

FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – LICENCIATURA
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

ENRICO OUVERNEY
WESLEY DOS SANTOS VENANCIO

**MUSCULAÇÃO PODE SER TEMA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR?
REFLEXÕES SOBRE POSSÍVEIS INSERÇÕES NO CURRÍCULO**

VOLTA REDONDA

2018

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – LICENCIATURA
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**MUSCULAÇÃO PODE SER TEMA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR?
REFLEXÕES SOBRE POSSÍVEIS INSERÇÕES NO CURRÍCULO**

Artigo apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física como requisito à obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Alunos: Enrico Ouverney Vicente; Wesley dos Santos Venancio

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Ana Paula Cunha Pereira

VOLTA REDONDA

2018

FOLHA DE APROVAÇÃO

Alunos: Enrico Ouverney e Wesley dos Santos Venancio

Título do Trabalho: Musculação pode ser tema da Educação Física Escolar? Reflexões Sobre Possíveis Inserções no Currículo

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Ana Paula Cunha Pereira

Banca Examinadora:

Prof. Dra. Ana Paula Cunha Pereira

Prof. Ms. José Cristiano Paes Leme da Silva

Prof. Dr. Adilson Pereira

RESUMO

O objetivo desta pesquisa é trazer à tona uma reflexão sobre como os jovens, enquanto alunos, são atraídos por um pensamento de terem que se enquadrar em um tipo de corpo, que se encontra, nas academias de ginásticas. A mídia se manifesta na modernidade como um fato social em que os jovens são pegos nesse contexto e, irrefletidamente, tratam-se de se enquadrarem, devido ao reforço das mídias, constantemente. Para tal, foi empregado como metodologia uma pesquisa exploratória para aproveitar dos diversos ramos do saber, buscando a reflexão a cerca deste modelo de corpo exigido. Nas aulas de Educação Física, e mais precisamente, nas aulas de musculação, dentro da escola, é o cenário ideal para esta reflexão. Entretanto, o professor se encontra em um campo (no sentido Boudieusiano) onde é necessário entender a dialética entre o que pode ser considerado exagero por parte do aluno (transtorno mental), o que ensinar na aula de musculação na escola, a fim de trazer ensinamentos que proporcionem liberdade do e no corpo, e não uma continuação de um processo de alienação.

Palavras-chave: Musculação; Mídia; Padrão de Beleza; Educação Física Escolar.

ABSTRACT

The aim of this research is to bring to light a reflection on how young people, as students, are attracted by a thought of having to fit into a type of body found in gymnastics gyms. The media manifests itself in modernity as a social fact in which young people are caught in this context and, unthinkingly, they try to fit, due to the strengthening of the media, constantly. For this, an exploratory research methodology was used as an exploration to take advantage of the various branches of knowledge, seeking reflection on this required body model. In physical education classes, and more precisely, in the classes of bodybuilding, inside the school, is the ideal scenario for this reflection. However, the teacher is in a field (in the Boudieusian sense) where it is necessary to understand the dialectic between what can be considered exaggeration on the part of the student (mental disorder), what to teach in the class of bodybuilding in the school, in order to bring teachings that provide freedom from and in the body, and not a continuation of a process of alienation.

Keywords: Bodybuilding; Media; Beauty pattern; Physical School Education.

1. INTRODUÇÃO

[...] além de o corpo ser muito mais importante do que a roupa, ele é a verdadeira roupa: é o corpo que deve ser exibido, moldado, manipulado, trabalhado, costurado, enfeitado, escolhido, construído, produzido, imitado. É o corpo que entra e sai da moda. A roupa, neste caso, é apenas um acessório para a valorização e exposição deste corpo da moda (GOLDENBER, 2006)

A “musculação” é uma prática de ampla inserção no meio social e associada a uma gama de terminologias. O termo musculação já não é usado em publicações científicas pois faz alusão a hipertrofia e, de acordo com Hofp e Moura (2002) outras práticas esportivas também promovem ganhos musculares. O termo correto para denominar a prática conhecida popularmente como musculação, seria, o que Moura; Peripolli e Zinn, (2002) chamaram de: Treinamento Resistido com Pesos. Todavia, em trabalhos científicos e até mesmo em documentos governamentais, o termo ainda usado é ‘musculação’, no entanto não é a maneira correta.

