

A expressão motora e corporal a serviço da educação e aprendizagem na criança

Gabriela Almeida¹, José Parraça², Ana Morais³

Resumo:

As Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar em Portugal referem que, no domínio da educação física, devem ser promovidas diversas competências, nomeadamente o desenvolvimento progressivo da consciência e do domínio do corpo, a exploração livre do espaço e do movimento, o desenvolvimento da coordenação motora e de socialização, o domínio de movimentos de equilíbrio e precisão, entre outros. Neste sentido, este artigo elabora sobre o desenvolvimento motor da criança ao nível da descoberta das possibilidades e limites do próprio corpo, da expressão corporal e motora e exploração do envolvimento. Desta forma é possível compreender a aquisição e consolidação de conceitos tão importantes, como as noções espaciais e a consciência de si próprio e do outro, tal como um progressivo controle corporal. Finaliza-se com uma reflexão sobre o papel fundamental do educador na promoção da expressão motora e corporal da criança.

Palavras-chaves: Psicomotricidade, Infância, Movimento, Corpo e Competência motora

Motor and body expression at the service of education and learning in children

Abstract:

The Curriculum Guidelines for Pre-School Education in Portugal state that, in the field of physical education, various skills should be promoted, namely the progressive development of awareness and domain of the body, the free exploration of space and movement, the development of motor coordination and socialization, domain of balance and precision movements, among others. In this sense, this article elaborates on the child's motor development in terms of discovering the possibilities and limits of the body itself, body and motor expression and exploration of involvement. In this way, it is possible to understand the acquisition and consolidation of such important concepts, such as spatial notions and awareness of oneself and others, as well as progressive body control. It ends with a reflection on the fundamental role of the educator in promoting the child's motor and body expression.

Keywords: psychomotricity, childhood, movement, body, and motor competence

¹Doutora em Motricidade Humana. Professora Auxiliar. Departamento de Desporto e Saúde, Escola de Saúde e Desenvolvimento Humano, Universidade de Évora, Comprehensive Health Research Centre (CHRC), Universidade de Évora, Portugal. E-mail: gsna@uevora.pt

²Doutor em Fisiologia. Professor Auxiliar. Departamento de Desporto e Saúde, Escola de Saúde e Desenvolvimento Humano, Universidade de Évora, Comprehensive Health Research Centre (CHRC), Universidade de Évora, Portugal. E-mail: jparraca@uevora.pt

³Doutora em Motricidade Humana. Professora Auxiliar. Departamento de Desporto e Saúde, Escola de Saúde e Desenvolvimento Humano, Universidade de Évora, Comprehensive Health Research Centre (CHRC), Universidade de Évora, Portugal. E-mail: ana.morais@uevora.pt

Introdução

As Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar em Portugal (OCEPE, SILVA *et al.*, 2016), integram o domínio da Educação Física e o domínio da Educação Artística, como áreas nucleares relacionadas, pois a dança e a música, ao serviço da Educação Artística, favorecem a vivência de situações expressivas e de movimento corporal criativo. Ambos os domínios permitem à criança desenvolver as suas capacidades motoras, de comunicação e de expressão, assim como apropriar-se do domínio do espaço e dos materiais.

Vamos, no entanto, debruçarmo-nos sobre o domínio da Educação Física que, de acordo com as OCEPE (SILVA *et al.*, 2016), visa proporcionar experiências e oportunidades desafiantes e diversificadas para a criança conhecer e usar melhor o seu corpo, adquirindo um desenvolvimento progressivo da consciência e do domínio do mesmo, a par do prazer do movimento, numa relação consigo própria e com os outros, com o espaço e com os diversos objetos. Estes elementos, constituem pontos de referências importantes para direcionar atividades corporais e de expressão em idade pré-escolar. O desenvolvimento de objetivos e atividades relacionadas com a consciência e do domínio do corpo e a mobilização do corpo com precisão e coordenação, tem uma importância acrescida no momento atual, uma vez que as crianças, por diversas razões, passam menos tempo em atividades expressivas, físico-motoras e de movimento.

O corpo, a atividade corporal e a expressão motora

A expressão motora pode ser definida como o conjunto de movimentos, gestos, deslocamentos, atitudes, que mobilizam o corpo, ou partes do corpo, e que exprimem intencionalmente (ou não) uma emoção, uma ideia, um desejo ou um objetivo (WAUTERS-KRINGS, 2009).

