideológica, política e econômica; na qual o entendimento do corpo se dá a partir de elementos internos, vivenciais e espirituais. Embora essas dimensões sejam inseparáveis, pensar numa educação física escolar como um espaço propício para a vivência da corporeidade, é privilegiar sistematicamente nestas aulas a vivência de todas essas esferas, num trabalho que privilegie todas essas dimensões, ou seja, que se dirija ao humano.

(Cavalari , 2005, pág. 32)

Trabalhar a consciência corporal é trabalhar uma série de aspectos espirituais, culturais, sociais, físicos, etc. A criança é um ser produtor de cultura. Expandir os laços que envolvem a consciência, equivale a expandir sua produção cultural, capacitando-a em uma gama maior de possíveis ações e ou manifestações, sejam elas artísticas, filosóficas, e literárias, alçando-a no processo de produção e captação do conhecimento. (Brasil, 2018a; Steiner, 1909) O fenômeno expansivo ocorreu, segundo a resposta do ESTAGIÁRIO 2 à pergunta relacionada aos efeitos percebidos nos estudantes:

*Em um primeiro momento, as crianças reproduziram alguns preconceitos que generalizam os povos em um único conceito de índio, isolado da sociedade e com traços daqueles povos que foram descritos em 1500. Posteriormente as crianças começaram a perceber que existiam muitas especificidades e que cada povo era único em relação as formas de socializar, celebrar e utilizar o corpo como forma de expressão. (ESTAGIÁRIO 2)*

No turbilhão do desenvolvimento humano, a criança está a aprender (e estamos para toda a vida) a lidar com o seu próprio corpo, de forma que de uma

semana para outra, muda-se toda uma gama de mecanismos sensório-motores. Proporcionar a esta uma aceleração neste processo, é conceder-lhe maior capacidade em brincar, e criança que brinca, é feliz (Brasil, 2018a; Steiner, 1909).

Uma criança que segue seu coração na vida diária; corre, sobe em árvores, pula, saltita, cria e recria... é feliz. Desenvolver junta dessas práticas que lhe acelera o processo de integralização ao corpo, dando-lhe maior capacidade de correr e brincar, devido à aceleração na crescente evolucionária que concebe em si, pela imersão em Ginásticas de Conscientização Corporal, é torná-la mais feliz. (Steiner, 1909; The Johann Heinrich Pestalozzi Society, 2021). Qual a criança que não amaria subir em árvores melhor?

### 5.3 O XONDARO COMO PRÁTICA EXPRESSIVA

O Xondaro se apresenta como prática expressiva, altamente ritmada, onde trabalha-se a comunicação não-verbal de diferentes formas durante a prática. (Gonçalves, 2020)

Então todos deram as mãos, e meu colega puxava o movimento circular da roda. Permaneci no centro da roda. Após alguns giros, comecei a puxar um ritmo com pisões. Todos repetiram. A próxima atividade consistia em desviar de minhas investidas, que eram cadenciadas com o ritmo da música. Então meu colega manteve-se como regente do Ritmo, enquanto eu avançava circularmente no movimento oposto ao exercido pela roda, no nível das pernas das crianças, a fim de que elas esquivassem. Foi uma grande euforia! As crianças todas gritavam e bagunçavam a Roda, buscando esquivar. Houve bastante bagunça também, quando realizei a investida com o braço na altura dos ombros das crianças cujo sentido era a favor do movimento da roda. Interessante é que este era para ser mais fácil, porém as crianças demonstraram maior dificuldade.

(Diário de Campo, p. 4).

O processo de cadenciar grupalmente os pisões, prestar atenção no maestro e esquivar, trabalha simultânea o ritmo, a percepção geoespacial, a atenção, o tempo de reação e a coordenação multimembros (Cavalari, 2005). Todas essas peças do quebra-cabeça, unem-se na formação sensível e motora, trabalhando o eu-lírico no contexto artístico, que desdobra-se num contexto cênico, em função da “palavra pelo movimento”, verbalizada pelo olhar e pelo não-contato. O desenvolvimento destas competências, trabalha o aluno na tangente performática, que semeia a árvore do expressionismo no interior do Ser (Martins et al, 2013; Breda, 2021).