Neste caso, por uma questão de popularidade e até mesmo semântica, iremos usar a terminologia antiga, ou seja, musculação, ao tratarmos aqui de Treinamento Resistido com Pesos. Sobre a musculação, é notório que há interesses na busca pela sua prática. Segundo Bittencourt (1984), são estes: “o competitivo, o profilático, o terapêutico, a preparação física e para fins estéticos”. Nossa intenção neste trabalho é tratar do termo musculação no campo da estética.

Cabe destacar que o desenvolvimento urbano exacerbado, a diminuição de espaços públicos, a violência urbana - impulsionando assim o sedentarismo, são atributos que contribuem para que haja um aumento na procura pelas academias de ginásticas. Weiberg e Gould (2006, p. 25) investigaram os motivos que levam a tal procura e identificaram as listadas a seguir:

Controle do peso corporal: tendência da valorização social da magreza e preocupação com a aparência; Queda do risco de hipertensão: pesquisas evidenciam que exercícios regulares contribuem para a prevenção de doenças cardiovasculares, portanto, acontece a busca do indivíduo em virtude da informação obtida, ou por recomendação médica; Queda do estresse e da depressão, devido aos últimos anos terem aumentado os indivíduos com transtornos de ansiedade e depressão, as pessoas procuram atividade física também por obtenção de informação ou recomendação médica para prevenção ou tratamento de ambos; Satisfação: este aspecto é mais ligado à manutenção. O indivíduo precisa divertir-se ao executar a atividade (WEIBERG; GOULD, 2006, p. 25)

No entanto, o que nos chama atenção e desponta em primeiro lugar na pesquisa supracitada, é a tendência da valorização social da “construção corporal” e a preocupação com a aparência. Isto porque, cada vez mais as academias de ginástica, estão preocupadas em propagar a ideia da construção dos chamados corpos ‘da moda’, e nos perguntamos até que ponto isso deve ser deixado de lado pelos professores de Educação Física no interior escolar. Por exemplo, a Associação Americana de Psiquiatria na quinta edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), associa a busca excessiva pela estética corporal como Transtorno Dismórfico Corporal (TDC), e assim cita:

“O transtorno dismórfico corporal é caracterizado pela preocupação com a percepção de um ou mais defeitos ou falhas na aparência física que não são observáveis ou parecem apenas leves para os outros e por comportamentos repetitivos (p. ex., verificar-se no espelho, arrumar-se excessivamente, beliscar a pele, buscar tranquilização) ou atos mentais (p. ex., comparar a própria aparência com a de outra pessoa) em resposta às preocupações com a aparência. [...]A dismorfia muscular é uma forma de transtorno dismórfico corporal caracterizado pela crença de que a estrutura corporal do indivíduo é muito pequena e insuficientemente musculosa” (DSM-V, 2014 p. 236).

Este paradigma moderno ou habito, assim podemos dizer, que se instaura feito “epidemia”, reverbera nos adolescentes por já nascerem neste contexto em que o corpo desejado é mostrado constantemente pelos meios de comunicação social (FROIS, MOREIRA, STENGEL, 2011; DAMASCENO *et. al.*, 2006).

A neurociência e especificamente os estudos de Rizzolatti *et. al* 1996, explicou este interesse em imitar o outro através de empatia, em estudo realizado a partir de macacos. Neste estudo, dois macacos com eletrodos na parte do cérebro responsável pelo movimento estavam juntos e, quando um animal se movimentava, zonas do cérebro do outro animal eram ativadas e reconhecidas como dele mesmo. Os dados desta pesquisa nos possibilitariam uma analogia com humanos? Um exemplo dessa imitação pode ser visto quando bocejamos perto de alguém e involuntariamente o outro também é provocado ao mesmo ato, há muitos exemplos que podem ser ditos sobre como somos seres gregários.

A musculação pode ser um tema tratado dentro das escolas, pois faz parte de uma cultura corporal do movimento, a pergunta é: por que ensinar musculação na escola? Apenas para aguçar o desejo de jovens a buscarem um ginásio de musculação para imitarem quem também pratica,

acreditando que os que praticam tem um corpo bonito? Ou, faze-los pensar criticamente que aquilo que os chamam de corpo bonito, na verdade, foi culturalmente aprendido?

Pois bem, nesta dialética entre querer ter um corpo bonito, e entender que este ideal de corpo buscado, na verdade, é uma construção social aprendida, nos faz pensar se essa reprodução deveria ser continuada sem que haja um submetimento racional acerca do porque queremos o que queremos – porque nos encantamos com algo.

