

A IMPORTÂNCIA DA PSICOMOTRICIDADE PARA O DESENVOLVIMENTO DE ALUNOS COM TDAH

Beatriz de Andrade Mendes¹

RESUMO

O trabalho visa elucidar a importância da psicomotricidade para amenizar os sintomas do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). Nesse sentido, apresentaremos o que é psicomotricidade e quais são os benefícios da prática de atividades psicomotoras para os portadores de TDAH, pois atuaremos no desenvolvimento motor, afetivo e cognitivo do aluno. Em seguida, entenderemos do que se trata o TDAH, como os sintomas básicos (alteração da atenção, da impulsividade e da velocidade da atividade física e mental) são maléficos para o desenvolvimento do aluno e quais comorbidades podem coexistir com o TDAH. Para concluir a pesquisa, iremos propor atividades que auxiliem no desenvolvimento do aluno diagnosticado com TDAH.

Palavras-Chave: Psicomotricidade; Transtorno de Déficit de Atenção; Hiperatividade.

ABSTRACT

The work aims to elucidate the importance of psychomotricity to mitigate the symptoms of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (TDAH), in this sense we will present what is psychomotricity and what are the benefits of the practice of psychomotor activities for TDAH patients, because we will act on the motor, affective and cognitive development of the student. Next, we will understand what TDAH the basic symptoms (changes in attention, impulsivity and speed of physical and mental activity) is about, how are bad the student's development and what comorbidities can coexist with TDAH. To complete the research, we will propose activities that assist in the development of the student diagnosed with TDAH.

Keywords: Psychomotricity; Attention Deficit Disorder; Hyperactivity.

RESUMEN

El trabajo tiene como objetivo esclarecer la importancia de la psicomotricidad para mitigar los síntomas del Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH), en este sentido presentaremos lo que es psicomotricidad y cuáles son los beneficios de la práctica de actividades psicomotrices para pacientes con TDAH, porque actuaremos sobre el desarrollo motor, afectivo y cognitivo del estudiante. A continuación, entenderemos de qué se trata el TDAH, cómo los síntomas básicos (cambios en la atención, impulsividad y velocidad de la actividad física y mental) son un cónsono para el desarrollo del estudiante y qué comorbilidades pueden coexistir con el TDAH. Para completar la investigación, propondremos actividades que ayuden en el desarrollo del estudiante diagnosticado con TDAH.

Palabras clave: Psicomotricidad; Trastorno por Déficit de Atención; Hiperactividad.

¹ Graduada em Educação Física. Especialista em Psicomotricidade e em Psicopedagogia Institucional

INTRODUÇÃO

A relação entre a escola e seus alunos é de grande importância na vida de uma pessoa. Uma relação conturbada prejudica o aluno, não só no ambiente escolar, mas em todos os outros aspectos de sua vida. No caso dos alunos com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), a aprendizagem e, conseqüentemente, a relação com a escola já começam com dificuldades, pois as características de um aluno diagnosticado com TDAH, dentre elas a desatenção e a hiperatividade, dificultam o desenvolvimento dos aspectos cognitivos, afetivos e motores. Diversos estudos indicam que pessoas com TDAH sofrem com angústias causadas pela sensação de incapacidade, seguida do sentimento de inadequação e culpa. A autoestima de um indivíduo com TDAH costuma ser baixa.

Considerando as informações citadas, a intenção deste trabalho é demonstrar que o uso da psicomotricidade é de grande importância para amenizar os sintomas do TDAH além de ajudar essa criança a desenvolver seus potenciais, já que sendo usada como ação pedagógica, a psicomotricidade, ajuda na conscientização do próprio corpo, e, através dessa consciência possibilita, que o aluno se aproprie ou crie estratégias que auxiliem no seu desenvolvimento, inclusive, afetivo e cognitivo.

A psicomotricidade tem como base o desenvolvimento motor, afetivo e psicológico da criança, visando a melhora de suas capacidades perceptivas, portanto pode ser uma ferramenta de grande eficácia para o desenvolvimento motor, e, também, melhora a atenção, a concentração e o aproveitamento escolar, pois utilizam exercícios nos quais as atividades motoras e emocionais são unidas, o que aprimora a aprendizagem e os relacionamentos sociais.

A proposta desse trabalho é, ainda, colaborar com informações e atividades psicomotoras que auxiliem o portador de TDAH na escola.

A PSICOMOTRICIDADE E SUA CONTRIBUIÇÃO PARA O ALUNO COM TDAH

Segundo Barros (2012) a psicomotricidade encontra seu núcleo na relação entre a expressão corporal, a mente e a afetividade.

