

TEATRO NA APRENDIZAGEM DE FILOSOFIA PARA ESTUDANTES COM NECESSIDADES ESPECIAIS NA PERSPECTIVA DE BEM-ESTAR

Edevaldo Maximo da Silva¹

Mauro de Medeiros²

Lauro Leocadio da Rosa³

Robson Siqueira da Cunha⁴

RESUMO: A investigação tem o processo em discutir sobre as utilizações das técnicas teatrais para práxis no ensino-aprendizagem de filosofia para estudantes com necessidade especial nas escolas públicas com a perspectiva de bem-estar alinhado a criticidade. Para tanto, o objetivo em refletir sobre o ensino-aprendizagem para o bem-estar na disciplina de filosofia pelas técnicas teatrais. E compreender o ensino-aprendizagem de Filosofia na técnica teatral para qualidade de vida; relacionar o ensino-aprendizagem de filosofia no contexto social com o teatro e trazer à reflexão de uma sequência de exercícios físicos que podem proporcionar uma qualidade de vida nas aulas de Filosofia com as técnicas Teatrais. Pois, são nessas relações sociais, na cooperação e na integração que o ambiente escolar proporciona a mediação do professor para contribuir no aprendizado eficaz na vida do estudante. As relações entre local educacional, estudantes, professores, gestores e a comunidade escolar, são de suma importância para a construção de conhecimentos. Nesse caso, o entrelaçamento do conhecimento das tecnologias teatrais no ambiente escolar tornar-se a chave para a qualidade de vida e aprendizagem dos estudantes das escolas públicas para o bem-estar e a formação no contexto social, bem como desenvolvendo o sentido crítico, buscando os seus direitos e aplicando os seus deveres. Sendo assim, as técnicas teatrais no ensino de Filosofia com a perspectiva na formação de conhecimento e qualidade de vida contribuem para que o estudante busque a criticidade no mundo e no contexto social em que ele está inserido. Como metodologia utilizou-se procedimentos exploratórios, qualitativos e pesquisas bibliográficas em torno dos temas.

476

Palavras-chave: Filosofia. Bem-estar. Ensino-aprendizagem. Teatro.

ABSTRACT: The investigation has the process of observing the uses of theatrical techniques for praxis in the teaching-learning of philosophy for students with special needs

¹Mestrando em Educação profissional e tecnológica - ProfEPT- IFMT Especialização Educação Especial Inclusiva - UNIMAIS; Graduação licenciatura em Filosofia - UNINTER; Graduação licenciatura em Educação Física - ISEED; Graduação bacharel em Educação Física - Centro Universitário Leonardo da Vinci.

²Filosofia - Faculdade Católica de Uberlândia Pós: Docência no Ensino Superior: Faculdade Católica de Uberlândia.

³Doutor em Física Ambiental (UFMT), PROFEPT/IFMT.

⁴Mestrado em Educação profissional e tecnológica - ProfEPT- IFMT, Graduado em Educação Física pela UFMT.

in public schools with the perspective of well-being aligned with criticality. To this end, the objective is to reflect on teaching-learning for well-being in the discipline of philosophy through theatrical techniques. And, understand the teaching-learning of Philosophy in theatrical technique for quality of life; relate the teaching-learning of philosophy in the social context with theater and understand a sequence of physical exercise for quality of life in Philosophy classes with Theater techniques. Because, it is in these social relationships, in cooperation and integration that the school environment provides the teacher's mediation to contribute to effective learning in the student's life. It is believed that the relationships between the educational location, students, teachers, managers and the school community are of paramount importance for the construction of knowledge. In this case, the interweaving of knowledge of theatrical technologies in the school environment becomes the key to the quality of life and learning of public school students for well-being and training in the social context, as well as developing critical sense, seeking their rights and applying their duties. Therefore, theatrical techniques in the teaching of Philosophy with the perspective of knowledge formation and quality of life contribute to the student seeking criticality in the world and in the social context in which they are inserted. As a methodology, exploratory, qualitative procedures and bibliographical research around the themes were used.

Keywords: Philosophy. Welfare. Teaching-learning. Theater.

1. INTRODUÇÃO

Os processos práticos e teóricos que envolvem a técnica teatral e a sua eficácia no ambiente escolar no aprendizado de Filosofia alinhado ao bem-estar⁵, ocorre desde que as interações sejam estabelecidas entre professores e estudantes; em termos de conexões sociais, emocionais e culturais.