O corpo e a atividade corporal, que progressivamente a criança vai dominando, são a principal linguagem na comunicação e na relação entre ela e o mundo, a partir da qual a criança desenvolve as suas capacidades motoras e concretiza as suas aprendizagens (VAYER, 1980). À medida que a criança adquire capacidades motoras, a consciência que ela tem do seu corpo também se desenvolve e, por seu turno, é este conhecimento e controle do seu corpo, e das suas possibilidades de expressão motora, que impulsiona a criança a agir no ambiente, o que estimula novos desafios.

Por que razão é importante o conhecimento e controle corporal na criança? Schinca (1991, p. 15), realça que “é a ponte entre o “eu” e o mundo exterior; a relação

entre cada ser e o exterior se materializa com base em manifestações motoras, e essa realidade exterior começa a ser conhecida através das suas sensações e percepções”.

O desenvolvimento da criança ocorre a partir da sua atividade corporal e do domínio do seu corpo. Do nascimento aos 2 anos, a criança adquire, com as possibilidades de ação, as possibilidades da descoberta e do conhecimento. Nesta fase, adquire as primeiras posturas, a preensão, as primeiras formas de locomoção. Com a diferenciação segmentar e o uso dos membros, vem o desenvolvimento da força muscular e o controle da ação da gravidade, conquistando a postura vertical, a locomoção e as primeiras coordenações associadas à preensão. Na etapa seguinte, dos 2 aos 5 anos, a criança usa o seu corpo para agir e é graças a esta ação que a preensão se torna mais precisa e a locomoção mais coordenada. A competência para se mover e a percepção corporal que vai ganhando vazão ao permitir à criança uma utilização cada vez mais diferenciada do seu corpo, como um todo (VAYER, 1980).

À medida que a criança se movimenta e ajusta as suas ações ao ambiente, o seu corpo desenvolve-se (LAUZON, 2006). A criança vive e descobre de modo dinâmico o seu corpo, os seus diferentes elementos corporais e a coordenação das suas ações a partir do jogo corporal. É no jogo onde a criança encontra um lugar privilegiado para expressar a sua expressão motora. É através do movimento e pelo movimento que a criança estabelece relação com o outro, com os objetos e com o espaço. É também por estas vias que a criança ganha autonomia, autoconfiança e autoestima (LAUZON, 2006).

Aucouturier (1993) determina três níveis de expressão motora na criança. O primeiro nível respeita às sensações internas corporais, que são resquícios das primeiras vivências corporais, de prazer e desprazer, que se iniciaram ainda no período pré-natal e que se projetam e são atualizadas na motricidade ao longo de toda a vida. A título de exemplo, temos as atividades realizadas com materiais como o trampolim, o espaldar e o banco sueco, que proporcionam sensações de altura, equilíbrio, queda, profundidade, rotação, entre outras. Já almofadas, espumas de diversas formas e tamanhos, túnel, tecidos, entre outros materiais, permitem à criança (des)construir, (des)organizar, criar espaços abertos ou fechados, para se reapropriar do prazer de (des)fazer, (des)aparecer, ser encontrado, surgindo os primeiros jogos com conteúdo pré-simbólico, inscrevem-se no segundo nível de expressão motora. Aqui, a criança acrescenta ao (des)prazer das sensações internas corporais, o (des)prazer de sensações visuais, de se encontrar (e ser encontrado) no olhar do adulto. O terceiro nível de expressão motora, envolve materiais que facilitam jogos de imitação, simbólicos e de socialização.

Na infância, as propostas para desenvolver a expressão motora e corporal da criança, e simultaneamente, promover a criatividade pessoal e autodescoberta, têm como instrumento de trabalho, o próprio corpo e seu movimento. Não deve, no entanto, ser esquecida, que a expressão motora e corporal da criança é individual e por isso única! Cada criança tem de ser respeitada no seu ritmo e não deve ser comparada com outra criança.

As atividades de expressão corporal e motora devem ter como objetivos: a tomada de consciência do esquema corporal, a consciência do corpo como instrumento de expressão no espaço e no tempo, o encontro das possibilidades individuais, a comunicação e o relacionamento interpessoal, o sentido de orientação e sentido rítmico, a coordenação e o equilíbrio (SCHINCA, 1991). Para favorecer a expressão corporal e motora da criança, Vayer (1980) sugere objetos coloridos (amarelos, verdes, azuis e vermelhos), leves para poderem ser facilmente transportados e manipulados, de diferentes formas e dimensões para orientar diferentes ações: objetos mais pequenos guiam a atividades mais individualizadas, enquanto objetos de maior dimensão orientam atividades de maior caráter social.