Essa abordagem busca promover o desenvolvimento intelectual, emocional e motor do indivíduo, proporcionando o desenvolvimento de sua formação no âmbito global. Além disso, colabora nas funções que interferem na personalidade e, também, na percepção do tempo e do espaço à sua volta.

HISTÓRIA DA PSICOMOTRICIDADE

O estudo da psicomotricidade iniciou-se no século XIX com Maine de Brian. Ela debatia a teoria do movimento ser um componente essencial na estrutura do eu. Porém, segundo Oliveira (2013), há indícios que de Aristóteles (384-322 a.C) já tratava sobre o dualismo corpo e alma, quando defendia que o homem era feito de uma certa quantidade de matéria (corpo) moldada numa forma (alma).

Ainda, no século XIV, constatou-se que havia distúrbios graves que se refletiam no corpo sem o cérebro ter nenhuma lesão. Este fato gerou, em 1870, a necessidade médica de encontrar uma área que explicava esses fenômenos clínicos e dessa necessidade surgiu a psicomotricidade.

No século XVII, René Descartes ainda defendia esta oposição entre corpo e alma, mas, também, fazia colocações de que o corpo é tão unido à pessoa que ambos chegam a “misturar-se”. A psicomotricidade só começou a ser praticada quando o corpo deixou de ser visto como apenas um pedaço de carne e passou ser algo indissociável do indivíduo.

Dupré, em 1909, através das relações entre corpo e inteligência, define que as sincinesias, paratonias e inabilidades que não eram causadas por danos cerebrais como síndrome da debilidade motora, dando, assim, início aos estudos dos transtornos psicomotores estudadas pela psicomotricidade.

Henry Wallon, em 1925, começou a unir a motricidade à emoção, explicando o que chamou de “diálogo tônico-emocional”. Com essa teoria de Wallon encerra-se o dualismo cartesiano que separa o corpo do desenvolvimento intelectual e emocional do indivíduo. Porém, somente dez anos depois, em 1935, Eduard Guilmain elaborou protocolos de exames para fins de diagnósticos, dando princípio a prática psicomotora.

Em 1948, Ajuriaguerra atualizou o conceito de debilidade motora e demarcou com nitidez os transtornos psicomotores no seu Manual de Psiquiatria Infantil.

A Psicomotricidade no Brasil foi influenciada pela escola francesa que também teve prestígio mundial nas áreas de psiquiatria infantil, psicologia e pedagogia.

Com as contribuições da escola francesa, a psicomotricidade distinguiu-se de outras disciplinas, adquirindo sua própria especificidade e autonomia. Na década de 70, profissionais estrangeiros convidados vinham ao Brasil para a formação de profissionais brasileiros.

A influência francesa foi de grande importância para os estudos brasileiros, porém evoluímos e, hoje em dia, não precisamos mais estudar em francês ou espanhol, pois já temos base suficiente para nos aprofundar nesse assunto e, nesse aprofundamento, surgiram novas concepções de psicomotricidade.

CONCEPÇÕES ATUAIS DA PSICOMOTRICIDADE

A perspectiva de psicomotricidade atual ultrapassa os problemas motores, existindo a necessidade de trabalhar, além do gesto motor, os processos sociocognitivos. A visão dos profissionais que lidam com a psicomotricidade é de entender que aquele indivíduo é um ser único, com características emocionais particulares, marcadas tanto por fatores externos como internos.

A psicomotricidade exige que se entenda o corpo através das experiências e vivências cotidianas.

Psicomotricidade é um termo empregado para uma concepção de movimento organizado e integrado, em função das experiências vividas pelo sujeito cuja ação é resultante de sua individualidade, sua linguagem e sua socialização (LORREIRO; DANIELE, 2007).

O corpo em movimento é o instrumento de trabalho da psicomotricidade. Um corpo que é usado para expressar conhecimentos, ideias, sentimentos e

emoções e que se torna indispensável para unir o indivíduo ao mundo e torná-lo sujeito único.

A psicomotricidade se desenvolveu e hoje diversos autores a citam e lhe dão novas definições, sendo um método geral de educação, que como meio pedagógico, utiliza o movimento para educar integralmente o indivíduo (LE BOULCH, 1975, p. 17).