Para Ministério da Educação (2006) os sistemas de ensino devem prover e promover mudanças em sua organização, a partir do projeto político pedagógico das escolas, então eis que surge a indagação em relação à práxis do Professor, como oferecer o ensino-aprendizagem de Filosofia para o bem-estar dos estudantes, diminuindo as barreiras atitudinais, psicológicas, físicas e de comunicação?

A provocação foi à base do estudo realizado, com o objetivo de refletir sobre o ensino e a aprendizagem para o bem-estar na disciplina de Filosofia, por meio de técnicas teatrais. Além disso, compreender o ensino aprendizagem da filosofia na técnica teatral e no bem-estar relaciona o ensino e a aprendizagem da filosofia em contexto social com o teatro;

⁵Bem-estar: estado de satisfação plena das exigências do corpo e/ou do espírito, sensação de segurança, conforto e tranquilidade, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS)

compreender a sequência de atividades físicas no ensino-aprendizagem para o bem-estar nas aulas de filosofia com técnicas de Teatro.

O estudo também utilizou métodos de pesquisa qualitativa e procedimentos de pesquisa fundamentados teoricamente de acordo com os desafios e os sentimentos expressos na docência para o estudante com necessidade especial nas aulas, são as emoções que desempenham um papel vital na existência do ser humano. Sendo assim, é fundamental que o professor de Filosofia, ao usar a técnica teatral, respeite as características e particularidades de cada aluno.

De acordo com Frohlich (2022) a inclusão educacional vem se desenvolvendo no mundo inteiro como um fenômeno social complexo, consequência de lutas das pessoas com necessidades especiais diversas, seus familiares e de movimentos sociais.

Sendo assim, a inclusão educacional passa pelas transformações, pela luta nas atitudes preconceituosas e segregacionistas que foram se estabelecendo ao longo da história em relação ao tratamento dado as pessoas com necessidades especiais e pela busca de seus direitos na sociedade, em que vem sendo compreendidas como um avanço, promovendo o bem-estar dos estudantes no ambiente escolar.

De maneira geral os profissionais de educação em suas relações no ambiente escolar devem proporcionar um local agradável e tranquilo para que o bem-estar e a mediação entre professor e estudantes produzam bons resultados na educação e na vida. Segundo Freire, (1996) o papel do professor não é apenas o de ensinar matemática ou biologia, mas sim, ajudá-lo a reconhecer-se como arquiteto de sua própria prática cognoscitiva.

No entanto, os estudantes ao reconhecer-se na sua prática, conseguem relacionar o sistema de aprendizagem baseado na hierarquia do sistema educacional que desempenham um papel representativo na ordem social e esse sistema hierárquico que permeia todos os ambientes distancia-se do bem-estar e estabelece um panorama para a segregação.

Sendo assim, para romper com esse distanciamento, a Filosofia é uma das disciplinas que valorizam o protagonismo dos estudantes com a influência dos filósofos por meio de uma reflexão aguçada sobre a realidade e acredita-se que vários fatores favorecem aprendizagem, seja nas formas de políticas públicas ou em projetos interdisciplinares voltado na reflexão de uma sociedade que respeita os diferentes, na perspectiva de que todos somos indivíduos com características diferentes, mas humanos e que devem ser respeitados.

Destarte, o processo de aprendizagem na perspectiva no bem-estar com o teatro possibilita encontrar soluções criativas que forneçam soluções satisfatórias para o sistema educacional e a sociedade.

1. METODOLOGIA

A metodologia empregada neste trabalho insere-se no campo de denominada pesquisa qualitativa com o procedimento exploratório nas referências bibliográficas por meio da literatura sobre a temática, que é a relação do Teatro na aprendizagem de filosofia para estudantes com necessidade especiais na perspectiva de bem-estar, com os dados de obras realizadas e publicadas no período de 2020 a 2024, atendendo a exigência do mundo acadêmico de cinco anos de pesquisas atualizadas.

Diante disso, em conformidade com o Estado da Arte a base teórica em Boal (1971), Freire (1974, 1970, 1996, 1997), pois estão integradas e contribuíram para a reflexão, compreensão a cerca da temática em discussão. Em que a pesquisa se deu na Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD) e no Banco de Teses da Comissão de Aperfeiçoamento de Pessoal do Nível Superior (CAPES), em que as pesquisas formalmente analisadas com os padrões acadêmicas mundialmente aplicadas, que foi proposta e fundamentada neste trabalho.

