

Conceitos de psicomotricidade e o ensino de música

Viviane Louro

Resumo

A psicomotricidade é a ciência que estuda o ser humano de forma global, considerando-o como um indivíduo triádico: emocional, cognitivo e motor. Na escola básica, a psicomotricidade pode ser uma ferramenta eficaz na aula de música, que por si só já dialoga com todas as esferas do ser humano. Portanto, esse artigo tem por objetivo apontar caminhos para o uso da psicomotricidade dentro da escola básica no contexto da educação musical. Como embasamento teórico, usaremos autores que fundamentam o uso da psicomotricidade de forma funcional, tais como Fonseca, Alves, Loureiro, Louro, dentre outros.

Palavras-chave: Psicomotricidade. Educação musical. Escola básica.

Concepts of psychomotricity and music teaching

Abstract

Psychomotricity is the science that studies human beings as a whole, by considering them as having three components: emotional, cognitive and motor. In basic education, psychomotricity can be an effective tool in music classes, as it promotes interaction with all spheres of human beings. Therefore, the aim of this article is to point out ways to use psychomotricity in music classes in basic education. As a theoretical basis, we will draw on the work of authors that support the use of functional psychomotricity, such as Fonseca, Alves, Gomes, Louro, among others.

Keywords: *Psychomotricity. Music education. Basic education.*

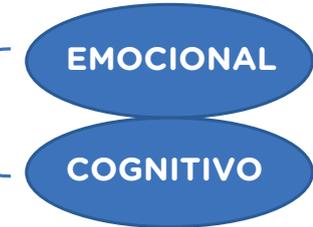


A psicomotricidade

A psicomotricidade é uma fermenta eficaz no contexto educacional, pois visa trabalhar o ser humano em sua totalidade. O cerne da psicomotricidade é o diálogo entre a mente e o corpo. A mente é dada pelos aspectos emocional e cognitivo, entendendo cognição como o conjunto de habilidades neurológicas que viabilizam a operacionalização do pensamento e ações, tais como: atenção, memória, raciocínio abstrato e lógico, teoria da mente, linguagem, tomada de decisão, dentre outras (Lent, 2010). Já o corpo é compreendido como percepção sensorial e ação motora que está ligado aos comandos centrais do cérebro. Em suma, o corpo dá suporte ao desenvolvimento da mente (cognição e emoção), e a mente é responsável pela atuação funcional de todo o corpo no meio em que o envolve, portanto é uma via de mão dupla (Infograma 1) (Fonseca, 2007, 2008, 2010; Gomes, 2005).



Infograma 1: Representação dos conceitos básicos da psicomotricidade (elaboração própria).



AS VIVÊNCIAS COM O CORPO ESTRUTURAM A MENTE, QUE, POR SUA VEZ, COORDENA O CORPO
(VIA DE MÃO DUPLA)



Apesar de esta revista ter proposições práticas para a sala de aula, devido ao fato da psicomotricidade ser um assunto complexo e que poucos conhecem, faz-se necessário um embasamento teórico amplo para que o assunto não seja visto de forma leviana.

Para tanto, parte-se do pressuposto de que somos seres “neuropsicobiossociais”, ou seja, somos formados por aspectos biológicos/neurológicos (genéticos e evolucionários), psicológicos (nossas emoções) e sociais (cultura, meio ambiente). Isto é, temos uma estrutura fisiológica de base, que nasce conosco, mas também temos a cultura, e ambas são responsáveis pelo desenvolvimento de nosso ser integral: cérebro, funções psíquicas, cognição e corpo atuante (Infograma 2) (Martins; Vieira, 2010).

Infograma 2: Representação dos aspectos que compõem a formação psicomotora das pessoas: o que estrutura as questões emocionais, cognitivas e motoras ao longo da vida (elaboração própria).



