

EQUILÍBRIO CORPORAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Matheus Sousa Silva¹

Francisco José Fornari Sousa²

RESUMO

Introdução: A psicomotricidade é uma das ferramentas utilizadas nas aulas de Educação Física, para assim ajudá-los a se desligarem do mundo virtual e através da atividade física desenvolver seus aspectos cognitivos e motores. **Objetivo:** Pesquisar o nível de equilíbrio de alunos na faixa etária de nove a dez anos. **Metodologia:** Pesquisa de campo descritiva e diagnóstica. Fizeram parte da amostra 47 crianças de uma escola municipal de Lages-SC. Como instrumento de coleta de dados foi utilizado a Escala de Desenvolvimento Motor (EDM) proposta por Rosa Neto (2002). Os dados foram analisados por estatística básica (f e %), os dados será apresentado na forma de tabela. **Resultados:** Nos alunos com 9 anos de idade (26), e nos de 10 anos de idade (19) apresentaram nível de desenvolvimento entre os níveis normal médio, alto e superior, e apenas 4,3% normal baixo. Em relação a toda a amostra, 95,7% dos escolares avaliados apresentam nenhum risco ao seu desenvolvimento motor, segundo o EDM. **Conclusão:** Os dados demonstraram que a maioria dos alunos com 9 anos de idade possuem nível normal médio (n=10, 38,5%), e que a maior parte dos alunos com 10 anos possuem nível normal alto (n=14, 66,7%), segundo o EDM.

Palavras-chave: Psicomotricidade. Equilíbrio. Alunos.

¹ Acadêmico da 8ª fase do curso de Educação Física do Centro Universitário UNIFACVEST.

² Prof. da disciplina de TCC II e coord. do curso de Educação Física do Centro Universitário UNIFACVEST.

BODY EQUILIBRIUM IN SCHOOL PHYSICAL EDUCATION

Matheus Sousa Silva¹

Francisco José Fornari Sousa²

ABSTRACT

Introduction: Psychomotricity is one of the strategies used in Physical Education classes in order to help the students to disconnect them selves from the virtual world, and through physical activity, developing their cognitive and motor aspects. **Objective:** To research for the balance level of students in the age group of nine to ten years old. **Methodology:** The study was developed as a field research among students of a municipal school in Lages-SC. The sample consisted of 47 children. Student performance was assessed by the Motor Development Scale (EDM) proposed by Rosa Neto. **Expected:** In the 9-year-old students (26), and the 10-year-old students (19), they had a level of development between the normal, high and upper normal levels, and only 4,3% normal low. Regarding the entire sample, 95.7% of the students evaluated presented no risk to their motor development, according to the EDM. **Conclusion:** The data showed that the majority of 9-year-old students have a normal average level (n =10, 38,5%), and that most 10-year-old students have a high normal level (n=14, 66,7%) according to the EDM.

Keywords: Psychomotricity. Balance. Students.

1. INTRODUÇÃO

Pode se perceber que nos dias atuais as crianças possuem um estilo de vida diferente devido ao grande crescimento das cidades, tecnologias e violência nas mesmas, fazendo com que elas fiquem em casa sem praticar atividade física diariamente. Fator esse que pode influenciar no seu desenvolvimento psicomotor e cognitivo.

A Educação Física é o componente curricular que tematiza as práticas corporais em suas diversas formas de codificação e significação social, para isso, é preciso problematizar, desnaturalizar e evidenciar a multiplicidade de sentidos e significados de diferentes manifestações da cultura corporal, para que assim, os alunos obtenham uma melhor percepção sobre o próprio corpo (BRASIL, 2018).

A psicomotricidade é uma das ferramentas utilizadas nas aulas de Educação Física, onde a mesma está em todos os lugares, por exemplo: caminhando, correndo, pulando, escrevendo, lendo, ou seja, está inserida na nossa vida sem que percebamos a importância dela no nosso cotidiano. Portanto, ela pode desenvolver e proporcionar o conhecimento das crianças através do movimento pelas atividades motoras, sendo elas de formas lúdicas, atraentes e dinâmicas (FONSECA, 2004).