Para Lapierre (1987), as primárias experiências psicomotoras que a criança constrói, mostra gradativamente o seu modo pessoal de ser, sentir, agir e reagir diante dos outros, dos objetos e do mundo que a cerca. Sendo criador da psicomotricidade relacional, começou seu trabalho com uma intervenção direta ao nível da criança, que promova uma relação de ajuda, cujo objetivo é o de favorecer a resolução de seus problemas relacionais. A relação da criança com o meio vai estabelecer a qualidade da sua saúde mental.

Segundo Lapierre (1987), a psicomotricidade é uma concepção de movimento organizado e integrado, em função das experiências vividas pelo sujeito, cuja ação é resultante de sua individualidade, sua linguagem e sua socialização. Assim sendo, iniciou-se um trabalho em creches, visto a importância desses primeiros anos de vida, que seriam à base da estrutura psicológica da criança, portanto um trabalho preventivo (LAPIERRE, 1987).

A vertente de psicomotricidade defendida por Lapierre (1987), a relacional, tem sua base na comunicação não verbal e enfatiza os aspectos relacionais, psicofísicos, socioemocionais, cognitivos e afetivos do ser humano é uma prática psicomotora que dá liberdade para a criança se expressar de forma inteira, através do seu corpo, demonstrando suas emoções, sua ludicidade e sua inteligência em formação.

A psicomotricidade relacional tem como objetivo permitir o indivíduo expressar suas dificuldades relacionais e ajudá-las a superá-las, especialmente a criança por utilizar o jogo como meio principal de expressão (LORREIRO, DANIELE, 2007). Como nos diz André Lapierre (1987), a qualidade da vida é a qualidade do ser e não do ter.

Para Vitor da Fonseca (2010), a Psicomotricidade, como ciência, é entendida como o campo transdisciplinar que estuda e investiga as relações e as influências recíprocas e sistêmicas, entre o psiquismo e o corpo, e, entre o psiquismo e a motricidade, emergentes da personalidade total, singular e

evolutiva que caracteriza o ser humano, nas suas múltiplas e complexas manifestações biopsicossociais, afetivo-emocionais e psicosociocognitivas.

Motricidade é definida como um conjunto de expressões corporais, gestuais e motoras, não verbais e não simbólicas, que dão suporte para as expressões psíquicas. Psiquismo é o funcionamento mental total, composto pelas sensações, percepções, emoções e condutas relacionais e sociais.

Como diz Vitor da Fonseca (2010), cabem nesta concepção dinâmica, corporalizada e atuante do psiquismo, todos os processos cognitivos que integram, processam, planificam, regulam e executam a motricidade, como uma resposta adaptativa intencional e inteligível exclusiva da espécie humana.

Existem outras definições para psicomotricidade, porém todas elas buscam o conhecimento. Focam seus estudos nos movimentos e nos seus amplos aspectos interdisciplinares, levando em conta que esses aspectos não são meramente resultados de ações impensadas, mas sim um produto da influência mútua corpo-mente.

A PSICOMOTRICIDADE NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM DO ALUNO COM TDAH

Iniciaremos esse tópico falando sobre aprendizagem, o que é, de acordo com a fisiologia, comportamento e emoções de um indivíduo. É considerada um processo que ocorre sempre que uma informação nova chega ao Sistema Nervoso Central (SNC), gerando alguma mudança. Essas mudanças têm início a partir da terceira semana de gestação.

Mesmo após o nascimento, o desenvolvimento cognitivo continua atrelado à genética, porém, também, sofre influências do meio e das ações do indivíduo.

Segundo Camargo e Bruel (2012), a combinação de maturação do sistema nervoso e de respostas motoras às necessidades de adaptação promove evolução e define sua capacidade de aprender.

A aprendizagem é uma mudança duradora de comportamento que advém como resultado de uma experiência. Partindo dessa concepção de aprendizagem, fica clara a importância da educação psicomotora, desde a educação infantil e nas séries iniciais, até que o processo de alfabetização e

introdução ao raciocínio lógico-matemático se complete. O desenvolvimento psicomotor intervém no intelectual, emocional, motor e no aspecto expressivo do indivíduo.

Vitor da Fonseca (1998) comenta que a psicomotricidade é, atualmente, concebida como a integração superior da motricidade, produto de uma relação inteligível entre a criança e o meio. A psicomotricidade busca aprofundar a relação entre estes dois elementos do comportamento humano: a motricidade, vista como um sistema dinâmico sujeito a um desenvolvimento e uma maturação, e a psique, entendida como uma atividade mental composta de componentes socioafetivos.

