**LINHA TEMÁTICA 1: CONSCIÊNCIA , AUTOCONHECIMENTO E EDUCAÇÃO**

**A INFLUÊNCIA DA CAPOEIRA PARA O AUTOCONHECIMENTO**

Ana Carolina Santana Navegantes[[1]](#footnote-1)

Geisa de Sena Santana[[2]](#footnote-2)

Michele Santos dos Reis[[3]](#footnote-3)

Diego Rodrigues Brandão[[4]](#footnote-4)

**RESUMO EXPANDIDO**

**INTRODUÇÃO**

Essa pesquisa visa discutir as influências da capoeira para o autoconhecimento, uma vez que essa nos auxilia a reconhecermos nossos limites e potencialidades. Isso é evidenciado por Decanio (1997) ao defender que a capoeira possibilita o despertar da consciência, desenvolvendo, principalmente, a autoconfiança. Influenciando ainda, na construção do caráter e formação dos valores morais. Assim, levantamos a seguinte questão: Como a capoeira poderá influenciar para o desenvolvimento do autoconhecimento no indivíduo.

**OBJETIVO GERAL**

Apresentar as influências da capoeira para o desenvolvimento do autoconhecimento.

**METODOLOGIA**

Esse estudo é de natureza qualitativa e de essência bibliográfica (GIL , 2008)

**RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A capoeira é uma expressão cultural brasileira. As práticas ajudam ao indivíduo a entrar em contato com “seu eu”, favorecendo assim, uma melhor percepção de seus aspectos mais íntimos, na medida em que gera ainda, oportunidades para o desenvolvimento do autoconhecimento e da autoestima. Viver conscientemente para Branden (2000) é uma opção de escolha, pois ele acredita que todo ser humano irá passar um dia pelos períodos de modificação e transição com os quais ele tem que lidar. Com isso percebemos o quanto a capoeira favorece o autoconhecimento. A importância dessa relação ainda pode ser identificada nos estudos de Costa (2011) ao defender que o conhecimento que o ser humano não pode desprezar é o conhecimento de si mesmo, enfim, o autoconhecimento.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Concluiu-se que uma proposta bem direcionada de capoeira, com profissionais qualificados, oportuniza organizar nossa estrutura, em sus dimensões físicas, mental, emocional e espiritual. Pois sua prática tem muita eficácia. Havendo assim espaço e satisfação e desenvolvimento do autoconhecimento.

**PALAVRAS – CHAVE:**

Autoconhecimento. Capoeira

**REFERÊNCIAS**

BRANDEN, N. **Autoestima:** como aprender a gostar de si mesmo. São Paulo: Saraiva, 2000.

COSTA, Jair Tércio Cunha. **Arca Sagrada. Salvador:** Sathyarte, 2009.

DECANIO, **A Herança de Mestre Bimba**. **Salvador**, 2° Edição, 1997

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**.4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

1. Graduanda do primeiro semestre de Pedagogia (ISEO) [↑](#footnote-ref-1)
2. Graduanda do primeiro semestre de Pedagogia (ISEO) [↑](#footnote-ref-2)
3. Graduanda do primeiro semestre de Pedagogia (ISEO) [↑](#footnote-ref-3)
4. Mestre em Desenvolvimento Humano e Responsabilidade Social; Especialista em Leitura e Produção de Texto; Graduação em Letras e Pedagogia; Educador da Educação Básica e do Ensino Superior no Instituto Superior de Educação Ocidenmte (ISEO). (Orientador e-mail: diego.brand@hotmail.com) [↑](#footnote-ref-4)