3. Revisão bibliográfica/ Estado da arte

Teatro do Oprimido (TO): técnicas criadas e desenvolvidas pelo brasileiro Augusto Boal, que são apresentações, exercícios, jogos, tecnologia teatral voltado para saúde, educação e lazer na sociedade, contudo, mais específico para classe proletária portanto com as habilidades proporcionadas com a técnica os atores produzem grande repercussão em todo o mundo.

Segundo Tavares et al (2022) a implementação de projetos artísticos que estimulam a participação ativa das camadas menos privilegiadas da sociedade visa à democratização dos meios de produção cultural e o fortalecimento da cidadania e conseqüentemente a transformação da realidade.

Na perspectiva de transformação da realidade em 1971 Boal criou a primeira técnica do Teatro do Oprimido, que se caracterizou como Teatro-Jornal que continuou a crescer e estabeleceu um diálogo entre os povos indígenas e seus descendentes.

Segundo Silva e Costa (2020) o Teatro do Oprimido (TO) articulado às perspectivas freirianas é uma alternativa para que os atores sociais reflitam sobre as formas de opressões presentes na sociedade. Atualmente a Europa, a América, o mundo no contexto globalizado, usam as técnicas em vários diálogos na formação do cidadão crítico.

O diálogo é uma ferramenta eficiente, econômica e construtiva para que os obstáculos sejam superados, para proporcionar ações colaborativas entre as pessoas e, sobretudo, para resolver os conflitos de forma eficaz. A construção de um bom diálogo é a principal ferramenta para se lidar com os conflitos.

Então, o TO é usado por trabalhadores, professores, alunos, e agora também são usados por assistentes sociais, psicoterapeutas e organizações não governamentais, contudo, além dos teatros, as técnicas são apresentadas e usadas nas ruas, escolas, igrejas, sindicatos e prisões, entretanto, a encenação vai além da apresentação teatral, em resumo seu viés político-ideológico são de consciência crítica.

Após vários momentos de formação crítica do cidadão, foi homologada a Lei nº 13.560 de 21 de dezembro de 2017, no dia 16 de março como o “Dia Nacional do Teatro do Oprimido” para comemorar o nascimento de seu criador Augusto Boal, o método de Boal segue no processo de desenvolvimento e aplicabilidade na formação e prática de atores e não atores em proposições estrondosos no território nacional e internacional.

Metodologia Freiriana

Paulo Freire foi um Professor em que sua teoria não considera os ideais e sim a existência, a pedagogia é o esforço global da prática humana em sua busca interna pelo ensino-aprendizado na prática de liberdade. Segundo Silva (2020) a práxis se preocupa com a educação e principalmente como os professores devem atuar dentro de uma sala de aula. Sendo assim, relacionar-se com o estudante é compreensivo para o processo no ensino-aprendizado.

Para Nery e Barbosa (2021) o educar e seus processos da práxis são condições para a humanização do ser humano, pois ao nascer não passa de um projeto e, a partir disso, compreende que a prática educativa deva ser guiada por princípios humanizadora e por virtudes.

Segundo Sá (2021) entende-se que ao compreender a pedagogia da libertação como concepção de teórico e metodológica dialética portadora de uma visão de ser humano na

sociedade com a organização pedagógica, portanto em uma sociedade com a motivação estrutural, que nos conduz ao domínio da consciência com uma educação filtrada e dirigida por instituições alinhadas por pensamento de classes autoritário com o método de opressão não pode contradizer a libertação dos oprimidos.

Para Freire (1970) com método da libertação a emancipação dos estudantes não é algo a ser guardado, e sim um sujeito que deve ser ressignificado e ser responsável pelo seu próprio aprendizado. A educação para a emancipação é incompatível com a pedagogia mistificada da prática nas regras da dominação.

Segundo Silva, Santos et al. (2020) alunos e professores geram relações que subsistem em conflitos no processo de ensino-aprendizagem, portanto são nestas análises das relações sociais, nas cooperações e nas divergências no ambiente escolar que o professor se manifesta como mediador.