Partindo desse conceito de Vitor da Fonseca, a psicomotricidade possui campos de atuação que vão além da escola, ela também deve ser aplicada no meio familiar. Para que, a inter-relação escola-família possa evitar perturbações emocionais e comportamentais, criando assim crianças motivadas a aprender.

Para os portadores de TDAH, é essencial que essa motivação pelo aprendizado seja criada e incentivada, pois seu desvio de atenção prejudica a aprendizagem e, conseqüentemente, prejudica a vida social, a autoestima, as relações familiares, gerando, assim, um indivíduo à margem da sociedade em que vive. Esse sentimento de inadequação pode acarretar vários problemas de saúde e piorar as comorbidades que podem acompanhar o TDAH, como ansiedade, dislexia e discalculia, por exemplo.

O TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE

O TDAH tem como características três sintomas básicos: desatenção, hiperatividade e impulsividade. Tem tendência a se manifestar ainda na infância e persiste em cerca de 70% dos casos em adultos. Isso se deve ao fato de que a área cerebral que controla os impulsos e faz a filtragem de estímulos (o córtex pré-frontal) não ser eficiente em um TDAH.

Segundo Barbosa (2008), o TDAH acomete ambos os sexos, independente do grau de escolaridade, situação socioeconômica ou nível cultural. A consequência gerada pelo TDAH provoca sérios prejuízos na qualidade de vida dos portadores, que podem piorar se não forem diagnosticados e orientados corretamente.

De acordo com Mattos (2008), existem três tipos de TDAH. A forma predominantemente desatenta, a forma predominantemente hiperativa / impulsiva e a forma combinada. A terceira é a forma mais comum nos consultórios, provavelmente por causar mais problemas, o que leva o próprio portador ou seus pais a procurarem ajuda.

O funcionamento mental de um TDAH é acelerado, produz sem parar ideias, que oscilam entre a criatividade ou ideias embaralhadas sem conexão entre elas, o que os leva a exaustão. Geralmente são indivíduos considerados inadequados, imersos em rotinas desgastantes que não os deixa expressar suas potencialidades. É corriqueiro as pessoas interpretarem a tendência à distração e a impulsividade de uma criança TDAH como sinal de pouca inteligência ou simplesmente falta de interesse.

ALTERAÇÃO DA ATENÇÃO

Esse é o sintoma mais importante em um diagnóstico. Um indivíduo com comportamento TDAH pode ou não apresentar hiperatividade física, porem sempre apresenta forte tendência a distração.

Os eventuais lapsos de atenção acabam gerando irritação, problemas de relacionamento e grande dificuldade de organização em todos os setores de sua vida. A alteração de atenção gera a desorganização, o que faz que o indivíduo necessite de um tempo e esforço maior do que o necessário para o cumprimento de tarefas cotidianas.

Muitos TDAs descrevem períodos de profundo cansaço mental e as vezes físico. Alguns usam a expressão “cansaço na alma” para descrever seu estado após a realização de tarefas nas quais se forçaram a permanecer concentrados por obrigação (BARBOSA; BEATRIZ, 2008).

Falamos a nomenclatura alteração de atenção, pois déficit de atenção não traduz com precisão o que acontece com uma mente TDAH. O indivíduo por um lado tem dificuldades de concentração em determinadas tarefas que geralmente são obrigatórias, porém, podem apresentar hiperconcentração em atividades que lhes despertem interesse ou pela a qual tenham paixão impulsiva. Alguns exemplos de paixões impulsivas são os jogos eletrônicos, esportes,

computadores ou leituras de assuntos específicos. Quando hiperconcentrados, a criança ou adulto, terá dificuldade de se desligar ou desviar sua atenção para outras atividades.

IMPULSIVIDADE

A palavra impulsividade tem por significado ação de impelir, ou seja, um estímulo forte que não é controlado pelo indivíduo. mente do TDAH é um receptor muito sensível, que captura pequenos sinais, porém, em vez de refletir, a mente reage automaticamente sem avaliar as características do objeto gerador do estímulo. Só depois da ação já realizada que este indivíduo percebe se seu ato impulsivo foi apropriado.

É corriqueiro, em portadores de TDAH, dizer o que lhes vem na cabeça, participar ou criar brincadeiras perigosas ou ter reações exageradas. São comportamentos mais intensos do que o esperado, que geram desconforto nos demais indivíduos que acabam por rotular a criança de autodestrutiva ou mal-educada”. Tanto os atos impulsivos como os rótulos abalam a autoestima da criança, dificultam o desenvolvimento de sua personalidade e acarretam, também, em prejuízos na vida social.