Começamos então nossa roda de Xondaro, com todos em pé e dando as mãos. Eu fiquei no centro e o Jonas coordenando o movimento da roda. Iniciamos com o ritmo padrão de pisões costumeiro o nosso. Puxamos dois para jogar no centro. Acho que faz umas duas semanas que não jogamos, e parecia que haviam perdido toda a corporeidade que haviam aprendido. Então fui para o meio da roda e me tornei aquele que pega, e os outros dois que estavam jogando, os que fogem. Agora sim as coisas começaram a funcionar. Ao longo da prática, fui pedindo para que os que estavam fora da roda, opinassem sobre qual animal eu estava incorporando. Surgiram, touro, tigre, cachorro, etc. Engraçado foi quando pedi que dissessem qual animal era para mim incorporar. Unanimamente, ganhou a capivara. Fomos alterando os que estavam no meio da roda. Então meu colega Jonas fez com que a roda se sentasse. O ritmo agora não era mais com pisões, mas com palmas, batidas nas pernas e no chão. Ao longo da prática, foi solicitando a cada um que criasse um ritmo. Percebi que os ritmos começaram a seguir um padrão. Na maioria das vezes, o ritmo era composto de diversos palmas consecutivas e consecutivas batidas nas

pernas. Ninguém se atreveu a tornar o ritmo mais complexo. Após umas três ou quatro rodadas, saí da roda, deixando que jogassem entre si, onde o pegador era um dos alunos. Agora sim estavam mais sintonizados com a prática. Os movimentos fluíam mais. A criatividade aumentou, mas não excedeu o que a maioria fazia. Acabaram entrando em um padrão comum, que movimento semelhantes a tapas de urso, abraços, investidas de cervo, e mais alguns que agora não consigo me recordar.

(Diário de Campo, p. 11)

A expressiva trabalhada neste jogo de animais, enriquece grandemente a linguagem corporal do indivíduo. Neste processo de incorporação de diferentes animais, trabalha-se diferentes mecanismos internos, traduzidos como psíquicos e emocionais, que mesclam-se no trabalho psicomotor. (Cavalari, 2005; Rocha, 2016; Breda, 2021) Esse processo de transcrição, entre diferentes planos de manifestação da consciência, promove a amálgama da subjetividade com a objetividade, trabalhando o eu lírico do ser (Aguar, 2000; Piaget, 1999).

As incorporações animais, modificam e adaptam o esquema corporal, variando desta forma, a imagem corporal. Esse processo sintetizado em duas palavras, incorporar e animal, ou seja, ter ou colocar o animal dentro do corpo, em verdade apresenta um vasto complexo de processos, que se adaptam e modificam, a fim de produzirem, um reflexo da imagem corporal escolhida a ser manifestada (Rocha, 2009; Brandl, 2000; Steiner, 1909).

A variação de um animal para outro, ou seja, da imagem corporal escolhida, modificam 3 aspectos muito bem vistos:

- os padrões posturais a fim de reproduzir os padrões posturais do animal escolhido; (Rocha, 2009)
- modificações faciais e fonativas;
- adaptações da dinâmica músculo esquelética, para as semelhanças do animal.

Destaco uma passagem que demonstra esta variação postural dos alunos:

Era interessante observar a expressão corporal de cada um e suas performances. Ao longo da prática, íamos falando alguns animais, para que tivessem maior acervo para sua criatividade. Alguns animais eu demonstrei, outros não. Ainda acredito que muitas vezes incorporavam o cachorro, mesmo eu não o tendo citado.

(Diário de Campo, p. 5)



Ressalto a importância do fato, de os alunos proporem sozinhos, diferentes animais, acompanhados de todas as suas valências posturais necessárias. Por isso é importante, uma pedagogia emancipatória, em que haja uma construção conjunta do professor com aluno, e não apenas unidirecional.