Existem muitas definições de psicomotricidade, mas todas giram em torno da relação mente-corpo-ambiente. A Associação Brasileira de Psicomotricidade (ABP, 2018) a define como a “ciência que tem como objeto de estudo o homem através do seu corpo em movimento e em relação ao seu mundo interno e externo”. De acordo com Loureiro (2001, p.14),

A psicomotricidade é a otimização corporal dos potenciais neuro, psico-afetivo funcionais, sujeitos a leis de desenvolvimento e maturação, manifestadas pela dimensão simbólica própria, original e especial do ser humano.

A psicomotricidade tem alguns princípios básicos, dentre eles, o de que nosso cérebro está em constante evolução (filogênese) e que nosso desenvolvimento se dá de uma motricidade, emoção e cognição mais “primitiva” em direção ao refinamento. Isto é, ao nascer, saímos de um tônus indissociado (simbiótico com a mãe) e, com o passar do tempo (nossas experiências no mundo), vamos estruturando esse tônus de forma cada vez mais consciente (praxias). Como consequência, vamos alicerçando a cognição e



dissociando o eu do outro e nos tornando seres autônomos nos aspectos emocionais, cognitivos e motores (Fonseca, 2010). Para que tudo isso ocorra, faz-se necessário que as pessoas passem pelas fases do desenvolvimento que darão suporte a todo esse mecanismo: rolar, engatinhar, levantar tronco, sentar, andar com apoio, andar livremente (Trevisan; Macena, 2018). Tais fases ajudam a definir aspectos fundamentais para um desenvolvimento global saudável, conforme o Quadro 1.

Elementos psicomotores	Descrição
Tônus e equilíbrio	Base organizadora de todo ser (o corpo em si). Suporte físico e emocional do corpo e cognição. Postura, equilíbrio estático (parado) e dinâmico (corpo em movimento). Energia psíquica empregada no corpo, qualidade do movimento.
Esquema corporal	Percepção e uso funcional do corpo nele mesmo e em relação ao meio externo.
Lateralização	Dominância hemisférica (destro ou canhoto). O que torna o ser humano motoramente especializado frente a outros seres.
Lateralidade	Conceito cognitivo e percepção corporal de direita, esquerda e de direcionamento em geral.
Noção espaço-tempo	Atuação funcional do corpo em diversas velocidades e no espaço físico em geral (desde escrever entre duas linhas, acertar o pé dentro do sapato ou dançar num palco imenso).
Praxias	Uso funcional e consciente do corpo, principalmente dos pés e mãos com subsídio dos demais sentidos (coordenação óculo-manual, óculo-pedal etc.).

Quadro 1: Elementos que alicerçam o desenvolvimento psicomotor de todo ser humano (baseado em Fonseca, 2008, 2010 e Alves, 2003).

Em suma, se os itens colocados no Quadro 1 estiverem bem desenvolvidos, dizemos que a pessoa é um ser equilibrado em sua totalidade (emocional, cognitivo e movimento). Portanto, essa pessoa, em princípio, é alguém que tem domínio de seu corpo, planeja suas ações com destreza e qualidade, mantém o equilíbrio emocional quando necessário, toma decisões de forma consciente e gerencia bem os aspectos de sua cognição (Santos, 2002). Mas, para que isso seja amplamente desenvolvido, a pessoa precisa passar pelas vivências. Por isso, o fator cultura (família, escola, costumes, experiências sensoriais e motoras na primeira infância) é fundamental, e o valor afetivo dado às experiências é que será responsável pela criação de mais ou menos conexões neurais que estruturarão todo o suporte (cognição e mente) para o indivíduo reger seu corpo de forma consciente (Lent, 2010; Santos, 2002).

Psicomotricidade e educação musical na escola básica

Na escola básica, a música não tem o papel de formar grandes artistas, mas de introduzir os alunos ao universo sonoro/musical em muitos âmbitos. Como afirma Molina (2012, p.10), a prática musical na escola básica “apresenta-se como laboratório privilegiado para o exercício de determinadas qualidades transversais a toda educação, como a cooperação, a paciência, a gentileza, a relativização da competição, a escuta de si e do outro”. Além disso, conforme Muskat (2012, p.73), “sabemos que a música aumenta a competência de várias áreas do cérebro emocional, do cérebro motor e do cérebro sensorial”. Falar de cooperação, gentileza, escuta, bem como de áreas cerebrais é falar de psicomotricidade (Fonseca, 2008, 2010).