Se a impulsividade não for bem administrada e tratada pode gerar outros tipos de impulsividade, tais como: agressividade, descontrole alimentar, uso de drogas e tagarelice incontrolável.

HIPERATIVIDADE FÍSICA E MENTAL

A hiperatividade física nem sempre está presente em um TDAH, porém é a forma mais fácil de ser identificada. A criança com esse tipo de hiperatividade é aquela que não para de se mover pela sala de aula e mexe em vários objetos. Por ser uma característica física, auxilia no diagnóstico, porque logo se percebe que há algo de diferente naquela criança e procura-se um tratamento, onde geralmente se diagnostica o TDAH.

A hiperatividade mental ou psíquica, segundo Barbosa (2008), pode ser entendida como um chiado cerebral, tal como um motor de automóvel desregulado que acaba por provocar um desgaste bastante acentuado.

A agitação psíquica ou física é, parcialmente, responsável pela inaptidão social que muitos TDAH possuem. Os chiados em seu cérebro ou a hiperatividade física os prejudicam na hora de entender as deixas sociais que são importantes nas relações sociais. Indivíduos TDAH têm dificuldade de interpretar os outros, pois estão em um redemoinho de atividades e de pensamentos tão intensos que não aprendem como interpretar os outros indivíduos.

ATIVIDADES PSICOMOTORAS QUE AUXILIAM NO DESENVOLVIMENTO DO ALUNO DIAGNOSTICADO COM TDAH

A proposta desta seção é propor atividades psicomotoras, porém, além disso, é trabalhar com a criança TDAH através de jogos. A partir disso, iremos explicitar a conexão entre psicomotricidade e jogos.

A Psicomotricidade contribui de maneira significativa para o desenvolvimento e estruturação do esquema corporal e tem como finalidade principal incentivar a prática do movimento em todas as etapas da vida de uma criança. Por meio das atividades, as crianças, além de se brincarem, criam, interpretam e se relacionam com o mundo em que vivem. Por isso, cada vez mais os educadores recomendam que os jogos e as brincadeiras ocupem um lugar de destaque no programa escolar desde a Educação Infantil.

Vitor da Fonseca (1996) afirma que o jogo é um fator de libertação e de formação, que não pode faltar à criança em desenvolvimento, dado que além da satisfação catártica que permite, implica também uma subestimação dos instintos e tendências antissociais.

No jogo, a criança tem a oportunidade de estruturar o seu esquema corporal, a sua relação com o espaço e o tempo, expandir o uso do perceptivo motor e ainda revelar sua afetividade, dando-a chance de expressar suas emoções. É brincando que a criança aprende a trabalhar suas frustrações, na medida em que perde ou ganha. Esse fator é indispensável para o crescimento e o fortalecimento emocional do indivíduo e suas relações com o outro. A criança necessita compartilhar momentos coletivos para satisfazer a vontade de jogar e aprender a conviver no grupo. É através do jogo que o indivíduo se apossa do

seu contexto social e do seu meio e começa a explorar as suas capacidades funcionais.

Através do jogo é que acontece a mielinização dos nervos e as conexões que interligam estas comunicações multiplicam-se, favorecendo o enriquecimento das estruturas cerebrais. Por isso, o jogo também é um fator de desenvolvimento orgânico e funcional.

O brincar é maneira pela qual a criança busca elementos lúdicos para desenvolver-se. O mais importante de tudo isso é que, por meio do brincar, o docente assume um papel fundamental neste processo, pois é ele que arma, de maneira planejada e não casual, as cenas mais pertinentes para que esse desenvolvimento ocorra. É ele que fará com que o sujeito não se fragmente, pois ele se oferece como elo de todos os aspectos que constituem um indivíduo: os aspectos psicomotores, os cognitivos e os socioafetivos.

Segundo Barreto (2000), o desenvolvimento psicomotor é de suma importância na prevenção de problemas da aprendizagem e na reeducação do tônus, da postura, da direcionalidade, da lateralidade e do ritmo. Assim, a educação psicomotora, para ser trabalhada, necessita de que sejam utilizadas as funções, perceptivas, afetivas e sociomotoras, pois, assim, a criança explora o ambiente, passa por experiências concretas, indispensáveis ao seu desenvolvimento intelectual, sendo capaz de tomar consciência de si mesma e do mundo que a cerca.

Bons exemplos de atividades físicas são aquelas de caráter recreativo, que favorecem a consolidação de hábitos, o desenvolvimento corporal e mental, a melhoria da aptidão física, a socialização, a criatividade; tudo isso, visando à formação da sua personalidade.