A interpretação da performance, seguida da manifestação dedutiva sobre o animal expresso naquele contexto, trabalha o conceitual abstrativo, na tradução de cenas, para a síntese da palavra (Netto, 2016; Martins et al, 2013). Mas qual seria a complexidade pedagógica disso? Nisso, há um trabalho de análise dos movimentos, comparação com fontes já observadas, e expressão de resultados (Peirce, 2005). A análise dos movimentos se dá, aparentemente, intuitivamente. A comparação ocorre naturalmente pela rememoração de cenas. A expressão de resultados vem à luz, pelo processo de cozimento do fermento da análise com a massa da memória. (Brasil, 2018a; Piaget, 1999).

Do conjunto de relatos destaco:

Agora sim estavam mais sintonizados com a prática. Os movimentos fluíam mais. A criatividade aumentou, mas não excedeu o que a maioria fazia. (Diário de Campo, p. 11).

Esta passagem, mostra a percepção intuitiva de evolução dos alunos pelo professor, com relação à suas corporeidades, em um processo gradual, necessitando de continuidade para resultados mais consistentes.

Chamo a atenção especificamente, para as duas passagens maiores citadas anteriormente, e seus atributos trabalhados previamente citados, onde entende-se o Xondaro como uma prática que trabalha uma série de valências de forma integrada, sendo uma prática de grande valia para estar presente nos componentes curriculares nacionais. Senti a necessidade de conceder para este tema, uma sessão específica, tendo em vista, que segundo a revisão de literatura realizada nesta pesquisa, não foram encontrados trabalhos acadêmicos que retratam esta prática, com esta profundidade pedagógica.

Mesmo sendo uma prática tão riquíssima, parte de nossa cultura, destaco a 2ª questão, que retrata se os entrevistados já conheciam o Xondaro: unanimemente, a resposta foi “*não*”.

Logo em seguida, podemos estabelecer uma conexão com a pergunta relacionado ao fato de o entrevistado haver presenciado o trabalho de Ginásticas de Conscientização Corporal de matriz indígena, em escolas: 3 respostas “*não*” e 1 “*nunca vi*”.

Os moldes da cultura normativa, estabelecendo padrões singulares e monótonos, descartam diversas formas de conhecimento trabalhado em milênios, tudo pela bandeira da “modernidade” (Backes, 2018; Perrelli, 2008). Isso nos leva a refletir sobre o contexto do curso da Educação Física, e como se encontra o currículo. Para isso, destaco a questão referente à presença de algum trabalho sobre a prática corporal Xondaro em sua graduação, e indígenas em geral:

*Não tive contato com essa prática na graduação. Pra mim, a cultura indígena sempre foi algo distante da minha realidade. Sempre que havia falar de algo relacionado aos indígenas, as notícias eram voltadas a conflitos por demarcações de território, as quais colocavam os indígenas como marginais. Além disso, o pouco contato que tive com essa cultura ocorreu no campo do artesanato, mas sob a ótica de mercado (vender algo para sobreviver) e não sobre um conhecimento de artes manuais típico de determinado povo. (ESTAGIÁRIO 2)*

As respostas dos outros 3 entrevistados foram todas não.

As negativas somadas à resposta do ESTAGIÁRIO 2, demonstram a marginalização não somente curricular, mas também social e midiática sofrida pelos povos originários. Para finalizar esta discussão, ressalto a importância da remodelação curricular da Educação Física, para formar professores capacitados à desconstruir as políticas hierarquizantes coloniais, pois, são os professores, as entidades detentoras dos caminhos do conhecimento no meio social, sendo importantíssimo para o processo de formação cultural do sujeito.



## 6. CONCLUSÃO

O conhecimento dos povos ancestrais, tanto orientais como indígenas, apresenta-se em belíssima obra de arte, tecida pelos intrincados fios, de uma cosmologia integrada pelo saber e pela sabedoria, na união do sentimento com a ação. Os ensinamentos apresentados, inserem o Ser humano como parte da Natureza, jamais à margem. Trata esta parte, viva e senciente, por uma perspectiva holística, que integra o divino ao humano, à medicina do corpo ao transcendental do espírito.