Segundo Le Boulch (2001, p. 63): “É de grande importância a educação pelo movimento no processo escolar, uma vez que seu objetivo central é contribuir para o desenvolvimento motor da criança.”

A vivência da prática é uma forma de gerar um tipo de conhecimento muito particular e insubstituível e, para que ela seja significativa, é preciso problematizar, desnaturalizar e evidenciar a multiplicidade de sentidos e significados que os grupos sociais conferem às diferentes manifestações da cultura corporal de movimento (BRASIL, 2018, p.214).

Dentre as áreas trabalhadas na psicomotricidade, o equilíbrio é uma delas e tem sua importância, já que a criança é constantemente exposta contra a força da gravidade. Conforme Rosa Neto (2002, p.17): “O equilíbrio é a base primordial de toda ação diferenciada dos segmentos corporais. Quanto mais defeituoso é o movimento, mais energia consome.”

O professor de Educação Física tem como prioridade na educação infantil, desenvolver a psicomotricidade dos seus alunos. Segundo Fonseca (2004, p.16): “O termo psicomotricidade se divide em duas partes: a motriz e o psiquismo, que constituem o processo de desenvolvimento integral da pessoa.”

Portanto, este artigo tem como objetivo principal pesquisar o nível de desenvolvimento do equilíbrio corporal nas aulas de Educação Física do ensino fundamental I, para educandos do 4º e 5º ano com faixa etária de 9 a 10 anos.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O papel da Educação Física na escola vêm sendo bastante discutido e pesquisado, para que continue evoluindo. Segundo Darido (2003, p.3): “Atualmente coexistem na área da Educação Física, várias concepções sobre qual deve ser o papel da Educação Física na escola. Essas concepções têm em comum a tentativa de romper com o modelo mecanicista, esportivista e tradicional.”

A Educação Física escolar não vai resolver todos os problemas do Brasil, entretanto, vai proporcionar um nível de crescimento e desenvolvimento motor do indivíduo, para que o mesmo seja capaz de se adaptar as exigências do cotidiano (DARIDO, 2003).

Os professores de Educação Física possuem como norteador no Brasil, a Base Nacional Comum Curricular, que corresponde tanto a função do professor, como sua proposta pedagógica a ser planejada.

Diante do compromisso com a formação estética, sensível e ética, a Educação Física, aliada aos demais componentes curriculares, assume compromisso claro com a qualificação para a leitura, a produção e a vivência das práticas corporais. Ao mesmo tempo, pode colaborar com os processos de letramento e alfabetização dos alunos, ao criar oportunidades e contextos para ler e produzir textos que focalizem as distintas experiências e vivências nas práticas corporais tematizadas (BRASIL, 2018, p.226).

Observa-se com isso, que a Educação Física vem buscando com o decorrer dos anos de forma gradativa transformar e melhorar sua forma de ensino na educação básica.

A psicomotricidade no meio escolar tem grande importância para o desenvolvimento dos educandos, sendo assim, deve ser utilizado como proposta pedagógica do professor de Educação Física.

Para a Associação Brasileira de Psicomotricidade (2017b, p.1): “É a ciência que tem como objeto de estudo o homem por meio 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.”

Com uma história bem recente. Segundo a Associação Brasileira de Psicomotricidade (2017a, p.2): “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.”

Já para Le Boulch (2001, p.21), grande estudioso da área, a psicomotricidade:

Dá-se através de ações educativas de movimentos espontâneos e atitudes corporais da criança, proporcionando-lhe uma imagem do corpo, contribuindo para a formação de sua personalidade. É uma prática pedagógica que visa contribuir para o

desenvolvimento integral da criança no processo de ensino e aprendizagem, favorecendo os aspectos físicos, mentais, afetivo-emocionais e socioculturais, buscando estar sempre condizentes com a realidade dos educandos.