Para Santos et al (2023) a educação instrumentalizada pela experiência ou a aquela construída pelo cognitivo cultural, que são engendradas pelas formas simbólicas, no entanto, a metodologia da libertação ⁶ só pode ser plenamente expressa em uma espécie de pedagogia do oprimido, onde eles usam a interação e possam se descobrir e se conquistar reflexivamente como sujeito de seu próprio destino histórico.

Com base no que diz Freire (1997) de um ensino voltado para a classe proletária de um ensino para eles e junto com eles, refletir no seu próprio caminho de libertação não será uma simples reflexão, mas uma criação reflexiva e recriação do seu próprio caminho.

Portanto métodos e prática de libertação são essencialmente possíveis exercer o direito de gerir a Pedagogia dos Oprimidos para libertar das opressões e neste sentido aprender a ler é também escrever sobre a sua própria vida e ser autor da sua história, ou seja, desenvolver de forma crítica a sua trajetória.

Assim a pedagogia de Paulo Freire assume todo o âmbito humano da educação como prática de libertação, como o método é estimulante, pode ser gerado e desenvolvido na dinâmica do sistema de educação estrutural dominante.

⁶ Metodologia da libertação destaca que os educadores devem assumir uma postura revolucionária passando a conscientizar as pessoas tanto sobre o processo de aprendizado, incentivando a autorreflexão sobre o ato de aprender e de enxergar a realidade, como devem também conscientizar sobre a ideologia opressora, tendo como compromisso a libertação desta classe, reconhecendo que a libertação deva ocorrer no todo, e que é por meio da educação que se pode libertar a si mesmo e o outro.

Na análise teórica e prática de teatro no ensino de Filosofia para alunos de escola pública, pretende-se aprofundar os conhecimentos que produzem a aprendizagem dos estudantes, portanto, quando se fala em teatro para o bem-estar, na qualidade da aprendizagem e de vida, são amplas as observações científicas que ajudam e servem para a base da organização do processo saudável na escola.

Segundo Silva e Almeida (2021) as reflexões sobre a necessidade de formação continuada de professores para atuar no atendimento aos alunos na rede educacional de ensino, tende-se a refletir que os professores acabam se dedicando mais tempo às suas atividades profissionais a fim de encontrar soluções de como possam melhorar a qualidade no atendimento dos alunos, do que no ensino-aprendizagem, assim há perspectiva de teorias que investigam o teatro com as características para aprendizagem e para o bem-estar dos alunos no ambiente escolar.

O ensino-aprendizagem em Filosofia para o bem-estar com o teatro depende muito da clareza e eficácia do relacionamento entre as pessoas envolvidas, para Fernandes e Lima (2020) ação mais eficaz para obter ou manter um estado de bem-estar em uma determinada situação em que o fundamento básico é saber ouvir de forma sensível e focar na comunicação com a outra parte que o compreenda, por isso estabelece diálogo é construir relações de confiança e respeito.

Segundo Araújo (2020) expansão, inteligência, estabilidade emocional, afirmação, cuidado, consciência, desenvoltura, gentileza, autoconfiança, imaginação, refinamento, preocupação, abertura para mudanças, autossuficiência, autocontrole e tensão, impactam na educação, saúde e no convívio social, onde é a raiz para a inclusão, pois, as relações interpessoais claras são ferramentas interativas que têm grande impacto no fortalecimento e redução do mal-estar.

É importante reconhecer o processo nas emoções, caso contrário as pessoas não mudam de posição, pois a raiva é uma reação secundária, assim é importante prestar atenção na sua origem, no campo da emoção existem muitos labirintos, tristeza, raiva, alegria, depressão, medo e esperança se entrelaçam e se transformam, aprender a navegar nesses labirintos é essencial para lidar com a falta de qualidade.

Nesse sentido, o professor de Filosofia que se preocupa com a inclusão dos alunos com necessidade também pode utilizar o teatro para desenvolver competências e sensibilidades fundamentais ao avaliar, reconhecer, compreender e respeitar os outros,

levando-os em consideração; o objetivo não é apenas ficar melhor, mas para melhorar, as dificuldades não precisam ser vistas como obstáculos, elas podem ser vistas como oportunidades de crescimento e transformação, nesse sentido, o objetivo é transformar as pessoas para que elas transformem o mundo, como afirmou Paulo Freire.