Ao percebermos uma transformação dos conhecimentos orientais, inspirados em um degradê contínuo, engendrado por pioneiros entusiastas dos saberes orientais, em matizes proporcionais ao entendimento ocidental, tentando manter, o máximo possível, as ideias originais. Desse movimento incessante, nasceram diversas linhas de pensamento, que estudam e trabalham de diferentes formas, com os mesmos conceitos, orquestrados por mestres e monges, nos templos e nas sinagogas.

O Xondaro, arte Guarani, tradição dos povos originários, onde nos relatos, comprova-se as possibilidades de efetivação, em ser trabalhado nas escolas, trazendo consigo enorme bagagem cultural, complementada por uma formação física, emocional e espiritual. Como demonstrado nos referenciais teóricos, esta arte, exprime um pouco do Universo Guarani, através de um ecossistema de práticas, que se manifestam nos contextos artísticos, espirituais e sociais. O contexto religioso presente na prática do Xondaro, deleita-se no rio do xamanismo nativo dos povos sul americanos, sendo que os dois estão intrinsecamente interligados, no compasso da Natureza.

O *Xondaro Jeroky*, ou a Dança Xondaro, fora retratada pela perspectiva das Ginásticas de Conscientização Corporal, onde demonstra-se que a prática do Xondaro, traz consigo muitas características, que a graduam vitaliciamente como uma dança, e ao mesmo tempo, como uma Ginástica de Conscientização Corporal. Retrata-se e demonstra-se, por meio dos relatos tecidos com referenciais bibliográficos, o trabalho das valências expressivas, motoras, e cognitivas de forma única, leve e suave, de forma que o praticante muitas vezes, não nota que está assim o fazendo.

As Ginásticas de Conscientização Corporal, possuem uma vasta e ampla gama cultural, por trás de suas práticas, assim como expostos nesta monografia. Suas implicações no desenvolvimento humano, são inúmeras, e assim, extremamente importantes para o processo desenvolvimentista. Infelizmente, são pouco trabalhadas nas escolas, se comparados aos esportes de invasão por exemplo, por estarem um pouco à margem da cultura normativa.

Nas discussões de pesquisa, são tecidas com as evidências do diário de campo, banhadas pelas respostas dos questionários, questões sociais, evidentes nos meios acadêmicos e escolares, tais como o epistemicídio e a seleção e classificação de conhecimentos, com fim de segregar culturas e cultivar hierarquias.

As Ginásticas de Conscientização Corporal, apresentam-se como incríveis ferramentas, para a aceleração do desenvolvimento infantil. A expressividade e a cognição, desabrocham-se mais rapidamente, trazendo para a Luz da Consciência, os movimentos emocionais, psíquicos e físicos, que ocorrem no verdadeiro Cosmos Humano.

As valências emocionais, trabalhadas na expressividade da ginásticas de conscientização corporal, enriquecem o eu lírico da criança, do adolescente, e do adulto. Isso, como foi demonstrado, promove uma maior vivacidade nas ações do ser humano. O lado artístico, desabrocha-se com o emocional. Além de promover um ser mais expressivo, constrói um corpo mais apto, as mais diversas demandas individuais. Como dito antes, subir em árvores melhor, torna a brincadeira mais divertida.

O trabalho integral e holístico, demonstra métodos pedagógicos mais delicados e preocupados não com os objetivos, mas com os processos, causas e efeitos.

O currículo escolar, demonstra total ausência destas práticas em seu conteúdo. O currículo dos cursos de graduação de Educação Física em sua maioria, não possuem em suas grades, disciplinas previstas para a realização de estudos acerca destas práticas, como métodos pedagógicos efetivos e altamente ricos. Mais ausentes ainda, encontram-se as práticas indígenas, que como demonstrado nesta monografia, apresentam-se como riquíssimos métodos pedagógicos, oriundos de povos nativos, parte valiosíssima da nação brasileira.

Constata-se assim, a necessidade da revisão das rotas de construção curriculares no âmbito geral, expandindo os horizontes para uma formação holística,

envolvendo todos os aspectos do sujeito, e seus desdobramentos psíquicos, emocionais, religiosos e físicos.