A psicomotricidade possui vários tópicos dentro de si, que são: coordenação motora fina, coordenação motora global, esquema corporal, organização espacial, equilíbrio, organização temporal e lateralidade. Entretanto, este projeto tem como enfoque apresentar os benefícios do desenvolvimento do equilíbrio na Educação Física escolar (FONSECA, 2004).

Para Rosa Neto (2002, p.17): “O equilíbrio é o estado de um corpo quando forças distintas que atuam sobre ele se compensam e anulam-se mutuamente. Do ponto de vista biológico, a possibilidade de manter posturas, posições e atitudes indica a existência de equilíbrio.”

Portanto, o equilíbrio é dividido em duas partes principais que atuam em homeostase: o estático que atua quando estamos a permanecer imóveis. Entretanto, o dinâmico é quando estamos em movimento, no nosso dia a dia, graças a um dinamismo dos processos nervosos que foram aperfeiçoados durante os anos (ROSA NETO, 2002).

Nesta faixa etária de 7 a 10 anos de idade, a criança está no estágio transitório da fase de movimentos especializados, etapa essa que as habilidades estabilizadoras, locomotoras e manipulativas fundamentais são refinadas, combinadas e elaboradas para serem utilizadas nas mais exigentes situações diárias (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

Então o professor deve estimular seus alunos (as) para um desenvolvimento total de seu equilíbrio, tanto estático, como dinâmico. Segundo Fonseca (1995, p. 146): “A equilibração é um passo essencial do desenvolvimento psiconeurológico da criança, logo um passo-chave para todas as ações coordenadas e intencionais, que no fundo são alicerces dos processos humanos de aprendizagem.”

Com isso, pode-se vê a importância do desenvolvimento da psicomotricidade na Educação Física escolar. Para assim, ajudar o educando a ampliar suas capacidades tanto motoras, corporais e sociais.

Portanto, o professor deve ter no seu planejamento pedagógico, como objetivo principal o desenvolvimento motor, para assim, tornar seus alunos (as) capazes de efetuarem movimentos complexos com facilidade, claro que respeitando as individualidades de cada.

3. METODOLOGIA

Para Andrade (2010, p.109): “A pesquisa é o conjunto de procedimentos sistemáticos, baseado no raciocínio lógico, que tem por objetivo encontrar soluções para problemas

propostos, mediante a utilização de métodos científicos.”

Portanto será uma pesquisa de campo descritiva e diagnóstica, conforme Andrade (2010, p.112): “[...] neste tipo de pesquisa os fatos são observados, registrados, analisados, classificados e interpretados, sem que o pesquisador interfira neles. Ou seja, que os fenômenos do mundo físico e humano são estudados, mas não manipulados pelo pesquisador.”

Fizeram parte da amostra 47 alunos do 4º e 5º ano na faixa etária entre 9 a 10 anos de idade, de uma escola pública municipal de Lages, Santa Catarina, onde foram realizados os Estágio Curriculares Obrigatórios I e II.

Foram realizados os testes de equilíbrio conforme o livro Manual de Avaliação Motora, de Francisco Rosa Neto (2002).

Os dados coletados serão analisados através de estatística básica (f e %) e apresentados na forma de tabelas.

O presente trabalho foi enviado na forma de projeto de pesquisa ao Comitê de Pesquisa (CEP) da instituição sendo aprovado para realização com o número de Certificado de Apresentação para Apreciação Ética CAAE: 25554619.9.0000.5616 e protocolo número 3.706.124.

3.1 Análise e discussão de dados

Analisando a tabela 1, com relação aos alunos com faixa etária de nove anos de idade (n=26, 55,32% da amostra total), encontraram-se os seguintes resultados quanto ao nível de desenvolvimento: normal médio (n=10, 38,5%), normal alto (n=9, 34,6%), e superior (n=7, 26,9%). Na população a maioria apresentou desenvolvimento satisfatório, encaixando-se nas categorias de normal alto e superior (n=16, 61,5%). Os demais escolares apresentaram nível normal médio (n=10, 38,5%).

