

11421

educareducere

Ano XIII - Número Especial 2007 - ISSN nº 0873-0504



Motricidade Infantil



Instituto Politécnico
de Castelo Branco
Escola Superior
de Educação



Contributo das actividades rítmicas para o desenvolvimento da motricidade

Luísa dos Santos Reis*

RESUMO

As Actividades Rítmicas como actividades expressivo-motoras que são, desde sempre, foram consideradas entre as mais educativas tornando-se num instrumento didáctico na escola e na vida social.

As Actividades Rítmicas como actividades expressivo-motoras são constituídas em conjugação com a música, gestos e emotividade.

A escuta musical e a participação interpretativa e criativa na escuta musical, além de fazerem coordenar, lateralizar, organizar a nível espaço-temporal, levando à interiorização sem forçar os conceitos psico-motores de base, favorecem

a socialização através de aplicação de regras que levam a uma gratificação quer individual, quer colectiva que se associa ao êxito alcançado.

As Actividades Rítmicas são, assim, um grande contributo para o desenvolvimento global e integral da criança, implicando forçosamente uma linguagem gestual/movimento dentro de um ritmo musical, exploração de vários materiais, exploração de espaços em contextos diferentes, desenvolvimento da criatividade, desenvolvimento da sociabilização, isto é, fazendo apelo às diferentes capacidades da criança, arrastando consigo prazer, satisfação e bem-estar.

1. Introdução

As Actividades Rítmicas como actividades expressivo-motoras que são, desde sempre foram consideradas entre as mais educativas tornando-se num instrumento didáctico na escola e na vida social da criança.

Na sua dimensão educativa, estas actividades desenvolvem na criança o seu Eu Corporal e a Relação com o próprio e com os outros, a noção espaço-temporal, o ritmo, a energia, a exploração de materiais e espaços em contextos diferentes, a criatividade e a sociabilização.

As Actividades rítmicas veem a criança como um todo no seu complexo psico-físico, fazendo apelo às suas diferentes capacidades, arrastando consigo prazer, satisfação e bem estar.

*Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco.

Neste sentido, contribuem para o equilíbrio da criança e para a manutenção dos seus mecanismos vitais desenvolvendo as suas capacidades anátomo-fisiológicas e psico-motoras básicas, ao mesmo tempo que a criança vai fazendo a descoberta das suas capacidades e imaginação. Todo o contributo que dermos para o desenvolvimento do potencial motor da criança, para a relação das funções motoras e psíquicas responsáveis pela actividade comportamental e social, para a ligação da mente e corpo, do sistema nervoso e muscular, do pensamento e movimento, ou seja, consciencialização mental de forma a desenvolver o potencial motor da criança na idade pré-escolar e escolar, irá formar um ser completo e harmonioso, desde muito cedo.

É em todo este conjunto de aptidões que a motricidade vai incidir, não esquecendo o social. Neste, a educadora/professora irá ajudar a criança a enquadrar-se no meio, no grupo e na sociedade em que está inserido.

É a partir de todo este processo de desenvolvimento que a criança vai tomando consciência do seu corpo, das suas capacidades e das suas limitações.

Aumentando o potencial motor afectivo-relacional e cognitivo, coordenando as funções mentais e físicas para formar um "eu" completo na utilização do seu corpo, na sua estruturação espaço-temporal entre os outros, e desenvolvendo as aprendizagens no momento certo, a criança assimila com mais facilidade todo o seu conhecimento criando "alicerces" básicos, fazendo bem o que é fácil, e predispondo-se de forma receptiva para a aquisição e desenvolvimento de outras aprendizagens mais complexas.

Um bom desenvolvimento psicomotor durante a infância é a base duma aprendizagem adequada e o grau de desenvolvimento psicomotor nos primeiros anos de vida da criança vai continuar, em boa parte, durante toda a sua existência.

A motricidade repercute-se de forma notável no psiquismo do indivíduo, ao ponto do processo intelectual depender da maturidade do sistema nervoso, ou seja, existe uma estreita influência entre o físico-fisiológico e o intelectual.

A criança responde a estímulos do meio ambiente através do movimento desde os seus primeiros momentos de vida. Hoje, dado o crescente sedentarismo da sociedade moderna, a limitação na mobilidade da criança é evidente, sendo necessária a sua estimulação psicomotora de modo intencional, convertendo-se cada vez mais numa maior necessidade para o seu desenvolvimento e bem-estar.