Este trabalho fez com que eu estabelecesse, diversas conexões entre os conhecimentos antigos e modernos, perante os retratados no referencial, e trabalhados nas discussões. A teia estabelecida com os fios de seda, provindos de diferentes cronologias, foi algo muito enriquecedor para mim. Acredito que é, e será muito enriquecedor também para a comunidade acadêmica, e como ingrediente para futuras discussões.

Analisar as palavras chave deste trabalho, meditar e expressar, sob diferentes pontos de vista, e no fim, correlacioná-los, com conhecimentos, provindos de diferentes linhas de pensamento, fez germinar uma árvore sincrética, cujos frutos coletei nas discussões.

Dissertar e organizar dissertações de outros, sobre a arte do Xondaro, é algo que considero muito importante, pois assim, estou promovendo uma arte tão bela, com tantos conhecimentos envolvidos, mas não muito conhecida. Dessa forma, acredito que estou a alçando para mais alto, possibilitando que seja mais estudada e trabalhada nos contextos acadêmico e social.

As riquezas que a prática das Ginásticas de Conscientização Corporal promovem, é algo que tenho muito orgulho de escrever neste trabalho. quantas valências expressivas, cognitivas, emocionais, sociais, etc, estão intrinsecamente envolvidas na prática destas. Desta forma o Xondaro é analisado neste trabalho, pela Perspectiva da ginástica de conscientização corporal. Pesquisar e apontar as riquezas que esta prática oferta ao seu praticante, é algo que considero de muita relevância, tanto para minhas pesquisas futuras, como para ofertar a outros pesquisadores, uma análise já feita, com base em um relato de experiência, ou seja, baseado em uma vivência.

Concluo que o relato de experiência, como metodologia de pesquisa, é um instrumento muito potente, que permite o pesquisador, trabalhar em cima de experiências transcritas, a partir do ponto de vista do narrador.

Para fechar esta conclusão, saliento a importância da pedagogia do coração, retratada por Pestalozzi (1894), e aprofundada por Steiner (1909), onde busca-se uma metodologia pedagógica, que retrata a criança, a partir de seu emocional, construindo uma aprendizagem regada pelo sentimento.



## 7. REFERÊNCIAS

- [DE VAAN, Michiel.](#) (2008) Leiden Indo-European Etymological Dictionary Series. Vol. 7. Leiden, Boston: Brill. Disponível em: [https://ia801802.us.archive.org/23/items/m-de-vaan-2008-etymological-dictionary-of-latin-and-the-other-italic-languages/M\\_de\\_Vaan\\_2008\\_Etymological\\_Dictionary\\_of\\_Latin\\_and\\_the\\_Other\\_Italic\\_Languages.pdf](https://ia801802.us.archive.org/23/items/m-de-vaan-2008-etymological-dictionary-of-latin-and-the-other-italic-languages/M_de_Vaan_2008_Etymological_Dictionary_of_Latin_and_the_Other_Italic_Languages.pdf)
- MONIER-WILLIAMS, Monier. Monier-Williams Sanskrit-English Dictionary, 1899. Versão Online. p. 755. Wayback Machine: 2009. Disponível em: <http://www.sanskrit-lexicon.uni-koeln.de/scans/MWScan/MWScanpdf/mw0755-bhAvodaya.pdf>
- TSE, Lao. Tao te king, 5, versão integral e comentários. São Paulo : Attar, 3ª ed., 2001.
- RAMATÍS. Elucidações do Além. Psicografado por Hercílio Maes. Editora: Editora do Conhecimento, 11ª edição (1 janeiro 2005)
- RAMATÍS. As flores do oriente. Psicografado por Marcio Godinho, 2000. Editora: Conhecimento 1º ed.
- CHERNG, Wu Jyh. Meditação Taoísta. Editora : Mauad X; 1ª edição (1 maio 2009)
- Blavatsky, H. P. (1980). *A Doutrina Secreta - (Vol. I): Cosmogênese*. [S.I.]: Pensamento. [ISBN 978-8531501913](#)
- NETTO, José Trigueirinho. Encontro interno : (a consciência-nave) Trigueirinho. – 7. ed. – São Paulo: Pensamento, 2016. ISBN 978-85-315-1956-7
- SYDNEY RUDOLF STEINER. Disponível em: <https://sydneyrudolfsteinercollege.com/articles/anthroposophy/>
- BROWN, George. OCCULT PSYCHOLOGY. TEXAS: THE PSYCHOLOGICAL SOCIETY OF DALLAS, 1919
- WILHELM, R. I Ching: O livro das mutações. Prefácio C.G. Jung. Trad. Alayde Mutzenbecher e Gustavo Alberto Corrêa Pinto. São Paulo: Ed. Pensamento, 2006
- WANG, Bing. *Princípios de Medicina Interna do Imperador Amarelo* (Dinastia Tang – Edição bilíngue). São Paulo. Editora Ícone. 2001.