Teatro com Inclusão

A tecnologia teatral nas relações do ambiente escolar define ou redefine problemas e produz soluções por meio de avaliação e interação, rompendo com a exclusão dos alunos no sistema educacional e interagem emocionalmente quando as pessoas entendem seus próprios pontos de vista.

Segundo Silva (2021) a inclusão de crianças com necessidades especiais, ao inserir em seus hábitos o gosto pelo teatro, música, leitura e valorização da Literatura de Cordel, através da compreensão da linguagem do Braille, por exemplo, introduz um novo olhar artístico no mundo teatral, portanto a forma crítica e aceitação mostram em grande parte o quanto são excludentes os estudantes.

Diante disso, a inclusão vai de rampas e corrimão, para Manacorda (1990) não há um método com toda excelência. Para o teórico é preciso uma reflexão sobre as metodologias para proporcionar a educação de qualidade crítica e não apenas genérica para os estudantes.

Essa inclusão e o ensino genérico para Frigotto et al (2005) em todos os níveis das escolas públicas no Brasil é constrangedor. O reflexo da educação no ensino médio em que a exclusão e a evasão dos estudantes com necessidade especial ou não estão explícita de forma mais perversa, a qual se constitui numa forte mediação na negação da cidadania efetiva.

Normalmente as pessoas só criticam quando o ambiente escolar não está bem, em relação ao teatro, para Karla e Massolin (2022) o processo empírico do impacto teatral no desenvolvimento do aluno com deficiência mental (DM) em contexto escolar público nas aprendizagens, na interdisciplinaridade, no civismo, na autoestima, no autoconceito, na criatividade, na inclusão e em contextos moralizantes com consigo mesmo e com os outros.

Sendo assim, diferenciar e usar as informações para orientar seus próprios pensamentos e ações, pois, inclusão conquistada pelo teatro, é reconhecida pelos alunos, mesmo que a aprendizagem não atinja cem por cento, portanto, o objetivo da transformação

é minimizar os impactos efeitos destrutivos e maximizar o potencial de crescimento dos estudantes.

O teatro na relação com o ambiente escolar é acompanhado pelo processo de resolução do problema da alma, em que encontra o profundo conflito de interesses e a esfera pública a ser resolvida por si mesmo e todas as ações são voltadas para a meta de estabelecer aprendizagem e inclusão.

Para Oliveira e Alves (2022) o uso dos Jogos teatrais, direcionados a uma perspectiva pedagógica e subjetiva no recorte de possibilidades que favorecem a inclusão de portadores de deficiências, em que os professores e alunos não com necessidade especial apresentam uma aplicabilidade utilizada através da pedagogia teatral, um reconhecido instrumento metodológico, e habilidade intrínseca da aprendizagem que é essencial para que os alunos adquiram com sucesso as competências necessárias para o sucesso na sociedade.

Por exemplo, o teatro pode controlar a intensidade dos sentimentos que não prejudica os objetivos propostos e evitar os problemas considerados inúteis e foca nos interesses comuns, que também são considerados prioritários, nesse sentido, o processo teatral é incentivar os alunos a focarem no que eles querem no futuro e encontrar o caminho que pode levar a uma solução satisfatória.

A técnica teatral na inclusão é útil reconhecer os aspectos positivos do relacionamento entre alunos com necessidade especial no campo educacional, não apenas a falta de aprendizagem, mas sim a valorização dos pequenos progressos à medida que o processo avança, assim torna-se muito eficaz em encorajar os estudantes e comunidade escolar a expandir suas áreas de interesse comum, o que levará a acordos mutuamente satisfatórios para todos.

Inclusão de Alunos com Necessidades Especiais

Acessibilidade no ambiente escolar é um desafio na inclusão dos alunos com necessidade especial, pois se entende que não é apenas o fato de rampas, corrimão, mas toda a estrutura física e emocional que envolve a escola, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia Estatística (IBGE) de (2023) no Brasil, 18,6 milhões de pessoas que tenham algum tipo de deficiência, incluindo física e mental igual ou maior de 2 anos de idade, o que representa 8,9% da população. Pois quando não há políticas públicas eficaz contundentes para esses cidadãos a omissão cede lugar a exclusão.