As atividades de motricidade propostas às crianças contribuem para o desenvolvimento da sua consciência corporal que, por sua vez, é necessária para a execução e domínio de movimentos precisos e coordenados. Para a criança ter uma boa coordenação e controle dos movimentos do corpo, ela deve ter uma representação mental do seu corpo.

Como a criança adquire conceitos espaciais pelo seu corpo?

A criança organiza o mundo a partir do seu próprio corpo (LAPIERRE e AUCOUTURIER, 1985). No entanto, ela não permanece fechada no seu corpo. A criança entra em relação com o mundo através do seu corpo e de duas atividades motoras essenciais: a locomoção e a apreensão. A primeira, permite que a criança conquiste o deslocamento do seu corpo e que, por sua vez, aumente as dimensões do espaço investido; a segunda, permite-lhe tocar, agarrar, manipular e largar os objetos, permitindo desenvolver as percepções tátil, visual e motora. É a partir de vivências corporais e motoras, a par de um desenvolvimento cognitivo íntegro, que a criança adquire noções espaciais de direção e de orientação, em relação ao Eu corporal e ao Eu motor, e organiza e estrutura o seu corpo no espaço (LAPIERRE e AUCOUTURIER, 1985). Claro está,

que é fundamental deixar a criança explorar o espaço descobrindo, simultaneamente, as suas possibilidades corporais, desde muito cedo, logo que adquira as primeiras formas de deslocação no espaço envolvente. O corpo e a exploração do corpo no espaço, permite à criança apropriar-se dos seus limites corporais e das suas características dimensionais.

Uma fraca consciência do seu corpo, por a criança não ter descoberto as suas possibilidades espaciais, pode levar a criança a ter dificuldades de percepção e de orientação dos seus membros (por exemplo ao gesticular, ao vestir-se), dificuldades motoras, como descoordenação motora, e dificuldades de relacionamento com os seus pares, por baixa autoestima. A aprendizagem das noções espaciais dos objetos uns em relação aos outros (frente, atrás, ao lado, longe, perto, fora, dentro, etc.) envolve os movimentos que o corpo realiza no espaço que ocupa. A criança orienta-se no espaço a partir do seu corpo, ela descobre o seu corpo e situa-o no espaço com os outros objetos, estabelecendo um conjunto de relações entre os seus próprios movimentos e os do exterior. Por outras palavras, a criança descobre o espaço a partir do conhecimento que tem do seu corpo e dos seus movimentos.

A título de exemplo, a criança que conhece a parte da frente e de trás do seu corpo, poderá compreender a noção de frente e atrás. A consciência das posições do seu corpo, permite que a criança compreenda as noções espaciais tão importante para as aprendizagens (por exemplo, adquirir a direção gráfica da leitura e escrita: da esquerda para a direita e de cima para baixo). É a partir da atividade motora e corporal que a criança adquire as noções fundamentais (dentro/fora; cima/baixo, etc.) e as relações topológicas que, em idade pré-escolar, se irão tornar nas bases da matemática. A relação entre o conhecimento do corpo e o espaço é inseparável pois o nosso corpo, a qualquer momento, está posicionado em relação ao ambiente que o cerca (JUHEL, 2010). Em suma, a relação no espaço desenvolve-se a partir da ação vivida pela criança, das relações entre si e o objeto, e das relações entre os diferentes objetos (VAYER, 1980).

Para o desenvolvimento de noções espaciais básicas a criança deve primeiro ter consciência do seu corpo, do espaço que o seu corpo ocupa e que o seu corpo usa. Assim, em termos de propostas motoras a dirigir às crianças em idade pré-escolar, deve-se começar pela tomada de consciência do corpo, das suas diversas posições (ex., de pé, sentado, deitado e de joelhos) (ver figura 1) e diversos deslocamentos do corpo (ex., marcha, rastejar, gatinhar, etc. em diferentes posições que o corpo pode tomar) (ver figura 2).

Figura 1 – As crianças exploram as diferentes posições do corpo



Fonte: Acervo dos autores.

Figura 2 – As crianças exploram formas de deslocação do corpo na posição de deitado



Fonte: Acervo dos autores.