PREGRADIO, *Fabrizio*. The Encyclopedia of Taoism: vol - 1 Edition. Editora: Routledge, 2008. ISBN, 0700712003, 9780700712007

BELTRÃO, Izabelita Cirne. Noções de saúde e espiritualidade presentes no clássico chinês HUÁNG DÌ NÈI JĪNG (Livro do Imperador Amarelo) / Izabelita Cirne Beltrão - João Pessoa, 2017. 142 f.: il. -

OLDSTONE-MOORE, J. Conhecendo o taoísmo: Origens, crenças, práticas, textos sagrados, lugares sagrados. Petrópolis: RJ, Vozes, 2010.

KOPENAWA, Davi; ALBERT, Bruce. A queda do céu. Palavras de um xamã Yanomami. Tradução de Beatriz Perrone-Moisés. São Paulo: Companhia das Letras, 2015, 729 p.

POCESKI, M. Introdução às religiões chinesas. São Paulo: Editora UNESP, 2013.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Conhecendo as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: Bioenergética. [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica, Coordenação Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. – 1. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.

AGUIAR, Milena de Oliveira. O corpo e o Yoga: reflexões fenomenológicas e implicações para a Educação Física. 2019. 160f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2019.

Confederação Brasileira de Ginástica. CBG CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA. Perguntas frequentes. Disponível em "<https://www.cbginastica.com.br/faq>". Acesso em: 19 de jul. de 2023.

STEINER, Rudolf. The Education of the Child in the Light of Anthroposophy. 1909. Disponível em:

[http://wn.rudolfsteinerelib.org/Articles/GA034/English/RSP1965/EduChi\\_index.html](http://wn.rudolfsteinerelib.org/Articles/GA034/English/RSP1965/EduChi_index.html).

Acesso em: 03 de Setembro de 2023.

COSTA, Leonardo José Mataruna dos; COSTA, Marcelo Gomes da; PERELLI, João Marcos. História da ginástica no Brasil da concepção e influência militar aos nossos dias. v. 12 n. 23 (2016): Revista Navigator - Dossiê Um século de história do esporte militar brasileiro: das ligas de esporte aos Jogos Olímpicos e Paralímpicos Rio 2016

PIAGET, Jean. *A linguagem e o pensamento da criança*. Trad. Manuel Campos. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999. (Psicologia e pedagogia).

Bhagavad Gita: Canção do Divino Mestre. São Paulo: Editora Schwarcz, 1998.

BRUN, Jean.

GODOY, Arilda Schmidt. PESQUISA QUALITATIVA TIPOS FUNDAMENTAIS.

Revista de Administração de Empresas: São Paulo, v. 35, n.3, p, 20-29. Mai./Jun. 1995.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). *Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade*. 18 ed., Petrópolis: Vozes, 2001.

DEMO, Pedro. *Pesquisa e construção do conhecimento: metodologia científica no caminho de Habermas*. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 1994.

Pezzato, L. M., & L'abbate, S. (2011). O uso de diários como ferramenta de intervenção da Análise Institucional: Potencializando reflexões no cotidiano da Saúde Bucal Coletiva. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 21(4), 1297-1314. doi:10.1590/S0103-73312011000400008

KROEF, Renata Fischer da Silveira; GAVILLON, Póti Quartiero; RAMM, Laís Vargas. Diário de Campo e a Relação do(a) Pesquisador(a) com o Campo-Tema na Pesquisa-Intervenção. *Estudos e Pesquisas em Psicologia* 2020, Vol. 02. doi:10.12957/epp.2020.52579 ISSN 1808-4281 (online version)

GIL, Antônio Carlos. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 5. ed. São Paulo: Atlas, 1999.

