



FACULDADE TEOLÓGICA E FILOSÓFICA- RATIO
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

EVELINY LIMA DE ANDRADE

O JOGO E A RECREAÇÃO NA EDUCAÇÃO PSICOMOTORA NAS AULAS DE
EDUCAÇÃO FÍSICA

FORTALEZA - CE

2019

EVELINY LIMA DE ANDRADE

**O JOGO E A RECREAÇÃO NA EDUCAÇÃO PSICOMOTORA NAS AULAS DE
EDUCAÇÃO FÍSICA**

Monografia apresentada como exigência para
obtenção da aprovação do curso de
Licenciatura em Educação Física, da
Faculdade Ratio – Fortaleza - CE

Orientador: Helton Bernardino Lima

**FORTALEZA – CE
2018**

EVELINY LIMA DE ANDRADE

**O JOGO E A RECREAÇÃO NA EDUCAÇÃO PSICOMOTORA NAS AULAS DE
EDUCAÇÃO FÍSICA**

Monografia como pré-requisito para obtenção de título de licenciatura em Educação Física, outorgado pela Faculdade Ratio, tendo sido aprovada pela banca examinadora.

Data da aprovação: ____ / ____ / ____

Nota: _____

Eveliny Lima de Andrade

BANCA EXAMINADORA

Prof. Esp. Helton Bernardino Lima

Prof. M.e Antônio Adriano da Rocha Nogueira

Prof. M.e Paulo Gabriel Rocha

Dedico este trabalho ao meu orientador Helton Lima, por ter sido um mestre excelente e um amigo extraordinário que sempre esteve disposto a me ajudar, a minha mãe Antônia Lima que desde o início ficou ao meu lado e não permitiu que nada causasse desânimo e que nas horas mais difíceis fez si tornarem leves e descomplicadas , aos meus amigos Marcelo, Batista Eudes e Josué que foram a minha companhia dentro e fora da sala de aula e a Deus por me conceder a virtude de raciocinar e não perder o juízo.

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao Pai, Filho e Espírito Santo, por me conceder a oportunidade de estar realizando este trabalho e me dar o presente de ter a Antônia como minha mãe, está mulher magnífica que esteve ao meu lado nesse processo desde o início e nunca me deixou desanimar, ao meu orientador Helton Lima por ter a paciência de explicar até mesmo os questionamentos mais simples e que mesmo eu querendo desistir, sempre falava que eu era uma aluna esforçada.

E por último, mas não menos importante ao coordenador Fernando Castro por me ajudar a completar o curso, ele foi o ser humano enviado por Deus para ajudar a turma de educação física.

“Não quero mudar o mundo sozinho e nem posso, mas procuro fazer a minha parte, é o que eu posso fazer”.

Helton Lima

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo, apresentar o jogo e a recreação como estímulo lúdico no desenvolvimento da criança com o auxílio dos aspectos psicomotores. Entende-se que a educação psicomotora engloba diversas atividades oferecidas a criança de forma sequencial observando a etapa de desenvolvimento em que o discente se encontra. Usando o jogo e a recreação, para realizar atividades onde o esquema corporal psicomotor como mediador no método de ensino na aula de Educação Física, para que o aluno entenda a imagem e o esquema corporal, desenvolvendo a representação mental e a interação da imagem corporal ao conceito de corpo e movimento, utilizando o lúdico como estratégia na intervenção pedagógica. No cotidiano escolar vimos a educação física durante anos conseguiu transformar a educação dos discentes, proporcionando aos alunos a capacidade de desenvolver habilidades psicomotoras através de atividades recreativas e jogos, como a finalidade de melhorar a saúde do corpo, lazer, expressão de sentimentos, afeto e emoções, ajudando a obter o bem-estar físico, mental e social. Nasceu a consciência de realizar pesquisas e enfatizar as características da psicomotricidade inserida nas atividades do jogo e da recreação, o que fez surgir este trabalho de pesquisa bibliográfica, cujo objetivo é apresentar perspectiva da realização de estratégias para a educação corporal e mental, que utiliza aspectos psicomotores em atividades lúdicas e diversificadas, partilhando uma prática educacional que articule as múltiplas dimensões do ser humano. Foi realizado partindo do método de consultas bibliográficas, respeitando sempre a postura dos autores pesquisadores como: BETT (1988, 1991), DAPIDO (2011), LIMA (2016), FONNSECA (1995), com relação aos argumentos dos mesmos realizei resumos, em alguns pontos esses pensamentos após terem sido fichados foram apresentados dentro do corpus na íntegra, ou seja, transformados em citações, para melhor apoiar teoricamente a síntese de ideias. Dessa forma apresenta-se aqui um trabalho resultante de uma minuciosa pesquisa bibliográfica, que procura propor atividades lúdicas ligadas a motricidade humana, procurando interligar a aprendizagem psicomotora apresentando sugestões de como pode ser desenvolvida de forma agradável e satisfatória, para atingir resultados voltados para o desenvolvimento do cidadão crítico, participativo e transformador da sua sociedade.

Palavras-chave: jogo – recreação – criança – psicomotricidade – educação física.

ABSTRACT

This work aims to present the game and recreation as a playful stimulus in the development of the child with the help of psychomotor aspects. It is understood that psychomotor education encompasses several activities offered to the child sequentially observing the stage of development in which the student is. Using the game and recreation, to carry out activities where the psychomotor body schema as mediator in the method of teaching in the Physical Education class, so that the student understands the image and the corporal scheme, developing the mental representation and the interaction of the corporal image to the concept of body and movement, using play as strategy in pedagogical intervention. In the daily school we saw physical education for years managed to transform the education of students, providing students with the ability to develop psychomotor skills through recreational activities and games, such as the purpose of improving body health, leisure, expression of feelings, affection and helping to achieve physical, mental and social well-being. It was born the conscience to carry out researches and to emphasize the characteristics of the psychomotricity inserted in the activities of the game and of the recreation, which gave rise to this work of bibliographical research, whose objective and to present perspective of the realization of strategies for the corporal and mental education, that uses aspects psychomotors in playful and diversified activities, sharing an educational practice that articulates the multiple dimensions of the human being. It was carried out starting from the method of bibliographical consultations, respecting always the posture of the authors authors as: BETT (1988, 1991), DAPIDO (2011), LIMA (2016), FONNSECA (1995), with respect to the arguments of the same ones, some points these thoughts after having been fichados were presented within the corpus in full, that is, transformed into citations, to better support theoretically the synthesis of ideas. In this way, we present a work resulting from a thorough bibliographical research, which seeks to propose ludic activities linked to human motricity, seeking to interconnect psychomotor learning by presenting suggestions on how it can be developed in a pleasant and satisfactory way, in order to achieve results oriented towards development of the critical, participatory and transforming citizen of his society.

Keywords: game - recreation - child - psychomotricity - physical education.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	10
1. HISTÓRIA DA PSICOMOTRICIDADE NO MUNDO.....	13
1.1 História da psicomotricidade no Brasil.....	14
2. A IMPORTANCIA DA PSICOMOTRICIDADE INSERIDA NA EDUCAÇÃO FÍSICA.....	18
3. EDUCAÇÃO FÍSICA E A PSICOMOTRICIDADE.....	19
4. PSICOMOTRICIDADE E SUAS PARTICULARIDADES.....	21
4.1 Desenvolvimento Psicomotor.....	24
4.2 Roteiro de avaliação psicomotora.....	26
4.3 Coordenação Motora.....	34
4.3.1 Coordenação Motora ampla (grossa).....	36
4.3.2 Coordenação motora global.....	36
4.3.2.1 Subdivisões da coordenação motora global.....	37
4.4 Motricidade Humana.....	38
4.5 Tônus Muscular	40
4.6 Fase das Habilidades motoras da Pirâmide de Gallahue.....	41
4.7 As fases do desenvolvimento motor Ampulheta Heurística.....	44
4.8 Esquema Corporal.....	46
4.8.1 Desenvolvimento Corporal.....	47
4.9 Equilíbrio.....	49
4.9.1 Equilíbrio Estático.....	50
4.9.2 Equilíbrio Dinâmico.....	50
4.10 Domínio Respiratório.....	51
4.11 Formas de trabalhar o Esquema Corporal	52
4.12 Relaxamento.....	53
4.13 Freio Inibitório.....	53
4.14 Memória Visual.....	54
4.14.1 Habilidades Visuais Especificas.....	54
4.15 Imagem Corporal.....	54
4.16 Conhecimento corporal.....	56
4.17 Lateralidade.....	57
4.18 Praxia fina.....	59

4.18.1 Coordenação dinâmica manual.....	59
4.18.2 Tamborilar.....	59
4.18.3 Localizar os objetos no espaço	59
4.19 Existem diferentes tipos de funções praxicas, as ações podem ser:	60
4.20 Estrutura espacial.....	60
4.21 Estrutura espaço-temporal.....	61
4.22 Dimensões do tempo em relação aos acontecimentos passado, presente e futuro.....	61
5.O JOGO NA EDUCAÇÃO FÍSICA.....	63
5.1 A Recreação na Educação Física do Aluno	64
5.2 Metodologia.....	66
5.2.1 Fases de teste.....	67
5.2.2 Segunda semana de testes.....	68
5.3 O jogo e a recreação tendo base a psicomotricidade.....	69
CONCLUSÃO.....	71
REFERENCIAS	73
ANEXOS.....	77

INTRODUÇÃO

A psicomotricidade pode oferecer medidas de intervenção terapêutica no campo cognitivo, de modo que o desenvolvimento da criança se estenda para além da medicalização. A mesma existe nos menores gestos e em cada atividade que desenvolva a motricidade do discente, na qual esteja visando o desenvolvimento do conhecimento e o domínio corporal, por este motivo e que as bases psicomotricidade é indispensável para o conhecimento e o desenvolvimento global e uniforme da criança.

Este trabalho tem como objetivo, apresentar as atividades do jogo e da recreação na disciplina de Educação Física, utilizando do arsenal da psicomotricidade para obter resultados positivos de avaliação e intervenção nos alunos.

A mesma entra na junção do sujeito entre corpo e mente. O presente trabalho tem como objetivo de obter informações suficientes e claras sobre a contribuição do jogo e da recreação em conjunto com a psicomotricidade sobre os alunos dentro e fora da sala de aula, tendo auxílio do arsenal teórico e prático da mesma, levando em consideração os aspectos: cognitivo, afetivo e motor de cada sujeito, respeitando a individualidade de cada discente.

A formação psicomotora é a chave fundamental para o processo intelectual de aprendizagem da criança nas atividades. A partir da intervenção da psicomotricidade no aluno, o desenvolvimento evolui do geral para o específico; no caso de uma criança ter dificuldade de aprendizagem, a causa deste problema, estar no nível das bases do desenvolvimento psicomotor.

Aplicando os fatores psicomotores durante o processo de aprendizagem com frequência, todos os elementos básicos da psicomotricidade iram induzi o aluno a conhecer de forma minuciosa o seu corpo. No corpo o termo psicomotricidade, se destaca no correr, pular, atividades corporais amplas e finas como recortar, escrever e outras produções motoras, a mesma foca no corpo em movimento.

No ensino-aprendizagem a psicomotricidade estar inserida no processo de desenvolvimento, proporcionando um avanço na relação harmônica, do

funcionamento psicomotor entre a criança o ambiente social, pois a criança que tem o desenvolvimento psicomotor mal construído, poderá apresentar problemas na distinção de letras (ex: b/d, p/q) na ordenação de sílabas, no pensamento abstrato, noção espacial, temporal dentre outras.

O objetivo do professor é fazer com que o aluno tenha um desempenho satisfatório nas atividades, nesse caso o mesmo tem que despertar o incentivo do meio externo para despertar o interesse dos alunos em participar da aula. Aparte disso a disciplina de educação física usa de um arsenal que é indispensável, que o lazer, o prazer de brincar.

O jogo e a recreação entram em campo, não apenas para divertir e incentivar o interesse dos discentes em participar das atividades propostas, mas, para auxiliar no desenvolvimento psicomotor, ou seja, os alunos trabalham seu corpo brincando. É nesse momento em que o professor pode observar, analisar e traçar um mecanismo de intervenção nos mesmos dentro dos limites de cada aluno, podendo auxiliá-lo, com atividades específicas, avaliando cada discente minuciosamente a partir do comportamento dos alunos durante a aula, para ajudá-los no processo de maturação do conhecimento corporal, desenvolvimento corporal, coordenação motora, dentre outros aspectos.

Trabalhar os músculos, permite a socialização dos alunos e melhora habilidades como ritmo, agilidade e equilíbrio. Almejando proporcionar aos educandos a experiência de trabalhar em grupo e conseqüentemente ajudá-los na socialização entre eles e o meio onde vivem.

Daí a importância de se trabalhar o desenvolvimento do aluno através de jogos educativos, jogos sociais, jogos motores, entre outros, com a junção e intervenção da psicomotricidade na aula de educação física, buscando uma melhor assimilação do aluno com relação às aulas e elevando o nível de conhecimento da criança de si próprio e o meio onde vive.

A psicomotricidade é baseada em uma unificação de indivíduos nas questões de interação, cognitivas, afetivas, motoras e psíquicas na intenção da compreensão da capacidade de ser e de se expressar a partir de um movimento psicossocial do mesmo. Podendo estruturar assim o ser humano, analisando o comportamento do

mesmo em sociedade e fora dela, utilizando de atividades lúdicas dentro do jogo e da recreação para obter respostas concretas e confiáveis, para intervir com precisão no desenvolvimento sensório motor, cognitivo e afetivo dos alunos. E assim utilizar o movimento corporal do indivíduo como mediador de favorecimento de integração desde sujeito para consigo mesmo.

1. HISTÓRIA DA PSICOMOTRICIDADE NO MUNDO

Historicamente o termo "psicomotricidade" aparece a partir do discurso médico, mais precisamente neurológico, quando foi necessário, no início do século XIX, nomear as zonas do córtex cerebral situadas mais além das regiões motoras.

Com o desenvolvimento e as descobertas da neurofisiologia, começa a constatar-se que há diferentes disfunções graves sem que o cérebro esteja lesionado ou sem que a lesão esteja claramente localizada.

São descobertos distúrbios da atividade gestual, da atividade praxica. Portanto, o "esquema anátomo-clínico" que determinava para cada sintoma sua correspondente lesão focal já não podia explicar alguns fenômenos patológicos. É, justamente, a partir da necessidade médica de encontrar uma área que explique certos fenômenos clínicos que se nomeia, pela primeira vez, a palavra PSICOMOTRICIDADE, no ano de 1870.

As primeiras pesquisas que dão origem ao campo psicomotor correspondem a um enfoque eminentemente neurológico. A figura de Dupré, neuropsiquiatra, em 1909, é de fundamental importância para o âmbito psicomotor, já que é ele quem afirma a independência da debilidade motora (antecedente do sintoma psicomotor) de um possível correlato neurológico.

Em 1925, Henry Wallon, médico psicólogo, ocupa-se do movimento humano dando-lhe uma categoria fundante como instrumento na construção do psiquismo. Esta diferença permite a Wallon relacionar o movimento ao afeto, à emoção, ao meio ambiente e aos hábitos do indivíduo. íquico.

Em 1935, Edouard Guilmain, neurologista, desenvolve um exame psicomotor para fins de diagnóstico, de indicação da terapêutica e de prognóstico. Em 1947, Julian de Ajuriaguerra, psiquiatra, redefine o conceito de debilidade motora, considerando-a como uma síndrome com suas próprias particularidades. É ele quem delimita com clareza os transtornos psicomotores que oscilam entre o neurológico e o psiquiátrico.

Com estas novas contribuições, a psicomotricidade diferencia-se de outras disciplinas, adquirindo sua própria especificidade e autonomia. Na década de 70, diferentes autores definem a psicomotricidade como uma motricidade de relação. Começa então, a ser delimitada uma diferença entre uma postura ré educativa e uma terapêutica que, ao despreocupar-se da técnica instrumentalista e ao ocupar-se do "corpo de um sujeito" vai dando progressivamente, maior importância à relação, à afetividade e ao emocional. Para o psicomotricista, a criança constitui sua unidade a partir das interações com o mundo externo e nas ações do Outro (mãe e substitutos) sobre ela.

A especificidade do psicomotricista situa-se assim, na compreensão da gênese do psiquismo e dos elementos fundadores da construção da imagem e da representação de si. O sintoma psicomotor instala-se, quando ocorre um fracasso na integração somatopsíquica, conseqüente de fatores diversos, seja na origem do processo de constituição do psiquismo, ou posteriormente em função de disfunções orgânicas e/ou psíquicas.

A patologia psicomotora é, portanto, uma patologia do continente psíquico, dos distúrbios da representação de si cuja sintomatologia pode se apresentar no somático e/ou no psíquico.

1.1 História da psicomotricidade no Brasil

O início da Psicomotricidade no Brasil ocorreu com profissionais que foram para a França especializar-se em clínica infantil e, depois, em psicomotricidade com Ajuriaguerra e, depois, Bergès, no Henri-Roussele, na escola da equipe de Soubiran, ou com Suzanne Masson, na Salpêtrière. Dois centros interessados nos estudos da Psicomotricidade salientaram-se nesse primeiro momento: São Paulo e Rio de Janeiro.

Em São Paulo no Sedes Sapientiae, ocorreu a inclusão de atividades psicomotoras na clínica infantil do curso de Psicologia, conduzidas por Ana Maria Poppovic, em 1953. Em 1969 foi incluída no currículo, a disciplina "Psicomotricidade", tendo como professora Berenice Villela de Andrade. Em 1970 a disciplina Psicomotricidade foi subdividida em I e II. Psicomotricidade I, lecionada por Stella

Leme Sampaio, teve como itens do programa nesse período: Lateralidade; Desenvolvimento motor; Mensuração de orientação espacial e temporal; Noção evolutiva do esquema corporal; Problemas de linguagem. Psicomotricidade II, ministrada por Ana Luiza Camargo, referia-se aos diferentes tratamentos, materiais e instrumentos utilizados no trabalho com crianças, adolescente e adulto. Este curso de graduação em Psicologia foi extinto em 1974, anexado ao da PUC-São Paulo.

A Psicomotricidade evoluiu para uma abordagem de psicoterapia jungiana no curso de especialização no Sedes Sapientiae. Em Porto Alegre, nessa década de 70 Maria Aparecida Pabst, psicomotricista gaúcha, com curso na Salpêtrière em Paris, traduz o livro Psicomotricidade: a coordenação visomotora e dinâmica manual da criança infradotada, método de avaliação e exercitação gradual básica de Dalila Molina de Costallat.