A psicomotricidade em si é um arcabouço de conhecimentos sobre o desenvolvimento do ser humano que dialoga com a neurociência, a psicologia e outras áreas do conhe-

cimento. Sendo assim, quando falamos da utilização da psicomotricidade como ferramenta pedagógica, estamos nos referindo a maneiras de nos munir desses conhecimentos e conceitos e transformá-los em atividades práticas direcionadas para o ensino musical, levando sempre em consideração o uso funcional do corpo, o movimento como base e a organização do corpo pela mente, tendo como diálogo constante o ambiente ou a cultura. Nesse sentido, os educadores musicais mais conceituados, tais como Kodally, Dalcroze, Willems, Orff, Koellreutter, Payter, Gainza, dentre outros, mesmo que não soubessem, propuseram suas metodologias tendo a psicomotricidade como aliada, por compreenderem que as vivências práticas exercem grande influência no processo de aprendizagem e no desenvolvimento. Conforme coloca Storolli (2011, p.132):

A relação do corpo com a música remete-se porém à própria gênese desta, sendo anterior a treinamentos, códigos e sistemas. Podemos imaginar a manifestação musical no âmbito das primeiras performances e rituais humanos, envolvendo sons e movimentos, tendo o corpo como o principal condutor da ação e do processo de criação. Longe de ser apenas um instrumento a ser treinado para se obter certos resultados, o corpo pode ser considerado como o principal responsável pela realização musical.

No universo da musicalização, é comum o emprego de danças circulares, movimentação corporal, bandinhas rítmicas e atividades com bolas, bambolês, panos, objetos em geral e brinquedos. Sendo assim, o uso desses materiais em aulas de música, de forma organizada e objetiva, é o uso dos conceitos da psicomotricidade como ferramenta pedagógica (Mateiro; Ilari, 2011; Jordão, 2012; Louro, 2012). Também é comum em aulas de música em grupos escolares, utilizar diversos instrumentos de percussão, o que fortalece postura e tônus de mãos, braços e tronco e trabalha equilíbrio, esquema corporal e destreza das mãos para movimentos mais específicos a posteriori (praxias e lateralização). Jogos coletivos no espaço contribuem com o esquema corporal, noção de tempo-

-espaço, lateralidade, tonicidade e equilibração, pois a pessoa precisa planejar sua ação e utilizar seu corpo por completo e de forma funcional em um determinado espaço físico, além de toda questão emocional de atividades em grupo, que leva as crianças a terem que lidar com espera, frustração, perdas, ganhos e relações humanas em geral (Louro, 2012).

Como coloca Storolli (2011, p.139): “Essas estratégias têm ainda como vantagem o fato de poderem eventualmente se realizar como um processo coletivo, o que é enriquecedor por permitir uma constante interação entre os participantes”.

Em suma, o conceito da psicomotricidade transformada em atividades práticas está em conformidade com o ensino de música, na ludicidade dos jogos musicais (emocional); em todo aspecto lógico estrutural da compreensão do discurso musical (cognitivo) e no uso consciente do corpo como veículo do aprendizado (motor). Enfim, música e psicomotricidade são literalmente caminhos entrelaçados, e podemos desenvolver a psicomotricidade e a musicalidade juntas na sala de aula.

A psicomotricidade como base para a construção metodológica: duas atividades

Aplicar música com psicomotricidade é empregar atividades que trabalhem concomitantemente tanto os aspectos e conteúdos musicais quanto os itens do desenvolvimento psicomotor retratado antes (Quadro 1). Lembrando sempre que o emocional é importante nesse processo, sendo assim, as atividades precisam dialogar com os interesses dos alunos no que se refere ao repertório musical empregado, propostas lúdicas apresentadas e vínculos interpessoais (professor/aluno; alunos/alunos). Portanto, seguem sugestões de duas atividades que unem a psicomotricidade ao fazer musical. São atividades que utilizam poucos recursos e têm propostas grupais, adequadas ao contexto da educação básica.