A educação da criança deve evidenciar a relação através do movimento de seu próprio corpo, levando em consideração sua idade, a cultura corporal e os seus interesses, portanto devem ser levados em consideração os estágios de desenvolvimento.

METODOLOGIA: ATIVIDADES PROPOSTAS

A metodologia aplicada neste trabalho se restringe a análise de documentos voltados para a pesquisa da psicomotricidade, do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), e da relação entre os dois.

Alguns dos autores e livros consultados foram: Ana Beatriz Barbosa, *Mentes Inquietas*; Fátima Alves - *Psicomotricidade: corpo, ação e emoção*; Paulo Mattos, *No mundo da Lua*; Danielle Lemos - *A contribuição da psicomotricidade no tratamento de crianças com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade* e Machado e Nunes – *100 jogos psicomotores: uma prática relacional*.

As atividades propostas a seguir têm como foco, crianças dentro da faixa etária de 7 a 12 anos, que, segundo Piaget, encontram-se no estágio operatório concreto.

ATIVIDADE 1: ARREMESSO

Distribuir uma folha de jornal para cada participante e pedir que amassem formando uma bola, depois envolvê-la com fita adesiva para não desmanchar. Depois, propor que arremessem suas bolas livremente um para o outro ou tentar acertar em um cesto.

Os objetivos da atividade é trabalhar a intensidade da força dos dedos e das mãos, controlar a força e a posição do corpo, desenvolver as praxias finas e globais e desenvolver a criatividade.

ATIVIDADE 2: POR FAVOR!

Explicar para a turma que eles darão alguns comandos, mas que só deverão ser cumpridas se for pedido “por favor”. Por exemplo:

- Atenção turma! Por favor, sentados.
- Por favor, mãos para o alto.
- Mãos na cabeça.
- Por favor, todos de um pé só.
- Parar de marchar.

Os objetivos da atividade são trabalhar a noção do esquema corporal, orientação espaço-temporal, desenvolvimento da praxia global, desenvolver o tônus e o desenvolvimento do equilíbrio.

ATIVIDADE 3: ATRAVESSANDO O RIO

A professora deverá marcar duas áreas com giz em um espaço livre da escola (quadra, pátio, parquinho) uma de frente para outra. O espaço entre elas representa um rio cheio de jacarés.

A turma será dividida em grupos de três ou quatro alunos e cada aluno irá receber uma folha de jornal. Cada grupo ficará sobre uma das linhas desenhadas na quadra.

A professora deverá explicar que os integrantes da equipe deverão atravessar o rio até a outra margem, juntos, mantendo os pés sempre sobre a folha de jornal (não é permitido pisar no chão). Os alunos deverão ter que criar estratégias para chegar do outro lado.

Os objetivos da atividade são desenvolver o esquema corporal, orientação espacial, atenção, concentração, cálculo mental e resolução de problemas.

ATIVIDADE 4: RODA DE CUMPRIMENTOS

A professora irá dispor a turma de modo que forme uma grande roda, e um aluno deverá ficar no centro de olhos vendados. Ao som de uma música, o círculo irá girar de mãos dadas para um lado específico e o aluno do centro estará aguardando a música parar e, quando isso ocorrer, ele deverá se dirigir até um aluno da roda e estender a mão, cumprimentando-o e, por meio do contato, deverá adivinhar quem é o amigo. Caso não o reconheça pelo tato, poderá fazer perguntas para que o amigo responda e sendo assim, possa reconhecê-lo pela audição. Em caso de acerto, trocam-se as funções. Caso contrário, o aluno que está vendado poderá cumprimentar outro amigo da roda.

Os objetivos da atividade são desenvolver a afetividade, comunicação, percepção tátil, percepção auditiva e socialização.

ATIVIDADE 5: CAMINHADA A TRÊS

A turma será separada em trios de maneira que os participantes deverão caminhar com as pernas unidas, ou seja, o aluno do centro deverá amarrar sua perna esquerda na perna direita do seu amigo que está colocado à sua esquerda e amarrar sua perna direita na perna esquerda do amigo que está posicionado a sua direita. Ao som de uma música de ritmo lento, os trios deverão caminhar livremente pelo espaço de jogo, de forma sincronizada devendo coordenar seus passos. Quando o ritmo da música aumentar, os trios deverão aumentar também o ritmo das passadas.