Em São Paulo, em 1977 é fundado o GAE - Grupo de Atividades Especializadas. Em 1979, ocorreu o 1º Encontro Nacional de Psicomotricidade em São Paulo com a Dra. Soubiran e Dra. Costallat. Na década de 70, no Rio de Janeiro Beatriz Saboya, voltando de estudos na França, funda sua clínica de fonoaudiologia e psicomotricidade onde se realiza avaliação, diagnóstico, orientação, aprimoramento e terapia em bebês, crianças, adolescentes, adultos, idosos e famílias até hoje em dia.

Na mesma época Regina Morizot também atua em Psicomotricidade. Diz ela: “Na década de setenta, o nosso acesso à área, ainda era bastante limitado, restringindo-se às informações de profissionais que retornavam de cursos no exterior, sobretudo da França; estávamos ávidos de conhecimento e até as publicações sobre o tema, eram escassas. Mas, ainda assim, a prática eclodiu entre nós, com uma tônica - qualquer abordagem corporal era psicomotricidade. Recebemos uma herança inestimável, proveniente de diversas Escolas, representadas por Simone Romain, Françoise Desobeau e André Lapierre. Aprofundamos nossos conhecimentos teóricos e científicos, redimensionamos a nossa prática e delimitamos nosso campo.”

Em 19 de abril de 1980 no Centro de Estudos Carlos Saboya, em Ipanema, Rio de Janeiro deu-se a fundação da Sociedade Brasileira de Terapia Psicomotora (SBTP), ligada a Sociedade Internacional de Terapia Psicomotora. Ela tornou-se a

Sociedade Brasileira de Psicomotricidade, com capítulos em vários estados e sede no Rio de Janeiro.

Na reunião seguinte, em Araruama (RJ), foram convidados para a sociedade todos os profissionais que atuavam em Psicomotricidade nos diversos estados do Brasil. Eram 40 profissionais, interessados na psicomotricidade, que se reuniram para delinear as normas e o Estatuto da Sociedade. Estavam aí presentes, por exemplo: do Rio de Janeiro, Beatriz Saboya, Regina Morizot e Solange Thiers, de São Paulo, Selma Cenamo, do Rio Grande do Sul, Aparecida Pabst, e eu (Suzana Veloso Cabral) de Minas Gerais.

Nessa história de 50 anos da Psicomotricidade no Brasil nós mineiros também fomos protagonistas! Após reunião em Araruama foi criado o capítulo mineiro (julho de 1981) com as sócias fundadoras: Maria José Senna Giannerini; Silvia Vasconcellos e Suzana Veloso Cabral.

Em 1982 ocorreu o primeiro Congresso Brasileiro de Psicomotricidade. Hoje já estamos no XII Congresso que ocorreu em setembro 2013, no Rio de Janeiro. Nesse primeiro encontro, além da presença de Françoise Desobeau, tivemos no Rio, pela primeira vez, Lapierre. Começou aí a formação em Psicomotricidade Relacional. Neste primeiro congresso a contribuição mineira ocorreu desde a abertura com a apresentação de ballet organizada por Lecy Rodrigues Moreira e Dorinha Baeta (coreógrafa). O grupo Oficina Trans Forma foi quem encenou o espetáculo intitulado: Evoluções e o mesmo falava sobre o desenvolvimento psicomotor.

O Primeiro Seminário Mineiro de Psicomotricidade ocorreu em julho 1983 com a presença de Desobeau. A diretoria do Capítulo de Minas Gerais, cuja primeira presidente foi Suzana Veloso Cabral, lançou um livro com a contribuição dessa autora.

Em 1984 o II Congresso Brasileiro de Psicomotricidade foi em Belo Horizonte. Tema: Corpo Integrado. Presença de estrangeiros: André Lapierre e Françoise Desobeau. Presença de diversos psicomotricistas brasileiros e vários argentinos que vieram para estágio de formação em Psicomotricidade Relacional subsequente ao congresso.

Em 1985 ocorreu novo Simpósio Mineiro com a presença de Beatriz Saboia, presidente da SBP Nacional, sendo a presidente do capítulo Cláudia Coutinho. Em 1986 em Porto Alegre, o III Congresso Brasileiro de Psicomotricidade foi abrilhantado com a fala da mineira Elizabeth Engert Leitão, que fez conferência abordando o trabalho da Psicomotricidade sob a ótica da fenomenologia.

De 1986 a 1990 a Diretoria da SBP foi composta pela presidente Maria Helena Loureiro, dona da Escola Recreio, como Presidente, Suzana V. Cabral, vice, e Margarida Guimarães, Tânia Bueno, Ana Lídia Bezerra e Thalita Figueiredo como secretárias e tesoureiras. Nessa gestão estiveram em Belo Horizonte: Alfredo Jerusalinsk, Mauro Vechiatto (julho de 1989) e Marta Gonzalez (formação para psicomotricidade Relacional) além de Vitor da Fonseca (outubro de 1990).

De 1990 a 1996 houve a extinção do capítulo e encerramento de suas atividades por seis anos. Em 1993, através de Nuria Franch, Lapiere reconheceu como formadores vários brasileiros, por exemplo, Daniel Silva de Curitiba, da Escola Movimento, Margarida Opplinger, de Porto Alegre, Suzana V. Cabral, de Belo Horizonte, do Centro de Estudos da Relação Psicomotora. André LAPIERRE esteve em Belo Horizonte para reconhecer a primeira turma de Psicomotricistas Relacionais do CENTRO de ESTUDOS da RELAÇÃO PSICOMOTORA em 1994 e fez uma conferência aberta ao Público sobre os estágios do desenvolvimento.

Em maio de 1997 Sonia Onofri e Adriana Munayer, junto com outros psicomotricistas relacionais, formados na primeira turma do Centro de Estudos da Relação Psicomotora, em Belo Horizonte, reabriram o Capítulo Mineiro que retomou suas atividades como Aspirante.

Em 1990 a Sócio Psicomotricidade Romain –Thiers criou sua formação que se transformou logo em especialização, no Rio de Janeiro. Em Minas também ocorreu a formação Romain Thiers e o capítulo convidou os sócios psicomotricistas para fazer parte de seus associados.

A educação especial foi o elo de ligação da psicomotricidade, para promover especialista na área psicomotora com o objetivo de promover a qualidade de vida das crianças no aspecto, motor, afetivo, cognitivo e social.

2. A IMPORTANCIA DA PSICOMOTRICIDADE INSERIDA NA EDUCAÇÃO FÍSICA

No plano da consciência corporal a criança começa a reconhecer a imagem do seu próprio corpo através principalmente de interações sociais e brincadeiras diante do espelho, o que lhe proporciona a construção de sua identidade.

A educação psicomotora é fundamental na vida da criança, e está refletida no histórico de vida do sujeito, podendo observar-se a partir dela, o desenvolvimento da criança, o seu relacionamento com o mundo, a sua interação com as pessoas, a forma como pensa e como atua, expressando as suas sensações e sentimentos, e utilizando o corpo como instrumento rico e significativo para a comunicação.

O desenvolvimento das estruturas psicomotoras permite à criança uma melhora da postura, da dissociação dos movimentos, da coordenação global dos movimentos, da motricidade fina, do ritmo discriminação táctil, visual e auditivo, da integração das estruturas espaciais e temporais, do aumento da capacidade de atenção e concentração.

No que se refere à aprendizagem da leitura e da escrita, as relações existentes, entre estas e o aumento do potencial psicomotor da criança proporcionam condições favoráveis às aprendizagens escolares. A aprendizagem da escrita é especialmente, um processo de relação perceptivo-motora, pois os sinais gráficos devem ser transcritos para o papel de forma organizada, seguindo o tempo e o espaço.

Pode-se concluir, por tanto que as contribuições da psicomotricidade para essas crianças estão relacionadas com o domínio do gesto, com a estruturação espacial e a orientação temporal, noção de cima e de baixo, de esquerda e de direita e curvas e noção de antes e depois, todas as atividades com base nesses aspectos transferidos de forma objetiva, através de jogos e recreações, com o objetivo de despertar o interesse da criança pelas as atividades propostas.

3. EDUCAÇÃO FÍSICA E A PSICOMOTRICIDADE

Ao discutimos os principais problemas da educação física e suas relações com o cotidiano da educação, temos que citar: o ambiente onde a criança pertence, caracterizar o universo da educação infantil e suas famílias.

Como todos nós já temos a noção do que o governo estar interessado e preocupado, que no caso é com a economia, então a educação fica em terceiro plano, dando espaço para má qualidade de ensino, faltando com um profissional adequado para, verificar, avaliar e interferir no desenvolvimento psicomotor da criança, material acessível é utilizável.

A falta de profissionais, levam a educação física ao colapso, pois com isso vem acarretando um índice muito alto de alunos com dificuldades motoras, não só a coordenação, mas também praxia global, fina e o psíquico dos estudantes, outo empecilho e a estrutura do espaço disponibilizado, totalmente inadequado para as práticas motoras, levando riscos para o docente que utiliza o espaço.

Concluindo com a percepção de dificuldades de diferentes tipos e formas, com a noção de um bom espaço, mas com uma falta de manutenção e com uma carência de um especialista da área. Com base no papel dos estímulos, no desenvolvimento da criança, neste princípio estão estabelecidas as bases a educação psicomotora.

Entende-se que a educação psicomotora deve englobar diversas atividades oferecidas as crianças de forma sequencial observando a etapa de desenvolvimento em que elas se encontram.

Usando o esquema corporal psicomotor como a definição e método de ensino, dentro da sala de aula, usando a noção de corpo, para que o aluno entenda a imagem corporal e o esquema corporal definido pois a imagem corporal e a representação mental que fazemos de nosso corpo é a interação da imagem corporal ao conceito de corpo em movimento.

Utilizando o esquema corporal e sua organização das sensações relativas ao seu próprio corpo em relação aos dados do mundo exterior, com suas próprias percepções e controle do próprio corpo, ou seja, a interiorização das sensações

relativas as partes do corpo e a sensação do corpo como um todo, em seu equilíbrio postural econômico e lateralidade definida.

É importante a inclusão de atividades que visem o desenvolvimento da conscientização corporal durante os anos escolares iniciais. Desenvolvendo em sala a dominância manual e lateralidade, adquirindo o certo grau de consciência corporal, mental e afetivo,

Assim adquirindo o conhecimento corporal total e um desenvolvimento corporal adequado para que no futuro não haja dificuldades, uma forma da criança diferenciar o ambiente e as pessoas que fazem parte dele e com si mesmo.

Neste momento, o professor que atua na educação física, deve estar atento para perceber onde está centrado o interesse do discente e a sua visão de mundo, para poder intervir quando necessário e permitir a ampliação do repertório de movimentos através de atividades lúdicas, para avaliar o aluno e melhorá-lo a cada aula.

4. PSICOMOTRICIDADE E SUAS PARTICULARIDADES

A psicomotricidade é a ciência que estuda o homem através do seu corpo em movimento e em relação ao seu mundo interno e externo. Está relacionada ao processo de maturação, onde o corpo é a origem das aquisições cognitivas, afetivas e orgânicas.

É sustentada por três conhecimentos básicos: movimento, intelecto e o afeto, à psicomotricidade, por tanto é um termo empregado para uma concepção de movimento organizado e integrado, função das experiências vividas pelos sujeitos cuja ação é resultante de sua individualidade, sua linguagem e sua socialização.

Trabalhar com a psicomotricidade implica realizar uma leitura tônica do corpo da criança e observar sua expressividade motora, captar a demanda consciente ou inconsciente da criança, dando sentido a sua ação e construindo uma resposta tônica e ajudar a sua própria pessoa, nível corporal, a distância, olhar, voz, gestos e postura.

A educação psicomotora deve ser considerada como uma educação de base na escola. Ela condiciona todos os aprendizados pré-escolares; leva a criança a tomar consciência de seu corpo, da lateralidade, a situar-se no espaço, a dominar seu tempo, a adquirir habilmente a coordenação de seus gestos e movimentos. Possibilita ao indivíduo uma melhora integral, ao desenvolver a psicomotricidade, como controlar seus movimentos ou perceber alguém ou algum objeto ao seu lado, a percepção vem de diferenciações visuais ou auditivas, além de estimular a criatividade auxilia no raciocínio lógico das crianças.

“A educação psicomotora deve ser praticada desde a mais tenra idade: conduzida com perseverança, permite prevenir inaptações difíceis de conduzir quando já instaladas”. (LE BOULCM; 1988 p.11)

É necessário trabalhar seriamente esse desenvolvimento nos alunos, pois o trabalho ao ser iniciados nos anos iniciais deve ser contínuo até a sua formação escolar. Nessa etapa de desenvolvimento em que a criança compreende o desenvolvimento do corpo não somente no meio escolar, mas também no dia a dia da mesma. A Educação Física ressalta que é fundamental inserir a criança na abordagem da psicomotricidade. Ao iniciar o processo de ensino aprendizagem da psicomotricidade na criança, o docente poderá observar o comportamento psicomotor

de seus alunos e assim podendo em seguida realizar atividades de intervenção com o intuito de aprimorar as habilidades de seus discentes.

O corpo e a mente devem ser entendidos como componente que integram um único organismo. Ambos devem ser unidos, não usar a mente somente para aprender e o corpo para transportar, mas ambos andam lado a lado com a aprendizagem. Ao explorar um ambiente onde a objetos, indivíduos e diferentes formas de ver o mundo, o corpo explora com o auxílio da inteligência várias interpretações. A inteligência, o corpo e a emoção necessitam de relação recíproca para haver educação, pois oferece a criança elementos básicos e essenciais para sua formação significativa.

A psicomotricidade pode oferecer medidas de intervenção terapêutica no campo cognitivo de modo que o desenvolvimento da criança se estenda para além da medicalização. A mesma existe nos menores gestos e em cada exercício que desenvolve a motricidade do discente, na qual esteja visando o desenvolvimento, conhecimento e o domínio corporal, por este motivo e que a psicomotricidade é indispensável para o conhecimento e o desenvolvimento global e uniforme da criança.

A formação psicomotora é a base fundamental para o processo intelectual de aprendizagem da criança. A partir da intervenção da psicomotricidade no discente, o desenvolvimento evolui do global para o específico; no caso de uma criança ter dificuldade de aprendizagem, a causa deste problema, estar no nível das bases do desenvolvimento psicomotor.

Aplicando durante o processo de aprendizagem, todos os elementos básicos da psicomotricidade induzindo o aluno a conhecer de forma minuciosa o seu corpo. No corpo o termo psicomotricidade, se destaca no correr, pular, atividades corporais amplas e finas como recortar, escrever e outras produções motoras, a mesma força no corpo em movimento.

No ensino-aprendizagem a psicomotricidade estar inserida no processo de desenvolvimento, proporcionando um avanço na relação harmônica em funcionamento psicomotor entre a criança e o ambiente social, pois a criança que tem o desenvolvimento psicomotor mal construído, poderá apresentar problemas na distribuição de letras (ex: b|o|, p|q) na ordenação de sílabas, no pensamento abstrato, noção espacial, temporal dentre outras.

Baseada numa visão holística do ser humano, a psicomotricidade encara de forma integrada as funções cognitivas, sócios emocionais, simbólicas, psicolinguísticas e motoras, promovendo a capacidade de ser e agir num contexto psicossocial. A psicomotricidade possui as linhas de atuação educativa, ré educativa, terapêutica e relacional. Podendo também ser definida como o campo transdisciplinar que estuda e investiga as relações e as influencias recíprocas e sistêmicas entre o psiquismo e a motricidade.

O crescimento físico se relaciona diretamente com o desenvolvimento motor, pois é através do crescimento e da maturação biológica que se determinará em que nível se encontra a criança com relação ao seu desenvolvimento psicomotor. (BORGES e tal, 2008. P.01)

Estudos do desenvolvimento humano demonstram a importância do uso do corpo no desenvolvimento cognitivo da criança. A partir de então a relação entre corpo e mente vem sendo alvo de inúmeros estudos e indagações. Borges et al (2008, p.01) lembra que é necessário trabalhar efetivamente com os seguintes aspectos: esquema corporal, coordenação, percepção espacial e percepção temporal.

Práticas fundamentadas nas concepções psicomotoras existentes, consideram que os determinantes biológicos e culturais das crianças contribuem dialeticamente na construção do corpo (MOTOR), da mente (PENSAMENTO E INTELIGÊNCIA), afetividade (EMOÇÃO). A percepção que o indivíduo tem do mundo depende das suas atividades motoras, a posição e o status do próprio corpo irá regular a sua percepção de mundo.

No momento em que o docente passa a utilizar as bases da psicomotricidade o mesmo poderá analisar o comportamento do discente em sociedade e fora dela, investigando, a cultura e os costumes dos mesmos, para obter respostas concretas e confiáveis, para intervir com precisão no desenvolvimento sensorio motor, cognitivo e afetivo. E assim utilizar o movimento corporal do indivíduo como mediador de favorecimento a integração do sujeito para consigo mesmo.

Psicomotricidade como a posição global do sujeito, que pode ser entendido como a função de ser humano que sintetiza psiquismo e motricidade com o propósito de permitir ao indivíduo adaptar de maneira flexível e harmoniosa ao meio que o cerca. (DE LIEVRE Y STAES 1992, p.39).

As relações do movimento corporal com o meio tornam o indivíduo mais confiante e compreendem-te do espaço que ocupa e conseqüentemente melhor entendimento psíquico e emocional.

A educação psicomotora é fundamental na vida da criança e está refletida no histórico de vida do sujeito, podendo observar-se a partir dela, o desenvolvimento da criança o seu relacionamento com o mundo, a sua interação com as pessoas, a forma como pensa e como atua, expressando as suas sensações e sentimentos e utilizando o corpo como instrumento rico e significativo para a comunicação.

O desenvolvimento das estruturas psicomotoras permite à criança uma melhora da postura, da dissociação dos movimentos, da coordenação global dos movimentos, da motricidade fina, da integração das estruturas espaciais e temporais, do aumento da capacidade de atenção e concentração.

Pode-se concluir por tanto que as contribuições da psicomotricidade para crianças está relacionada com o domínio do gesto, com a estruturação espacial e a orientação temporal, noção de cima e de baixo, de esquerda e de direita, curvas e noção de antes e depois, todas as atividades com base nesses aspectos transferidos de forma objetiva, através de jogos e recreações, com o objetivo de despertar o interesse da criança pelas as atividades propostas.

Portanto é essencial trabalhar o desenvolvimento psicomotor, com o intuito de buscar uma melhor assimilação do aluno com relação às aulas e elevando o nível de conhecimento do discente de si próprio e o meio onde vive.