“[...] Vocês acham importantes, interessantes, os jogos que têm importância para vocês porque eles foram impostos e postos em suas mentes, em seus corpos, sob a forma daquilo que chamamos de o sentido do jogo.” (Bourdieu, 1996a, p.140).

O pensamento Burdieusiano nos ajuda a pensar sobre a motivação em fazer o que fazemos, que segundo ele, nunca é desprovida de interesses. Bourdieu quer dizer que se estamos motivados a fazer algo (leia-se: musculação), só estamos porque com isso iremos ganhar algo; a isso chamou ele de campo *illusio* (BOURDIEU, P. 1996). O interessante na teoria de *illusio*, é que apenas quem joga o jogo é que sabe a importância de se jogar, em outras palavras, só entende os motivos que fazem uma pessoa perseguir por algo, quem também está envolvido nas mesmas causas.

O mito da caverna de Platão nos ajuda entender o que a falta de entendimento pode trazer. No mito trata-se de um ambiente que a pessoa se encontra e nele está convencida de que o real é o que veem e sabem. Neste mito as pessoas estão acorrentadas no interior da caverna e não conhecem o mundo externo a ela, portanto caso alguém se liberte, e venha contar o que viu do lado de fora, certamente irão zombar dele (CHAUÍ, M. 2010). O conhecer de uma nova realidade, que antes era desconhecida, certamente traz um desconforto inicial - como o sol que incomoda os olhos – o trabalho do professor é parecido com o sol do lado de fora da caverna, incomoda; dá a oportunidade para quem quer sair da caverna ou em outras palavras, traz criticidade para a obriedade.

A escola para Bourdieu é um local que reproduz desigualdades sociais. No campo da estética corporal (campo no sentido Bourdieusiano), pode ser visualizado mediante a sobreposição de um corpo mais ostentoso em relação a outro menos. Ainda que a escola não seja um local de exibicionismos, não podemos negar que alguém em relação a outro alguém, que de certa forma se

faz superior, como no caso de um corpo bonito em relação a outro menos favorecido – neste momento um se sobressaiu ao outro. Isto constantemente acontece no interior escolar e em qualquer outro campo social, contudo cabe ao profissional de Educação Física escolar qual iniciativa: promover mais “corpolaria” através de suas aulas de musculação por exemplo, ou estimular um pensamento reflexivo acerca de tal? Como já mencionado, o exagero para com o corpo é reconhecido como transtorno mental pelo DSM-5. Os parâmetros curriculares nacionais, sobre o tema transversal saúde, cita:

Atitudes favoráveis ou desfavoráveis à saúde são construídas desde a infância pela identificação com valores observados em modelos externos ou grupos de referência. A escola cumpre papel destacado na formação dos cidadãos para uma vida saudável, na medida em que o grau de escolaridade em si tem associação comprovada com o nível de saúde dos indivíduos e grupos populacionais. Mas a explicitação da educação para a Saúde como tema do currículo eleva a escola ao papel de formadora de protagonistas — e não pacientes — capazes de valorizar a saúde, discernir e participar de decisões relativas à saúde individual e coletiva (BRASIL, 1997B, P. 28)

Numa perspectiva reflexiva, estamos diante do desafio em provocar discussões pertinentes a musculação na Educação Básica, perguntamo-nos até que ponto o tema da musculação é abordado ou discutido no interior do espaço escolar? Outra pergunta pertinente é: o tema da musculação contempla as habilidades e competências do currículo escolar?

Nossa intenção neste trabalho é provocar uma reflexão que coloca o ensino de musculação como um tema, a ser tratado nas escolas de forma a não proliferar corpos insatisfeitos, potencializando um padrão, mas sim, corpos saudáveis.

2. ESCOLA E O TEMA DA MUSCULAÇÃO: POSSIBILIDADES DE REFLEXÃO

Em termos legislativos a Educação Física escolar no ensino médio passou por mudanças e a expressão máxima dessa materialização foi a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB) n. 9.394/96 (BRASIL, 1996). Tais mudanças significativas foram justamente a condição de tornar a disciplina de Educação Física como componente curricular da educação básica. A pesquisa de Menegon et. al. (2016), pontua que:

Essa Condição fez com que os Parâmetros Curriculares Nacionais indicassem a retirada da prioridade absoluta ao esporte e estabelecessem entre os objetivos para educação física no Ensino Médio ensinar o aluno a monitorar, controlar e ter autonomia em seu programa de atividades físicas, dar oportunidade à criação, incorporação e manutenção de um estilo de vida saudável (MENEGON, *et. al.*, 2016, p. 172).