Os objetivos da atividade são trabalhar a coordenação motora, socialização, afetividade, equilíbrio, limites, comunicação, orientação espaço temporal. Estimular a participação dos alunos, controlando a agressividade presente, apontando a individualidade de cada um.

ATIVIDADE 6: AMIZADE DO ALFABETO

O professor organizará os alunos sentados em roda. Quem iniciar o jogo deverá dizer: “Gosto do meu amigo da direita com **A** porque ele é Atencioso!”. O próximo aluno deverá prosseguir com a dinâmica, dizendo: “Gosto do meu amigo da direita com **B** porque ele é brincalhão!”. Assim, segue a dinâmica com todos repetindo a frase e mudando a letra do adjetivo.

Os objetivos da atividade são desenvolver a afetividade, socialização, imaginação, comunicação, expressão, desenvolvimento da linguagem. Enaltecer as qualidades dos integrantes do grupo.

ATIVIDADE 7: REPRESENTAÇÃO DO DIA A DIA

O professor deverá preparar previamente fichas com imagens de representações cotidianas, tais como:

- Passeio de uma família na praia;
- Motorista de um ônibus em movimento;
- Dois senhores lendo jornal no banco da praça;
- Guarda comandando um sinal de trânsito bem movimentado;

-Meninos no sinal pedindo dinheiro.

Diante disso, a turma estará separada em dois grupos (grupo A e grupo B), e um representante de cada equipe, por vez, deverá sortear uma ficha e realizar por meio de mímicas a representação exigida. Este aluno poderá chamar algum componente de seu grupo para auxiliá-lo na representação.

Os objetivos da atividade é trabalhar a imaginação, expressão corporal, imagem corporal, criatividade, afetividade e corporeidade.

ATIVIDADE 8: CARTÕES POSTAIS

O professor deverá apresentar para a turma diversos cartões postais, com paisagens típicas de vários lugares, países diferentes, de forma que exista uma diversidade grande de paisagens. A turma estará separada em pequenos grupos, e cada um deverá escolher um cartão postal e, durante alguns minutos, conversar sobre as qualidades existentes daquele lugar ou da paisagem que o grupo escolheu. Ao final, todos os grupos farão a apresentação de seu cartão postal, fazendo uma defesa do porquê escolheram aquela imagem.

Os objetivos da atividade é trabalhar a criatividade, socialização, afetividade, comunicação e levar todos os integrantes do grupo a participar de uma discussão.

ATIVIDADE 9: A PROCURA DO CRACHÁ

Esta atividade é ideal para ser realizada com grupos que ainda não se conhecem. O professor deverá preparar previamente crachás para cada participante e colocar o nome de cada um nos mesmos (utilizar barbante para finalizar o crachá). Então, na hora da atividade, o professor entregará qualquer crachá para cada um (desde que não seja o próprio). Ao som de uma música, cada um deverá encontrar o dono do crachá que o recebeu.

Os objetivos da atividade é trabalhar a socialização, comunicação, expressão, corporeidade, orientação espacial e compreender a importância do próximo no crescimento individual e coletivo.

ATIVIDADE 10: BRINCADEIRA DOS ESPIÕES

O grupo deverá ser dividido em duplas. Cada integrante da dupla observará bem a outra pessoa e vice-versa. Os dois viram de costas e cada um fará alguma mudança no visual. Pode ser tirando um anel, trocando o relógio de lugar, desamarrando o sapato, prendendo o cabelo etc. Os dois se voltam um de frente para o outro e cada um tem que adivinhar o que mudou. Depois de cada realização da atividade, solicitar a troca das duplas, para aumentar o contato dos participantes. Para terminar, abrir o debate para compartilhar as sensações que os alunos vivenciaram.

Os objetivos da atividade é trabalhar a atenção, observação, detalhamento, afetividade, socialização, criatividade, expressão corporal e imagem corporal.

CONCLUSÃO

A partir desta pesquisa foi possível observar a importância atual da psicomotricidade, como ferramenta eficaz no tratamento do TDAH, pois ela valoriza a capacidade de experimentação, de sentimentos e de emoções através dos movimentos do seu próprio corpo, isto se deve ao fato da influência que o movimento exerce sobre a maturação do Sistema Nervoso, que é fundamental na correlação entre a ação e a sua representação. Desse modo, um indivíduo desenvolvido, a partir do movimento, consegue construir uma vida ativa, saudável e produtiva, criando uma relação equilibrada entre o corpo, mente e espírito.