4.1 Desenvolvimento psicomotor

O desenvolvimento psicomotor humano é um processo no qual passamos no transcorrer da vida. Como um processo humano, o desenvolvimento motor é definido com as mudanças que ocorrem na capacidade do indivíduo movimentar-se, assim como os movimentos gerais do mesmo, na medida que prossegue pelas diferentes fases da vida.

Definir o desenvolvimento motor como um campo de estudo tem sido bem mais controverso. Essa controversa pode ter iniciado em 1974, quando seis desenvolvimentalistas se reuniram para delimitar o objeto da pesquisa no desenvolvimento motor. Apesar de terem sido necessárias várias tentativas, o grupo acabou produzindo uma definição do desenvolvimento motor como: mudança no comportamento motor que reflete a interação do organismo que está amadurecendo com seu meio ambiente (Schholady, Dirctions Committee, 1974, p. 2)

O desenvolvimento psicomotor refere-se à maturidade na coordenação da criança, ou seja, refere-se as mudanças no comportamento psicomotor, com o objetivo de incorporar e explicar os diferentes movimentos que ocorrem com o passar do tempo. A frase “interação do organismo que está amadurecendo com seu meio ambiente” foi incluída com um reconhecimento das contribuições da genética e do meio ambiente para o processo do desenvolvimento psicomotor.

O desenvolvimento humano é uma área complexa e diversificada de estudo na qual o indivíduo não pode considerar-se completamente educados até compreender todos os aspectos das mudanças que ocorrem durante as várias fases da vida do ser humano.

Devemos nos empenhar para depreender as mudanças motoras que experimentamos comumente com a idade e suas inerentes mudanças intelectuais, sociais e emocionais. O conhecimento de todos os aspectos do desenvolvimento psicomotor é valioso, pois contribui para um conjunto geral de conhecimentos que nos permite compreender melhor a nós mesmos e ao mundo no qual vivemos.

Para uma comunicação eficaz e uma organização mais eficiente o estudo do desenvolvimento humano foi dividido nos domínios cognitivos, afetivo, motor e social. Levando em conta que os domínios do comportamento humano estão interagindo, portanto, a compreensão plena do desenvolvimento psicomotor torna-se necessário, o reconhecimento dos domínios cognitivos, afetivo, motor e social do ser humano, pois eles afetam diretamente e profundamente o comportamento psicomotor do indivíduo.

A compreensão do desenvolvimento psicomotor é importante também para ajudar os indivíduos a aperfeiçoar ou aprimorar seu desempenho nos movimentos, o que pode proporcionar muitos benefícios para a criança. Com a realização de

atividades adequadas a criança poderá ter um autoconhecimento aprimorado do seu próprio corpo, que irá permitir à criança torna-se emocionalmente estável e satisfeita. Por existirem correções entre todos os domínios do comportamento, o aprimoramento do domínio psicomotor resulta diretamente no aperfeiçoamento no desenvolvimento psicomotor é importante para os especialistas do movimento que trabalham com crianças “normais”.

4.2 Roteiro de Avaliação Psicomotora

Até os 4 anos de idade o crescimento do sistema muscular guarda grande proporcionalidade dentro do conjunto do crescimento corporal, a partir desta idade, os músculos começam a se desenvolver com maior rapidez. Calcula-se que 75% do peso ganho durante o 5º ano de vida correspondam ao desenvolvimento da massa muscular, o sistema nervoso crescerá e evoluirá a um ritmo semelhante.

Maturação Motora - Controle efetivo das atividades motoras:

- Correr (pode parar quando quiser);
- Sobe e desce escadas alternando os pés;
- Salta;
- Joga bola;
- Pedala com força;
- Segura o triciclo, etc.

Por volta dos 5 anos gosta de subir em obstáculos e o faz com certa desenvoltura, consegue caminhar em linha reta, acerta um alvo com bola, carrega vários objetos num carrinho, puxando-o, sincroniza com perfeição o movimento dos olhos e da cabeça, dirige uma bicicleta e até se atreve a andar de patins.

O desenvolvimento motor é analisado por meio de diferentes manifestações:

- Flexibilidade muscular (vai perdendo com a idade);
- Tônus muscular;
- Independência alcançada pelos grupos musculares.

Ao atirar uma bola a um alvo: demonstra coordenação dos movimentos com habilidade sensório-motora, esta é a capacidade de relacionar um movimento a uma

percepção. O esquema corporal é a representação mental do próprio corpo, é a representação de movimentos e suas limitações espaciais.

Maturação Física:

Nesta fase a criança mede 95 cm de altura e 14,5kg de peso corporal, aos 5 anos de idade sua altura pode chegar a 110 cm e 19 kg de peso corpóreo.

- Há um crescimento desproporcional da cabeça e do corpo;
- O sistema cardiorrespiratório desenvolve de forma progressiva:
- Resistência aeróbica (é a melhor que se desenvolve, são recomendadas atividades de longa duração, velocidade moderada e constante);
- Aos 4 anos pode permanecer imóvel com os pés juntos e os olhos abertos por aproximadamente 1 minuto;
- Relação entre flexibilidade muscular e comportamento social.

Menor índice de flexibilidade

- Caminham mais cedo;
- São mais agitados;
- Mais bruscos nos movimentos;
- Mais interessados em agir por conta própria;
- Menos interessados a exteriorizar a necessidade de afeto.

Maior índice de flexibilidade

- Começam a andar mais tarde;
- São mais calmos, tranquilos;
- Movimentos mais suaves ou delicados;
- Mais propensos a manifestar sua necessidade de afeto.

Maturação Perceptiva:

A percepção do seu corpo constitui no esquema corporal. Poucas crianças aos 3 anos de idade sabem distinguir o lado esquerdo e o lado direito do seu corpo; aos 4 anos 50% das crianças adquiriu este conhecimento, depois de algum tempo após ter aprendido essa distinção começara a aplicar bem o conceito direita/esquerda em outras pessoas.

Para poder compreender e executar movimentos compostos e cruzados, como por exemplo, levantar o braço esquerdo e o pé direito, é necessário aguarda até os 6 anos. Existem duas formas para comprovar o amadurecimento: expressão gráfica e capacidade para se vestir.

Crianças com menos de 5 anos desenha uma figura humana quase sempre com parte superior representada com maiores detalhes do que a parte inferior, destarte, não é difícil deduzir qual das duas está mais amadurecida.

As dificuldades que ainda tem para se vestir sozinha não provêm tanto de uma falta de habilidade manual, mas de imaturidade do tipo conceitual.

Maturação Cognitiva:

Nesta faixa etária as crianças não são capazes de pensar sob outro ponto de vista que não seja o seu. Utilizam com maior intensidade as funções simbólicas e sua linguagem se desenvolve rapidamente.

- Passam muito tempo em jogos de imaginação e
- Pode prestar atenção a uma quantidade ilimitada de informação.

Maturação Psicossocial:

Se caracteriza pelo início de conceito de si mesmo, geralmente passa por uma etapa iniciativa versus culpa, são tímidos e distraídos, razão pela qual são temerosos frente a novas situações, começam a interagir com os outros e a fazer amizades, apesar de demonstrarem egocentrismo em seus relacionamentos.

Crianças na faixa etária de 6 a 7 anos - Ensino Fundamental I (1º E 2º Ano)

Maturação Motora:

A partir dos 5 anos as crianças são capazes de saltar com os pés juntos, caindo no mesmo lugar, antes dos seis anos, poderão alternar este salto com outros, como os laterais e para trás e par frente, neste momento, também, três de cada quatro crianças realizarão, sem nenhuma dificuldade, o salto sobre um pé só (tipo saci) com a perna dominante. Somente os mais adiantados em seu desenvolvimento motor conseguirão executar esse exercício antes e ainda depois dos 4 anos.

Nas provas de salto em altura, as crianças de 5 anos de idade podem ultrapassar uma corda situada a uns 20 cm do chão. As crianças de 6 anos conseguirão facilmente 30 cm. Antes dos 7 anos, os meninos alcançarão regularmente marcas superiores às estabelecidas pelas meninas de sua mesma idade.

Seu corpo cresce de maneira lenta, porem constantes. O controle motor o equilíbrio e a coordenação vão melhorando. É possível inicia-los nas corridas de velocidade, considerando que é mais fácil desenvolver a velocidade de movimento antes que o seu sistema nervoso alcance sua completa maturidade.

Maturação Física:

Ao completar 6 anos, as crianças têm a oportunidade de viver novamente uma etapa de grande atividade motora, necessita se manter sempre ocupado, brincando ao ar livre ou ajudando a mão nas atividades domesticas.

- Correr;
- Salta
- Escala
- Joga bola;
- Luta com seu pai ou amigo;
- Arrasta-se;
- Balança;

Tudo sem medo de cair ou de se machucar. O crescimento do cérebro é muito lento, seu corpo começa a se alongar, cresce de 5,1 a 7,6 cm/ano e seu peso aumenta de 1,3 a 2,7 kg/ano. O sistema cardiorrespiratório continua seu desenvolvimento, a frequência cardíaca fica em torno de 105 bpm, que pode variar enquanto faz esforço, alcançando valores de 210 a 215 bpm, tem preferência por atividades que envolvam o corpo todo.

Maturação Perceptiva:

Ainda que possa executar os movimentos indicados por uma ordem que se refira a sua direita ou a sua esquerda, sempre que esta ordem envolver apenas um

membro corporal (mão, olho, orelha), a criança não compreenderá, também não executará ordens cruzadas ou que impliquem um movimento simultâneo, por exemplo de braços e pernas.

As dificuldades que tem para se vestir sozinhas refletem as deficiências da compreensão do esquema corporal, já que o seu problema não é tanto de habilidade, mas de orientação espacial das peças e pouco conhecimento do seu próprio corpo.

Maturação Cognitiva:

As tarefas manuais ficam muito tempo concentrados em uma atividade, consegue ter uma visão global das coisas, a falta de atenção é muito pequena. Preferem repetir movimentos, de contas, de brincadeiras e possuem uma imaginação desinibida.

Maturação Psicossocial:

Sua personalidade já está mais desenvolvida comparando habilidades, o fracasso os leva a desenvolver sentimentos de inferioridade. Despertam interesse pelo esporte.

Crianças na faixa etária de 8 a 9 anos - Ensino Fundamental séries iniciais (3º E 4º Ano)

Maturação Motora:

As crianças de 7 anos vivem temporariamente uma etapa de reflexão, os momentos que permanecem quietos, colocam em ordem suas impressões e alheios à realidade exterior, momento este que é tão necessário e proveitoso como o período de ação.

Uma nova etapa expansiva deve durar mais ou menos, um ano para iniciar, porém sua capacidade para analisar as reações dos demais, sua curiosidade, a atenção que dão às conversas dos adultos e outras condutas típicas dos 8 anos mostrarão os valiosos e importantes avanços acumulados nas últimas etapas de sua maturidade.

Maturação Física:

Há um fortalecimento na musculatura capacitando a saltar sobre um pé só, mantendo o outro encolhido e alternar este salto com outro usando os dois pés. Ao praticar o salto em altura, quase todos conseguirão superar os 40 cm, aumentando esta altura para 45 cm, antes de ter feito os 8 anos.

As melhores marcas alcançadas por meninos desta idade situam-se geralmente em torno dos 55 cm, já as meninas alcançam alturas inferiores às registradas pelos meninos. As diferenças podem ser pouco notáveis ainda aos 7 anos, porém, a partir dos 8 anos, as medidas superadas por elas equivalem praticamente às atingidas pelos meninos um ano antes. Esta defasagem será constante, sempre que for preciso esforço muscular.

Os ligamentos, tendões e músculos se fortaleceram, porém não podem suportar cargas extremas. As meninas começam sua maturidade por volta dos 9 anos e este período dura de dois a três anos, é chamado de fase do estirão.

Maturação Perceptiva:

Há perda de impulsividade dos anos anteriores, a os poucos aprenderá a utilizar a percepção para estabelecer contato com tudo a sua volta. É esperado progresso na compreensão do esquema corporal, que aos 8 anos a criança saiba distinguir sem dificuldade a direita e a esquerda de outra pessoa, assim como reconhecer e descrever a posição relativa de três objetos. Com igual facilidade, saberá executar as ordens que indicam um movimento à direita ou esquerda, e imitar as posições adotadas pelo (a) professor (a).

Maturação Cognitiva:

A partir dos 8 anos, alta capacidade e motivação pessoal para aprender e guardar a maior quantidade possível de informação. Melhora a memória.

Maturação Psicossocial:

O êxito é importante para construir sua autoestima baseada na habilidade e no estímulo às suas condutas positivas. Alterna atividade mental e expansividade, interessa-se por conhecer informação sobre o seu rendimento acadêmico, confia em resultados como ganhar ou perder, desenvolve estreita amizade com colegas da mesma idade e sexo.

Adolescentes na faixa etária de 10 a 11 anos – Ensino Fundamental Séries Iniciais e Finais (5º E 6º Ano)**Maturação Motora:**

Os meninos e as meninas aos 10 anos são poucos menos ativos e, sem dúvida, mais delicados do que aos nove anos. Há uma recuperação da flexibilidade muscular aos 10^a nos, é a extensibilidade no ângulo poplíteo, que a partir dos 5 anos vinham se reduzindo e que agora começa a aumentar, ao contrário a flexibilidade dos membros superiores começa a regredir.

Atividades de permanecer parados e imóveis com os olhos fechados nas pontas dos pés ou sobre uma perna só, crianças sem atraso no desenvolvimento intelectual ou motor mantêm o equilíbrio sem dificuldade. Atividades de salto, menino aos 9 anos pode pular uma corda esticada a 40 cm do solo, marca esta que as meninas alcançarão somente aos 10 anos. A capacidade de velocidade para correr melhora até alcançar o seu máximo aos 10 anos.

Maturação Física:

A cabeça das crianças desta idade se alarga e alonga. Os grandes grupos musculares estão mais desenvolvidos que os pequenos, razão pela qual devem desenvolver a resistência muscular.

Maturação Perceptiva:

Já consegue distinguir esquerda e a direita dos outros se m erro, pode imitar corretamente a postura proposta pelo (a) professor (a), o aprendizado da localização, de nome e da função das diferentes partes do corpo está completamente, consegue

desenhar a figura humana com maior fidelidade. A velocidade para processar informações é menos eficiente que nos adultos e o tempo de reação é bastante lento.

Maturação Cognitiva:

Etapa do realismo, o movimento está bem representado graficamente, desenhos com muitos detalhes, construções com certas complexidades, assim como elemento de diferente significação que mostram maior maturidades no desenvolvimento cognitivo.

Maturação Psicossocial:

Possui maior domínio de si mesmo, adota uma atitude mais reflexiva perante os pais, e em geral diante das pessoas mais velhas, como também no colégio, frente a suas responsabilidades escolares e com seus colegas de brincadeira. Muitas vezes mostra uma atitude mais própria de um adolescente do que de um menino ou menina de sua idade, ou exibe um ar insólito de preocupação. Pode ser muito severo consigo mesmo, manifestando uma grande capacidade de autocrítica, mas ostenta a mesma severidade na hora de julgar os demais.

Pode variar de animo com grande facilidade, passando sem transição da expansão e do atrevimento para a timidez, inclusive para episódios passageiros de depressão. Estas características ainda podem ser observadas no ano seguinte, apesar de alguns apresentarem mudanças radicais em muitas atitudes dos 9 para os 10 anos e levando em consideração que as crianças são um pouco menos ativas e um pouco mais delicadas aos 10 do que aos 9 anos. É preciso estimulá-las a prática desportiva e aos diversos tipos de atividades físicas.

Primeiro momento

- ✓ Entrevista com pais ou responsáveis
- ✓ Dados objetivos e subjetivos
- ✓ Observa inter-relações familiares e sociais

Segundo momento

- ✓ Exame psicomotor livre
- ✓ Atividade espontânea e compartilhada

Materiais a ser usado

- ✓ Objetos dinâmicos
- ✓ Bolas, cordas, bastões, arcos e etc.
- ✓ Objetos afetivos
- ✓ Bonecas, carros, ursos, colchão, almofadas e etc.
- ✓ Objetos de construção
- ✓ Cubos, tijolos, cordas, lápis, papel e tintas.

Deixar a criança livre, com material disponível na sala, anotar o que ela faz enquanto brinca sozinha.

- ✓ Sua relação com o observador
- ✓ Como ocupa o tempo e espaço
- ✓ Sua relação com o material, como manuseia, se verbaliza ou não.
- ✓ Sua relação com os outros
- ✓ É isolada, inibida (o).

Atividades livres compartilhadas

Terceiro momento

- ✓ Testes padronizados: usamos uma balança psicomotora BPM obs. a idade
- ✓ Procuramos analisar qualitativamente a disfunção psicomotora
- ✓ Identificamos o grau de maturidade da criança
- ✓ Detectamos sinais.

4.3 Coordenação motora

É a capacidade do cérebro de equilibrar os movimentos do corpo, mais especificamente dos músculos e das articulações. São uma série de funções que se unem para a representação de atividades globais e mais amplas.

A coordenação motora tem sua importância ao longo da vida do indivíduo, sobretudo nos apelos dos domínios psicomotores e cognitivos. A expressão corporal motora da criança é uma manifestação natural e espontânea, aonde a criatividade tem significado especial.

Para que o organismo aprenda e não se sinta inseguro, ele tem primeiro de ser capaz, por meio de uma adequação motora própria, de ampla e inibir estímulos, processar informações e agir. Sem o domínio postural corporal o cérebro não aprende a desenvolver a motricidade e conseqüentemente a atividade simbólica ficará erroneamente afetada. Dado o nome de coordenação motora, a habilidade de mover os músculos de forma precisa, obtendo total domínio corporal. É através de atividades rotineiras como o jogo e a recreação que é possível observar e avaliar as condições da coordenação motora da criança.

O desenvolvimento da coordenação motora acontece de forma natural e é necessário o estímulo externo para que o resultado seja ainda melhor dentro amadurecimento almejado. Os estímulos devem ser realizados com cautela e cuidado dentro de um limite traçado, para que a criança não seja forçada a realizar atividades de nível alto para sua fase.

A melhor maneira de desenvolver a coordenação motora e o jogo e a recreação, pois são trabalhadas atividades que fará a criança se desenvolver com prazer. A coordenação motora infantil permite que através de atividades lúdicas a mesma consiga correr, pular ou cortar papel com uma tesoura e fazer tarefas que irão se aperfeiçoar cada dia mais.