A partir das proposições o objetivo é que a criança adquira uma tomada de consciência global do corpo, sua unidade e a sua posição e participação no espaço (BUCHER, 1995). Para as diversas posições do corpo, os seus diferentes modos de deslocamento devem ser explorados: *na posição de pé, que diferentes formas pode o meu corpo deslocar-se? – andar, correr - E em que direções? – para a frente, para trás. E deitado? E de gatas?* É a consciência das orientações do seu corpo, que vai permitir à criança compreender as noções espaciais frente/atrás, em cima/em baixo. Depois da aquisição deste conhecimento (que o seu corpo ocupa no espaço), a criança deve passar para o conhecimento e tomada de consciência do espaço entre ela e os objetos ao seu

redor, trabalhando-se nas primeiras adaptações espaciais. Partindo do seu próprio corpo, a criança deve determinar a distância, por exemplo longe ou perto, que a separa de um objeto. O espaço tem dimensões que o corpo aprende a descobrir e dominar (JUHEL, 2010).

Corpo e controle dos movimentos

O domínio do corpo e do movimento torna a criança mais capaz de manipular e explorar o ambiente como bem entender, o que constitui a base de sua autonomia corporal. Para um bom domínio das habilidades motoras globais, a criança tem de ter um bom controle de todo o corpo, tanto em posições estáticas, como dinâmicas. Por outras palavras, tem de ter uma boa aquisição e domínio das posturas do seu corpo e sobre o seu corpo em movimento, para um maior controle corporal. Para a execução e controle de movimentos precisos, é necessário que a criança tenha uma boa consciencialização e representação do seu corpo (JUHEL, 2010). Uma má integração do corpo tem repercussões no desenvolvimento da criança, não apenas na controlo e harmonia dos movimentos e gestos, mas também na capacidade de o localizar no espaço e no tempo.

À medida que a criança adquire um maior controlo e domínio do seu corpo, ela vai conseguir realizar, progressivamente, movimentos mais complexos que exigem coordenação e equilíbrio. Por seu lado, o equilíbrio corporal contribui para o controlo do corpo, uma vez que as reações à gravidade, resultado da organização de sensações proprioceptivas, resultam de informações plantares, cinestésicas e labirínticas, ligadas à posição da cabeça (VAYER, 1980).

Atividades que envolvam o corpo em atividades motoras espontâneas (ex., imitação de atividades da vida diária), lúdicas e expressivas (como dança ou mímica), auxiliam o movimento e o seu controlo. A representação mental, isto é a criança imaginar o movimento antes de o executar, promove a consciência do corpo e o ajuste corporal. Atividades que promovam a consciência corporal, seja através da ação ou numa postura estática, despertam a consciência corporal e ajudam na consolidação da noção do corpo e, em última instância, o controlo dos movimentos.

A exploração de diferentes formas de movimento permite a tomada de consciência dos vários segmentos do corpo, da sua (as)simetria, da localização no espaço (*os meus braços estão em cima ou embaixo? À frente ou ao lado?*), das suas possibilidades, mas também das suas limitações, o que promove a progressiva

interiorização do esquema corporal e a tomada de consciência do corpo em relação ao espaço exterior (SILVA *et al.*, 2016).

A criança necessita de múltiplas e variadas experiências sensório-motoras para uma melhor consciência do seu corpo - *vejo o meu corpo; sinto o meu corpo a ser tocado ou a tocar; sinto o meu corpo a ajustar-se à gravidade; sinto o meu corpo a mover-se*, - e para conseguir realizar ações cada vez mais adequadas e controladas às diferentes situações, inscritas num espaço.

No entanto, cabe ao educador contrabalançar entre as instruções quanto aos movimentos a realizar, o que pode privar a criança da espontaneidade motora, e as atividades livres/espontâneas da criança que ela precisa no “exercício” do domínio e controlo do seu corpo e dos seus movimentos. As propostas em situações lúdicas, de expressão, comunicação e interação com os seus pares, e que permitem à criança mobilizar o seu corpo de forma precisa e coordenada, devem ir de encontro aos seus interesses e motivações.

O papel do Educador na expressão motora e corporal da criança

É fundamental que o educador conheça as diferentes etapas de desenvolvimento da criança, bem como as diferentes etapas da organização e progressão do domínio corporal. Só com este conhecimento, o educador poderá potenciar o desenvolvimento das diferentes capacidades da criança em cada uma das suas etapas do período pré-escolar.