CHAER, Galdino; DINIZ, Rafael Rosa Pereira; RIBEIRO, Elisa Antônia. A técnica do questionário na pesquisa educacional. *Evidência*, Araxá, v. 7, n. 7, p. 251-266, 2011

BLAVATSKY, Helena Petrovna. *Ísis Sem Véu Vol. I: Ísis Sem Véu Vol. I: Volume 1*. Editora : Pensamento; 1ª edição (30 abril 1991)

The Johann Heinrich Pestalozzi Society. Disponível em: <https://jhpestalozzi.org/> . Acesso em: 25 de jul. de 2023.

GONÇALVES, Leonardo da Silva. *O XONDARO: aspectos da formação física, comportamental e espiritual do povo Guarani*. Florianópolis, 2020.

BREDA, Lucas Keese dos. *A esquiwa do xondaro: movimento e ação política guarani mbya*. Editora: Elefante, 1ª edição. 2021

PERRELLI, Maria Aparecida de Souza. “CONHECIMENTO TRADICIONAL” E CURRÍCULO MULTICULTURAL: NOTAS COM BASE EM UMA EXPERIÊNCIA COM ESTUDANTES INDÍGENAS KAIOWÁ/GUARANI. *Ciência & Educação*, v. 14, n. 3, p. 381-96, 2008

BACKES, José Licínio. A construção de pedagogias decoloniais nos currículos das escolas indígenas. *Eccos Rev. Cient.* no.45 São Paulo jan./abr 2018 Epub 07-Jun-2019

MÜLLER, A.; NEIRA, M. G. Avaliação e registro no currículo cultural da Educação Física. **Estudos em Avaliação Educacional**, São Paulo, v. 29, n. 72, p. 774–800, 2021. DOI: 10.18222/eae.v29i72.5030. Disponível em: <https://publicacoes.fcc.org.br/eae/article/view/5030>. Acesso em: 17 ago. 2023.

MUSSI, Ricardo Franklin de Freitas; FLORES, Fábio Fernandes; ALMEIDA, Claudio Bispo de. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. *Práx. Educ.*, Vitória da Conquista , v. 17, n. 48, p. 60-77, out. 2021 . Disponível em <[http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2178-26792021000500060&lng=pt&nrm=iso](http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2178-26792021000500060&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 21 ago. 2023. Epub 25-Nov-2021. <https://doi.org/10.22481/praxisedu.v17i48.9010>.

MARTINS, Simone Eurick; VOLSKI, Verônica. DANÇA EDUCATIVA MODERNA: POSSIBILIDADES DE ENSINO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA. OS DESAFIOS DA ESCOLA PÚBLICA PARANAENSE NA PERSPECTIVA DO PROFESSOR PDE. 2013. Paraná. Versão On-line ISBN 978-85-8015-076-6  
Cadernos PDE Disponível em:

“[http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes\\_pde/2013/2013\\_unicentro\\_edfis\\_artigo\\_simone\\_eurick.pdf](http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2013/2013_unicentro_edfis_artigo_simone_eurick.pdf)”

PEIRCE, Charles. Semiótica. Editora: EDITORA PERSPECTIVA S.A. São Paulo: 2005. 3º edição - 2º reimpressão

BARDIN, Laurence. ANÁLISE DE CONTEÚDO. São Paulo:Edições 70.

MENDES, Rosana Maria. MISKULIN, Rosana Giaretta Sguerra. A análise de conteúdo como uma metodologia. Cadernos de Pesquisa. Volume 47: 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/198053143988>

AGUIAR, Wanda Maria Junqueira. Reflexões a partir da psicologia sócio-histórica sobre a categoria "consciência". Cadernos de pesquisa: 2000. SCIELO.

PESTALOZZI, J. H. How Gertrude teaches her children. Syracuse, NY: Bardeen. 1894.