“Os fatores de produção de força tornam-se mais importantes após a criança controlar os seus movimentos fundamentais, transitando assim para a fase motora especializada.” (GALLAHVE, OZMUM, 2001.p.73)

É de fundamental importância no início da infância a coordenação motora, bem como o equilíbrio, neste período a criança inicia a ter algum controle das suas habilidades motoras fundamentais.

Com ajuda de atividades bem elaboradas e dinâmicas é possível receber respostas imediatas e assim podendo avalia-las. Os movimentos e a coordenação motora infantil vão se adequando a cada fase conforme o crescimento do mesmo. Crianças se desenvolvem e aprendem novas habilidades em tempos diferentes, portanto não se deve ser cobrado e nem comparado com o desenvolvimento dos demais.

4.3.1 Coordenação motora ampla (Grossa)

É determinada pelos movimentos musculares dos membros maiores onde definem os movimentos mais habilidosos, quando falamos sobre coordenação motora nos referimos à capacidade de usar de forma eficiente os nossos grandes músculos. A coordenação motora é o que permite o adulto ou criança dominar o seu corpo e controlar os seus movimentos.

A coordenação motora grossa ou ampla são movimentos realizados com grandes músculos:

Superiores	Inferiores
Exemplos	Exemplos
Cabeça	Quadris
Pescoço	Pernas
Ombros	Pés
Braços	

Por meio dos grandes membros podemos executar tarefas como:

- Andar;
- Correr;
- Saltar;
- Lançar objetos;
- Chutar.

4.3.2 Coordenação motora global

Coordenação motora global é a capacidade de usar de forma mais eficiente os músculos esqueléticos (grandes músculos) resultando em uma ação global mais eficiente, prática e econômica. Este tipo de coordenação permite a criança ou adulto dominar o corpo no espaço, controlando os movimentos mais rudes. Podemos perceber coordenação motora adequada verificando a agilidade, velocidade e a energia que se demonstra.

4.3.2.1 Subdivisões da coordenação motora global

Coordenação Oculomanual

É a capacidade do indivíduo, seja criança ou adulto de distinguir um objeto a sua volta coordenar es objeto percebido, ou seja é a habilidade que permite o indivíduo de realizar ações que requerem o uso simultâneo dos olhos e mãos, como realizar uma atividade que usa informação captada por nossos olhos (percepção visual e espacial) para guiar a nossas mãos e fazer um movimento.

Usamos os olhos com o fim de focar a atenção em um estímulo e ajudar o cérebro a perceber em que lugar do espaço o corpo está. (auto percepção) Exemplos: Boliche; encaixar pinos; Casinha de encaixar figuras geométricas.

Coordenação óculopedal

Movimento específicos dos pés, ou seja, é o uso coordenado do olho em relação aos pés. Movimentos em que o percebido pela visão é coordenado e uma ação executada por um ou ambos os pés. Exemplo: Passes; Recepções; Impulsos de objetos com um ou os dois pés.

Dissociação

Entende-se por dissociação a capacidade de individualizar os segmentos corporais que tomam parte na execução de um gesto intencional. A dissociação reverte-se de uma formula melódico-quinestesica que põe em causa aspectos do auto comando moto e aspectos de adaptação a situações que exijam continuidade rítmica de execução.

Dissociar é sinônimo de diferenciar, e no campo da psicomotricidade está em relação com o grau de dificuldade do controle mental do gesto. Nesta observação interessa verificar a possibilidade de independência dos vários segmentos corporais, quando estruturados em função de um fim. A independência segmentar que nos é mais significativa é a que se estabelece entre membros superior (diferenciação dos braços em relação ao tronco) e os membros inferiores (diferenciação das pernas em relação ao tronco).

Dismetria

É um déficit em uma parte mínima no cerebelo que induz no indivíduo uma interpretação inadequada de distância, desorientação espacial e incapacidade para alcançar com precisão um ponto determinado, mas não há interpretação errônea se esse ponto determinado está à frente, atrás ou de ambos os lados.

4.4 Motricidade Humana

O movimento não compreende apenas uma ação física. Cada ação de um indivíduo é guiada pela percepção que ele possui do ambiente e tem como objetivo uma melhora nessa interação. Portanto ainda que instintiva, qualquer ação depende de uma soma de conhecimentos sensoriais e de uma bagagem psicomotora. Quando toda essa realidade começou a ser aceita, estudar os movimentos apenas com um olhar para o que acontece no corpo do ser humano tornou-se algo extremamente superficial. Então, a motricidade surgiu como uma perspectiva para transcender esse ponto limítrofe e buscar uma visão do movimento em uma ótica holística.

A aprendizagem motora é um processo que exige interação com o ambiente, com o espaço a sua volta e com as pessoas, e o movimento que a criança realiza a conecta com estes elementos num processo contínuo e evolutivo. A visão da motricidade caracteriza como desenvolvimento toda a possibilidade de ascensão dos seres humanos, de uma forma ampla, e não apenas uma evolução na medida em que existe um acúmulo de conhecimento no profissional. Essa perspectiva é fundamental não apenas para o entendimento da disciplina, mas para a formação do ideal de qualquer setor diante das exigências competitivas.

A motricidade é um estudo do movimento a partir dos conhecimentos básicos sobre o homem, mas considerando uma definição em um contexto extremamente maior. É uma forma de compreender não apenas o movimento, mas o não movimento. A preparação para as ações do jogo é importante, mas o relacionamento também faz parte, para compreender a razão exatamente oposta à tensão imposta pela prática da atividade realizada.

Essa soma de perspectiva deu origem à matriz teórica da motricidade. A partir daí, o estudo do movimento e do homem, por assim dizer, deixou de ter como foco

única e simplesmente a ação física e passou a considerar ação de ergomotricidade (relação com o meio), reflexo (ação condicionada pelo histórico e interação entre o homem e o ambiente), e gênero (o campo em que ação acontece), por exemplo.

A ótica da motricidade requer que, percebemos os movimentos em sua totalidade, para que o desenvolvimento do indivíduo possa ser amplo sem todas as fases de sua vida. Nessa perspectiva é imprescindível a aspiração em construção consciente de ser e mover-se no momento. Para as exigências que norteiam seu desdobramento em tempo espaço.

A motricidade humana lembra que todo e qualquer movimento está repleto de experiências, cultura, sentimentos, emoções e intenções sendo assim em qualquer dimensão de movimento corporal, deve atentar-se para as mudanças que o transformam em busca de sua humanização, pois a ciência da motricidade humana é um projeto que se movimenta e vive por se movimentar.

A motricidade é a expressão da ação voluntária, a qual deve compreender funções executivas, ritmo, persistência e controle inibitório para realizar uma tarefa ou uma expressão emocional de forma adequada, com eficácia e embutida de início, meio e fim. Na infância, ela assume papel primordial, pois nesta fase da vida as tentativas de acerto por meio do erro na forma de fazer e cumprir uma tarefa motora são o principal meio de aprender e memorizar estratégias. Desta forma, o bom desenvolvimento motor durante os primeiros anos de vida alicerça e lapida as etapas de aprendizagem que virão.

A motricidade humana se assenta num conjunto de habilidades que vão sendo desenvolvidas na infância e envolvem não somente o ato motor em si, mas também a percepção visual, sensorial, o equilíbrio, o tônus muscular, a lateralidade e o controle emocional. A ligação e a integração das diversas áreas cerebrais responsáveis por estas habilidades embasam e mediam uma ação motora adequada. O desenvolvimento das mesmas durante o brincar, o pular, o montar, o desenhar e o recortar vão pela repetição e o treino melhorando e sofisticando a sequência organizada do processo motor. Quantas junções cognitivas executadas são a memória, linguagem e as habilidades espaciais, as quais modulam a motricidade e por ela são também desenvolvidas e aprimoradas com o passar do tempo. Ao cumprir

uma tarefa com a ação motora, a criança aumenta a possibilidade de memorizá-la e consolidá-la em seu cérebro.

4.5 Tônus Muscular

Os estímulos nervosos são os responsáveis por provocar o tônus muscular, estado no qual os músculos se encontram constantemente em movimentos voluntários e involuntários da criança.

O tônus muscular e o estado involuntário de contração natural dos músculos corporais, responsável por fazer com que consigam entrar em ação sempre que necessário. O tônus é o fator fundamental da psicomotricidade, tanto que podemos localizar informações sobre o assunto na 1ª unidade neurofuncional de Luria, e com isso, fazendo parte do alicerce da vida afetiva, motora, cognitiva e social da criança, mostrando a nós a base para a construção da aprendizagem, que cuja a função é de alerta e de vigilância do movimento como um todo da criança, tendo papel fundamental no desenvolvimento motor e psicológico do indivíduo.

Sem o tônus muscular, os músculos estariam constantemente em repouso (hipotônus), que dificultaria o movimento imediato do indivíduo. Por outro lado, a hipertonia consiste no aumento anormal do tônus muscular, este tipo de condição é normalmente consequência de patologias neurológicas ou motivadas por tensões emocionais, as tensões emocionais provocam sensações de tensões musculares que fazem com que o corpo gaste mais energia do que o normal, ocasionando fadiga muscular e dores musculares em movimentos diários e movimentos em atividades específicas.

- **Tônus Postural:** Responsável por toda equilibração muscular do corpo humano.
- **Hipotonia:** Perda do tônus muscular.
- **Hipertonia:** Aumento desequilibrado do tônus muscular.

4.6 Fase das Habilidades motoras da Pirâmide de Gallahue



FIGURA 2: As fases do desenvolvimento motor FONTE: Gallahue e Ozmun,2005, p.57

Habilidade motora fetal (Da concepção até o nascimento)

Os movimentos do ser humano iniciam na gestação, os primeiros movimentos que o feto realiza, são induzidos por reflexos. Esses reflexos são movimentos involuntários, aparte disso o bebê obtém informações sobre o ambiente. As reações do feto com relação ao toque, a sons ou alteração ao nível de estresse ou prazer da mãe, estimulam a atividade motora involuntária do feto.

Habilidade motora Espontânea e Reflexiva (Do nascimento até 4 meses)

Ao nascer o bebê tem seus sentidos prontos, porém ainda não completamente desenvolvidos. Eles fazem parte da caixa de ferramentas da identificação do meio onde vive. Da saída do interior da barriga da mãe sai para uma explosão sensorial do mundo exterior. A medida que o bebê cresce desenvolve a musculatura, vai obtendo controle corporal, passando de gestos bruscos a movimentos refinados, controlados e com determinada intenção. O processo de maturação acontece nos primeiros seis anos de vida. O desenvolvimento físico dos aparelhos sensorial e motor são importantes para que o mesmo inicie a explorar o meio onde vive sendo guiado pelo instinto natural da curiosidade e interesse no conhecimento de tudo que o rodeia.

Nesse período o bebê tem possibilidade de:

- Consegue sentar-se se devidamente apoiado.
- Tem controle completo sobre a cabeça e usa-o para explorar o mundo à sua volta, olhando para ambos os lados.
- Deitado de costas, levanta a cabeça durante vários segundos; deitado de barriga para baixo começa a elevar-se com apoio das mãos e dos braços e virar a cabeça.
- Já rebola e volta.
- O controle das mãos é mais fino, sendo capaz de segurar num brinquedo.

Habilidade motora rudimentar (De 4 meses a 2 anos de idade)

Ao completa o segundo ano de vida, o bebê passa a ser mais ativo em relação aos seus movimentos, ele passa a ser uma criança que já caminha, corre e fala. O conhecimento dos limites e regras estabelecido pelos pais e por suas próprias limitações em termos físico, emocional e cognitivo vai ocupar grande parte do tempo da criança, que no momento está curiosa e pronta para descobrir o que tem no mundo a sua volta. Com tudo esse movimento ainda não estão completamente desenvolvidos e não compreendem bem seus limites, a mesma ainda está passando por um processo de aprendizagem corporal, onde aos poucos vai sendo construído, para que a mesma tenha a possibilidade de se movimentar adequadamente.

Nesse período a criança tem a possibilidade de:

- Dependendo do seu contato com livros, já consegue virar as páginas.
- É um caminhante! Já se senta e levanta, quando quer! A exploração do mundo ganha uma nova perspectiva.
- Já sobe escadas com o mesmo pé.
- À medida que o equilíbrio se estabelece, começa a correr, a andar para trás e a saltar, mas ainda o faz com os dois pés.
- Sobe escadas sem ajuda.
- Consegue interagir com uma bola usando os pés e as mãos.

- Anda como um adulto, mudando de direção, correndo. Já consegue parar de repente.

Habilidade motora básica (Período Pré-Operatório 2 anos a 7 anos)

Nesse período é que a criança assimila ideias a partir de um ponto de partida. Para Piaget, a assimilação significa a incorporação de novos elementos a estrutura psicológica já existente e a compreensão da transformação das estruturas e elementos contidos no ambiente escolar ou no meio onde vive. Após o conhecimento representativo da criança, a mesma inicia a fase de sucessivas construções e equilibrações. A construção é a essência do conhecimento que a criança obtém, a partir da busca por soluções de problemas vivenciados pela criança.

Habilidade básica combinada (Período das Operações Concretas de 7 a 12 anos)

É nessa fase que a criança organiza verdadeiramente seus pensamentos, a mesma começa a ver o mundo com mais realismo e deixa de confundir o real com o empírico.

Nesse estágio que a criança ultrapassa o egocentrismo onde a concentração impedia a criança de entender que existia perspectivas além da sua. É onde surge o pensamento lógico, desenvolvendo conceitos e sendo capaz de realizar ações mentais, ou seja, a criança já consegue realizar operações, porém, necessita da realidade concreta, a mesma tem que ter noção de realidade concreta para que seja possível a criança realizar seus movimentos e ações. Duas características são fundamentais em sua forma de raciocinar:

Reversibilidade:

É a capacidade que a criança utiliza para anular uma situação transformada voltando para o ponto de início do problema.

Descentração:

Onde a criança observa vários aspectos de um objeto e a relação entre os demais objetos.

Habilidade específica (Operação Formal de 12 anos em diante)

É a transição da saída da operação concreta para a forma, ao iniciar essa fase a criança e quase uma adolescente. Essa é a etapa final do desenvolvimento cognitivo, onde se desenvolve a capacidade do pensamento abstrato de modo a manipular o novo e as informações contida nele que tem a compreensão do tempo e do espaço terrestre se desprendendo do aqui e agora.

4.7 As fases do desenvolvimento motor Ampulheta Heurística

As fases do desenvolvimento motor

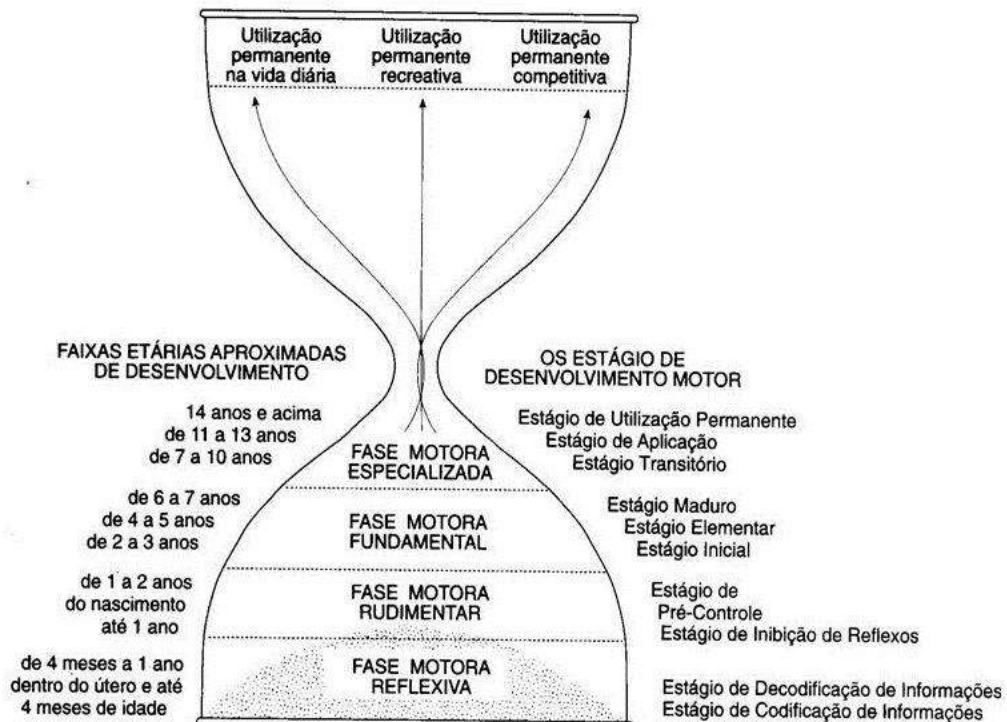


FIGURA 2: As fases do desenvolvimento motor FONTE: Gallahue e Ozmun,2005, p.57

É chamada ampulheta do Desenvolvimento motor ou ampulheta da vida, de Gallahue e Ozmun, tem como finalidade apresentar de forma ilustrada as fases do desenvolvimento motor que o ser humano adquire ao longo da vida.

Esse desenvolvimento é caracterizado por sua organização que se segue numa direção, que se inicia na cabeça em direção aos pés e do centro do corpo em direção as extremidades do corpo.

Fase motora refletiva

Essa fase tem início no útero, após os movimentos que o feto realiza são reflexivos, e vai até um ano de idade. A fase motora reflexiva é a fase dos movimentos

involuntários, que recebem estímulos específicos que podem ser reflexos posturais que são um pré-requisito para o desenvolvimento dos mecanismos de locomoção, manipulação e estabilização, e os reflexos locomotores que são inibidos nesta fase, porem já existem no sistema nervoso.

Fase motora de movimentos rudimentares

Fase que se inicia com um ano de idade até os dois anos de idade, é caracterizada pelos primeiros movimentos voluntários da criança que inicialmente costumam ser desordenados. Essa fase é dividida em estágio de inibição dos reflexos, que é a transição dos movimentos reflexivos para os movimentos controlados devidos a maturação do sistema nervoso e a diminuição das ambientais. Já o estágio de pré-controle é caracterizado pelo maior controle e precisão dos movimentos realizados pela criança, conseguindo manter o equilíbrio, manipular objetos e a exploração do meio onde vive e onde e do ambiente escolar, adequando a locomoção da mesma.

Fase motora dos movimentos fundamentais

Fase que tem início aos dois anos até os sete anos de idade, nesta fase do desenvolvimento motor e representada por um período no qual a criança está atualmente envolvida na exploração do ambiente e na experimentação da capacidade motora do seu corpo. É um período de descoberta onde a criança irá desempenhar uma variedade de movimentos, estabilizadores, locomotores e manipuladores, inicialmente iniciara isoladamente em seguida de modo combinado.

