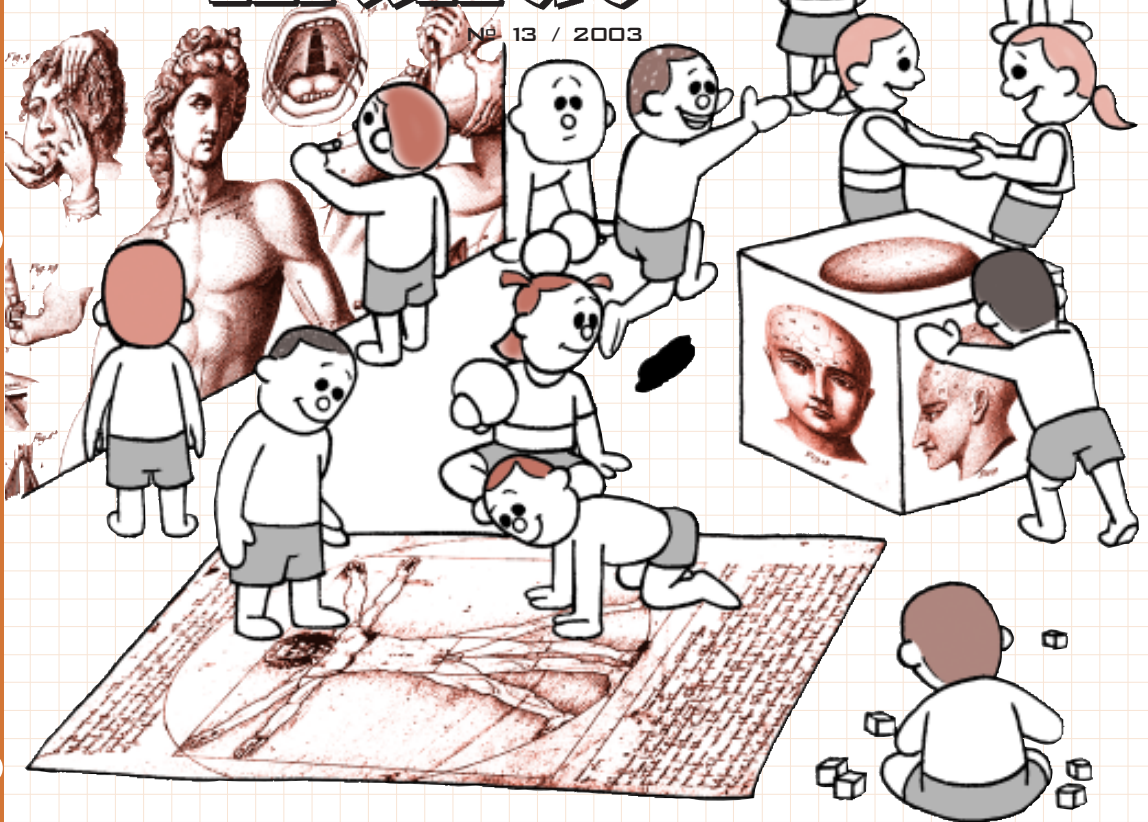


COLEÇÃO

gira mundo

Nº 13 / 2003



Historicamente, ao longo dos séculos, a significação do corpo sofreu inúmeras transformações. Desde Aristóteles passando pelo cristianismo, havia a divisão corpo/alma, onde o corpo era negligenciado em relação ao espírito. A partir do século XIX, o corpo passou a ser estudado por neurologistas com o objetivo da compreensão das estruturas cerebrais, e posteriormente por psiquiatras para o conhecimento das patologias mentais. O desenvolvimento da consciência corporal, da reflexão e da criatividade, além

do pleno desenvolvimento afetivo, cognitivo e motor, constitui alguns dos objetivos da psicomotricidade que, se alcançados, possibilitarão adultos sadios e felizes. Portanto, proporcionar o trabalho psicomotor irá ajudar na estruturação da personalidade da criança, já que ela pode expressar melhor seus desejos, elaborar seus fantasmas, desenvolver suas necessidades e trabalhar suas dificuldades. A psicomotricidade é uma ciência que, por ter o homem como objeto de seu estudo, engloba várias outras áreas: educacionais, pedagógicas e de saúde.

A psicomotricidade leva em conta o aspecto comunicativo do ser humano, do corpo e da gestualidade.

