



SECRETARIA DE SEGURANÇA PÚBLICA/SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

POLÍCIA MILITAR DO ESTADO DE GOIÁS

COMANDO DE ENSINO POLICIAL MILITAR

COLÉGIO DA POLÍCIA MILITAR UNIDADE POLIVALENTE MODELO VASCO DOS REIS



**POLÍCIA MILITAR**  
DO ESTADO DE GOIÁS

## EDUCAÇÃO FÍSICA – 3º ANO 3º BIMESTRE



## LINGUAGEM CORPORAL



**PROFESSOR: GERSON APARECIDO DE SOUZA JUNIOR**

**RUBENS VAZ**

**Goiânia, Agosto de 2017**

## **1-A COMUNICAÇÃO: CONCEITO**

A origem da palavra comunicar é *communicare* (latim), cujo significado é tornar comum ou compartilhar. Portanto, a finalidade da comunicação é expressar pensamentos, ideias e sentimentos que possam ser compreendidos por outras pessoas. Trata-se de uma necessidade humana básica.

Comunicar implica na busca de entendimento e compreensão. A força da comunicação, no mundo atual, é de uma multiplicidade infinita. Realmente, a todo instante, o homem sofre o impacto desse processo (BECHARA, 1985).

A vida e o comportamento humanos são regidos pela informação, pela persuasão, pela palavra, som, cores, formas, gestos, expressão facial, símbolos. O entendimento não mais se faz apenas pela língua falada ou escrita, mas também através do rádio, da televisão, do jornal, da música, do cinema, da publicidade em toda a mídia (SOARES, 1999).

Assim, conclui-se, que todas as atividades procuram desenvolver e ampliar as habilidades comunicativas através de experiências reais de comunicação que constituem o mais importante meio de interação social, pois o viver em comum e o viver em grupo têm na linguagem o requisito essencial.

### **1.1 Comunicação verbal e não verbal**

Comunicação não se faz somente com palavras. Gestos, toques, imagens visuais e sonoras, até sensações olfativas ou gustativas fazem parte dos recursos de que se dispõem para a comunicação. Como as palavras, os sentidos também adaptam o ser humano ao meio socioambiental, constituindo fontes de conhecimentos (ALCURE, 1996).

Segundo Oliveira (2007, p. 7), “para compreender o mundo de forma plena e se comunicar o ser humano usa as duas formas de expressão: verbal e não-verbal, que são, muitas vezes, campos complementares e simultâneas”.

A comunicação verbal e não-verbal se complementam tornando mais rica, compreensível e acessível a comunicação humana. Em outras palavras, quando se expressa pela palavra, usa-se o raciocínio e a compreensão. A partir daí avança-se no conhecimento, etapa por etapa. Quando se usa uma linguagem não-verbal, como o mapa, a apreensão é imediata e global, já nas explicações verbais há uma sequência organizada e mediata. As duas formas de expressão são importantes e funcionais para a comunicação humana.

Verifica-se que todas as conquistas que o homem alcançou no curso de sua história estão de alguma forma relacionadas à comunicação. Sem a comunicação não haveria cultura (conjunto de crenças, valores e comportamentos próprio de uma comunidade), pois os conhecimentos de cada indivíduo não seriam transmitidos e assim desapareceriam com a sua morte.

## **2.0 LINGUAGEM NÃO-VERBAL E VERBAL**

Conforme Cereja (2004, p.230), “a linguagem é todo sistema formado por símbolos que permite a comunicação entre os indivíduos”; a linguagem verbal é aquela que tem por unidade a palavra, as linguagens não verbais, têm outros tipos de unidade, como o gesto, os movimentos, a imagem, a nota musical.

As pessoas não se comunicam apenas com palavras. Na verdade, movimentos faciais e corporais, gestos, olhares, apresentação e mesmo entonação de voz também falam. Constituem os elementos não-verbais da comunicação, de grande importância na transmissão da mensagem, e qualquer comunicador precisa ter conhecimento dessa realidade. Para uma comunicação plena, torna-se necessário harmonizar estas duas linguagens: verbal e não-verbal. O profissional da comunicação e também da educação, para ter sucesso, precisa conhecer e dominar a linguagem dos sinais, dos símbolos, dos gestos, da postura, do comportamento.