Para Lucio (2021) sobre a inclusão escolar de pessoas com deficiência, nesse contexto, destacamos que, o termo pessoa com deficiência foi utilizado para se referir à pessoa que tem impedimentos de longo prazo de natureza física e mental ou sensorial que, em interação com diversas barreiras, podem ter restringida sua participação plena e efetiva na escola e na sociedade,

O termo deficiência é excludente, pois toda pessoa tem o direito a educação, saúde, lazer etc.; para Rodrigues (2020, p. 6) “A classificação é organizada de acordo com um conjunto de princípios”, sendo que esses princípios se referem à inter-relação dos níveis e à hierarquia da classificação:

- As deficiências correspondem a um desvio relativamente ao que é geralmente aceite como estado biomédico normal (padrão) do corpo e das suas funções; a definição dos seus componentes é feita essencialmente por pessoas com competência para avaliar a funcionalidade física e mental de acordo com esses padrões.
- As deficiências podem ser temporárias ou permanentes; progressivas, regressivas ou estáveis; intermitentes ou contínuas, portanto, o desvio em relação ao modelo baseado na população geralmente aceite como normal, pode ser leve ou grave e pode variar ao longo do tempo.

As deficiências podem ser parte ou uma expressão de uma condição de saúde, mas não indicam necessariamente a presença de uma doença ou que o indivíduo deva ser considerado doente.

Ao observa se o grau de dificuldade para o ensino-aprendizagem e inclusão dos que se refere ao grau de necessidade especial tanto físico como mental, para Herrera (2020) as parcerias com setores da comunidade para a implementação do Planos de Atendimento Educacional Especializado (AEE⁷); organização dos horários de oferta do AEE no horário oposto ao período escolar do aluno; projetos escolares interdisciplinares que incluam a necessidade da tecnologia assistida, isso são algumas ações que o sistema educacional pode propor no planejamento para alterações na acessibilidade física da escola.

⁷Atendimento Educacional Especializado-AEE: tem a função de identificar, elaborar e organizar recursos pedagógicos e inclusão para acessibilidades plena dos alunos a educação.

Técnica Teatral Contra Patologia

A técnica teatral alinhada as necessidades de grupos de pessoas que combatem as patologias na idade adulta, e em que acompanha o indivíduo ao longo dos anos, é apontado como imprescindível na qualidade de vida, para Junior e Lima (2021) o processo de envelhecimento contribui com o aumento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) como a osteoporose, diabetes mellitus tipo II, e hipertensão arterial, elevando os custos para seu tratamento e prejudicando a qualidade de vida dos praticantes.

Portanto, o acompanhamento do especialista em saúde e com professor de Filosofia alinhado com técnica de teatro na perspectiva do bem-estar tem a finalidade de socialização, interação na atividade recreativa, ocasiona vários efeitos como uma terapia, tornando-se um processo terapêutico de restauração e qualidade de vida, devolvendo aos participantes o prazer de viver.

As técnicas de teatro para o bem-estar variável com intensidade alta e baixa cabem em análise e estudo de diagnóstico da situação do aluno ao realizar um programa de atividade teatral que inclua tanto o treinamento de força como intelectual e incorpore exercícios específicos de flexibilidade e equilíbrio.

Ao pensar tudo o que envolve a técnica teatral e a sua prevenção para que ocorra em um desenvolvimento natural e saudável é importante o processo de atividade teatral para suprir as necessidades dos alunos com objetivo do bem-estar e qualidade de vida.

Técnica Teatral de HIIT

Para Adjuto e Cunha (2020) o HIIT é abreviatura da frase em inglês “high-intensity interval training” aliado à práxis no teatro direcionado para todos os exercícios, em que é recomendável antes de começar as apresentações longas, requer 5 minutos, 10 minutos até 15 minutos de aquecimento para a preparação do corpo, já para o idoso é essencial o aquecimento alinhado com a observação das suas limitações de saúde.

O aquecimento e alongamento para os idosos percorrem no processo gradativo e passa por um período de adaptação antes das atividades teatrais que requer muito esforço físico, também é de suma importância respeitar o período de descanso, assim recuperar se para mais prática teatrais intensas, mas com alerta a fadiga que corre risco de lesão, pois desse modo é preciso o professor voltado com a técnica teatral para o bem-estar corrigir os erros.

O teatro alinhado ao HIIT é uma atividade ótima para alcançar os objetivos, com tudo é preciso que faça os exercícios corretos para que tenham os benefícios e não se lesionar, assim umas das atividades é a caminhada na esteira, primeiro o aluno tem que se ambientar e ganhar confiança, depois comece altamente lento com 3 a 4 minutos com a distância percorrida de 3 a 4 km, por ser um exercício de alto impacto nas articulações nos tornozelos, quadril, coluna e joelhos precisam estarem sem restrições médica.