## GLOSSÁRIO

Atma-buddhi-manas : Termo em sânscrito utilizado pelo meio teosófico, utilizado para se referir à tríade da alma; é traduzido como alma-consciência-intelecto.

Bhāvanā : Termo em sânscrito para meditar.

Cinco Elementos : Os 5 Elementos base da cosmologia chinesa.

Corpus : Termo em latim para corpo.

Dantian : Campo energético situado à altura do osso sacro.

Ego : Termo proveniente do grego para Eu.

Expressare : Termo em latim para expressar.

Ginástica de Conscientização Corporal : Conjunto de práticas que visam o trabalho de conexão do Ser consigo mesmo e com o corpo.

Jeroky : Termo em Guarani para Dança.

Meditari : Termo em latim para meditar.

NeiGong : Termo em chinês, podendo ser traduzido como Trabalho Interno. Conjunto de práticas espirituais a níveis sutis.

Opy : Termo Guarani para Casa de Rezas.

Pupyngua : Termo em Guarani que se refere ao bastão utilizado pelo ruvixa.

Qi : Fluido de natureza sutil, etérica.

Ruvixa : Espécie de maestro condutor da dinâmica do Xondaro.

Shen : Termo em chinês para espírito.

Trabalho Interno : Mesmo que NeiGong.

Xin : Termo em chinês para coração.

Xondaro : Termo em Guarani; arte que se expressa em diversos campos do Viver Guarani.

Xondaro Jeroky : Termo em Guarani; a parte do Xondaro manifestada em Dança.

WǔXíng : Termo em chinês para 5 Elementos.

Yin Yang : A Dualidade Universal na cosmologia chinesa.

## ANEXO 1

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

A presente pesquisa, denominada A ARTE DO XONDARO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM OLHAR PARA AS GINÁSTICAS DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL, retrata o Xondaro pela perspectiva das Ginástica de Conscientização Corporal, no âmbito da Educação Física Escolar na Educação Básica. São apresentados conjuntamente, conceitos que orbitam o Universo dessa modalidade de práticas, como Mente-Corpo, Cosmologia Oriental e Indígena, além das bases conceituais literárias no âmbito acadêmico. Contém em seu epicentro, relatos de um trabalho com Xondaro na Educação Física Escolar, no Ensino Fundamental.

O presente estudo, tem por objetivo coletar dados, por meio de questionários, referentes a presença de práticas indígenas na Educação Física Escolar, retratando em específico o Xondaro. É extremamente significativas as respostas obtidas, devido às possibilidades que estas, impactam na estruturação do currículo escolar e da própria graduação da licenciatura em Educação Física.

A estrutura do questionário é composta de 7 perguntas, todas de caráter dissertativo, acerca das experiências observadas e vivenciadas, acerca das práticas indígenas na Educação Física Escolar.

Será garantido o sigilo dos dados pessoais dos participantes e resguardados quaisquer dados que possam vir a identificá-lo neste trabalho. Além disso, os participantes da pesquisa poderão deixar de participar da mesma a qualquer momento. Em relação aos riscos e benefícios, de acordo com a Resolução 466/2012- Capítulo V do CEP-UFRGS, "Toda pesquisa com seres humanos envolve risco em tipos e gradações variados". Informa-se que a participação em entrevistas como as previstas aqui, poderá implicar em algum tipo de desconforto ou constrangimento, que deverá ser imediatamente sinalizado e solicitada a interrupção, bem como comunicado à pesquisadora. A qualquer etapa do estudo, você terá acesso aos profissionais responsáveis pela pesquisa para esclarecimento de eventuais dúvidas. Além disso, não há despesas pessoais para o

participante em qualquer fase do estudo. Também não há compensação financeira relacionada à sua participação.

A pesquisa não visa oferecer benefício direto para o participante do estudo. Qualquer dúvida ou necessidade de esclarecimento poderá ser sanada entrando em contato pelo telefone CEP/UFRGS (51) 3308- 3738 ou (51) 3308-5889 – ESEFID/UFRGS. A pesquisa está autorizada no Comitê de Ética da Universidade sob CAEE 40787220.1.0000.5347, parecer de aprovação 4.514.768.