Tabela 1. Nível do equilíbrio de alunos (as) com 9 e 10 anos de idade.

	Idade Cronológica		Normal baixo		Normal médio		Normal alto		Superior	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
9 Anos	26	55,32%	0	0%	10	38,5%	9	34,6%	7	26,9%
10 anos	21	44,68%	2	9,5%	5	23,8%	14	66,7%	0	0%
Total	47	100%	2	4,3%	15	31,9%	23	48,9%	7	14,9%

Fonte: Dados da pesquisa.

Os escolares com faixa etária de dez anos de idade (n=21, 44,68% da amostra total),

apresentaram os seguintes resultados quanto ao nível de desenvolvimento: normal baixo (n=2, 9,5%), normal médio (n=5, 23,8%) e normal alto (n=14, 66,7%). Na população a maioria apresentou desenvolvimento satisfatório também, encaixando-se nas categorias de normal médio e normal alto (n=19, 90,5%). Entretanto, dois apresentaram nível normal baixo (n=2, 9,5%) segundo Rosa Neto (2002).

Segundo Amaro (2009), que utilizou como instrumento de coleta o EDM, em 101 escolares com faixa etária de seis a dez anos de ambos os sexos, porém apenas 26 alunos possuem idade similar de nossa população, podemos perceber, que os dados da tabela 1 deste segue os índices de desenvolvimento de equilíbrio do autor citado. Portanto, 59,4% dos testados do autor tiveram classificação normal médio, alto e superior de desenvolvimento motor referente ao equilíbrio.

Dentro da amostra total, os escolares que apresentaram nível de desenvolvimento dentro do esperado, entre os níveis normal médio, alto e superior, apresentando nenhum risco ao seu desenvolvimento motor, totalizam 45 alunos (95,7%) sendo 26 de nove anos de idade e 19 de dez anos. Conforme Rosa Neto (2002, p.17): “O equilíbrio é a base primordial de toda ação diferenciada dos segmentos corporais. Quanto mais defeituoso é o movimento, mais energia consome.”

Assim, pode-se perceber que os resultados obtidos neste, seguiram o que já era esperando para cada idade e demonstraram que os alunos testados estão desenvolvendo seu nível de equilíbrio através das atividades vivenciadas nas aulas de Educação Física. Analisando o que os autores relatam, fica claro que os testes realizados nos alunos desta amostra, estão dentro do padrão ideal de equilíbrio para sua faixa etária segundo Rosa Neto (2002).

4. CONCLUSÃO

A partir do presente estudo, foi possível verificar o nível de desenvolvimento do equilíbrio dos alunos na faixa etária entre 9 a 10 anos de idade. Os dados demonstraram que a maioria dos alunos com 9 anos de idade possuem nível normal médio (n=10, 38,5%), e que a maior parte dos alunos com 10 anos possuem nível normal alto (n=14, 66,7%). Ao final de todos os testes aplicados nos 47 testados (n=47, 100%): 95,7% dos escolares avaliados apresentaram nível de desenvolvimento entre os níveis normal médio, alto e superior, e 4,3% normal baixo, segundo o EDM.

Desta forma, sugere-se que os professores de Educação Física continuem há

desenvolver os educandos de forma total, replicando testes como este, com amplitude maior e, portanto, mais complexos, para assim, ter um melhor planejamento de atividades futuras para executar com seus alunos.

Conforme os dados coletados, fica claro a importância da avaliação do equilíbrio e dos outros elementos da psicomotricidade nas aulas de Educação Física, para que o professor seja capaz de conhecer seus alunos.

REFERÊNCIAS

AMARO, Kassandra N. **Validação das baterias de teste de motricidade global e equilíbrio EDM** (2009). Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/1018/943> Acesso em: 01 de outubro 2019.