Podemos dividi-la em **dois conceitos básicos: os funcionais e os relacionais**. Os conceitos funcionais são referentes à integralização motora do indivíduo em um determinado espaço e tempo, cuja ação e qualidade podem ser percebidas e mensuradas. São eles:



COORDENAÇÃO DINÂMICA GLOBAL

possibilidade do controle e da organização da musculatura ampla

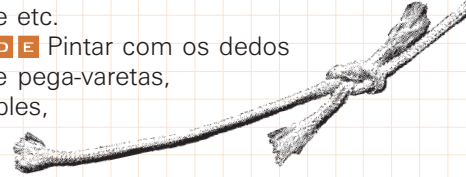
para a realização de movimentos complexos. Exemplos: correr, saltar, andar, rastejar, etc.

ATIVIDADE Andar com uma bola entre as pernas, saltar de diferentes formas: com um pé só, com os dois pés, por cima de objetos.

COORDENAÇÃO MOTORA FINA

capacidade de controlar os pequenos músculos para exercícios refinados. Exemplo: recorte, colagem, encaixe etc.

ATIVIDADE Pintar com os dedos dos pés, jogo de pega-varetas, fazer um nó simples, dobraduras, fazer um laço.



EQUILÍBRIO

é a base de toda a coordenação dinâmica global. É a noção de distribuição do peso em relação a um espaço e a um tempo e em relação ao eixo de gravidade. Depende essencialmente do sistema labiríntico e do sistema plantar. Pode ser estático ou dinâmico.

ATIVIDADE Equilíbrio estático: equilibra-se sobre um pé só, inclina-se verticalmente para frente e para trás. Equilíbrio dinâmico: andar na ponta dos pés, andar com um copo cheio de água na mão.

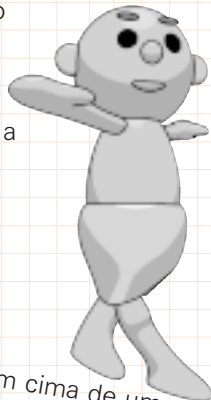
RITMO

é a força criadora que está presente em todas as atividades humanas e se manifesta em todos os fenômenos da natureza.

ATIVIDADE Dança das cadeiras; produzir sons com o corpo.

POSTURA

está diretamente ligada ao tônus, constituindo uma unidade tônico-postural, cujo controle facilita a possibilidade de canalizar a energia tônica necessária para realizar os gestos, prolongar uma ação ou levar o corpo a uma posição determinada.



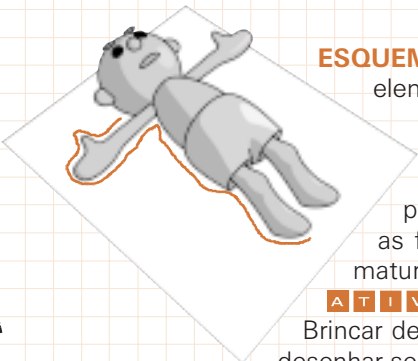
RESPIRAÇÃO

o ato respiratório compreende duas fases: a ativa, inspiração, e a passiva, expiração.

ATIVIDADE Encher bolas de gás, desenhos soprados com canudinho de refresco e nanquim ou equilibrar bolinha de isopor no topo de um canudinho de refresco.



ATIVIDADE Andar em cima de uma corda estendida no chão.



ESQUEMA CORPORAL

elemento básico indispensável para a formação da personalidade da criança, sendo seu núcleo central, pois reflete o equilíbrio entre as funções psicomotoras e sua maturidade.

ATIVIDADE

Brincar de carrinho de mão, desenhar-se em tamanho natural no papel e depois contornar-se por cima do desenhado para posterior comparação.

ORGANIZAÇÃO ESPACIAL

é a orientação e a estruturação do mundo exterior, a partir do Eu e depois a relação com outros objetos ou pessoas em posição estática ou em movimento.

ATIVIDADE

Crianças sentadas em círculo, uma delas sai da sala, as outras mudam de lugar e a criança que saiu deve reconhecer quem mudou e para onde.

LATERALIDADE

é a capacidade motora de percepção integrada dos dois lados do corpo: direito e esquerdo.

ATIVIDADE

Percorrer espaços demarcados no chão com linhas, ora com um pé, ora com o outro; cruzar instruções: mão direita na orelha esquerda, calcanhar esquerdo no joelho direito.

TÔNUS

refere-se a firmeza muscular, e está presente tanto nos músculos em repouso como em movimento.

ATIVIDADE

Subir em corda com nós ou em barras simétricas. *Serra Serra Serrador*, também é uma ótima opção, que coaduna exercício com música.

ORGANIZAÇÃO TEMPORAL

é a capacidade de situar-se em função da sucessão de acontecimentos, da duração dos intervalos, da renovação cíclicas de certos períodos e do caráter irreversível do tempo.