Atividade 1



Lençol Vazado

Descrição: O professor faz vários orifícios num lençol, de forma que seja possível a passagem de uma bolinha de tênis (no orifício). Os buracos não devem ser próximos uns dos outros e devem ser espalhados pelo lençol, sem obedecer a um padrão. Em volta dos buracos pode-se fazer contorno com cores diferentes. O objetivo do jogo é fazer com que os alunos direcionem coletivamente a bolinha para o buraco escolhido pelo professor, sem deixar a bolinha cair em outro buraco no percurso. Para tanto, cada aluno segura em um pedaço da borda do lençol na horizontal (na posição em que é colocado na cama) e, sem que encostem na bolinha, fazem com que ela deslize pelo lençol entre os buracos, até chegar no buraco correto. O professor, então, associa uma cor (do contorno do buraco) com uma ação musical, por exemplo: (o professor faz uma legenda na lousa): azul - acorde maior; vermelho - acorde menor; bege - acorde diminuto etc., e depois o professor toca um desses acordes, que a turma precisa reconhecer auditivamente e depois encaminhar a bolinha para o buraco correspondente à cor, conforme a legenda. Outras possibilidades são: associar a cor a gêneros ou formações instrumentais específicas (azul: jazz, vermelho: baião etc.) ou a compositores (aí colocam-se trechos de obras dos compositores e, reconhecendo quais são, direciona a bolinha para o buraco correto). Enfim, pode-se associar a qualquer

conteúdo musical e adaptar tal atividade para qualquer idade. Essas sugestões acima foram pensadas para alunos que já possuem conhecimentos musicais, mas pode-se adaptar para conteúdo mais simples para o ensino fundamental ou para a educação infantil.

Objetivos musicais: A critério do professor, desde que esteja de acordo com sua realidade de ensino musical.

Objetivos psicomotores: Tônus e equilíbrio (manter pressão palmar no lençol, direcionar a bolinha sem deixá-la cair no buraco errado); planejamento motor, esquema corporal, lateralidade, tempo-espço (direcionar a bolinha em espaço limitado entre os buracos, numa velocidade adequada - tempo, planejar que tipo de movimento deve-se fazer no lençol para que a bolinha se movimente adequadamente, planejar como usar a musculatura do corpo para fazer o exercício de forma adequada); praxias (coordenação motora grossa com o manejo do lençol).

Espaço e mobiliário: Espaço amplo para movimentação sem obstáculos que possam ser perigosos. De preferência, um chão que não escorregue.

Materiais: Um lençol de casal ou um pano grande, conforme o desejo do professor. Uma bolinha de tênis ou uma borracha pequena.

Atividade 2

Gincana musical com percurso motor

O professor cria na sala de aula um percurso direcionado com bambolês, bastões, cordas, colchonetes ou tapetes e associa o cumprimento de atividades musicais com o cumprimento do percurso motor. Como exemplo, temos o seguinte percurso:

8 bambolês enfileirados com cores diferentes e, em seguida, vários colchonetes que culminam numa cama de gatos (barbantes espalhados pela sala, de forma a produzir um obstáculo para a passagem). Então o professor coloca no chão, ao lado dos bambolês, figuras rítmicas diversas (conforme o que a turma sabe fazer), por exemplo: verde: semínima, vermelho: duas colcheias, azul: quatro semicolcheias, branco: pausa etc. Ao lado do tapete, pode-se colocar vários instrumentos musicais espalhados e, ao fim da cama de gato, um saco com fichas com perguntas sobre conteúdos musicais. Os alunos precisarão cumprir as comandas motoras e musicais ao mesmo tempo, e “vencerá” o aluno ou o grupo que cumprir tudo em menor tempo. Ficaria assim: enquanto pula com os dois pés juntos nos bambolês, o aluno lê as figuras rítmicas ao lado, considerando cada bambolê um pulso (a velocidade do pulso

pode ser estipulada pelo professor). Depois, ele precisa rolar pelos colchonetes sem parar o movimento e tocar os instrumentos ao lado, sem que esses saiam do lugar. Por último, passar pela cama de gato sem encostar nos barbantes e, ao final, pegar uma ficha do saco e responder à pergunta musical (Exemplo: “Qual é o nome do compositor que criou a música ‘O trenzinho do caipira’?”, “Qual instrumento musical possui 88 teclas?” etc.