Crianças que iniciam o desenvolvimento do padrão fundamental do movimento motor estão no processo de aprendizagem de como reagir com relação ao controle motor, competência motora e vários outros movimentos que tenha um estímulo significativo, e assim obtendo um desenvolvimento crescente do controle motor para realizar movimentos discretos.

As características do movimento fundamental são formadas por padrões básicos de acompanhamento observável. As atividades locomotoras (correr e saltar), manipulativas (arremessar e apanhar) e estabilizadoras (andar com firmeza e o equilíbrio em um pé só) são exemplos de movimentos motores fundamentais que ao serem desenvolvido na infância melhoram as habilidades e a capacidade da criança em relação ao desenvolvimento do movimento corporal.

Fase do desenvolvimento motor especializado

O movimento especializado é aquele que possibilita que o aluno recupere e mantenha o equilíbrio em relação a força da gravidade. A fase especializada da habilidade motora inicia-se aos sete anos de idade. Nesta fase começa a se movimentar com maior frequência, com o estímulo do interesse pelo jogo, recreação ou esporte. É nessa fase que as habilidades de estabilidade, locomoção e manipulação dos movimentos fundamentais são gradualmente combinadas e refinadas para o desempenho do desenvolvimento corporal nas atividades que são aplicadas.

4.8 Esquema Corporal

Através do nosso corpo, podemos conhecer e interagir com o meio onde vivemos. Podemos através de brincadeiras, sensações que gradativamente nos mostram o que faz parte de nosso corpo (construção do “eu”) e o que é parte do ambiente.

A função motora, o desenvolvimento intelectual e o desenvolvimento afetivo no indivíduo estão intimamente relacionados. A psicomotricidade quer justamente destacar a relação existente entre a motricidade, a mente e afetividade é facilitar a abordagem global da criança. O esquema corporal é justamente para a boa postura e para o equilíbrio e, a partir dele, adquirir conceitos para a estruturação espaço temporal.

O esquema corporal é um elemento básico indispensável para a formação da personalidade da criança. O esquema corporal resulta das experiências que o indivíduo possui provenientes do corpo e das sensações que vivenciou. Não é um conceito aprendido e que depende de treinamento. Ele se organiza pela experiência do corpo da criança. É uma construção mental que a criança realiza gradualmente, de acordo com o uso que faz de seu corpo. Segundo Le Bouch (1981. p. 74), o esquema corporal é dividido em etapas.

4.8.1 Desenvolvimento Corporal

Ocorre com o amadurecimento neurológico da criança. A criança nasce sem realização e começa a receber estímulos das experiências que está criança já viveu. Isso porque todo processo do esquema corporal é iniciado antes do nascimento e desenvolvimento com a maturação da criança

O processo de construção do esquema corporal é realizado através de atividades que visam: exercita a lateralidade e a noção espaço-temporal. Consciência de diferentes segmentos do corpo com uma noção global.

A percepção e o controle do próprio corpo através das diferentes partes do corpo (mostrar, nomear, transpor) e sua diferenciação (exercício ritmado de segmentos), das técnicas de relaxamento global e parcial, do domínio da respiração (nasal, torácica, diafragmática, isolada e conjuntamente com movimentos), pela educação das atividades, econômica e equilíbrio das posturas.

Entendimento da motricidade fina, favorecida pelos movimentos manuais relacionados a construção e a expressão corporal. O esquema corporal é desenvolvido através da organização das sensações relativas ao seu próprio corpo com relação aos estímulos e o entendimento do meio onde o indivíduo vive.

Os sistemas responsáveis pelo desenvolvimento do Esquema Corporal:

- ✓ Interocepção: Onde o indivíduo tem sensações relacionada ao interior do organismo. Ex: Ph, Temperatura, cólicas;
- ✓ Propriocepção: É a capacidade que o indivíduo tem em reconhecer a localização espacial do corpo, sua posição e orientação, a força exercida pelos músculos e a posição de cada parte do corpo em relação às demais, posição de cada parte do corpo em relação às demais, sem utilizar a visão. Obs: (O hemiplégico, de olhos vendados não consegue perceber seus movimentos corporais no lado plégico porque tem alteração proprioceptiva.)
- ✓ Exterocepção: É a capacidade de detectar estímulos sensoriais do exterior do corpo, tais como: audição, visão, gustação, tato e olfato.

1ª Etapa: Corpo Vivido (até 3 anos de idade)

Corresponde à fase de inteligência sensório-motora de Piaget. O bebê sente o meio ambiente como fazendo parte dele mesmo. Esta etapa é vivenciada. (e/ ou pode ser estimulada por atividades espontâneas do bebê, por comandos verbais simples como, por exemplo: ande!, corra!, pegue! Pule!, venha! (...)) e por sensações trazidas pelas diferentes posturas: deitado, sentado, semi-ajoelhado, ajoelhado e em pé.

A percepção das partes do corpo se inicia pelo toque, pelo auto toque, pela sua imagem no espelho, em outras crianças, figuras e imagens. À medida que cresce, com maior amadurecimento de seu sistema nervoso, vai ampliando suas experiências e passa pouco a pouco a se diferenciar do meio ambiente. Nesse período a criança tem uma necessidade muito grande de movimentação e através desta vai enriquecendo a experiência subjetiva de seu corpo e ampliando a sua experiência motora. As atividades iniciais nesse período são totalmente espontâneas.

2ª Etapa: Corpo Percebido ou Descoberto (3 a 7 anos)

Corresponde à organização do esquema corporal devido à maturação da junção de interiorização que é definida como a possibilidade de deslocar sua atenção do meio ambiente para seu próprio corpo a fim de levar à tomada de consciência. A função de interiorização permite a passagem do ajustamento espontâneo a um ajustamento controlado que, propicia maior domínio do corpo, culminando em maior dissociação dos movimentos voluntários.

A criança com isso passa a aperfeiçoar e refinar seus movimentos adquirindo maior coordenação dentro de um espaço e tempo determinado. Descobre sua dominância e com ela seu eixo corporal. O corpo passa a ser um ponto de referência para se situar e situar os objetos em seu espaço e tempo. Neste momento assimila conceitos como embaixo, cima, direita, esquerda e adquire também noções temporais como a duração dos intervalos de tempo e de ordem e sucessão, isto é primeiro e último. No final dessa fase, a criança pode ser caracterizada como pré-operatória, porque está submetida à percepção num espaço em parte representado, mas ainda centralizado sobre o próprio corpo.

3ª Etapa: Corpo Representado (7 a 12 anos)

Nesta etapa observa-se a estrutura do esquema corporal. No início desta fase a representação mental da imagem do corpo consiste numa simples imagem reprodutora, isto é, uma imagem de corpo estático. A criança só dispõe de uma imagem mental do corpo em movimento a partir de 10/12 anos, significando que atingiu uma representação mental de uma sucessão motora, com a introdução do fator temporal. Sua imagem de corpo passa a ser antecipatória, e não mais somente reprodutora revelando um verdadeiro trabalho mental devido à evolução das funções cognitivas correspondentes ao estágio preconizado por Piaget de operações concretas. Os pontos de referência não estão mais centralizados no próprio corpo, mas são exteriores ao sujeito, podendo ele mesmo criar os pontos de referência que irão orientá-lo.

O esquema corporal é a representação mental do nosso corpo à nível cortical. Adquirindo o conhecimento necessário na qual o corpo organiza-se no espaço que rodeia seu movimento e ações. Deve ser lembrado que a maturação do sistema nervoso é essencial para que tais sensações e movimento e reconhecimento do esquema corporal sejam percebidas pelo indivíduo.

4.9 Equilíbrio

A psicomotricidade envolve toda ação realizada pelo indivíduo, é a integração entre o psiquismo e a motricidade, buscando um desenvolvimento global, focando os aspectos afetivos, motores e cognitivos levando o indivíduo à tomada de consciência do seu corpo por meio do movimento.

“A equilibração em termos psicomotores, como a integração da postura num sistema funcional complexo, que combina a função tônica e a proprioceptividade nas inúmeras relações como espaço envolvente. Queiros e Schragger (Fonnseca, 1992: p.146)”.

O equilíbrio é a capacidade de manter-se sobre uma base reduzida de sustentação do corpo utilizando uma combinação adequada de ações musculares, parado ou em movimento. Dependendo essencialmente do sistema labiríntico e do sistema plantar.

O equilíbrio constante seja qual for a forma de a atividade ou de repouso e a harmonia do movimento faz com que a pessoa se sinta bem. O equilíbrio postural está diretamente associado aos exercícios de consciência e controle do próprio corpo, o mesmo pode ser alcançado através de exercícios de equilíbrio e coordenação em alguns casos basta incentivar o estabelecimento na criança de hábitos simples.

Em outros casos tem que ser alcançado um estado de tomada de consciência e de uma educação real do equilíbrio postural. O equilíbrio e a base de toda a coordenação dinâmica global. A manutenção do corpo em uma mesma posição durante um tempo determinado pode ser estática ou dinâmica.

4.9.1 Equilíbrio Estático

Exige muita concentração e seu controle se faz importante para futura e adequada aprendizagem, suas formas de ação referem-se à capacidade de sustenta-se em diferentes situações, seu domínio implica o controle da postura.

4.9.2 Equilíbrio Dinâmico

Está em estreita relação com a constituição das funções tônico-motoras, com os membros e os órgãos.

“A equilibração em termos psicomotores, como a integração da postura num sistema funcional complexo, que combina a função tônica e a proprioceptividade nas inúmeras relações com o espaço envolvente.”(in FONSECA,1992:146)

A dificuldade de aprendizagem do equilíbrio é diversa e pode envolver fatores orgânicos, ocorrendo, na maioria das vezes, uma inter-relação entre os fatores intelectuais, cognitivos, emocionais e orgânicos, levando até mesmo em conta instrução insuficiente ou inapropriada.

As condições internas da aprendizagem, cuja integridade anatômico-funcional possibilitam a percepção dos estímulos e um comportamento adequado frente aos mesmos. Entretanto as condições extremas são fundamentais no fornecimento destes estímulos.

Oviros e Schrager (1970) relatam que o sistema do equilíbrio atua sobre os mecanismos de aprendizagem por meio de interações sensoriais provenientes fundamentalmente de aferências proprioceptivas, vestibulares e visuais.

4.10 Domínio Respiratório

A respiração é fundamental para a execução das atividades físicas. A respiração é constituída de dois momentos inspiração e expiração. Quanto mais calmos o indivíduo estiver mais lento e regular será a respiração, quanto mais agitado ou ansioso mais rápido será. No ato de respirar enviamos oxigênio para o nosso organismo, o ideal é procurar manter uma respiração num ritmo regular e tranquilo. O controle respiratório é adquirido através de uma respiração abdominal. O tempo inspiração deve ser sempre menor do que o de expiração.

A respiração ativa diretamente sobre o mecanismo da dor e das emoções. Uma respiração correta é capaz de aliviar a tensão, eliminar sensações como medo, a angustia e a dor. O controle de si mesmo, a respiração se adapta de forma automática as necessidades de cada momento. E importante respeitar e não forçar a criança nos exercícios respiratórios para que não venham provocar nas mesmo tonturas, enjoos e fadigas.

A respiração é fundamental na percepção do próprio corpo, uma respiração equilibrada permite a interiorização da atenção que controla a decisão muscular geral. Primeiro deve ser realizada a educação da consciência respiratória e depois o controle do ato respiratório, existem evidencias claras da relação entre amplitude dos distúrbios observados no exame respiratório. A respiração pode estar ligada diretamente ao grau de ansiedade, a apneia e capacidade da criança de foca a atenção (ela está relacionada ao poder de concentração da atenção). A educação respiratória é fundamental na educação psicomotora e deve ser conduzida paralelamente com a educação de outros domínios.

4.11 Formas de trabalhar o Esquema Corporal

Para trabalhar a forma do esquema corporal na criança é importante trabalhar as 3 vias, (interocepção, propriocepção e exterocepção.)

- **Excrocepção:** As ações que possibilitam o desenvolvimento cognitivo e sócio afetivo se estabelecem através da interação que a criança tem através do meio no qual ela faz parte. A criança constrói o conhecimento e a sensibilidade da vivencia com o meio externo, tendo como estímulo os aspectos auditivos olfativos, gustativos, visuais e principalmente o tátil. O planejamento de atividades que estimulam a interação, comunicação, sensibilidade, conhecimento corporal e a observação do espaço são significativo para o processo sensório moto e cognitivo do aluno. O objetivo da atividade educativa é levar a criança a descobrir os componentes do ambiente na medida em que a mesma compreende o seu esquema corporal. Trabalhar em atividades materiais em contato com a pele ou atividade que inclua o toque, tendo uma música que fale das partes do corpo, como exemplo, facilita o aluno a compreender o esquema corporal. Exemplo de materiais: papel molhado, tinta, tecidos etc... No aluno hemiplégico tocar o lado plégico para o cérebro receber estímulos que possam facilitar a estimular a memória da imagem corporal.

- **Própriocepção:** É a capacidade que o indivíduo tem em reconhecer a localização espacial do corpo, sua posição e orientação, a força do corpo em relação as demais. A especificidade da percepção permite a manutenção do equilíbrio postural e a realização de diversas atividades práticas. Atividades proprioceptivas atuam como capacidade reflexa no caso de movimentos bruscos inesperados ou simplesmente na mudança de direção de determinado movimento, projetando as articulações. Os exercícios proprioceptivos devem ser realizados como prevenção e aprimoramento corporal do indivíduo. Atividades proprioceptivas podem ser inseridas em qualquer atividade esportiva, principalmente a que exija agilidade, coordenação motora, mudanças de direção e jogos de contato.

- Exercício de equilíbrio, com apoio unipodal ou sem auxílio da visão.
- Exercício de equilíbrio, cama elástica, balance, amarelinha, corrida de saco etc.
- Exercício de estimulando o gesto do esporte e do jogo recreativo no indivíduo.

- Jogo recreativo no indivíduo.
 - Jogos que ativem a memória e concentração.
- **Interocepção:** Sentido que informa ao cérebro, a cada momento, sobre o estado de funcionamento interno do corpo humano por meio de nervos presentes em todos os órgãos internos do indivíduo. Contudo é complicado de trabalhar já que normalmente o indivíduo só sente os órgãos internos em caso de dores ou mal-estar. Quando os órgãos internos estão normais o indivíduo não tem consciência deles. O trabalho de conscientização deve ser realizado através da respiração da musculatura. Quando a criança está enferma e reclamar de dores, cabe aos responsáveis localizar e nomear as partes internas do corpo.

4.12 Relaxamento

É um método de condicionamento psicofisiológico, que busca desfazer as tensões físicas, mentais e emocionais, levando a criança a vivenciar uma sensação de calma, redução de fadiga, fazendo com que o funcionamento do organismo obtenha um equilíbrio satisfatório, onde a agitação desapareça e a criança possa sentir-se mais à vontade com seu corpo. O relaxamento é realizado aparte do controle do tônus muscular, que tem o objetivo ser capaz de contrair e principalmente de relaxar.

4.13 Freio Inibitório

Capacidade que a criança, adolescente ou adulto tem de controlar o seu movimento corporal e muda-lo de direção na realização de um movimento, ou seja, é o controle do movimento realizado pelo mesmo no tempo e no espaço. Inicialmente em movimentos simples e só em seguida em movimentos combinados com nível de pressão. Exemplo: Limites da marcha, na corrida, no ritmo e no ouvir sinal parar. Com esse freio inibitório o mesmo tem a capacidade e habilidade de comandar voluntariamente o movimento de supressão corporal no tempo e espaço exato.

4.14 Memória Visual

- ✓ É a capacidade da criança em armazenar imagens.
- ✓ É a capacidade que o indivíduo desenvolve em reter com precisão, a longo ou curto prazo, uma série de estímulos presenciados visualmente.
- ✓ Está ligado profundamente com a atenção e com a imagem figura-fundo.
- ✓ É por meio dessa capacidade que a capacidade que a criança irá futuramente memorizar letras, números, cores e formas.

4.14.1 Habilidades Visuais Específicas

Percepção e discriminação de semelhanças e diferenças

Em relação ao tamanho, forma, cor, posição, espessura e detalhes internos e externos de objetos, e do meio onde ele vive.

Percepção de forma e tamanho

É a forma que a criança irá perceber que um determinado objeto permanece inalterado apesar da posição no espaço independente do ângulo que é percebido.

Percepção da imagem

O cérebro faz uma seleção dos estímulos que recebemos, e ela varia conforme o interesse do momento. Estímulos selecionados pelo cérebro como foco principal da atenção chama-se FIGURA e os estímulos restantes são o FUNDO.

4.15 Imagem Corporal

Imagem corporal é a representação mental que cada indivíduo faz de seu próprio corpo, também conhecido como consciência corpórea. Diferente do esquema corporal que aponta o que eu tenho, a imagem corporal me aponta como sou o que nem sempre corresponde à realidade.

Há uma região cerebral reconhecida por ser a sede da consciência corporal, é o lobo parental: Na imagem corporal estão envolvidas questões imaginárias ligadas ao aspecto psíquico e emocional. Lesões neurológicas, conhecidas como síndromes de negligência corporal, nesta região promovem quadros caracterizados por

desorganização das percepções corporais, onde perde-se o reconhecimento de partes do próprio corpo.