As informações verbais são plenamente voluntárias: o ato de falar constitui um elaborado processo, que vai desde a ideia até o enunciado da mensagem. Já o comportamento

não-verbal pode ser uma reação involuntária ou um ato comunicativo. Por isso, ele nem sempre obedece a uma lógica evidente. A ambiguidade desse comportamento acaba sendo uma característica importante da comunicação não-verbal.

Assim, as relações sociais serão menos tensas se a pessoa fornecer aos outros sua projeção particular e se os outros respeitarem essa projeção;

a) Interação social – Na relação interpessoal, tanto os elementos verbais, como os não-verbais são importantes para que o processo de comunicação se complete. Os elementos não-verbais, além de dependerem de aspectos culturais, também se realizam diferentemente em determinadas circunstâncias. Por exemplo, dois adolescentes conversam a sós, animadamente, gesticulando muito. Quando a mãe de um deles se aproxima, eles se contêm, alterando o comportamento descontraído e informal. Em público, por questões sociais e pessoais, é comum o controle dos movimentos corporais e do uso do espaço. Isso se dá porque se consegue perceber o que pode incomodar aos outros, graças à capacidade de empatia.

Portanto, todo o ser humano sabe que os gestos e feições mostram aos interlocutores toda a ansiedade e nervosismo de quem fala, é importante manter o controle para não ser tido como uma pessoa sem controle emocional. Neste contexto, analisa-se que a interação social não se fez apenas pelas palavras, mas pelos gestos e feições, que mostram ativamente todo o comportamento expansivo ou retraído de quem fala, em qualquer evento social, reunião de trabalho ou mesmo com os amigos esse comportamento se torna visível por qualquer pessoa que faça parte de um grupo social, onde se convivem de atitudes e comportamentos diferentes (OLIVEIRA, 2007).

Expandindo as ideias, a partir da análise das características da linguagem verbal e não-verbal, ficam nítidos os requisitos básicos para um bom processo de comunicação, coloca Soares:

O poder da memória, a habilidade de adaptar o conteúdo da mensagem ao interesse do ouvinte, a inspiração para adequar-se às circunstâncias, a criatividade para motivar, o entusiasmo, que é uma espécie de combustível da expressão verbal, a determinação, a observação, a teatralização, a síntese, o ritmo, a voz, a respiração, a dicção (pronúncia do som), a velocidade da voz, o vocabulário, a expressão corporal (naturalidade do gesto, a posição da cabeça, a comunicação do semblante...), o conhecimento (SOARES, 1999, p.70).

Técnicas, estudos, comentários acerca da comunicação existem, mas acima destes está a percepção, a sensibilidade na escolha de como falar, o que falar, a quem falar. E o professor torna-se, desta forma, um dos mais visados para a exemplificação da comunicação oral: vale ressaltar, que um empresário, um advogado, um digitador, um vendedor, um frentista... todos valem-se deste mesmo uso.

A linguagem verbal utiliza palavras faladas ou escritas. Que, no processo de comunicação, também tem importância para transmissão da mensagem (gestos, caretas, olhares). Mas, no que se refere ao estreitamento verbal, as dificuldades de entendimento ocorrem, principalmente, porque as palavras têm graus distintos de abstração e variedade de sentido. Do mesmo modo, conforme Machado (2001, p.47), “a decodificação de cada palavra vai depender do repertório próprio do receptor”.

O significado das palavras não está nelas, mas sim nas pessoas. O que cada termo expressa pode ser diferente de um indivíduo para outro, de acordo com sua experiência concreta. Por isso, para o receptor compreender com exatidão a mensagem, convém que o emissor se certifique da adequação da linguagem, ou pelo menos de que ela será facilmente compreendida. O emissor escolhe, de seu repertório próprio, um vocábulo que traduza, com clareza, a mensagem, evitando dúvidas.