Dessa forma, se por um lado essa abertura de diálogos consolidado pelo viés legislativo possibilita a articulação de temas entre a musculação e educação física escolar devido a um crescente interesse pelos adolescentes e adultos jovens pela musculação (SANTARÉM, 1995), por outro lado pode explicar o desinteresse dos adolescentes nas aulas de Educação Física Escolar. Muitos dos jovens, principalmente os oriundos de escolas privadas, buscam clubes e academias para fomentar sua busca pelo corpo ideal. Paradoxalmente, “dando o que eles querem”, num sentido procedimental (sem esquecer o conceitual e atitudinal), poderia aumentar o interesse dos alunos pelas aulas de Educação Física na Escola. (GASPARIN, 2003).

Não podemos esquecer que a realidade dos alunos oriundos das escolas públicas e privadas diferenciam-se, em relação ao poder aquisitivo para praticar atividades físicas pagas. A prática da musculação também deve ser observada nesse sentido, pois o interesse surge e pais/responsáveis ou mesmo os alunos não podem arcar com os custos. Neste sentido isto pode acarretar em frustração mediante o fato de que não poderão se enquadrarem na sociedade do corpo igual, padronizado.

As academias de ginásticas têm se tornado um lugar de pessoas insatisfeitas com seus corpos, que buscam ali, satisfazer e atender uma engrenagem paradigmática, a buscar um corpo não compatível com seu biótipo e tentam se adequar a um determinado modelo de corpo. Vale destacar aqui a reflexão de Hansen e Vaz (2006), em que consideram:

o corpo como um vetor contemporâneo de construção subjetiva e identitária. Faz parte desse culto, como lugar privilegiado de seu acontecer, o conjunto de academias de ginástica e musculação que ocupam as capitais e as cidades do interior do Brasil, seus bairros mais opulentos e centrais, mas também diversas localidades periféricas, envolvidas no culto ao corpo e nos cuidados com a aparência (HANSEN, VAZ, 2006, p. 136).

Atualmente os adolescentes e jovens estão muito mais preocupados em como se portarão perante a sociedade. Neste caso, a busca da musculação cada vez mais cedo na idealização de um corpo bonito aos olhos da maioria, torna o indivíduo carente de vivências motoras múltiplas. Não

estamos dizendo com isso que a musculação atrapalha motoramente, ao contrário disso. Dizemos que a prática apenas da musculação na adolescência irá implicar em um repertório motor pobre comparado as crianças que vivenciam vários esportes e brincam em suas mais variadas formas. Além disso, o ponto de equilíbrio do corpo, através da distribuição de força corporal pode ser alterada através da hipertrofia muscular (LEMKHUL, 1989) em decorrência da musculação e, somado as mudanças corporais que a criança já sofre naturalmente, pode ser ainda mais acentuado o processo de alteração do desbalanço do peso e gerar desequilíbrio além do normal. Na Base Nacional Comum Curricular 2017 consta que:

[...] para o Ensino Fundamental, a Educação Física procurou garantir aos estudantes oportunidades de apreciação e produção de brincadeiras, jogos, danças, ginásticas, esportes, lutas e práticas corporais de aventura. As práticas foram trabalhadas visando à compreensão de suas origens; dos modos de aprendê-las e ensiná-las; da veiculação de valores, condutas, emoções e dos modos de viver e perceber o mundo; da reflexão crítica sobre padrões de beleza, exercício, desempenho físico e saúde; das relações entre as mídias, o consumo e as práticas corporais; e da presença de preconceitos, estereótipos e marcas identitárias. (BRASIL, 2017, p. 475).

Para o ensino médio consta que é necessário contemplar “a tomada de posicionamentos críticos diante dos discursos sobre o corpo e a cultura corporal que circulam em diferentes campos da atividade humana (BRASIL, 2017, p. 476).