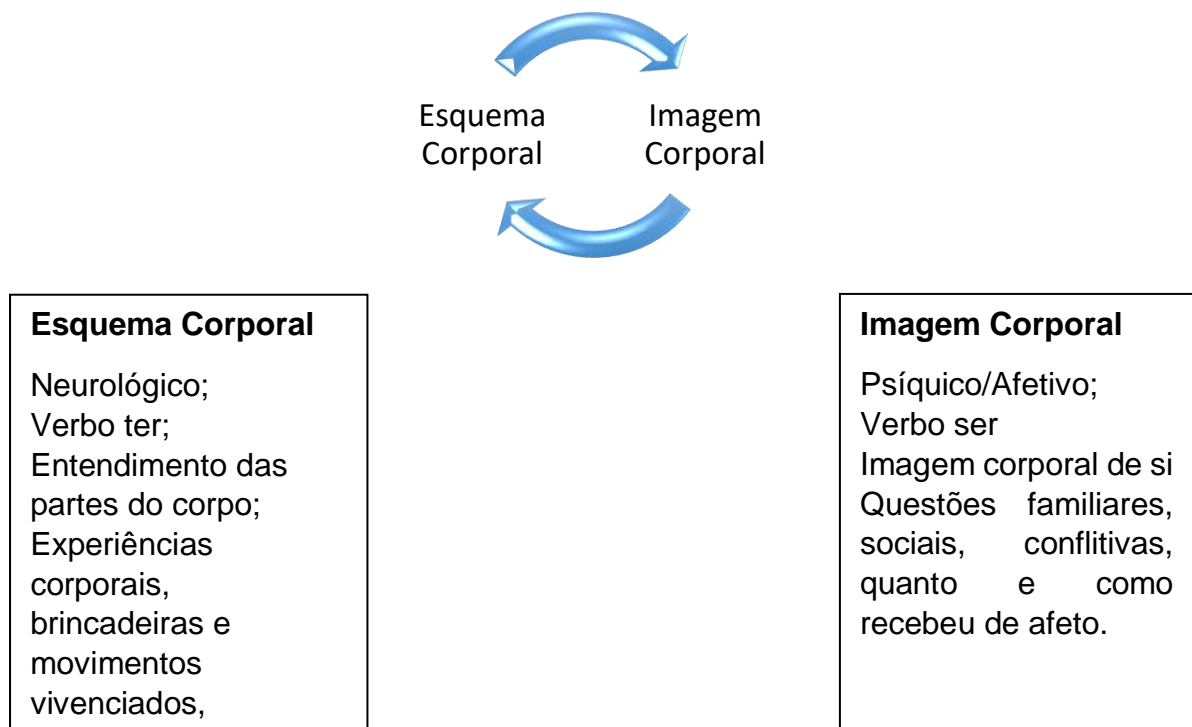
O desenvolvimento da consciência corporal ocorre progressivamente com a maturidade neurológica e estas informações vão sendo somadas ao longo do desenvolvimento infantil até o desenvolvimento corporal definitivo, que usualmente ocorre na adolescência. O esperado é que nesta fase o aluno já tenha uma imagem do ponto de vista psíquico do corpo bem desenvolvido na região do lobo parental. Embora para toda a vida esta imagem poderá ser modificada diante de adversidades que mudem concretamente a constituição do corpo, como ganhos e perdas de peso ou mesmo amputação.

Do ponto de vista psicológico, para uma adequada construção da imagem corporal é necessária uma boa construção da estrutura emocional do “eu”. A percepção do corpo refere-se mais à construção e à organização de uma imagem sobre o corpo do que uma percepção objetiva propriamente dita, e esta construção da imagem corporal está sempre ligada a experiências afetivas impostas pela relação com o outro.

Quanto mais precocemente se constrói um auto avaliação positiva, mais seguro de si o indivíduo será, não somente o seu corpo, mas também os inúmeros parâmetros de auto avaliação.

Por tanto, torna-se tão claro que para sermos adultos seguros e de bom relacionamento com nossa imagem corporal, precisamos promover muito precocemente nas crianças a certeza do quão queridas elas podem ser da maneira como verdadeiramente são, celebrando a diversidade de constituições corporais e características pessoais, garantindo o desenvolvimento de adultos que se relacionam bem com seus corpos e consigo mesmos.

É na função do esquema com a imagem corporal que todas as funções psicomotoras vão surgir.



4.16 Conhecimento corporal

Em um mundo cada vez mais mental e racional, onde o conhecimento do crescimento e desenvolvimento do conhecimento corporal e de propriedade intelectual do ser humano predomina sobre o seu corpo, são poucas as pessoas que tem o conhecimento e o entendimento das características específicas de que é consciência corpórea.

A maioria dos indivíduos olham para o físico somente em momentos de dor, doença ou quando não estão satisfeitas com a estética. Em outros casos está relacionado alguma coisa errada no meio interno, ou seja, no organismo, onde sinais de alerta são enviados por meios de estímulos existentes nas terminações nervosas para que o indivíduo de atenção para a estrutura física.

A consciência corporal é a capacidade que o ser humano desenvolve para conhecer o seu corpo, como ele funciona, suas limitações e condições físicas interna e externa. Esse conhecimento é adquirido a parti do estímulo que a criança tem do meio externo no ambiente escolar.

Crescer e desenvolver são processos inseparáveis, aquisições de padrões de movimentos, mudanças, aumentos nas estruturas corporais são fatores ao qual estão diretamente ligados com todo o processo de maturação da criança.

A consciência corporal está relacionada ao desenvolvimento de aprendizagem, é o fruto da curiosidade, da descoberta e da intenção da mesma de compreender a correlação entre o crescimento e o conhecimento corpóreo por meio das realizações de movimentos voluntários em atividades motoras no ambiente escolar.

“Estas mudanças não ocorrem dentro de uma normalidade. Verifica-se uma reciprocidade de influências decorrente de diferentes velocidades de desenvolvimento, o que reflete taxa de crescimento.” (ARRUDA. 1990 p11).

É importante salientar que cada ser humano é único, fatores genéticos, ambientais, sociais e intelectuais motivam o desenvolvimento individual de cada criança, pois o crescimento e o conhecimento corporal são um fator pessoal dependente da intervenção de diferentes variáveis.

Contudo, o genótipo, fenótipo é o meio são importantes influenciadores no processo de crescimento, e desenvolvimento do conhecimento corporal. A função desses fatores causa mudanças e respostas diferentes e significativas em cada organismo, no plano da consciência corporal a criança inicia o reconhecimento a imagem do seu corpo através de interações sociais, jogos e recreações que lhe proporcionam a construção de seu entendimento corpóreo.

A consciência corporal é desenvolvida e aprimorada em um período prolongado onde a criança irá receber as informações, entende-las e por fim colocá-las em prática, pois todos os movimentos, posturas e ações podem ser observadas para que a criança possa conhecer amplamente o seu conhecimento e desenvolvimento corporal. Dessa forma obtendo total controle sobre seu corpo.

4.17 Lateralidade

Associado a uma assimetria funcional que determina uma preferência lateral, ou seja, é uma dimensão da atividade motora humana marcada pela dominância de um lado corporal sobre o outro.

Hemisférios esquerdo: domina a lógica

Hemisfério direito: é intuitivo (emoção)

Um lado do corpo é conseqüentemente uma parte do cérebro que assume uma ascendência nas variadas atividades motoras e respectivas. A lateralidade pode ser entendida como bússola do esquema corporal humano. Para que uma criança desenvolva a dominância manual e lateralidade é importante que ela tenha adquirido certo grau de consciência corporal, o sentido reforçado pela visão, também é importante na determinação das lateralidades na criança, já que permite que ela diferencie a direita e a esquerda dentro de si mesma.

É na consciência de sua lateralidade que a mesma irá conseguir identificar direita e esquerda, pois assim a criança terá mais facilidade de perceber os movimentos corporais no tempo e espaço. A noção de direita e esquerda refere-se ao espaço externo do indivíduo, ou seja, ligada a noção espacial, a lateralidade refere-se ao espaço interno.

As diferentes experiências em atividades manuais, pedais e oculares favorecerão o amadurecimento do sistema neurológico da estruturação do esquema corporal e da identificação do lado dominante. A identificação só é possível a partir e uma certa idade, mais ou menos, por volta dos seis anos, e por este motivo que não é recomendado a imposição da lateralidade.

Durante o desenvolvimento da criança, naturalmente e definido a lateralidade e esta pode ser:

- Lateralidade Homogenia: Dominância destra ou canhota a nível de todas as observações (membros superiores, inferiores, olhos e ouvidos.)
- Lateralidade Cruzada: Destra da mão, canhota do pé, do olho e ouvido ou vice-versa.
- Lateralidade Ambidestra: É tão hábil do lado esquerdo quanto do direito. A lateralidade é função da dominância lateral e um dos hemisférios orgânicos o ato motor e o outro dá apoio, fechado por volta de 7/8 anos.

4.18 Praxia fina

- A mão humana é anatomicamente e encefalicamente o órgão da praxia fina, a mão possui uma enorme potencialidade motora que tem a capacidade de realizar movimentos específicos, usando pequenos músculos.
- A praxia fina necessita que o aluno seja capaz de interpretar as suas percepções visuais e transforma-la em movimentos físicos correspondentes.

4.18.1 Coordenação dinâmica manual

É a responsável pela destreza bimanual e agilidade digital.

Exemplos:

Abrir e fechar as mãos, alternadamente.

Opor o polegar a todos os dedos

Abrir e fechar os dedos como um leque.

4.18.2 Tamborilar

É realizado através de uma dissociação digital sequencial que envolve a localização tátil-anestésica dos dedos e sua motricidade independente e harmoniosa.

Exemplos:

Usar as mãos para modelar a argila

Esticar o elástico de borracha entre os dedos e mãos

Faça um punho e aperte o máximo que puder e fique assim maior período de tempo possível.

4.18.3 Localizar os objetos no espaço

A praxia fina é fundamental no processo de alfabetização, onde a mão assume papel fundamental, toda informação relacionada a espaço para a criança tem que ser interpretada através do seu próprio corpo. Este é seu referencial.

Exemplo:

Pegar um lápis no final da sala

Fazer um x na lousa do jogo da velha com o pincel.

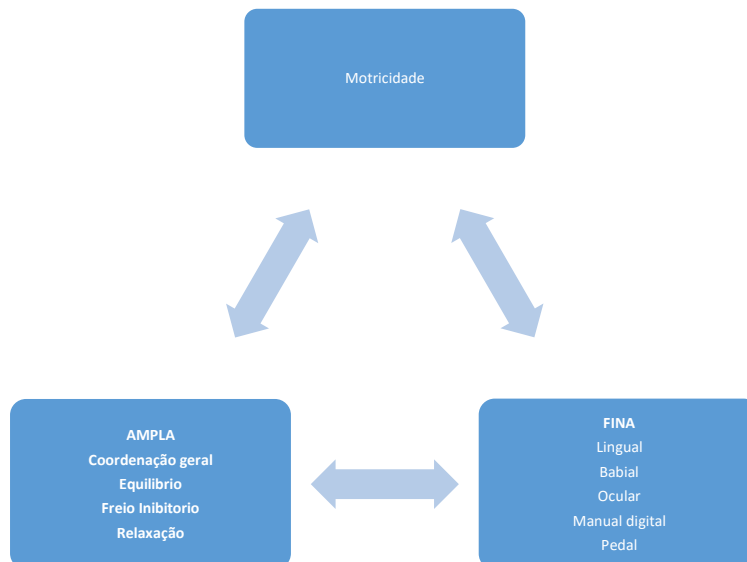
No jogo de quem pega primeiro, localizar e pega apenas a bola de vôlei.

4.19 Existem diferentes tipos de funções praxicas, as ações podem ser:

Global: É a ação que podemos observar nas crianças pequenas, é o simplesmente brincar para entender o caráter lúdico. A criança executa movimentos para reconhecer e explorar o meio onde vive, sem ter consciência desses movimentos. Aproximadamente até os 6 anos de idade atende aos estímulos solicitados pelo meio externo.

Analítica: É quando a criança começa a analisar e interpretar os movimentos que realiza espontaneamente ou compreendendo e atendendo a comandos simples. Esse desenvolvimento se dá aproximadamente aos 7 ou 8 anos de idade.

Sintética: É o momento onde a criança já consegue compreender e coordenar um conjunto global dos movimentos e amadurecimento dessa coordenação ocorre aproximadamente aos 10 anos de idade.



4.20 Estrutura Espacial

Da mesma forma que as demais áreas de conhecimento, a educação física tem um papel importante na formação dos alunos, pois tem o objetivo de ajuda-los a tomar consciência e entender seu corpo e a trabalhar o equilíbrio emocional, social e a autoestima. É através das relações espaciais que nos situamos no meio onde vivemos.

A orientação espacial é a capacidade que tem o indivíduo de situar-se orientar-se, localizar outra pessoa ou objeto dentro de um determinado espaço.

Quando a criança entende as noções de situação, tamanho, movimentos, formas volume e outras, a mesma atingirá o nível de orientação espacial, ou seja, ela passa a ter acesso a um espaço orientado a partir de seu próprio corpo melhorando e multiplicando suas possibilidades de ações.

A consciência espacial e a busca de um equilíbrio neste espaço é fundamental no desenvolvimento humano. A noção espacial depende do esquema corporal, pois a partir das noções sobre seu próprio corpo ela progressivamente irá localizar os objetos em relação a si mesma e depois entre eles.

4.21 Estrutura espaço-temporal

É uma habilidade importante para uma adaptação favorável da criança, pois lhe permite não só movimentar-se e reconhecer-se no espaço mas também iniciar e desenvolver os seus gestos, localizar as partes do corpo e situa-las no tempo-espacial adequado, coordenar a temporalidade e organizar seus movimentos e ações no cotidiano importante no processo de desenvolvimento de adaptação do mesmo ao meio onde vive, uma vez que tudo se estabelece em um lugar no espaço em um momento específico no processo de aprendizagem do indivíduo.

Todas as alterações e adaptações que ocorrem no meio ambiente e nos indivíduos, passam antes de tudo pela adaptação ao tempo e espaço. O tempo é constituído por quatro níveis, duração, ordem, sucessão e ritmo que se relacionam entre si formando a construção temporal do indivíduo.

4.22 Dimensões do tempo em relação aos acontecimentos passado, presente e futuro

Noções básicas: agora, ontem, hoje, amanhã, velho.

Sequência de ações: habilidade de organizar os fatos de acordo com o momento em que estes forem acontecendo.

Exemplo: jogar bola para cima e bater palmas.

Velocidade: está relacionado a movimentos lentos e acelerados.

Exemplos: jogar a bola em várias velocidades.

Duração: espaço de tempo gasto para realizar determinada ação.

Exemplo: fazer barulho enquanto a professora risca o quadro.

Ritmo: diz respeito a movimentação de cada um ritmo lento, moderado, acelerado.

Exemplo: bater palmas no ritmo da música ou repetir as batidas pela professora.

A noção temporal é uma relação adotada e de difícil assimilação por parte da criança, ela está intimamente relacionada com a noção espacial, ou seja é a capacidade do indivíduo se situar em função da sucessão dos acontecimentos e dos movimentos que foram realizados, os que são realizados e os que iram ser realizados com relação aos acontecimentos do meio externo.

5 O JOGO NA EDUCAÇÃO FÍSICA

No ambiente escolar o jogo sempre desfrutou de um lugar de destaque, todavia mais trabalhado pelos professores de educação física, contudo a sua contribuição real para o desenvolvimento integral do aluno é objeto de questionamento, para a escola, os pais e alguns professores.

O jogo demonstra um importante caminho no processo educativo do indivíduo, com potencial para aproximar atividades e o comportamento das pessoas, no tange a suas condições básicas à liberdade, a separação nos limites de tempo e espaço.

O Jogo é uma atividade física ou mental organizada por um sistema de regras que definem perda ou ganho. A palavra “jogo” se origina do vocábulo latino *iocus* que significa diversão, brincadeira.

Em alguns dicionários jogo aparece como sendo “atividade lúdica que comporta um fim em si mesmo, com independência de que em certas ocasiões se realize por um motivo extrínseco”.

Seybold (1983) coloca o jogo numa posição de não aniquilamento do adversário e, sim, unicamente, de comparação de certas aptidões e habilidades. Sugere que na Educação Física seja estimulado o princípio de coletividade, criando uma atmosfera de jogo, onde não se atribua um “valor sério”, para desarmar a ambição egoísta e buscar a realização conjunta do grupo.

Através do jogo, tem-se como objetivo:

- Desenvolver capacidades físicas agilidade, velocidade, força, equilíbrio, coordenação motora, orientação espaço-temporal.
- Desenvolver destrezas motoras de locomoção: correr, saltar, saltitar, esquivar etc.
- Desenvolver destrezas motoras manipuladas: lançar, receber, rebater, conduzir, driblar, chutar etc.
- Desenvolver trabalho de equipe.
- Desenvolver capacidade de reflexão e tomada de decisões estratégicas.
- Desenvolver o respeito às regras, colegas de equipes e adversários.

- Desenvolver concentração e foco.
- Estimular que a criança aprenda a lidar com os resultados bons e ruins.

Os jogos são constantes na visão de alguns teóricos e é apreciado como um dos inúmeros conteúdos que deve estar evidente nas aulas de Educação Física Escolar. Compartilhando da mesma ideia vemos nos jogos a probabilidade de diversificar os tipos de experiências que as crianças podem obter nas aulas de Educação Física Escolar procurando desta forma sublimar o repertório da cultura do movimento desses sujeitos. (LIMA, 2016.)

O jogo por muitas vezes ajuda o indivíduo a se relaciona com os outros e o com local no qual está inserido, por muitas vezes é utilizado por este como meio de extravasar seus sentimentos. Partindo da ideia que professor de educação física é um dos professores que te maior contato com os alunos observa-se como este usa a dinâmica de vários jogos para ajudar os alunos.

Durante algum tempo atrás associou-se as aulas de educação físicas simplesmente a jogo futebol para meninos e voleibol para meninas, com o passar do tempo ouve uma preocupação em mudar esse modelo de aulas principalmente porque a mentalidade estava enraizada na mente dos próprios alunos.

O objetivo é demonstrar na pratica que o jogo envolve disciplina, coordenação, cooperação, atenção entre outras coisas assim como também que deveria haver uma interação entre meninos e meninas ao invés de uma separação.

5.1 A Recreação na Educação Física do aluno

A educação física e a recreação são duas atividades importantíssimas e necessárias na vida do aluno, e por que não dizer do ser humano também. Pois ambas atividades são fundamentais para a formação do indivíduo como um todo, trabalhando todas as suas competências.

A criança através do brincar pode expressar seus sentimentos, desenvolver afeto e tem uma relação social com os demais alunos, seus sentidos são aflorados e estimulados, sem deixar de lado o prazer de brincar e ao mesmo tempo melhora sua aprendizagem corporal. A recreação tem um significado importante para crianças, pois com ela vem a alegria, prazer, diversão e satisfação envolvendo a curiosidade e o querer do aluno em participar das atividades propostas pelo professor.

Para Cavallari e Zacharias a atividade que a pessoa pratica e através da qual ela consegue atingir a sua recreação chamamos de atividade lúdica ou atividade recreativa.

Através dos jogos e brincadeiras a criança experimenta situações diferentes, relacionadas com o outro, aprende a dominar regras, confrontar-se com emoções e medos, negociar e tomar decisões. Brincando as crianças transformam a si e o mundo que desejam conquistar. (LIMA, 2016.)

As atividades recreativas têm umas características fundamentais na criação e formação da criança, pois uma das formas de aprendizagem é brincadeira. Aparte de atividades recreativas educativas o professor pode trabalhar valores sociais, desenvolvimento motor e cognitivo.