Através do movimento, pretende-se conseguir uma melhor e mais rápida maturação psicomotora da criança, um maior domínio da motricidade e melhor conhecimento do próprio corpo e do mundo que a rodeia, fenómenos que se não têm ajuda favorável, ocorrerão numa forma muito mais lenta e imperfeita.

Como sabemos, em cada criança existe uma gama de possibilidades latentes que pais e professores têm de procurar desenvolver estimulando-as adequadamente e o necessário. Assim, conseguir-se-á preparar para uma mais eficiente orientação no tempo e no meio e, simultaneamente, conseguir um domínio de si que lhe permita adaptar e coordenar as suas acções e captar a dos outros.

Os movimentos/actividades serão levados a cabo pela criança e pelo adulto/educador como se tratasse dum jogo agradável, pois que, para a criança jogar é sinónimo de viver, brincar, prazer, satisfação, bem-estar, felicidade e alegria.

2. Dimensão educativa das actividades rítmicas

A função motora, o desenvolvimento intelectual e o desenvolvimento afectivo estão intimamente ligados na criança e a psicomotricidade vem reforçar esta ideia, na medida em que se pretende destacar a relação existente entre a motricidade, a mente e a afectividade e ainda facilitar a abordagem global da criança por meio de uma técnica.

Essencialmente, a psicomotricidade fixa-se na relação entre o atraso no desenvolvimento motor e o atraso intelectual da criança, não esquecendo o desenvolvimento da habilidade manual e aptidões motoras em função da idade. Ultrapassando esta fase dos problemas motores, também se preocupa com as ligações, com a lateralidade, com a estruturação espacial, com a orientação temporal e as dificuldades escolares de crianças de inteligência normal.

Na generalidade, há a consciência de que existem relações entre o gesto e a afectividade. Uma criança segura de si mesma caminha de forma muito diferente de uma criança tímida.

A motricidade abrange aspectos de dimensões educativas muito importantes que, com a ajuda das Actividades Rítmicas, vão proporcionar um maior e mais rápido desenvolvimento na criança. As dimensões educativas abrangem etapas distintas tais como:

- Desenvolvimento do “eu” corporal e relação com o próprio corpo e com o dos outros,
- Estruturação Espaço-temporal,
- Energia e Ritmo.

2.1. Desenvolvimento do “eu” corporal e relação com o próprio corpo e com o dos outros

É através do desenvolvimento do esquema corporal, que a criança toma consciência do seu corpo e de como se pode expressar através dele. A estruturação do esquema corporal, ou imagem do corpo, pode, segundo Boulch, ser considerada como uma intuição do conjunto ou um conhecimento imediato que temos do nosso corpo no estado estático ou dinâmico, da relação entre as diferentes partes do corpo entre si e sobretudo das relações com o espaço e os objectos que nos cercam e que vão contribuir para o desenvolvimento:

A - Da Aquisição das primeiras atitudes, pois no que se refere à noção de esquema corporal, este traduz a relação dialéctica entre a actividade corporal e a consciencialização de estrutura e posição postural. Antes da mobilização do corpo para a acção, o ser humano necessita da representação mental que lhe é fornecida por estímulos através dos órgãos dos sentidos. Assim, a criança vai enriquecendo o seu conhecimento centrado na tomada de consciência das diferentes partes do corpo, da globalidade das atitudes associadas aos deslocamentos segmentares, da associação da tomada de consciência segmentar em posição alongada, ao trabalho respiratório e à relaxação.

A noção do corpo é indispensável para a formação da personalidade da criança e esta personalidade surgirá devido à tomada de consciência do seu corpo, do seu ser e das suas possibilidades de agir e de transformar o mundo à sua volta.

A criança sentir-se-á bem, na medida em que o seu corpo lhe obedece, em que o pode utilizar não somente para se movimentar, como também para agir. Depois de se conhecer a si mesma, tem mais disponibilidade para conhecer e compreender o espaço que a rodeia. Por outro lado, sabemos que a forma como a criança se expressa com o seu corpo, traduz o seu estado de espírito e a sua relação com os outros.

Ora, se o educador/professor, nas Actividades Rítmicas, elaborar actividades de manipulação, exercícios psicomotores, exercícios de controlo visual, de equilíbrio e de coordenação, es-

tará certamente a contribuir para o desenvolvimento da criança neste conceito.