Neste sentido, também o papel do educador e as propostas dirigidas às crianças devem ocorrer segundo diferentes fases: numa primeira fase (2 aos 3 anos), o educador deve facilitar e favorecer a exploração da criança aproveitando a sua atividade corporal e motora espontânea; na segunda fase (3 aos 4 anos), deve facilitar e favorecer as atividades intencionais, ensinando a criança a controlar as suas ações; na terceira fase (4 aos 5 anos), dever promover oportunidades que conduzam a criança à autonomia e reflexão da sua própria atividade (VAYER, 1980).

O educador deve garantir à criança vastas e variadas possibilidades de ação, de relação e exploração com (e do) o seu corpo, com os outros num espaço e com objetos/materiais, que vão ao encontro das suas necessidades, motivações e interesses. O educador deve permitir à criança promover um domínio global do seu corpo, através da aprendizagem de competências motoras relacionadas com diferentes atividades corporais, como as atividades de vida diária, atividades lúdicas e atividades de expressão.

Considerações finais

As atividades de expressão motora e corporal propostas às crianças em idade pré-escolar, devem contribuir para o desenvolvimento da sua consciência corporal que, por sua vez, é essencial para a realização e domínio de movimentos precisos, harmoniosos e coordenados. Uma boa consciência do corpo, como por exemplo a consciência do eixo corporal, permite a aquisição de conceitos espaciais (esquerda/direita; cima/baixo)), e outros conceitos espaciais que se baseiam em experiência corporais e motoras.

Para a criança ter uma boa coordenação e controle dos movimentos do seu corpo, ela deve ter uma (boa) representação mental do seu corpo. Partindo das aquisições que a criança possui, pela sua idade e nível de desenvolvimento psicomotor, o educador deve criar situações motoras, lúdicas e expressivas, que favoreçam a utilização de diferentes canais sensoriais e diversifiquem formas de a criança explorar, usar e sentir o corpo, de desenvolver as diversas possibilidades corporais, para que o corpo possa se expressar, relacionar-se com o(s) outro(s) e interagir com o meio. Paralelamente, o educador deve respeitar a individualidade e a espontaneidade do gesto da criança, tanto nas atividades corporais, quanto nas expressões motoras, o que é essencial para um desenvolvimento psicomotor harmonioso e equilibrado.

Em função do exposto, consideramos que a psicomotricidade educativa assume um papel essencial no desenvolvimento holístico da criança e, como perspectiva futura, propomos que a organização das intervenções psicomotoras de carácter educativo ao serviço da aprendizagem, contemple uma equipa multidisciplinar onde o psicomotricista pode assumir um papel fundamental em estreita colaboração com o educador.

Referências

AUCOUTURIER, Bernard. Los niveles de la expresividad psicomotriz. *Revista de Educación Especial*, 15. Amarú. Salamanca, 1993.

BUCHER, Huguette. **Troubles Psycho-Moteurs Chez L'enfant**. Paris: Masson, 1995.

JUHEL, Jean-Charles. **Favoriser le développement de l'enfant. Psychomotricité et action éducative**. 7 ed. Québec: Les presses de L'université Laval, 2010.

LAPIERRE, Andre; AUCOUTURIER, Bernard. **Os contrastes e a descoberta das noções fundamentais**. 2 ed. São Paulo: Editora Manole, 1985.

LAUZON, Francine. **L' éducation psychomotrice. Source d'autonomie et de dynamisme**. Québec: Presses de L'université du Québec, 2006.

SILVA, Isabel Lopes da; MARQUES, Liliana, MATA, Lourdes; ROSA, Manuela. **Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar (OCEPE)**. Lisboa: Ministério da Educação/Direção-Geral da Educação (DGE), 2016.

SCHINCA, Marta. **Psicomotricidade, ritmo e expressão corporal**. São Paulo: Editora Manole, 1991.

VAYER, Pierre. **O diálogo corporal. A ação educativa na criança dos 2 aos 5 anos**. Lisboa: Instituto Piaget, horizontes pedagógicos, 1980.

WAUTERS-KRINGS, Frédérique. **Psychomotricité à l'école maternelle. Les situations motrices au service du développement de l'enfant**. Bruxelles: De Boeck, 2009.

Submissão: 18/01/2023. **Aprovação:** 23/03/2023. **Publicação:** 31/03/2023.