Sabemos que a educação física tem características próprias e importantes, pois ela está inserida numa recreação satisfatória, onde o aluno adquire aprendizado de forma natural, saudável e muito prazerosa, onde desenvolvem tais habilidades como integração, interação como grupo, locomoção, trabalha o raciocínio e sem esquecer que com a educação física está trabalhando o espírito esportivo, pois faz toda uma diferença, fazendo assim o aluno passa a ver sempre a educação física não só como uma disciplina, mas sim, com algo indispensável na sua vida, na sua maneira de cuidar e ter uma boa saúde.

Para Silva e Gonçalves (2010 Pág. 29) as atividades recreativas têm uma importância na formação de todo ser humano, compreendendo seu desenvolvimento integral (motor, social e cognitivo).

Sabe-se que a educação física passa a ser obrigatória desde de infantil até o ensino médio, pois essa obrigação deve a instituição que é garantida pela declaração universal dos direitos humanos da criança e do adolescente.

Segundo Paulo Freire, as crianças brincam, e com muita intensidade em sua fase pré-escolar e brincam, também, quando não estão em horário de aula. As crianças são especialistas em brincadeira. Realmente sua fala tem toda uma lógica, pois sabemos que a criança aprende brincando, e a educação física faz parte dessa recreação.

5.2 Metodologia

A corporeidade vem se constituindo num dos mais interessantes temas de reflexão na área de educação, em especial da Educação Física, talvez seja pelo fato de que o movimento é a primeira manifestação na vida do ser humano, pois desde a vida intrauterina realizamos movimentos com o nosso corpo, nos quais vão se estruturando e exercendo enormes influências no comportamento.

Dito de outro modo, a corporeidade é o corpo em movimento, envolvendo o conhecimento do mesmo, por meio da Psicomotricidade. Utilizando atividades em sua maioria lúdicas, almeja-se melhorar o desenvolvimento das crianças, estimulando assim seu cognitivo, motor, afetivo, social e o processo de aquisição da leitura e escrita. Diversos autores citam a importância do trabalho motor para o aprendizado das crianças, dentre estes citamos, AMBROZIO, RICARDO, THIAGO, PANIZA (2016) que reafirma a importância do desenvolvimento dos conceitos psicomotores

As atividades que cito neste trabalho, almejam melhorar a qualidade de vida do aluno nas aulas de Educação Física, e assim corrigindo déficit motores e cognitivos. Com o auxílio da psicomotricidade inserida nas atividades o objetivo que é a qualidade de vida das crianças com relação aos aspectos: afetivo, social e motor serão facilmente alcançados de acordo com a capacidade individual dos discutes.

Este trabalho foi desenvolvido a partir do momento em que ao observa duas crianças de idades diferentes brincado no ambiente onde vivem, pude perceber que ambas têm a mesma dificuldade com relação ao aspecto psicomotor.

Durante quatorze dias trabalhando com essas crianças, percebe a melhora no comportamento motor. Buscando referências de autores da área da psicomotricidade e da educação física para melhor compreensão do assunto e realizar a concordância dos argumentos no decorrer do trabalho.

5.2.1 Fase de testes

Primeira semana de teste



Kauan 8 anos de idade cursando o 3º ano do ensino fundamental séries iniciais, Evely 10 anos de idade cursando o 5º do ensino fundamental séries iniciais. Segunda 28 de fevereiro de 2019, primeiro dia em que iniciamos a atividade, foi possível observar que ambos mesmo com idades diferentes possuem déficit parecidos com relação a aspectos psicomotores, pois os mesmos mostraram no decorrer da atividade amarelinha: desequilíbrio, motricidade inadequado ao pular de uma casa para outra, a noções espaço temporais danificadas pois ambos ao jogar a pedra não conseguiram jogá-la dentro do quadrado e em seguida iniciar a atividade.

Na primeira semana trabalhamos todos os aspectos que estavam necessitando ser melhorados, ambos tiveram dificuldade em trabalhar, mas aos poucos foram se adaptando e conseguindo realizar um processador por vez.

- 1- Trabalhar o pulo;
- 2- Trabalhar o lançamento;
- 3- Equilíbrio;
- 4- Agilidade.

5.2.2 Segunda semana de teste



Kauan 8 anos de idade cursando o 3º ano do ensino fundamental series iniciais, Evely 10 anos de idade cursando o 5º do ensino fundamental series iniciais. Domingo 10 de fevereiro de 2019, segunda semana de trabalho psicomotor em ambos, onde podemos observar um desenvolvimento considerável com relação ao domínio corporal, depois de dias trabalhado as bases da psicomotricidade, ambos conseguiram melhorar:

- 1- Equilíbrio corporal;
- 2- Noção espacial;
- 3- Agilidade.

Em andamento:

- 1- Motricidade.

Ambos melhoraram, porém ainda estão colocando muita força nos pulos, mas não como antes que reclamavam dos pés doloridos.

Em uma atividade tão simples o professor pode detectar aspectos psicomotores e com o conhecimento da psicomotricidade, o mesmo pode criar estratégias para trabalhar esses aspectos e intervir com atividades que sejam agradáveis e lúdicas para que o discente desenvolva a sua capacidade psicomotora.

A conclusão que esse teste mostra e o resumo de todos os argumentos realizados no corpo deste trabalho, é a confirmação de como o jogo e a recreação tem

influência para detectar o desenvolvimento da criança. Com isso podendo ser utilizado como estratégia para a intervenção visando a qualidade psicomotora da criança.

5.3 O jogo e a recreação tendo base a psicomotricidade

A psicomotricidade tratando-se da ciência que tem como objeto estudar o ser humano através do seu corpo em movimento e em relação ao seu mundo interno e externo. Está relacionada ao processo de maturação, no qual o corpo é a origem das aquisições cognitivas, afetivas e orgânicas.

O propósito da psicomotricidade na educação física é desenvolver o corpo de modo integral, tendo suas características a união do corpo, mente e sentimento, tudo relacionado ao mundo interno e externo do indivíduo, devendo este desenvolvimento ser iniciado na educação infantil para que a criança inicie a formação por completa. (XISTO; BENETTI, 2012).

A psicomotricidade existe em tudo que é movimento, brincadeiras e jogos que tem como finalidade desenvolver a motricidade das crianças para que possam alcançar domínio de seu próprio corpo.

O desenvolvimento da motricidade é essencial no processo de aprendizagem da criança, visto que durante este processo há o desenvolvimento intelectual, emocional e motor.

Além disso, podem ser destacados o fato de que as brincadeiras e os jogos são importantes no mundo da fantasia da criança, que torna possível transferir o mundo imediatamente disponível, diretamente perceptível. O mundo perceptível das pessoas é sempre o mundo significativo, isto é, sempre o mundo interpretado por alguém e, portanto, singular e subjetivo tal como a escrita.

Os jogos e a recreação são atividades que buscam vários aspectos no processo de aprendizagem do educando, porém não pode acontecer de forma isolada, necessário é que esteja inserido em contexto interdisciplinar com objetivos definidos e estratégias adequadas para cada faixa etária da criança.

Nas aulas de educação física a criança tem a oportunidade de desenvolver a psicomotricidade através de atividade que proporciona o desenvolvimento do corpo como um todo favorecendo o lado cognitivo, afetivo e psicomotor, pois ao brincar a

criança interage de forma espontânea com o outro, tendo em vista que a emoção é como uma espécie de presença que normalmente está ligada ao temperamento dos hábitos dos outros, tendo em vista que cada indivíduo tem emoções diferentes umas das outras.

As crianças estão sempre em movimento, se deslocando entre ações incertas e aleatórias, em função de sua curiosidade com o mundo, para a construção de interesses próprios mais claros. O professor pode aproveitar esse movimento ou então pode inibi-lo de tal modo que desencoraje a criança em sua pesquisa.com meio.

É nas brincadeiras e jogos que cada criança descobre sua capacidade e seus limites, enfrentando medos através dos desafios encontrados nestas atividades, além de desenvolver o pensamento, a concentração e atenção aos movimentos e atos realizados ao seu redor.

Trabalhar as bases da psicomotricidade no jogo e na recreação tem relação desenvolver o corpo e a mente, de forma articulada por meio do trabalho psicomotor, buscando contribuir para o desenvolvimento global das crianças fazendo com que as mesmas tenham momentos construtivos levando a vivenciar atividades significativas tanto motoras quanto cognitivas.

CONCLUSÃO

Consideramos que o lúdico é um aspecto de construção de aprendizagem em diversas áreas da psicomotricidade, promovendo a integração da criança na prática de concepção psicomotora. As mímicas faciais e gestos são de grande importância na expressão de sentimentos e em sua comunicação, levando a criança ao conhecimento de sua capacidade expressivas, aprender a entender a das outras pessoas e a ampliação da comunicação. O conhecimento de jogos e brincadeiras são aspectos importantes para desenvolver a motricidade humana. A psicomotricidade inserida neste universo aproxima-se dos objetivos relacionados ao cuidar e educar, destacando-se como o momento institucional destinado as manifestações corporais. Muitas vezes, somente as aulas de educação física permitem a criança de se expressarem livremente e reconhecer seu espaço físico e sua vivencia com relação ao ambiente escolar.

A inclusão de atividades que visem o desenvolvimento psicomotor concederam que os determinantes biológicos e culturais da criança contribuem na construção do corpo (MOTOR) mente (PENSAMENTO E INTELIGENCIA) e afetividade (EMOÇÃO).

A percepção que o individuo tem do mundo depende das suas atividades motoras, a posição e o status do próprio corpo irá regular a sua percepção de mundo. Assim adquirindo o conhecimento corporal adequado para que no futuro não haja dificuldades na forma de diferenciar o ambiente e as pessoas que fazem parte dele e com si mesmo.

O jogo e a recreação são estratégias que oferecem ao professor e aos discentes a possibilidade de observar o rendimento da aprendizagem e a eficiências das atividades executadas pelos alunos. É durante a prática dos jogos e das atividades recreativas que o professor poderá registrar, atitudes do aluno, bem como cooperação, interesse, concentração, comunicação, curiosidade e conhecimentos. A partir disso o docente poderá arquivar dados dos alunos individualmente e traçar formas de intervenção conforme suas necessidades, aptidões, interesse e anseios.

O professor de educação física é uma referência importante para seus alunos, pois na prática de suas atividades, a sua disciplina proporciona uma experiência única de aprendizagem ao mobilizar os aspectos afetivos, sociais, éticos e motor. O que faz com que o docente de educação física escolar tenha um conhecimento específico de

seus alunos evidenciando a integração de aluno e professor, com relação ao conteúdo apresentado em aula.

Nesse sentido é necessário que se defenda uma educação física escolar autêntica observando-se a sua adequação ao processo evolutivo do aluno, a sua função específica dentro do currículo escolar. A garantia do educando do controle adequado de suas condições físicas e a indicação correta e suas possibilidades e necessidades em relação às diferentes atividades que serão desenvolvidas pelo mesmo.

A educação física deve dar oportunidades a todos os alunos para que desenvolvam as potencialidades e características como seres humanos. Portanto o objetivo deste trabalho é propor a estratégia do lúdico como mediador do ensino e aprendizagem psicomotor do aluno nas aulas de educação física, que almejam a superação das dificuldades motoras, sociais, cognitivas e afetivas que são tão comuns no cotidiano escolar.

REFERENCIAS

AMBROSIO, RICARDO, THIAGO, PANIZA. Aprendizagem motora e psicomotricidade. Aliny Gois dos Santos Ambrósio- Londrina: Editora e Distribuidora Educacional S, A, 2016. <http://passeidireto.com/>. Acesso em 30. outubro.2018.

ARRUDA, M. de. Aspectos antropométricos e aptidão física relacionada a saúde em pré-escolares. Tese (Mestrado) Universidade de São Paulo, São Paulo, 1990.

ARRUDA, M. de. Crescimento e desempenho motor em pré-escolares de Itapira SP: UM ENFOQUE BIO-SOCIO-CULTURAL. Tese (Doutorado). Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1997.

ASPECTOS da motricidade na educação física como pratica pedagógica Disponível em:<<https://universidadedofutebol.com.br/aspectos-da-motricidade-na-educacao-fisica-como-pratica-pedagogica-parte-2/>

BETTI, M. Educação física e sociedade. São Paulo: Movimento, 1991.

BORGES, Carolina Fátima Botelho. Disponível em: <<https://repositorio.uac.pt/bitstream/10400.3/3151/1/DissertMestradoCarolinaFatimaBotelhoBorges2014.pdf> Acesso em:28.10.2018

BORGES. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/118355/borges_ac_tcc_rcla.pdf?sequence=

BOULCH. Disponível em: <https://www.google.com.br/search?q=livros+Le+Boulch+1981&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwIU8bry6dHeAhWBD5AKHbGVDVgQ_AUIDigB&biw=1366&bih=657#imgsrc=cGAbe97x7OiyAM:

BRASIL. Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs). Ensino Fundamental. Brasília: MEC/SEF, 1998.

Campão, Daiana dos Santos, & Ceconello, Alexandra Marques. (2008). A contribuição da educação física no desenvolvimento psicomotor na educação infantil. *Revista Digital – Buenos Aires – Año 13 nº 123 – agosto de 2008*;

COMPORTAMENTO. Disponível em:
<<http://www.educacaopublica.rj.gov.br/biblioteca/comportamento/0116.html>

CORPO e movimento: uma reflexão sobre as relações da motricidade com a aprendizagem escolar. Disponível em: <<https://neurosaber.com.br/corpo-e-movimento-uma-reflexao-sobre-as-relacoes-da-motricidade-com-aprendizagem-escolar/>

DARIDO, S. C. Educação física escolar. Compartilhando experiências. Phorte Editora. São Paulo, 2011.

DE MEUR, A; STAES, L. Psicomotricidade: educação e reeducação. São Paulo: Manole, 1984.

DESENVOLVIMENTO psicomotor. Disponível em:
<<http://know.net/ciencsocioahuman/psicologia/desenvolvimento-psicomotor/>
Acesso em: 24.dezembro.2018

ELEMENTOS da psicomotricidade: equilíbrio. Disponível em:
<<https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/idiomas/elementos-da-psicomotricidade-equilibrio/45551> Acesso em: 17.11.2018

EQUILIBRIO. Disponível em: <trabalhodeamequilibrio.weebly.com/fatores-determinantes.html

FONSECA, V. Manual de observação psicomotora: significação psiconeurológica dos fatores psicomotores. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

FONSECA, V. Construção de um modelo neurologico de reabilitação psicomotora. Tese de Doutorado. Programa de pós-graduação em Educação Especial e Reabilitação, Lisboa/Portugal.1985.

FONSECA, V. Psicomotricidade e neuropsicologia motor: Uma abordagem evolucionista. Rio de Janeiro:WAK,2010. Disponível em: <http://passeidireto.com/>. Acesso em 30. outubro.2018.

GALLAHUE, D; OZMUN. J. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. São Paulo, Phorte, 2001.

JOGOS e brincadeiras. Disponível em: <http://jogos-e-brincadeiras.blogspot.com/>
Acesso em: 12. janeiro.2019

JOGOS e Brincadeiras. Disponível em: <http://jogos-e-brincadeiras.blogspot.com/>
Acesso. 12. janeiro.2019

LE BOUCHE, Jean. Educação pelo movimento. Porto Alegre: Artes Medicas, Compendium, 1982.

LIMA, Helton, B. Jogos Populares: Desafio e vivencia lúdica na educação física. Fortaleza, 2016.

MOTRICIDADE HUMANA: UMA PROPOSTA DE INTERVENÇÃO PARA ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS Elinéia Silva de Oliveira Prof.^a da Rede Pública Estadual – Núcleo Regional de Apucarana – Centro Estadual de Educação Básica para Jovens e Adultos “Cecília Meireles” Ana Maria Pereira Prof.^a Dra da Universidade Estadual de Londrina. Disponível em: http://www.gestaoescolar.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/producoes_pde/artigo_elinei_a_silva_oliveira.pdf Acesso em: 13.11.2018

MUNDO e educação. Disponível em: <<https://mundoeducacao.bol.uol.com.br/saude-bem-estar/relaxamento.htm>

OLHAR sobre a motricidade humana. Disponível em: <<https://universidadedofutebol.com.br/um-olhar-sobre-a-motricidade-humana/>

PEDAGOGIA ao pé da letra Disponível em: <<https://pedagogiaaopedaletra.com/esquema-corporal/>

PIAGET. Disponível em: <<http://penta.ufrgs.br/~luis/Ativ1/tpiaget.html>

PSICOMOTRICIDADE Artigo. Disponível em: <<https://psicomotricidade.com.br/category/artigos/>. Acesso: 23.10.2018

PSICOMOTRICIDADE: Identificando novos paradigmas e sua colaboração. Disponível em: <<https://monografias.brasilecola.uol.com.br/pedagogia/psicomotricidade-identificando-novos-paradigmas-sua-colaboracao>

PSICOMOTRICIDADE: Principais Conceitos. Disponível em:
<<https://mirianlopesconsultoria.blogspot.com/2010/07/psicomotricidade-principais-conceitos.html>

QUAL a importância da psicomotricidade para o desenvolvimento infantil e para a aprendizagem. Disponível em: <<http://integrare.com.br/novidades/noticia/57/qual-a-importancia-da-psicomotricidade-para-o-desenvolvimento-infantil-e-para-aprendizagem>. Acesso em: 26.10.2018

SCIELO. Disponível em:
<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-69542010000200004

SENSAÇÕES exteroceptivas. Disponível em:
<http://www.neurologiapaulobrito.com/pdf/pdf_programa_residencia/sistema_sensitivo/sensacoes_exteroceptivas.pdf Acesso em: 11.12.2018

THOMPSON, R. A ação terapêutica da psicomotricidade na criança com TDA/H. IN: FERREIRA et al Psicomotricidade clínica. p. 95 – 109, 2002.

TONUS MUSCULAR. Disponível em: <<https://www.significados.com.br/tonus-muscular/> Acesso em: 02.11,2018

VASCONCELOS, F. M. O corpo e linguagem quantitativa. IN: FERREIRA et al Psicomotricidade clínica. p. 85 – 90, 2002.

VAYER, P. A criança diante do mundo: na idade da aprendizagem escolar. Porto Alegre: Artes Médicas, 1986.

ANEXOS

RECREAÇÕES:

ATIVIDADE: " Toca do coelho"

Objetivo: quebrar o gelo fazendo com que o grupo participe da atividade e principalmente que haja integração entre o mesmo.