As atividades na bicicleta pode ser o aquecimento de 4 a 6 minutos específicos, com resfriamento de 4 a 6 minutos, assim o treinamento HIIT no uso para técnicas de esforço físico voltado para o bem-estar é recomendado duas vezes por semana, com intervalo de 3 a 4 dias entre as sessões de treinamento e para a saúde do idoso é recomendado completar com treinamento de força, estabilidade, mobilidade e coordenação motora, assim o aluno deve estar com autorização médica voltado ao cardiológico para realizar as atividades consideradas intensas e muito intensas.

Abordagem Articulação por Articulação.

Segundo Villa-Forte (2022) abordagem de articulação por articulação foi desenvolvido para avaliar fisicamente sujeito ativo com objetivo normalizar padrões para prevenir lesões principalmente com a função do core, ombro e quadril.

No conceito da abordagem é preciso avaliar o estudante cuidadosamente no local das dores, se um músculo está lesionado é necessário o uso da técnica teatral para trabalhar outro músculo e compensar o desnível muscular, assim a lesão sofrerá o processo mais rápido de recuperação.

Treinamento de Flexibilidade

Ao preparar os estudantes com a técnica teatral para a movimentação com intuito de trabalhar a elasticidade dos músculos, Segundo Serradourada e Schmidt (2021), preveni lesões e caso ocorra tenha o desenvolvimento de recuperação rápido e eficaz, desse modo para outras atividades o trabalho preparatório de aquecimento é imprescindível na comunhão do alongamento, pois para que a práxis teatral tenha os benefícios esperado com segurança, prevenindo lesões, doenças e estabelecendo uma qualidade de vida e bem-estar, assim o estilo de vida ativo combate doenças crônicas.

Por isso, o estilo de vida ativo com atividades teatrais leva a vários benefícios:

- Reduz a gordura corporal e aumento da massa muscular;
- Promove o bem-estar e melhora a autoestima;
- Contribui para o peso ideal;
- Aumento da disposição e resistência física;
- Regula a pressão arterial e do nível de glicose no sangue;
- Diminui o estresse;
- Força, equilíbrio e flexibilidade;
- Reduz o risco de doenças cardíacas, infartos e AVC (Acidente Vascular Cerebral);
- Fortalece o sistema imunológico;
- Melhora a qualidade do sono;
- Fortalece ossos e articulações.

Desta maneira, a elaboração criativa no estilo de vida ativo e a sua prática de atividades teatrais são de suma importância para os estudantes alcançarem os resultados e sair da rotina.

Portanto teatro com ensino de filosofia não se embasa apenas em acrescentar a estabilidade aos exercícios, mas utilizar os seus conhecimentos científicos, alinhado a sua criatividade para melhorar o bem-estar de vida dos estudantes e a ruptura ideologia da mídia em vender um padrão de beleza perfeito por meio do consumismo sem respeitar o cultural da sociedade.

Sendo assim, foi essencial a revisão e exploração bibliografia das teorias de Augusto Boal (1971) e Paulo Freire (1974, 1970, 1996, 1997), em que proporcionou a reflexão a cerca da temática, o teatro na aprendizagem de filosofia para estudantes com necessidades especiais na perspectiva de bem-estar. Em que houve a compreensão no ensino-aprendizagem nas aulas de Filosofia com a técnica teatral a relação no contexto social e entender uma sequência de exercício físico para qualidade de vida.

1. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O teatro no ensino-aprendizagem de Filosofia para o bem-estar no ambiente escolar é uma relação social que visa cultivar as pessoas e o senso crítico na e com a sociedade.

O desenvolvimento acerca das teorias e métodos com técnica teatral no ensino-aprendizagem de Filosofia na perspectiva de bem-estar, em que naturalmente supera o

desconforto, tolera as diferenças, proporciona os estudantes a uma formação crítica e pacientemente encontra um terreno comum na qualidade de vida e tendem-se concentrar na resolução de problemas de forma a absorver todas as divergências.