Neste contexto, tanto no ensino fundamental como no ensino médio estão explícitas as necessidades de uma intervenção na dimensão conceitual a respeito de relações de mídia e consumo e de um posicionamento crítico com o corpo. Assim sendo, o profissional de Educação Física Escolar deve inserir ensino da musculação nas escolas, porém, deve trata-lo para além de uma prática procedimental em que se acentua, aumenta e faz prevalecer na sociedade o exercício da beleza, isto é, ao que realiza a musculação para se enquadrar num modelo de corpo.

3. METODOLOGIA

Para realização do presente estudo foi feito um estudo bibliográfico de forma exploratória fundamentada na possibilidade de repensar o tema da musculação na educação física escolar, “tendo em vista a formulação de problemas mais precisos ou hipóteses pesquisáveis” (Gil, 2008,

p. 27). Trata-se de um tipo de caminho metodológico menos rígido em termos de planejamento envolvendo levantamento bibliográfico.

No caso desta pesquisa em particular, o principal propósito foi provocar uma reflexão crítica em relação a forma como o tema ligado a prática da musculação vem sendo tratado nas intervenções do Professor de Educação Física no espaço escolar. Além disso, a opção por pesquisas do tipo exploratórias é compatível quando há intenção de “proporcionar uma visão geral, do tipo aproximativo de um determinado tema” (GIL, 2008, p. 27).

Em nossa investigação, observamos que a pesquisa do tipo exploratória era passível de operacionalização, por atender a dois objetivos ligados ao tema aqui abordado, ou seja musculação no espaço escolar:

- Contribuía para o processo reflexivo do Professor de Educação Física e o trato com a musculação como habilidade e competência nos currículos escolares aplicado as circunstâncias que envolvem sua intervenção;
- Verificava se pesquisas semelhantes já haviam sido realizadas, quais os métodos utilizados e quais os resultados obtidos.

4. O TEMA DA MUSCULAÇÃO E A INTERVENÇÃO DO PROFESSOR NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

De acordo com a pesquisa desenvolvida em 2005 por Fernandes, Rocha e Souza, observou-se que “os professores do ensino fundamental necessitam de uma capacitação específica e maior suporte com relação à prática da saúde” (p. 283). Isto significa dizer que a intervenção do professor de educação física não pode ser pautada por escolha própria do conteúdo a ser desenvolvido ou, de acordo com o domínio do seu conhecimento.

A musculação faz parte da cultura corporal de movimento, sendo assim, cabe uma questão: Por qual motivo o tema da musculação não é contemplado nas aulas de educação física escolar? Haydt, (2001, p. 45) pontua que há uma estreita relação entre a aprendizagem e os procedimentos usados pelo professor.

Atualmente se vive uma vida diferenciada cujo distanciamento do homem com a natureza é marcante. Além disso, estamos inseridos em uma sociedade em que os padrões de consumo tornam o homem cada vez mais competitivo. Sendo assim, beleza e sociedade estão diretamente associados, ou seja, a relação imagem corporal e sociedade, articulam-se numa ótica em que aquele que não está no padrão de beleza, é automaticamente visto com qualidades negativas (BORGES, 2011).

As crianças, por sua vez, já nascem em uma matriz de pensamento emergidas em moldes que a conduzem a reproduzir as ideias passadas. Este “ranço”, que é passado e seguido sem o submetimento da razão pelas crianças/adolescentes é cruel e errado. Ora, nesta idade somos “obrigados” a pensar o que o outro nos repassa. O pai passa o conhecimento para o filho e o filho repete quase que sem questionamentos. No contexto escolar, não é diferente e, cabe ao professor este papel importante e fundamental na formação do aluno. Cabe ao professor a responsabilidade de passar ao aluno o entendimento acerca da imagem corporal/padrão de beleza/consumo, pois se não o fizer, a Educação Física Escolar não estará cumprindo o seu papel frente a educação, no que tange a corpo e padrão de beleza.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A maior parte dos achados científicos acerca de padrão de beleza, apontam para uma forte influência indústria midiática sobre um modelo de corpo desejável. Entretanto, segundo a teoria genética, a mídia apenas representa aquilo que já gostamos - para que haja mudança no comportamento humano psicológico de fato, são necessários milhares de anos. Neste sentido, o que observamos nas mídias são meras representações daquilo que instintivamente associamos a beleza. Ou seja, existem várias associações mentais que filogeneticamente nos acompanham e, quando nos deparamos, instintivamente, elegemos favoritismo.