Material: Procedimento: formar vários grupos de três pessoas, sendo que dois participantes vão dar as mãos simulando uma toca e o outro participante é o coelho que ficará dentro da toca, num determinado momento o professor ou instrutor dá um sinal e todos os coelhos devem trocar de toca, e depois todas as tocas trocam de lugar. Após e num determinado momento o professor ou instrutor fala em voz alta ventania e todos se dispersam como se estivesse ventando. Após alguns segundos formam novamente grupos de três.

OBS: pode ser aplicado com pequenos e grandes grupos, e o tempo é livre terminando quando todos trocarem de lugar várias vezes.

ATIVIDADE: "do abraço"

Objetivo: A socialização entre os alunos.

Material: cestinha, papel, caneta

Procedimento: Escrever os nomes de todos os participantes que já se conheçam, mas que ainda não possuem laços definidos, como grupo de jovens de evangelização, colocar todos os envelopes em uma cestinha e pedir que todos tirem um papel, quando todos tiverem tirado o papelzinho, solicitar que o primeiro que tirou leia o nome em voz alta da pessoa e uma característica do colega, este que foi chamado levanta-se e dá um abraço no colega, e lê o seu papel e assim por diante.

ATIVIDADE: " União de uma Equipe"

Objetivo: Essa dinâmica trata de como a união em grupo é importante e como um grande contato físico entre os participantes faz com que haja uma grande interação entre os mesmos!

Material: Local amplo

Procedimento: O coordenador orienta a todos a se pegarem pelos braços bem apertados fazendo uma roda, ele sai da roda e tenta entrar, sendo impedido pela união dos braços, mostra que a união impede ideias contrárias. Em seguida pede que dois do grupo o se unam a ele aos braços, ele deixa cair-se pedindo que seus companheiros o segurem, mostrando como um amigo do grupo pode sustentar o outro impedindo que caia!

ATIVIDADE: " da Calha"

Objetivo: Percepção + trabalho em equipe + disciplina

Material: Cortar tiras de cartolina (larga+/- 15cm e 50cm de comprimento), bolinha pequena e balde

Procedimento: Levar a bolinha até o balde numa tira de cartolina. Dividir a equipe em dois grupos. Marcar um ponto de partida e o tempo (30 segs.) para conduzirem a bolinha da partida até o balde (analisar a distância de acordo com o número de participantes) com algumas observações:

-Os participantes não poderão deixar a bolinha voltar na cartolina, sempre que isso ocorrer a bolinha volta ao início (largada).

-Deverão conduzir a bolinha dentro das tiras de cartolina em formato de calha.

O grupo deverá ter a percepção que ficando um ao lado do outro a bolinha chegará ao balde. Assim que a equipe chegar a essa percepção, dificultar afastando o balde para mais distante, para que estes percebam a necessidade de sair do lugar e ir para o final colocando a calha ao lado do amigo e assim sucessivamente até que a bolinha chegue ao balde.

ATIVIDADE: "O feitiço virou contra o feiticeiro"

Objetivo: Não faça ou deseje aos outros o que não gostaria para si

Material: papel e caneta.

Procedimento: forma-se um círculo, todos sentados, cada um escreve uma tarefa que gostaria que seu companheiro da direita realizasse, sem deixá-lo ver. Após todos terem escrito, o feitiço vira contra o feiticeiro, que irá realizar a tarefa é a própria pessoa que escreveu. "não faça ou deseje aos outros o que não gostaria para si" Respeito ao próximo.

ATIVIDADE: "do papel"

Objetivo: Descontração

Materiais: pedaço de papel, caneta

Procedimento: Forma-se um círculo e em seguida será distribuído um pedaço de papel para cada um, e uma caneta. Logo após a pessoa irá escrever qualquer pergunta que ela quiser, ex: Porque hoje fez sol? Entendeu?!. É qualquer pergunta, o que vier na cabeça. Ai logo após o instrutor irá pegar os papéis de todos os participantes, embaralhar e entregar um para cada (só que você não poderá pegar o seu), aí depois de feito isso a pessoa vai responder o que estiver naquele papel que ela pegou. Depois que todos responderem sem um ver o do outro, você vai dobrar seu papel e vai passar 2 vezes para seu lado direito todos juntos. Aí começa a brincadeira. Uma pessoa começa lendo o que está em seu papel, em seguida a pessoa do lado direito ou esquerdo (depende do monitor escolher), digamos que foi pela direita, ai a pessoa vai ler o que está escrito na RESPOSTA dela, e assim sucessivamente, a mesma que respondeu a resposta vai ler a sua pergunta e o vizinho ao lado responderá a sua resposta é muito legal e divertindo causando muitos risos!!!!

ATIVIDADE: "dança da cadeira cooperativa"

Objetivo: essa dinâmica serve para quebrar o gelo e fazer com que os participantes pensem sobre cooperação entre o grupo.

Materiais: 1 cadeira

Procedimento: consiste na brincadeira da dança da cadeira (mesmo procedimento), só que em ao invés dos que ficarem sem se sentar saírem, terão que se sentar no colo do amigo, de modo que ninguém fique em pé. É muito engraçado! Ao final, com apenas uma cadeira todo o grupo terá que se sentar um no colo do outro.

ATIVIDADE: "do deficiente visual"

Objetivo: Essa dinâmica tem como objetivo motivar a confiança em equipe.

Materiais: espaço aberto

Procedimento: Formam-se duplas e um fecha os olhos e se deixa ser guiado pelo o outro, que deve estar com os olhos abertos, depois o papel se inverte. Pode ser colocado uma música de fundo.

ATIVIDADE: "Sombra"

Objetivo: essa dinâmica está relacionada a percepção psicomotora e a interação interpessoal e interdisciplinar.

Procedimento: Essa dinâmica é muito descontraída, o grupo desenvolve uma sincronia, escolhe um companheiro (centro) e começam a imitar todos os gestos que ele faça, o que ele fala, como se fossem a sombra dele, deixando um elemento do grupo ao centro.

ATIVIDADE: " da Pergunta Certa"

Objetivo: Esta dinâmica irá despertar uma atenção maior a concentração e estratégia.

Material: papel e fita crepe

Procedimento: Esta dinâmica para funcionar independe da quantidade de pessoas participantes. Um exemplo, em um grupo o coordenador deverá colar um nome de uma pessoa famosa nas costas dos participantes, sem que eles vejam o que está escrito, então ganha a dinâmica quem descobrir primeiro o nome que está escrito em suas costas, para ajudá-los eles poderão fazer perguntas entre si como por exemplo 'a pessoa é loira?', mas as respostas só poderão ser sim ou não.

ATIVIDADE: CAVALO DE GUERRA

A brincadeira é feita em duplas. Consiste em montar um sobre os ombros do outro, colocando os pés para as costas do mesmo por sob os braços dele, de maneira a ficar bem firme sobre a sua montaria. A outra dupla faz o mesmo e depois de montados pegam-se pela mão direita e puxam-se mutuamente, até derrubar os cavaleiros. Quem conseguir ficar sem cair das costas do parceiro é o vencedor.

ATIVIDADE: PALHA OU CHUMBO

Dividem-se dois grupos de crianças. Um deles é sorteado para ficar junto a um poste, de cócoras, abraçando o poste e os demais segurando sua cintura e mantendo uma mesma altura.

O primeiro componente do outro grupo, toma distância de cerca de dois metros e sobe nas costas de quem está na coluna junto ao poste. Em seguida sobe outro componente, até que todo o segundo grupo esteja sobre o primeiro. Nesse momento, o grupo de baixo começa a balançar gritando: - PALHA OU CHUMBO?

O jogo terminará quando todos de cima forem derrubados. Invertem-se as posições: quem subiu agora ficará em baixo.

NUNCA DOIS

Desenvolvimento: Alunos sentados com as pernas estendidas à frente, dispersos pelo espaço da atividade. Haverá um pegador e um fugitivo. O pegador correrá em perseguição ao fugitivo, que, quando sentir-se ameaçado ou encurralado, sentar-se-á atrás de qualquer colega, quando não mais poderá ser apanhado, deixando de ser o fugitivo. Como o próprio nome do jogo diz “nunca dois”, o colega ao qual se incorporou sentando atrás, deverá levantar-se e será o novo pegador. O fugitivo passa a ser aquele que estava perseguindo o colega que sentou. A atividade reinicia-se com a mesma movimentação: sempre que o fugitivo cansar ou sentir-se ameaçado, sentará atrás de um colega, que passará a ser o pegador. E quem pegava, passa a fugir. Todas as vezes que o fugitivo for alcançado pelo pegador, os papéis serão invertidos imediatamente.

PEGA PEGA DE CORES

Desenvolvimento: Tiras de papel ou plástico coloridas. Uma cor para cada grupo, de preferência três ou quatro cores. Alunos espalhados livremente, estando cada aluno com uma tira de papel, sendo que aproximadamente, o mesmo número de alunos terá a tira da mesma cor.

Será combinada uma cor que pegará todas as outras. Quem for tocado por um dos alunos pegadores, deverá sentar-se e será salvo, sendo saltado por um colega. Após determinado tempo, troca-se a cor pegadora.

PASSA ANEL

Desenvolvimento: Um anel (que poderá ser substituído por uma pedrinha). Alunos sentados numa fileira, com as mãos unidas, na altura da cintura. Um aluno será o “passador de anel”, com o anel em suas mãos. O passador de anel passa suas mãos dentro das de cada aluno, deixando o objeto cair nas mãos de alguém. Ele pergunta a outro participante: “– Com quem está o anel?” Se a pessoa adivinhar, toma o lugar do passador. Se errar, pagará uma multa e a pergunta será feita a outro aluno, até que um deles acerte.

LENÇO ATRÁS

Desenvolvimento: Um lenço ou uma peça de roupa. Alunos sentados dispostos em um círculo, um aluno ficará fora com um lenço nas mãos. O aluno que está de fora, passará girando em torno do círculo e repentinamente o lançará atrás de um dos colegas sentados. Imediatamente, este aluno vira-se apanhando o lenço e corre atrás do colega, tentando tocá-lo antes que chegue ao lugar vago. Se não conseguir tocá-lo, reinicia a atividade, lançando o lenço em outro colega. Se conseguir tocá-lo, o colega deverá entrar no centro do círculo, e quando o lenço for lançado a algum colega, tentará roubá-lo, partindo assim em perseguição ao colega que o lançou, reiniciando a atividade mais uma vez.

AMARELINHA

Desenvolvimento: Giz escolar (para marcação do diagrama), uma pedrinha, um saquinho ou um pedacinho de madeira. Serão marcados vários diagramas da amarelinha no chão, sendo um para cada grupo de alunos. Cada aluno coloca-se atrás da linha do primeiro quadrado, de frente para o diagrama e atira sua pedrinha na casa número um. Pula até o final do diagrama com apenas um dos pés, sem pisar nas linhas e na casa onde está alojada a pedrinha. No retorno, para na casa anterior a qual está a pedrinha, abaixa-se e a pega. Pula até o lugar de onde iniciou. Lança-a novamente, agora na casa dois. Apoiando-se num só pé, pula dentro da casa número um, pula por cima da casa número dois, vai até o final do diagrama e, no retorno, para na casa número três, abaixa-se e apanha a pedrinha. Vai até o início e recomeça, agora lançando sua pedrinha na casa número três. Continua nesta movimentação até chegar na última casa ou errar. O próximo aluno iniciará tudo novamente, sendo que, quando voltar a vez do primeiro aluno jogar novamente, recomeçará da casa onde cometeu o erro, não precisando iniciar da primeira casa novamente.

Constituem erros: lançar a pedrinha sobre as linhas ou fora das casas; apoiar-se com os dois pés no interior de uma só casa; trocar o pé de apoio durante o percurso; esquecer-se de apanhar a pedrinha; perder o equilíbrio.

JOGOS:**ATIVIDADE: CABEÇA PEGA O RABO**

Formar colunas de mais ou menos oito elementos, cada um segurando na cintura do companheiro da frente. O primeiro jogador tenta pegar o último da coluna, que procura se desviar para não ser pego. Se conseguir, o primeiro jogador da coluna troca de lugar com o último.

ATIVIDADE: ROUBA BANDEIRA

As crianças são divididas em dois grupos de igual número. Em cada campo, dividido também em dois, são colocadas duas bandeiras (de cada lado), no fundo dos campos. Cada grupo deve tentar roubar a bandeira do lado oposto, sem ser tocado por qualquer jogador daquele lado. Se for tocado fica preso e como uma estátua, colado no lugar. Os adversários podem salvá-lo, bastando ir até o campo e tocar o companheiro. O lado que tiver, mais meninos presos perde e o outro partido consegue finalmente roubar a bandeira. Vence quem pegar a bandeira primeiro independente se tiver conseguido colar os adversários.

ATIVIDADE: JOGO DA VELHA

Jogo de dois participantes, que se desenvolve sobre um traçado básico, formado por dois pares de linhas verticais cortados por duas horizontais. Os adversários, que alternam nas jogadas, tentam ocupar três casas seguidas em qualquer um dos sentidos. Ganha aquele que primeiro atingir o objetivo. Diz-se que deu velha quando há empate. As casas são assinaladas com O ou X ou então marca-as com pedrinhas, caroços de milho e feijão.

ATIVIDADE: JOGO DA TOALHA

Os participantes se assentam em forma circular, e o animador, que se encontra no centro do círculo, convoca quatro voluntários para segurarem as quatro pontas de uma toalha. Todas as vezes que o animador der uma ordem, os quatro jogadores que seguram as pontas da toalha devem executá-lo ao contrário. Assim, quando disser: "levantem a toalha", devem abaixá-la. Pode ainda dizer "para a direita", "Para frente", etc. O jogador que por engano não executar a ordem contrária será substituído, vencendo o que ficar mais tempo participando, executando ordens contrárias.

ATIVIDADE: FUTEBOL SENTADO

Os jogadores serão divididos em dois times, com o mesmo número de integrantes, sentados no chão, a uma distância de dois metros uns dos outros. Marcar um retângulo no chão, indicando os limites da "canha". A bola será colocada no centro e poderá ser impulsionada com qualquer parte do corpo, exceto mãos e braços. Ninguém poderá levantar-se. As mãos (ou pelo menos uma delas) devem estar sempre apoiadas no piso. Quando a bola transpuser a linha de fundo do campo de jogo, é marcado um gol. No futebol sentado não existe goleiro. A superfície do retângulo será variada, de acordo com a quantidade de jogadores e tendo em conta que estes se coloquem a uma distância tal que não se toquem entre si. Ganha o time que fizer mais gols.

ATIVIDADE: PERCEPÇÃO

Alunos distribuídos livremente pela sala. Um voluntário retira-se. A turma esconde um colega. Quando o aluno que se retirou retorna, deve identificar quem está faltando, dizendo seu nome antes do tempo estipulado se esgotar. A turma pode dar pistas ou aceitar que o colega descreva aquele que falta, em lugar de dizer seu nome. O professor salienta a necessidade de chamarem-se pelo nome e a importância do conhecimento completo do grupo. A turma pode estipular o número de chances que terá o detetive, bem como a penalidade para o caso de não acertar.

ATIVIDADE: JOGO DE BASQUETE

Demarcar um quadrado de cerca de 7x7 metros onde as cestas serão distribuídas. As cestas corresponderão a pontos de acordo com o grau de dificuldade de acerto (por exemplo cestas mais difíceis de acertar valem 200 pontos, 50 para as intermediárias e 10 pontos para as fáceis). Na parte interna das linhas não é permitido entrar para fazer cestas nem para recolher as bolas. Participantes dividem-se em arremessadores, de um lado, e recolhedores de bolas, do outro. Iniciado o jogo, os arremessadores lançam as bolas em direção às cestas, enquanto os recolhedores apanham as bolas que não entraram nas cestas e as devolvem aos arremessadores. Recolhedores não podem fazer cesta. Ao final do tempo de jogo são contados os pontos marcados pelo grupo. O tempo de jogo é de 1 minuto, podendo ser jogado em 2 tempos, ou quantos mais interessar ao focalizado e aos jogadores. No intervalo dos tempos pode haver troca de funções entre arremessadores e recolhedores. Ganha a equipe que tiver mais pontos.

ATIVIDADE: JOGO DOS OVOS

Divide-se as crianças em dois times. Delimita-se o campo e traça-se uma linha ao meio. Cada equipe ocupará um dos lados. No centro de cada campo desenha-se um círculo de cerca de 1 m de diâmetro e dentro coloca-se quatro ovos para cada time (4 ovos é uma boa medida para 10 a 12 jogadores, existindo mais eles deverão ser proporcionalmente aumentados). As crianças deverão ir até o campo do adversário e lá pegar os ovos para colocá-los no círculo do seu campo. Os ovos deverão ser transportados um de cada vez. Quando um dos jogadores que estiver transportando um ovo for tocado por um adversário ele deverá ficar parado no local até que seja "libertado" pelo toque de um companheiro de seu time. Quando um jogador estiver dentro do círculo seja de que campo for ele não poderá ser tocado. Vence quem conseguir transportar os seus ovos primeiro.

ATIVIDADE: VÔLEI MALUCO

Dois mestres seguram uma corda atravessada na quadra e os times se colocam um de cada lado da corda. Seu objetivo agora, é não deixar a bola cair no chão. É um

voleibol, com as mesmas regras, os dois times juntos devem atingir os 25 pontos. Ao mesmo tempo em que os participantes jogam, os dois devem movimentar-se pela quadra afim de que a quadra se modifique a cada instante, ou seja, os jogadores além de se movimentarem pelo jogo, agora precisam estar atentos às mudanças físicas que a quadra vai sofrendo à medida que a corda vai sendo mexida.

ATIVIDADE: QUEBRA-CABEÇA DE BALÕES

Antes da brincadeira, pegue duas frases / fotos, recorte em peças como um quebra-cabeça e coloque as peças dentro de balões. Deixe separado de forma que os balões contendo as peças de cada desenho não se misturem. Haverá dois times. Amarre um balão com barbante no tornozelo de cada um. Cuide para um grupo ficar com as peças de um dos quebra-cabeças, e outro grupo com as peças de outro. No JÁ, os participantes tentam estourar os balões dos adversários, pisando neles. O grupo que

A553j Andrade, Eveliny Lima de.

O Jogo e a Recreação na Educação Psicomotora nas Aulas de Educação Física. / Eveliny Lima de Andrade. Fortaleza, 2019.

88 fls. Enc. Broch.

Orientador(a): Prof. Esp. Helton Bernardino Lima.
Monografia (Graduação) – Faculdade Ratio, Curso Educação Física.

1. Recreação 2. Psicomotricidade 3. Educação Física I. Prof. Esp. Helton Bernardino Lima.
II. Faculdade Ratio, Licenciatura em Educação Física
III. Título

CDD 613.7