B - Da Lateralidade relacionada com a disponibilidade corporal. O factor lateralização revela a predominância da habilidade e capacidades funcionais e psicomotoras de um só lado. À medida que a criança vai crescendo, o seu lado direito ou esquerdo vai ficando mais forte e mais ágil.

A lateralidade bem estabelecida implica o conhecimento de ambos os lados, isto é, na capacidade de identificação de direita e esquerda. Para o seu desenvolvimento são importantes os estímulos visuais e auditivos como telereceptores, os estímulos manuais e pedais como proprioceptivos e ainda, contribuindo para a sua evolução, todo o seu repertório inato e adquirido. A criança compreende que os seus membros não surgem da mesma forma (lateralidade), pressupondo nesta fase o desenvolvimento da capacidade de disponibilidade e utilização do próprio corpo como elemento expressivo.

A lateralização é o resultado da boa organização sensorial e do processo de desenvolvimento do cérebro no processamento das sensações para posteriores informações. É nesta construção/organização que podem resultar problemas que têm implicação na aprendizagem. Quando a lateralidade não está bem definida a criança encontra problemas de ordem espacial não distinguindo a esquerda da direita, podendo começar a leitura da direita para a esquerda.

C - Cooperação e Sociabilização é outro dos factores que se desenvolvem nas Actividades Rítmicas, pois que, elas são propícias a trabalhos de pequeno e grande grupo levando a favorecer as relações e comunicações com o próprio e com o outro.

A título de exemplo relativo à formação do "eu" da criança, quando ela se exprime através do desenho, sabemos que será mais pormenorizada quanto maior for o número de experiências e consciência do seu meio envolvente.

2.2. Estruturação Espacio-temporal

À tomada de consciência pela criança de como se localiza no espaço que a rodeia e como se situam os objectos entre si localizados no espaço e a possibilidade que a criança tem de se organizar perante o mundo que a rodeia, denominamos de estruturação espacio-temporal.

É a partir da consciência espacial correcta, que a criança irá ter noções de figuras (roda/

círculo, coluna, quadrado), noções de diferentes direcções (frente, trás, lado), noções de diferentes planos do seu corpo (parte da frente, trás, lado) e noções de diferentes níveis (baixo, cima).

A estruturação temporal vai permitir que a criança tenha consciência da sua acção, fazendo a retrospectiva de que o seu passado é conhecido e vai sendo actualizado, vai experimentando novas acções num tempo presente e prevê o desconhecido num tempo futuro. A noção de tempo vai sendo desenvolvida à medida que a criança vai tendo a noção de controlo e de organização, quer a nível da acção, quer a nível cognitivo.

A percepção do espaço e da estruturação espaço-temporal constituem, assim, a base de construção do espaço, pois que, utilizar correctamente o reportório motor já assimilado é uma condição básica ao processamento, armazenamento e utilização da informação. Quando começamos a trabalhar com a criança em Actividades Rítmicas, não podemos de forma alguma, considerar o espaço e o tempo isolados. É exemplo prático, quando trabalhamos nas Actividades Rítmicas o "andar". Nesta acção, a criança move-se numa área e, tendo consciência do espaço, move-se através dele indo numa certa direcção, podendo utilizar o andar a nível inferior e superior (baixo e cima). À medida que há evolução no andar, vai estar presente um determinado tempo. Move-se no espaço a uma determinada velocidade ou com diferentes velocidades usando o tempo na sua acção.

O espaço é integrado em nós, através das experiências vividas que dão ao corpo uma orientação e disponibilidade espacial. O corpo leva-nos à construção da noção espacial.

Quando trabalhamos com crianças, com facilidade podemos detectar a interdependência do espaço e movimento, pois é observável a dificuldade que têm muitos rapazes e raparigas em se movimentar no espaço.

É importante o desenvolvimento dos elementos do espaço que se relacionam com o movimento, nomeadamente a direcção (frente, trás, direita, esquerda, diagonal, lado e volta), os níveis (inferior - sentados, deitados e de joelhos; médio - em pé; superior - em elevação, saltos), os planos (horizontais, frontais, profundo e diagonais), o espaço próximo ou distante, o desenho no chão (figura que descrevemos quando nos movimentamos (rectas, zig-zag, curvas, círculos, linhas quebradas, oitos, espiral quadrada e outras) e as dimensões (pequena, grande, estreita, larga, ampla).