ANDRADE, Maria M. **Metodologia Científica**. 10. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

ASSOCIAÇÃO Brasileira de Psicomotricidade (2017a). Disponível em: <https://psicomotricidade.com.br/historico-da-psicomotricidade/> Acesso em: 16 de março 2019.

ASSOCIAÇÃO Brasileira de Psicomotricidade (2017b). Disponível em: <https://psicomotricidade.com.br/sobre/o-que-e-psicomotricidade/> Acesso em: 24 de março 2019.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular** (2018). Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf Acesso em: 20 de maio 2019.

DARIDO, Suraya C. **Educação Física na escola: Questões e reflexões**. ed. Rio Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

FONSECA, Vitor da. **Manual de observação psicomotora: significação psiconeurológica dos fatores psicomotores**. Porto Alegre: Artmed, 1995.

FONSECA, Vitor da. **Psicomotricidade: perspectivas multidisciplinares**. São Paulo: Artmed, 2004.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, Jhon C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2005.

LE BOULCH, J. **O Desenvolvimento psicomotor: do nascimento até 6 anos**. Porto Alegre: Artmed, 2001.

RODRIGUES, Renato; GONÇALVES José Correa. **Procedimento de metodologia científica**. 8. ed. Lages, SC. PAPERVEST. 2017.

ROSA NETO, Francisco. **Manual de avaliação motora**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

8 ANOS - EQUILÍBRIO DE CÓCORAS

De cócoras, braços estendidos lateralmente, olhos fechados, calcanhares e pés juntos, figura nº 27. Erros: cair; sentar-se sobre os calcanhares; tocar no chão com as mãos; deslizar-se; baixar os braços três vezes. Duração: 10 segundos. Tentativas: três.



Figura nº 27

9 ANOS - EQUILÍBRIO COM O TRONCO FLEXIONADO

Com os olhos abertos, mãos nas costas, elevar-se sobre as pontas dos pés e flexionar o tronco em ângulo reto (pernas retas), figura nº 28. Erros: flexionar as pernas mais de duas vezes; mover-se do lugar; tocar o chão com os calcanhares. Duração: 10 segundos. Tentativas: duas.

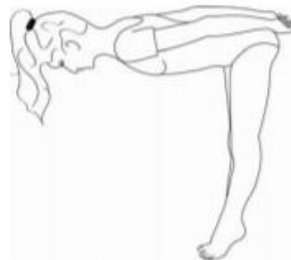


Figura nº 28

10 ANOS - EQUILÍBRIO NA PONTA DOS PÉS - OLHOS FECHADOS

Manter-se sobre a ponta dos pés, olhos fechados, braços ao longo do corpo, pés e pernas juntas, figura nº 29. Erros: mover-se do lugar; tocar o chão com os calcanhares; balançar o corpo (permite-se ligeira oscilação). Duração: 15 segundos. Tentativas: três.



Figura nº 29

11 ANOS – PÉ MANCO ESTÁTICO - OLHOS FECHADOS

Com os olhos fechados, manter-se sobre a perna direita, o joelho esquerdo flexionado em ângulo reto, coxa esquerda paralela à direita e em ligeira abdução, braços ao longo do corpo, figura nº 30. Após 30 segundos de descanso, repetir o mesmo exercício com a outra perna. Erros: baixar mais de três vezes a perna; tocar o chão com a perna levantada; mover-se do lugar; saltar. Duração: 10 segundos. Tentativas: duas para cada perna.



Figura nº 30

**ATA DE APRESENTAÇÃO DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO II – TCC II
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA 2019/2**

Aos 16 dias do mês de Dezembro de 2019 foi realizada sessão de apresentação de TCC II (artigo científico) do Curso de Educação Física do Centro Universitário UNIFACVEST, habilitação em Licenciatura, com o acadêmico(a): MATTHEUS SOUSA SILVA
 Com o título: EQUILIBRIO CORPORAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Professor orientador: Francisco José Fornari Sousa CREF 3978G/SC.