Uma educação associada a atividades psicomotoras permite um desenvolvimento amplo e cria-se um corpo que sente, pensa e age em diferentes situações. O uso da psicomotricidade possibilita ao indivíduo construir conhecimento sobre o mundo, sobre si mesmo e lhe permite agir de forma planejada sobre ele. Uma eficácia psicomotora define em grande medida o potencial de aprendizagem do sujeito, contribuindo para seu sucesso ou fracasso escolar e social.

O papel do professor é indispensável, pois ele lidará com a criança na sua fase de desenvolvimento básico e na formação de personalidade. Por essa

razão, torna-se tão importante o uso da psicomotricidade nas atividades escolares, pois esta oferece a possibilidade de a criança vivenciar experiências com o próprio corpo, desenvolvendo, assim, a confiança em si mesma e o conhecimento de seus limites e potencialidades.

Quando os responsáveis se deparam com uma criança com os sintomas do TDAH, costumam ficar perdidos e necessitam de orientação. O psicomotricista e a escola, juntos, por conhecer a dinâmica da estruturação corporal, além de ajudar no tratamento dos sintomas do TDAH, formam uma equipe capaz de ouvir e orientar esses cuidadores que procuram ajuda.

O equilíbrio, a troca que acontece entre o motor e o psíquico, é trabalhado pelo psicomotricista para melhorar a qualidade de vida das crianças atual e amparar no seu preparo para encarar o mundo na fase adulta. Isso tudo é feito do jeito que a criança mais gosta e necessita: brincando. Através de jogos, do lúdico.

É por meio do movimento, da atitude, da interação com o psicomotricista, com as outras crianças, com o ambiente e com os objetos, numa situação dirigida para as necessidades do indivíduo, que colocamos corpo, movimento e desenvolvimento numa linha só, em equilíbrio.

O indivíduo TDAH é pleno de capacidade criativa. Por isso a ação psicomotora aliada a atividades lúdicas, pode ser um fio condutor no tratamento de crianças com TDAH, já que com isto é possível criar estratégias e ambiente adequados para o desenvolvimento da parte motora e dos aspectos psicossociais, tão prejudicados pelas características do transtorno.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, Fátima. **Psicomotricidade: corpo, ação e emoção**. 3ª. Ed. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2007.

BATISTA, Nielson Rafael. **Psicomotricidade na educação infantil**. Faculdade Adventista de Hortolândia, 2014.

CAMARGO, Flavia Tais Silva; BRUEL, Maria Rita. **Psicomotricidade para portadores de transtorno de déficit de atenção e hiperatividade**. Saúde E Meio Ambiente: Revista Interdisciplinar, 1(2), 41-52, 2012.

CAVICCHIA, Durlei de Carvalho. **O desenvolvimento da criança nos primeiros anos de vida**. Educação da UNESP: Araraquara, 2010.

COELHO, Diana Tereso. **Dislexia, Disgrafia, Disortografia e Discalculia**. Areal Editores.

FONSECA, Vitor. **Papel das funções cognitivas, conativas e executivas na aprendizagem**: uma abordagem neuropsicopedagógica. Universidade de Lisboa: 2014.

FONSECA, Vitor. **Psicomotricidade: uma visão especial**. Universidade Técnica de Lisboa: 2010.

LOUREIRO, Danielle. **A contribuição da psicomotricidade no Tratamento de crianças com transtorno e Déficit de atenção e hiperatividade**.

Universidade Candido Mendes – Instituto A Vez do Mestre. Rio de Janeiro: 2007.

MACHADO, José Ricardo Martins. **100 jogos psicomotores: uma prática relacional na escola**. 2ª. Ed. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2011.

MATTOS, Paulo. **No mundo da Lua**. 8ª. Ed. São Paulo: Casa Leitura Médica, 2008.

MORAIS; Sonia; MALUF, Maria Fernanda. **Psicomotricidade no contexto da neuroaprendizagem**: contribuições à ação psicopedagógica. São Paulo: 2015.

SAMPAIO, Débora. **As contribuições da psicomotricidade nos Casos de TDAH em crianças de 05 a 07 anos de Idade**. Universidade Candido Mendes – Instituto A Vez do Mestre. Rio de Janeiro: 2012.

SILVA, Ana Beatriz B. **Mentes Inquietas**: TDAH: desatenção, hiperatividade e impulsividade. Rio de Janeiro: Objetiva, 2009.

SILVA, Daniele Araújo. **A importância da psicomotricidade na educação Infantil**. UNICEUB. Brasília: 2013.

SILVA, Yara Pinheiro. **O lúdico na reeducação psicomotora**. Rio de Janeiro: 2004.