Diante disso, o teatro no ensino-aprendizagem é uma ferramenta valiosa para consolidar e garantir a formação das pessoas envolvidas no processo da plenitude social. Portanto, a interação entre ensino-aprendizagem de Filosofia, teatro, ambiente escolar e o bem-estar fazem parte do crescimento das relações interpessoais nos campos social e profissional.

As pesquisas atuais podem agregar mais e reafirmar a importância da Filosofia e do teatro no desenvolvimento educacional inclusiva dos estudantes para a promoção na formação crítica e para o bem-estar. Os benefícios são reconhecidos, pois quando a Filosofia alinhada com o teatro é desenvolvida para o bem-estar na vida das pessoas.

Quando a educação é exclusiva, tanto estudantes como os profissionais da educação, têm mais dificuldades de controlar suas emoções, não conseguem se comunicar com transparência, não conseguem se respeitar, não conseguem viver em sociedade, cultivam a arrogância e acreditam que viverão melhores quando estiverem sozinhas e o ambiente se torna desagradável, ineficiente e contribuirá para o aparecimento de patologias.

Portanto a Filosofia com uso de técnica teatral no ambiente escolar não é apenas um diferencial entre indivíduos e educação, e sim constitui um fator de sucesso no crescimento educacional dos estudantes no âmbito pessoal e profissional agregado ao bem-estar e criticidade na formação dos estudantes.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Fábio. G. **Inteligência emocional**. São Paulo: Unifia, 2020.

ADJUTO, Juliano. L. S. e CUNHA, L. E. L. **Influência do treinamento intervalado de alta intensidade na composição corporal e nos parâmetros metabólico de adultos pré-obesos e obesos**. Brasília: Uniceub, 2022.

BOAL, Augusto. **Teatro do Oprimido e Outras Poéticas Políticas**. 6ªed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira S.A, 1991.

FREIRE, Paulo. **Ação Cultural para Liberdade**. 5ª ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1981.

FREIRE, Paulo. **Educação como Prática da Liberdade**. Rio Janeiro: Paz e Terra, 1997.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia, saberes necessários à prática educativa.** 25^a ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia Da Esperança, um reencontro com a Pedagogia do Oprimido.** São Paulo: Paz e Terra, 1992.

FRIGOTTO, Gaudêncio; CIAVATTA, Maria; RAMOS, Marise (orgs.). **Ensino médio integrado: concepção e contradições.** São Paulo: Cortez, 2005.

FROHLICH, Raquel. **Práticas de apoio e inclusão escolar: do direito e justiça social para o capacitismo.** Florianópolis: Dossiê, 2022.

HERRERA, Márcia. **Documento orientador de procedimentos da educação especial.** Região norte: PCNP, 2020.

JUNIOR, Luiz. C. L. e LIMA, Nayane, N. F. **Relação da qualidade de vida e as doenças crônicas.** Curitiba: Brazilian Journal, 2021.

LUCIO, Juliane. S. S. **Inclusão escolar: uma reflexão sobre os alunos especiais no ensino regular.** Goiânia: Pontifícia Universidade de Goiás, 2021.

MANACORDA, MARIO A. **O princípio educativo em Gramsci.** Porto Alegre: Artmed, 1990.

SANTOS, Cleidison da Silva; et al. **Antinomias culturales tomo I. Esclavitud y cultura afrobrasileña: definición, temas y problema que suscribe a la educación de remanescientes de quilombolas.** São Paulo: Editora Dialética, 2023.

490

SILVA, Alyne K. e ALBRECHT, Ana. R. M. **A importância da Ludicidade para a criança em processo de inclusão.** São Paulo: Uninter, 2022.

SILVA, Fernanda. N. S. e ALMEIDA, Mariangela. L. **A formação continuada de professores pela via de grupos de estudo-reflexão.** São Paulo: Pedro João, 2021.

SILVA, Martins. S. **Arte-educação como instrumento de inclusão.** Pernambuco: UFRPE, 2021.

SILVA, Maria. C. P. **Educação, sociedade e práxis pedagógica: proposições científicas na área da educação.** Bahia: UFBA, 2020.

TAVARES, Monica. et al. **Praça do Relógio.** São Paulo: USP, 2022.

SERRADOURADA. Matheus. M. R. **Influência da flexibilidade no ganho de força e hipertrofia muscular.** Goiás: PUC, 2021.

VILLA-FORTE, Alexandre. **Avaliação do paciente com sintomas articulares.** São Paulo: Cleveland Clinic, 2022.