



H0769

UM ESTUDO SOBRE A SENSOPERCEÇÃO EM NADADORES

Carolina Mie Kawagosi Onodera (Bolsista PIBIC/CNPq), Angela Nogueira Neves Betanho Campana (Coorientadora) e Profa. Dra. Maria da Consolação Gomes C. F. Tavares (Orientadora), Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

A sensopercepção é o meio pelo qual experienciamos a sensação em sua totalidade, é um processo complexo e não linear. É a percepção das experiências físicas, corporais. (LEVINE, 1999). A prática de atividade física proporciona uma infinidade de possibilidades de sensações, estímulos e vivências, assim amplia as formas de experienciar o corpo. Frente a esta realidade o papel do profissional de educação física também se torna fundamental uma vez que conduz essas práticas corporais. Esta pesquisa teve como objetivo, realizar um estudo sobre a relação entre a sensopercepção e a atividade física e assim identificar estratégias para enriquecer a percepção das sensações corporais em praticantes de natação. Durante a realização de 30 aulas, foi registrada através de questionários, um diário e um relato final, a percepção das experiências corporais durante a atividade do nado para cada indivíduo. A partir da análise dos dados obtidos podemos constatar que a intervenção realizada auxiliou no processo de tomada de consciência das percepções corporais dos voluntários. Além disso, tanto os alunos como os professores observaram maior facilidade na correção das técnicas dos nados. A valorização do processo de sensopercepção pode contribuir não só para o aprimoramento técnico nas práticas de atividade física, como promover nos alunos/clientes um aprendizado de melhor cuidar, valorizar e respeitar o próprio corpo.

Sensopercepção - Natação - Atividade física