ATIVIDADE

Organizar o calendário da escola: contar o que já fez ontem, hoje e o que pretende fazer amanhã; compor sua árvore genealógica; marchar, andar, e rolar bolas com diferentes velocidades.

RELAXAMENTO

é uma forma de atividade psicomotora na qual se objetiva a redução das tensões psíquicas, levando à descontração muscular.

ATIVIDADE

Cubo de gelo: ficar duro como um cubo de gelo e depois "derreter".

PERCEÇÃO

é a capacidade de reconhecer estímulos.

ATIVIDADE

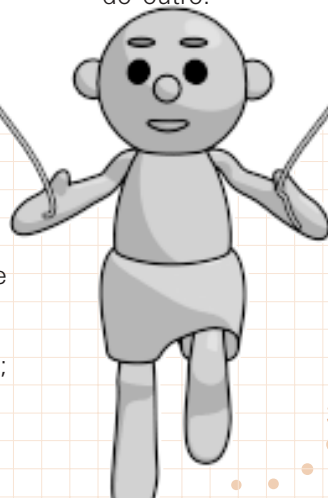
Jogos que dêem oportunidades de trabalhar com noções de quente ou frio; duro ou macio; pesado ou leve; seco ou molhado; barulho ou silêncio etc.

ESTRUTURAÇÃO ESPAÇO-TEMPORAL

é a capacidade de avaliar tempo-espaço dentro da ação.

ATIVIDADE

Andar livremente parando a um sinal determinado; pular corda de acordo com o seu próprio ritmo, em dupla, de acordo com o ritmo do outro.



Há várias definições de psicomotricidade. O termo evoluiu seguindo uma trajetória primeiramente teórica, depois prática, até que se chegasse a um meio-termo entre as duas. Dentro desta evolução, fixou-se sobretudo no desenvolvimento motor da criança. Depois, estudou-se a relação entre o atraso do desenvolvimento motor e o atraso intelectual da criança. Seguiram-se os estudos até se chegar a um ponto de equilíbrio, onde a psicomotricidade ultrapassa os problemas motores e cognitivos, buscando trabalhar também a relação entre o gesto, a afetividade e a qualidade de comunicação. Segundo a Sociedade Brasileira de Psicomotricidade, fundada em abril de 1980, "psicomotricidade é 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, bem como suas possibilidades de perceber, atuar, agir com o outro, com os objetos e consigo mesmo. Está relacionada ao processo de maturação, onde o corpo é a origem das aquisições cognitivas, afetivas e orgânicas".

São importantes objetivos da Psicomotricidade fazer do indivíduo:

- Um ser de comunicação
- Um ser de criação
- Um ser de pensamento operativo

Os conceitos relacionais permeiam as relações de desejo, frustração, ação e interação do indivíduo com o meio, com o espaço, com os objetos e consigo mesmo.

Expressão

Comunicação

Afetividade

Agressividade

Corporeidade

A **T** **I** **V** **I** **D** **A** **D** **E**

Propor desenhos ou expressões corporais a partir de músicas. Alterando os ritmos, as crianças devem reagir de formas diferentes (uso de diversas cores e movimentos). Comparar as produções numa roda de conversa pode suscitar discussões interessantes.



Bibliografia:

- BUENO, Jocian Machado. Psicomotricidade: teoria e prática. São Paulo: Editora Lovise, 1998.
- LAPIERRE, Andre e Anne. O adulto diante da criança de 0 a 3 anos - Psicomotricidade relacional e formação da personalidade. Curitiba: Ed. UFPR, 2002.
- _____. Da psicomotricidade relacional à análise da relação. Curitiba: Ed. UFPR, 2002.

Secretaria Municipal de Educação - *Sonia Mograbi*

MULTIRIO - Presidência - *Regina de Assis* • Diretoria de Publicações - *Maria Inês Delorme* • Equipe de Produção - *Cristina Campos (conteúdo), Caio Braga (ilustração), Erick Grigorovsky (ilustração), Guaira Miranda (diagramação), Nancy A. Soares (revisão)* • Fotolitos e Impressão - *Gráfica e Editora Posigraf* • Tiragem - 40 mil exemplares

Empresa Municipal de Multimeios Ltda.

ouvidoriamultirio@pcrj.rj.gov.br
Largo dos Leões, 15 - 9º andar
Humaitá - Rio de Janeiro - RJ
CEP 22260-210

RIO



PREFEITURA

EDUCAÇÃO MULTIRIO