Funciona como espécie de magnetismo instintivos. Tais atrativos, são definidos dado o contexto social que o homem vive, como foi explicado por Brumbach, B. *et. al.* (2009), exemplos: em sociedade cujo os recursos são escassos, tendemos a eleger como parceiros, pessoas que o Índice de Massa Corporal estão acima do estabelecido como ideal. Outra situação: crescer em sociedade com alto risco de contaminação, faz potencializar o critério de simetria

corporal, pois associamos esta condição a saúde, logo, a prole também se beneficiará desta saúde Confer, J. C *et al* (2010). Todavia, estes critérios instintivos não se limitam no campo visual, avançam a outros critérios que intuitivamente atribui beleza ao indivíduo, dado o ambiente que o cerca. Selecionar parceiros com: inteligência, status social, criatividade, agressividade, poder aquisitivo, sinalização de investimento parental, número de alianças, princípios morais, são alguns dos critérios associados no momento de selecionar parceiros Dunkel, C. (2010), todavia, sobre estes últimos, não cabe aqui elucidá-los.

Os meios de comunicações apenas representam aquilo que instintivamente formamos como critérios, assim sendo, não significa que aquilo que se vê na mídia, foi capaz de mudar a preferência corporal das pessoas Ferguson, C. J. (2013). A indústria midiática está a pouquíssimo tempo na vida humana, esta, ainda não foi capaz de mudar os gostos que foram formados ao longo de milênios, até porque, para que assim aconteça, dependeria de centenas de anos para acontecer. Assim sendo, devemos admitir que filogeneticamente, nossa busca por um corpo bonito que hoje e sempre historicamente esteve em voga, dado as circunstâncias em que o homem vivia, não é ditado pela mídia e sim, a mídia apresenta ou reforça o que aprendemos a chamar de belo. As revistas masculinas ou femininas por exemplo, não impõem um padrão, apenas mostra o que majoritariamente é percebido como belo.

Dado as inferências, que, o que é reproduzido agradam as pessoas que veem, o que pode ser feito? Tive que trazer à tona todos estes fatos para dizer: os professores de Educação Física não irão mudar, por uma mera educação a respeito do corpo, o que assumimos como ideal, o que está “imprimido” no gene humano. Todavia, entender que não é capaz de haver mudanças acerca dos gostos, que o assunto deve ser deixado de lado, até porque, crer exclusivamente nisso, seria retroceder e acreditar na concepção inatista, apriorista, cartesiana, que acreditava que erramos capazes de trazer conhecimentos ao nascer. De acordo com Borges e colaboradores (2009) o conhecimento é fundamental para o indivíduo mudar sua rotina, embora admita que não seja suficiente. A educação pode mudar a forma de pensar, obviamente, pode fazer indivíduos reanalisarem suas condutas, pensar mais no ambiente que o cerca, pois aquilo que acreditamos ser exclusivamente biológico, ou seja, aprendidas e inseridas em nosso gene, de forma que leva a crer que não se pode mudar, pois já nascemos com tais atributos, trata-se de um construção histórico-sociológico.

6. REFERENCIAS

- BETTI, Irene Conceição Rangel. Esporte na escola: mas é só isso, professor. **Motriz**, v. 1, n. 1, p. 25-31, 1999.
- BITTENCOURT, N. Musculação: Uma Abordagem Metodológica. Rio de Janeiro RJ Ed. Sprint, 1984.
- BOURDIEU, P. **Razões práticas: sobre a teoria da ação**. Campinas: Papirus, 1996a.
- BRASIL, Ministério da Educação. **Parâmetros curriculares nacionais**. Brasília: MEC, 1997.
- _____. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular – BNCC 2ª versão**. Brasília, DF, 2016.
- BRUMBACH, Barbara Hagenah; FIGUEREDO, Aurelio José; ELLIS, Bruce J. Effects of harsh and unpredictable environments in adolescence on development of life history strategies. **Human Nature**, v. 20, n. 1, p. 25-51, 2009.
- CHAUI, Marilena. **Introdução à história da filosofia-: As escolas helenísticas**. Editora Companhia das Letras, 2018.
- COIMBRA, CMB. Mídia e produção de modos de existência. **Psic.: Teor. e Pesq.** 2001; 17(1):1-4.
- CONFER, Jaime C .; PERILLOUX, Carin; BUSS, David M. Mais do que apenas um rostinho bonito: a prioridade dos homens muda para a atratividade do corpo em contextos de acasalamento de curto prazo versus de longo prazo. **Evolução e Comportamento Humano** , v. 31, n. 5, p. 348-353, 2010.
- DUNKEL, Curt; MATHES, Eugene; DECKER, Michelle. Flexibilidade comportamental nas estratégias de história de vida: o papel da expectativa de vida. **Revista de Psicologia Social, Evolutiva e Cultural** , v. 4, n. 2, p. 51, 2010.
- FERGUSON, Christopher J.; WINEGARD, Benjamin; WINEGARD, Bo M. Who is the fairest one of all? How evolution guides peer and media influences on female body dissatisfaction. **Review of General Psychology**, v. 15, n. 1, p. 11, 2011.
- FERNANDES, Marcos Henrique; ROCHA, Vera Maria; SOUZA, DB de. A concepção sobre saúde do escolar entre professores do ensino fundamental (1ª a 4ª séries). **História, Ciências, Saúde–Manguinhos**, v. 12, n. 2, p. 283-91, 2005.
- FISCHER RMB. O dispositivo pedagógico da mídia: modos de educar na (e pela) TV. **Educ. Pesqui.** 2002; 28(1):151-162.