Todos estes conceitos podem ser desenvolvidos através de exercícios motores (em que o corpo se desloca e a criança se vai apercebendo das diferentes noções), de exercícios sensório-

motores (nos quais a manipulação de objectos possibilita a percepção de diversas noções, sendo o tacto fundamental), de exercícios perceptivo-motores (que vão permitir uma análise profunda das funções intelectuais motoras, tais como a análise perceptiva, a precisão de representação mental e a determinação de pontos de referência). Neste contexto, são necessárias condições mínimas para uma boa aprendizagem constituindo a estrutura da educação psicomotora (aquisição e desenvolvimento numa base motora).

Uma criança cujo esquema corporal é mal construído, não coordena bem os movimentos (despe-se com dificuldade, as habilidades manuais representam um problema). Diante de problemas de percepção espacial, uma criança não é capaz de distinguir um "b" de um "d" e um "21" de um "12". Quanto à acentuação temporal e espacial, a criança não compreende a noção de "antes e depois", sentindo dificuldades em reconstruir uma frase cujas palavras estejam misturadas. Não é necessário muito mais, para compreender que o desenvolvimento motor pesa consideravelmente sobre o rendimento escolar.

A estruturação espacial é parte integrante da nossa vida, a criança encontra-se num espaço onde lhe é solicitado que se situe, que situe os objectos uns em relação aos outros, e que se organize em função do espaço de que dispõe.

2.3. Energia e Ritmo

É a energia utilizada na acção/movimento que lhe imprime a qualidade. A energia que parte de dentro para fora, imprime uma característica dinâmica no momento da execução.

A intensidade da energia pode traduzir, por exemplo, diferentes maneiras de "andar", sendo o caso do andar cansado/pesado e andar leve.

A energia é expressa por variações de intensidade, duração e amplitude do gesto no espaço. Um movimento por mais simples que seja, pode ter diferentes variações de intensidade, dando diferentes significados ao movimento conforme as suas variações dinâmicas (alegre, triste, chorar). Para além destas variações, a energia expressa também o estado de espírito ou emoção com que o movimento é executado.

A qualidade do movimento, está assim, ligada à aplicação e uso da energia com que se

movimentam as diferentes partes do corpo no tempo e no espaço.

Quanto à dinâmica, a energia poderá ser forte (firme, resistente, poderosa) e leve (delicada, suave, fraca) e quanto ao tempo a energia poderá ser súbita (instantânea/ rápida) e sustentada (lenta/ prolongada).

O movimento é executado num tempo e num espaço e são estes dois elementos que dão forma a toda a acção. Uma educação através das Actividades Rítmicas não estará completa se não se aprofundar o tema "tempo", e quando falamos deste, obrigatoriamente pensamos em ritmo. Este, em termos de movimento, requer uma boa estruturação temporal. Toda a intensidade do movimento, toda a expressão traduzida pelo movimento, será tanto melhor (qualidade), quanto maior for a percepção temporal recebida pelas experiências perceptivas e expressivas vividas.

Neste sentido, as Actividades Rítmicas vão desenvolver na criança o ritmo de execução dum determinado movimento. Sabemos que, ritmos simples auxiliam a coordenação de reacções motoras, permitindo a iniciação musical onde estão implicadas noções de cadência, regularidade, sucessão, duração, frase e acentuação.

A percepção das estruturas rítmicas ajuda a consciencializar e a automatizar uma série de movimentos, sendo responsável pela coordenação, eficácia e economia de esforço.

O ritmo é um elemento disciplinador, recreador e motivador para a execução do movimento como forma de comunicação, de linguagem gestual espontânea de movimentos básicos locomotores (andar, correr, saltitar) e não locomotores (empurrar, puxar, esticar, tremer). O ritmo também desenvolve a descoberta de si e do movimento a partir de estruturas pré-estabelecidas.

Desenvolvem-se, assim, com as Actividades Rítmicas, para além do ritmo simples, a distinção das frases musicais, distinção dos passos utilizados e suas combinações, fluidez e qualidade do movimento, relação com o par e o grupo, noção de encadeamento, capacidade de interpretação e comunicação que irão ajudar a criança no seu desenvolvimento motor/motricidade.

3. Conclusão

O conhecimento e controlo do corpo é um processo que ocupa a criança desde o seu nascimento, sendo uma referência para que se conheça como "pessoa".