### 3.0- Expressão e Linguagem Corporal no ENEM

A Linguagem corporal também é tema do ENEM e está ligada à matriz de habilidades da área de linguagens. Não é necessário participar de um grupo de dança ou praticar várias atividades para entender o que é a linguagem corporal. Nosso corpo se comunica através de cada movimento. A prova do ENEM avaliará a capacidade de interpretação dos movimentos do corpo. É necessário compreender as diversas manifestações culturais (danças, lutas, rituais e cerimônias), num aspecto que deve ser mais ligado às ciências sociais, e reconhecer a importância das atividades físicas para do o bem estar, conceito que pode ser cobrado na prova de Ciências.

É importante também diferenciar o termo expressão do termo linguagem corporal. Enquanto a expressão diz respeito apenas aos movimentos do corpo propriamente dito (danças e exercícios da academia), a linguagem corporal abrange a movimentação corporal como meio de comunicação (não-verbal). A Expressão Corporal, segundo Stokoe e Harf (1987), é uma linguagem, através da qual o ser humano expressa sensações, sentimentos e pensamentos com o seu corpo.

A Expressão Corporal desempenha e amplia todas as possibilidades humanas, e é justamente constituída no movimento corporal, (Brikman, 1989). Este movimento corporal é a possibilidade de conhecimento dessa linguagem individual. Por imediato, o corpo tem a capacidade de se manifestar, o que, na expressão corporal, se apresenta através do vivido corporal, da experiência do corpo, seja em situações do cotidiano ou da arte.

É necessário que o aluno tenha uma leitura cultural de mundo. Como exemplo, a prova pode mostrar uma imagem de um ritual indígena e pedir interpretações ao aluno. Não apenas sobre o que o ritual mostra, mas de elementos que o circundam, como história, geografia, língua portuguesa e sociologia.

### 4.0-Capacidades Físicas

Capacidades Físicas são definidas como todo atributo físico treinável num organismo humano. Em outras palavras, são todas as qualidades físicas motoras passíveis de treinamento comumente classificadas em diversos tipos: Resistência, Força, Velocidade, Agilidade, Equilíbrio, Flexibilidade e Coordenação motora (destreza).

**Velocidade:** É a capacidade física que permite ao músculo realizar uma sucessão rápida de movimentos no menor tempo possível ou reagir rapidamente a um sinal.

**Agilidade:** É a qualidade física que permite mudar a direção do corpo no menor tempo possível. Conhecida como velocidade de “troca de direção”. Para a agilidade, a flexibilidade é importante.

**Força:** É a capacidade física que permite deslocar um objeto, o corpo de um parceiro ou o próprio corpo através da contração dos músculos.

**Equilíbrio:** É a qualidade física conseguida por uma combinação de ações musculares com o propósito de assumir e sustentar o corpo sobre uma base, contra a lei da gravidade. Pode ser de 3 tipos: dinâmico, estático e recuperado.

**Coordenação Motora (destreza):** É a capacidade física que permite realizar uma sequência de exercícios de forma coordenada.

**Flexibilidade:** É a capacidade física que permite executar movimentos com grande amplitude, em uma ou mais articulações, sem causar lesões.

**Resistência:** É a capacidade física que permite efetuar um esforço durante um tempo considerável, suportando a fadiga dele resultante e recuperando com alguma rapidez, sem perder a qualidade da execução.

### QUESTÃO -01

(ENEM 2015) O rap, palavra formada pelas iniciais de rhythm and poetry (ritmo e poesia), junto com as linguagens da dança (o break dancing) e das artes plásticas (o grafite), seria difundido, para além dos guetos, com o nome de cultura hip hop. **O break dancing surge como uma dança de rua.** O grafite nasce de assinaturas inscritas pelos jovens com sprays nos muros, trens e estações de metrô de Nova York. As linguagens do rap do break dancing e do grafite se tornaram os pilares da cultura hip hop. DAYRELL, J. *A música entra em cena: o rap e o funk na socialização da juventude.* Belo Horizonte: UFMG. 2005 (adaptado).