- FROIS, Erica; MOREIRA, Jacqueline; STENGEL, Márcia. Mídias e a imagem corporal na adolescência: o corpo em discussão. **Psicologia em estudo**, v. 16, n. 1, 2011. (Damasceno et al. 2006)
- GASPARIN, João Luiz. **Uma Didática para a Pedagogia Histórico-Crítica**. 3. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2002.
- GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2008.
- GOLDENBERG, M. (2007). **Nu & vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca**. Rio de Janeiro: Record.
- GOLDENBERG, Mirian. O corpo como capital: para compreender a cultura brasileira. **Arquivos em movimento**, v. 2, n. 2, p. 115-123, 2006.
- HANSEN, Roger; VAZ, Alexandre Fernandez. Treino, culto e embelezamento do corpo: um estudo em academias de ginástica e musculação. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 26, n. 1, 2004.
- HAYDT, Regina Célia Cazaux. **Curso de didática geral**. 7. ed. São Paulo: Editora Ática, 2001.
- Hopf ACO, Moura JAR. Musculação: **O “detalhe” da terminologia**. Rev Dynamis 2002;38:18-23.
- IRIART, Jorge Alberto Bernstein; CHAVES, José Carlos; ORLEANS, Roberto Ghignone de. Culto ao corpo e uso de anabolizantes entre praticantes de musculação. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, p. 773-782, 2009.
- LEHMKUHL, L.D; SMITH, L.K. **Cinesiologia clínica de Brunnstrom**. 4 a ed. São Paulo: Manole, 1989
- MANUAL DIAGNÓSTICO E ESTATÍSTICO DE TRANSTORNOS MENTAIS [recurso eletrônico]: DSM-5 / [American Psychiatric Association; tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento... et al.]; revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli ... [et al.]. – 5. ed. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre: Artmed, 2014.
- MOURA, J. A. R.; PERIPOLLI, Jeovani; ZINN, João Luiz. Comportamento da percepção subjetiva de esforço em função da força dinâmica submáxima em exercícios resistidos com pesos. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, v. 2, n. 2, p. 110-22, 2003.
- RIZZOLATTI, G.; FADIGA, L.; GALLESE, V.; FOGASSI, L. Premotor cortex and the recognition of motor actions. **Cognitive Brain Research**, 3, 131-141, 1996
- SANTARÉM JM. **Musculação: princípios atualizados: fisiologia, treinamento e nutrição**. São Paulo: Fitness Brasil; 1995

TIGGEMANN, Marika; GARDINER, Maria; SLATER, Amy. **“I would rather be size 10 than have straight A's”**: A focus group study of adolescent girls' wish to be thinner. *Journal of Adolescence*, v. 23, n. 6, p. 645-659, 2000.

TUBINO, Manoel José Gomes. **Estudos brasileiros sobre o esporte: ênfase no esporte-educação**. Maringá: Eduem, 2010.

VAGO, Tarcísio Mauro. **Das escrituras à escola pública: a educação física nas séries iniciais do Iº grau**. Belo Horizonte: UFMG, 1993. 252 p. (Dissertação, Mestrado em Educação).

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício** . 2 ed. Porto alegre: Artmed, 2001.