Objetivos musicais: A critério do professor, dependendo do conteúdo musical que a turma possui.

Objetivos psicomotores: Considerando o percurso acima proposto: tônus, equilíbrio, esquema corporal, noção de espaço/tempo, planejamento motor e praxia global ao pular nos bambolês, rolar nos colchonetes e passar pela cama de gato, tocar os instrumentos rolando. Praxia fina: olho-pés ao pular nos bambolês ao mesmo tempo em que lê os ritmos; organização emocional para cumprir a ordem das atividades sem ansiedade.

Espaço e mobiliário: Espaço amplo para movimentação sem obstáculos que possam ser perigosos. De preferência, um chão que não escorregue.

Materiais: Materiais esportivos diversos.







Considerações finais

As sugestões acima são somente ideias voltadas para a educação básica que podem ser facilmente adaptadas para qualquer idade. A partir delas, bem como da compreensão dos conceitos relatados na parte inicial deste texto, o professor poderá criar ou adaptar novas atividades tendo a psicomotricidade como base. Para tanto, é necessário, antes de mais nada, conhecer a turma de forma aprofundada para que se possa pensar quais objetivos musicais e psicomotores está se buscando alcançar. É fundamental também que o professor saiba se na turma há alunos com algum tipo de problema específico, pois certamente isso mudará o rumo das atividades e poderá exigir estratégias diferenciadas de atuação, ou mesmo atividades específicas para tais alunos (Louro, 2012).

Cabe ressaltar que não existe uma atividade correta a ser empregada para uma situação específica, nem para uma idade determinada. O mais importante é o professor saber identificar as necessidades e potencialidades da turma e usar a criatividade para unir elementos musicais com os elementos psicomotores. Igualmente significativo mencionar é que toda atividade psicomotora precisa ser elaborada a partir do diálogo: emocional, cognitivo e motor, em diálogo com o contexto (cultura, gostos, estrutura física etc).

Sendo assim, uma atividade motora em que o aluno imita, por exemplo, uma sequência de gestos corporais, mas não reflete sobre eles e não compreende o sentido de realizar aquilo, não pode ser considerada uma atividade psicomotora. Usar somente o corpo como uma imitação ou sem função específica não pode ser considerada atividade que dialogue com a psicomotricidade. Quando falamos do uso da psicomotricidade como ferramenta de aprendizado, estamos falando do uso de atividades que usem o corpo consciente (em diálogo com a mente), com um objetivo específico a ser atingido e de forma afetiva. Os principais pontos da psicomotricidade são: o sentido emocional do que se está fazendo; a consciência e a reflexão cognitiva sobre o que se está fazendo e o planejamento motor, visando qualidade, funcionalidade e otimização do movimento.

Dorneles e Beneti (2012, p.1783) explicam: “A psicomotricidade tem-se mostrado aliada, criando oportunidades de multiplicar sua ação em conjunto com outras ciências e teorias de maneira funcional para a melhoria do ensino”. Por isso, é importante incentivarmos nos círculos escolares não só o exercício da psicomotricidade, mas também da interdisciplinaridade com a música, através da manifestação da criatividade nos seus mais diversos domínios e nas dimensões das múltiplas inteligências.