**Entre as manifestações da cultura hip hop apontadas no texto, o break se caracteriza como um tipo de dança que representa aspectos contemporâneos por meio de movimentos;**

- a) retílineos, como crítica aos indivíduos alienados.
- b) improvisados, como expressão da dinâmica da vida urbana.
- c) suaves, como sinônimo da rotina dos espaços públicos.
- d) ritmados pela sola dos sapatos, como símbolo de protesto.
- e) cadenciados, como contestação às rápidas mudanças culturais

### QUESTÃO -02

(ENEM 2011) A dança é um importante componente cultural da humanidade. O folclore brasileiro é rico em danças que representam as tradições e a cultura de várias regiões do país. Estão ligadas aos aspectos religiosos, festas, lendas, fatos históricos, acontecimentos do cotidiano e brincadeiras e caracterizam-se pelas músicas animadas (com letras simples e populares), figurinos e cenários representativos. SECRETARIA DA EDUCAÇÃO. Proposta Curricular do Estado de São Paulo: Educação Física. São Paulo: 2009 (adaptado)

**A dança, como manifestação e representação da cultura rítmica, envolve a expressão corporal própria de um povo. Considerando-a como elemento folclórico, a dança revela:**

- a) manifestações afetivas, históricas, ideológicas, intelectuais e espirituais de um povo, refletindo seu modo de expressar-se no mundo.
- b) aspectos eminentemente afetivos, espirituais e de entretenimento de um povo, desconsiderando fatos histórico
- c) acontecimentos do cotidiano, sob influência mitológica e religiosa de cada região, sobrepondo aspectos políticos.
- d) tradições culturais de cada região, cujas manifestações rítmicas são classificadas em um ranking das mais originais.
- e) lendas, que se sustentam em inverdades históricas, uma vez que são inventadas, e servem apenas para a vivência lúdica de um povo.

### QUESTÃO -03



**O desenvolvimento das capacidades físicas (qualidades motoras passíveis de treinamento) ajuda na tomada de decisões em relação à melhor execução do movimento.**

**A capacidade física predominante no movimento representado na imagem é;**

- a) a velocidade, que permite ao músculo executar uma sucessão rápida de gestos em movimentação de intensidade máxima.
- b) a resistência, que admite a realização de movimentos durante considerável período de tempo, sem perda da qualidade da execução.
- c) a flexibilidade, que permite a amplitude máxima de um movimento, em uma ou mais articulações, sem causar lesões.
- d) a agilidade, que possibilita a execução de movimentos rápidos e ligeiros com mudanças de direção.
- e) o equilíbrio, que permite a realização dos mais variados movimentos, com o objetivo de sustentar o corpo sobre uma base.

### QUESTÃO-04

O folclore brasileiro é rico em danças que representam as tradições e a cultura de várias regiões do país. Estão ligadas aos aspectos religiosos, festas, lendas, fatos históricos, acontecimentos do cotidiano e brincadeiras e caracterizam-se pelas músicas animadas (com letras simples e populares), figurinos e cenários representativos.

SECRETARIA DA EDUCAÇÃO. Proposta Curricular do Estado de São Paulo: Educação Física. São Paulo: 2009 (adaptado)

**A dança, como manifestação e representação da cultura rítmica, envolve a expressão corporal própria de um povo. Considerando-a como elemento folclórico, a dança revela**

- a) manifestações afetivas, históricas, ideológicas, intelectuais e espirituais de um povo, refletindo seu modo de expressar-se no mundo.
- b) aspectos eminentemente afetivos, espirituais e de entretenimento de um povo, desconsiderando fatos históricos
- c) acontecimentos do cotidiano, sob influência mitológica e religiosa de cada região, sobrepondo aspectos políticos.
- d) tradições culturais de cada região, cujas manifestações rítmicas são classificadas em um ranking das mais originais.
- e) lendas, que se sustentam em inverdades históricas, uma vez que são inventadas, e servem apenas para a vivência lúdica de um povo.