Banca professor: MERCEDES MARIA GEVAERD ¹

Banca professor: MARCOS ANTONIO DE SOUZA ²

CRITÉRIOS PARA AVALIAÇÃO DA REDAÇÃO DO ARTIGO

ITENS	PONTOS OU CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	PESO	NOTA
1	Importância do tema e justificativa	0,5	0,5
2	Definição dos propósitos - objetivos do trabalho	0,5	0,5
3	Nível de levantamento dos dados, bem como os procedimentos para levantamento de dados e sua análise e conclusão	1,0	1,0
4	Embasamento teórico e utilização de conceitos e propostas de outras estudiosos e autores	1,0	1,0
5	Aplicabilidade prática do estudo e prováveis resultados	3,0	2,5
6	Conclusões e recomendações (dos acadêmicos)	3,0	2,5
7	Bibliografia consultada	0,5	0,5
8	Metodologia e obediência às normas	0,5	0,5
NOTA GLOBAL DO TRABALHO ESCRITO		10	9,0

CRITÉRIOS PARA AVALIAÇÃO DA APRESENTAÇÃO - DEFESA ORAL

ITENS	PONTOS OU CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	PESO	SUA NOTA
1	Planejamento, organização e sequência da apresentação do conteúdo do trabalho/relatório	2,5	2,0
2	Concatenação e argumentação lógica uso de citações e exemplos.	2,5	2,5
3	Clareza e segurança nas respostas à indagações.	2,5	2,5
4	Domínio de recursos audiovisuais e controle do tempo de duração	2,5	2,0
NOTA GLOBAL DO TRABALHO		10	9,0

SOMÁTORIA DAS AVALIAÇÕES DA REDAÇÃO E DEFESA ORAL

TRABALHO ESCRITO (REDAÇÃO)	APRESENTAÇÃO (DEFESA ORAL)	³ NOTA FINAL DO ARTIGO
NOTA X 0,6 = <u>3,4</u>	NOTA X 0,4 = <u>3,6</u>	Σ RED + APRES ORAL = <u>9,0</u>

Coordenador do Curso de Educação Física
 Centro Universitário UNIFACVEST
 Prof. Francisco José Fornari Sousa CREF 3978-G/SC

Matheus Sousa Silva
 Acadêmico(a)



¹ Os professores participantes das bancas estão em seu horário de aula, conforme horário (2019_2) e são convidados a participarem da apresentação.

² Os professores participantes das bancas estão em seu horário de aula, conforme horário (2019_2) e são convidados a participarem da apresentação.

³ A nota final da disciplina de TCC II leva em consideração as fases de sua construção, os prazos de entrega e as orientações recebidas durante todo o semestre.



**DECLARAÇÃO DE RECEBIMENTO DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE
CURSO (TCC) PELA BIBLIOTECA CENTRAL**

Aluno: Matheus Sousa Silva.

Curso: Educação Física.

Título do Trabalho: EQUILÍBRIO CORPORAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA
ESCOLAR.

Local: Lages, SC.

Data: 21/11/2019

Declaro que autorizo a disponibilização on-line de meu Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) na Base de Dados de TCCs da UNIFACVEST.

Matheus Sousa Silva

(Matheus Sousa Silva)

Data 28/11/19



DECLARAÇÃO DE INEXISTÊNCIA DE PLÁGIO

(Prática ilegal de apropriar-se da obra de terceiros sem autorização e sem a referência devida)

TÍTULO: EQUILÍBRIO CORPORAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

ALUNO: Matheus Sousa Silva

ORIENTADOR: **Francisco José Fornari Sousa**

Eu Matheus Sousa Silva, CPF 048.999.091-28 CI 7.893.073, declaro que, com exceção das citações diretas e indiretas claramente indicadas e referenciadas, este trabalho foi escrito por mim e portanto não contém plágio. Eu estou consciente que a utilização de material de terceiros incluindo uso de paráfrase sem a devida indicação das fontes será considerado plágio, e estará sujeito as sanções legais.

Lages, 28 de Novembro de 2019

Matheus Sousa Silva