Autora



Viviane Louro
viviane_louro@uol.com.br

Docente efetiva do Departamento de Música da Universidade Federal de Pernambuco. Doutora em Neurociências pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). Mestre em Música pela Universidade Estadual de São Paulo (Unesp) e bacharela em Piano pela FMU-FIAM-FAAM. Pesquisadora da área de educação musical inclusiva e música e neurociências. Autora de seis livros na temática música e inclusão. Coordenadora do site Música e Inclusão (www.musicaeinclusao.wordpress.com) e coordenadora da Liga Acadêmica de Neurociências Aplicadas da UFPE. Membro da comissão de Neurocriminologia de Pernambuco e Diretora musical do grupo cênico musical Catatreko (www.catatreko.wordpress.com). Coordenadora do curso de especialização em Neurociências, Música e Inclusão da Universidade Federal de Pernambuco e do Congresso de Neurociências e Música: pesquisa, ensino e saúde..



Referências

ABP – Associação Brasileira de Psicomotricidade. *A psicomotricidade*. Disponível em: www.psicomotricidade.com.br. Acesso em: Abr. 2018.

ALVES, Fátima. *Como aplicar a psicomotricidade: uma atividade multidisciplinar com amor e união*. Rio de Janeiro: Wak, 2007.

DORNELES, Lidiane; BENETTI, Luciana. A psicomotricidade como ferramenta de aprendizagem. *Revista Educação, interdisciplinaridade e transversalidade*, v. 8, n. 8, p. 1775-1786, ago. 2012.

LENT, Robert. *Cem bilhões de neurônios?: conceitos fundamentais de neurociências*. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2010.

GOMES, Anangélica. *A criança em desenvolvimento: cérebro, cognição e comportamento*. Rio de Janeiro: Revinter, 2005.

FONSECA, Vitor da. *Desenvolvimento psicomotor e aprendizagem*. Porto Alegre: Artmed, 2008.

FONSECA, Vitor da. *Psicomotricidade e neuropsicologia: uma abordagem evolucionista*. Rio de Janeiro: Wak, 2010.

JORDÃO et al. (Org.). *A música na escola*. São Paulo: Alucci & Associados Comunicações, 2012.

LOUREIRO, Maria Beatriz. *Apostila Base de Psicomotricidade*. São Paulo: ISPE-GAE, 2001.

LOURO, Viviane. *Psicomotricidade e aprendizagem musical: caminhos paralelos*. In: SIMPÓSIO DE EDUCAÇÃO MUSICAL ESPECIAL, 4., 2007, São Paulo. Revista digital. São Paulo: Fefisa, 2007. p. 12-22. CD-ROM.

LOURO, Viviane. *Fundamentos da aprendizagem musical da pessoa com deficiência*. São Paulo: SOM, 2012.

LOURO, Viviane. *Música e Inclusão: múltiplos olhares*. São Paulo: SOM, 2016.

MARTINS, Gabriela; VIEIRA, Mauro. Desenvolvimento humano e cultura: integração entre filogênese, ontogênese e contexto sociocultural. *Estudos de Psicologia*, v. 15, n. 1, p. 63-70, jan./abr. 2010.

MATEIRO, Teresa; ILARI, Beatriz (Orgs.). *Pedagogias em educação musical*. Curitiba: Ibpex, 2011.

MOLINA, Sergio. Vozes e ouvidos para a música na escola. In: JORDÃO et al. (Orgs.). *A música na escola*. São Paulo: Alucci & Associados Comunicações, 2012.

MUSKAT, Mauro. Música, neurociência e desenvolvimento humano. In: JORDÃO et al. (Orgs.). *A música na escola*. São Paulo: Alucci & Associados Comunicações, 2012.

TREVISAN, Rita; MACENA, Thais. Engatinhar prepara a criança para desafios futuros, como ler e escrever. Reportagem científica Uol. Disponível em: <http://mulher.uol.com.br/gravidez-e-filhos/noticias/redacao/2013/10/18/engatinhar-prepara-a-crianca-para-desafios-futuros-como-ler-e-escrever.htm>. Acesso em: Maio 2018.

SANTOS, Roseli. *A psicomotricidade otimizando a educação infantil*. Monografia (Especialização em Psicomotricidade) – ISPE-GAE, São Paulo, 2002.

STOROLLI, Wânia. O corpo em ação: a experiência incorporada na prática musical. *Revista da Abem*, Londrina, v. 19, n. 25, p. 131-140, jan./jun. 2011.