Certo é, que quando a criança chega ao Jardim de Infância já possui alguns conceitos, habilidades e atitudes, que lhe permitem dominar o mundo que a rodeia.

Muitas são as crianças que pela sua natureza sócio familiar, sócio cultural e sócio económica apresentam perturbações a vários níveis, as quais, podem ser reorganizadas pela intervenção da motricidade (psico), surgindo como medida anti-repressiva da educação permitindo à criança que se desenvolva de forma amena.

Sem dúvida que os professores podem contribuir para esse desenvolvimento não comandando as crianças, mas permitindo que se expressem livremente, sem se impor ao que devem ou não fazer.

Na educação psicomotora, o movimento é um suporte para fazer adquirir à criança conceitos abstractos, percepções e sensações que lhe darão o conhecimento complexo do "aparelho" que é o seu corpo, das suas possibilidades e dos seus limites, armazenando esquemas de situações e de comportamentos. Este tipo de educação, faz apelo à afectividade da criança e incita a experimentação pessoal.

O seu fim não é somente o de tornar possível as aquisições, mas, também, o de dar possibilidades de adaptação, hábitos sociais pelo trabalho de grupo, conhecimentos utilizáveis na aula e também fora dela, e mais tarde na vida corrente, pela agilidade de inteligência e de espírito que ela confere.

A educação motora introduz na educação a organização perceptiva e apoia-se na vivência corporal para dotar a criança de esquemas motores e psicomotores, e nisso, ela diferencia-se dos métodos activos que ela completa. É uma formação global, afectiva, prática e intelectual que desemboca na formação permanente e abre as portas para a interdisciplinariedade.

Não podemos esquecer que viver e explorar o movimento numa forma livre, ajuda a criança a conhecer-se melhor e a conhecer melhor os outros e o mundo que a rodeia, melhorando assim, a construção do seu "eu" e da sua personalidade.

Escusado será dizer, que quanto maior for a exploração corporal da criança e a exploração do espaço que a rodeia, maior será a sua mobilidade na resolução de problemas impostos pelo mundo que a rodeia. Quantas mais forem as vivências/experiências livres, maior será a sua autonomia e coragem para arriscar novas aventuras e experiências.

A aquisição dos alicerces/desenvolvimento dos elementos base são a sustentação para o desenvolvimento de novas aprendizagens.

4. Referências Bibliográficas

- *BRONFENBRENNER, U. (1985). Contextos de crianca del niño. Problemas e prospectiva. **Infancia y Aprendizaje**,
- *CORBIN, C. B. (1980 a). Physical fitness development of children. In C. B. Corbin (Ed.), **A text-book of motor development**. Dubuque (Iowa): Brown Company Publishers,
- *CRATTY, B. J. (1982). **Desarrollo perceptual y motor en los niños**. Buenos Aires: Paidós.
- *DIEM, L. (1978). **Ejercicios de psicomotricidad infantil**, Madrid: ICCE Publi.
- *FLINCHUM, B., (1981). **Desenvolvimento motor da criança**. Rio de Janeiro, Ed. Interamericana.
- *GALLAHUE, D., (1985). **Developmental movement experiences for children**. New York: Macmillan.
- *KIPHARD, E. (1976). **Problemas de movimiento y coordinacion en la escuela primaria**, Buenos Aires: Kapelusz.
- *KNAPP, B. (1980). **Desporto e motricidade**. Lisboa: Ed. compendium.
- *MEINEL, K. (1984). **Motricidade II. O desenvolvimento motor do ser humano**. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico Sa.
- *NETO, C. (1979). A criança, o espaço e desenvolvimento motor, *Luden*, Nº 3.
- *NETO, C. (1984). Motricidade infantil e contexto social. Suas implicações no ensino. **Horizonte** 1, Maio-Jun.
- *NETO, C. (1987). Motricidade e Desenvolvimento. Estudo do Comportamento de Crianças de 5-6anos relativo à Influência de Diferentes Estímulos Pedagógicos na Aquisição de Habilidades Fundamentais de Manipulação, **Tese de Doutoramento**, ISEF, Universidade Técnica de Lisboa.
- *NETO et al. (1989). **A actividade lúdica no jardim de Infância**, I.P.G.. ESEG. Guarda: Politécnico da Guarda - ESEG.
- *NETO et al. (1997). **Jogo e desenvolvimento da criança**, Lisboa: F.M.H., Universidade Técnica de Lisboa.