

PONTO DE VISTA

DESENVOLVIMENTO MOTOR: ASPECTOS A SEREM CONSIDERADOS NA ELABORAÇÃO DE UM PROGRAMA DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA CRIANÇAS DE 7 A 10 ANOS

Maria Tereza Silveira Böhme
Departamento de Educação Física da Universidade
Federal de Viçosa.

RESUMO

BÖHME, M.T.S. Desenvolvimento motor: aspectos a serem considerados na elaboração de um programa de educação física para crianças de 7 a 10 anos. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, vol. 2, nº 2, pp 39-47, 1988

Este trabalho pretende apresentar aspectos sobre desenvolvimento motor que devem ser considerados na elaboração de um programa de Educação Física para crianças na faixa etária de 7 a 10 anos de idade. Para tal, procurou-se relacionar a classificação dos movimentos, fatores de aptidão física que influenciam os movimentos, as fases do desenvolvimento motor, a descrição e problemas mais comuns dos padrões fundamentais de movimento e, as atividades desenvolvidas pela Educação Física nas quatro primeiras séries do 1º grau.

Unitermos : primeiras séries do 1º grau, educação física escolar, educação física infantil.

INTRODUÇÃO

Desenvolvimento Psico-Motor se refere às mudanças ocorridas no desempenho motor e/ou movimento do indivíduo, em relação ao comportamento e controle motores que ocorrem à interação dos processos de maturação e experiências vivenciadas no seu meio ambiente (4,6,16).

Utiliza-se os termos psico-motor e perceptivo-motor porque o comportamento motor humano se expressa como produto de três processos que ocorrem no sistema neuro-muscular: percepção do estímulo

(através dos órgãos dos sentidos: visão, audição, etc) integração (a nível do cérebro que elabora a resposta) e a resposta motora através do sistema loco-motor, pelo movimento). A percepção e a integração são processos perceptivos e a resposta motora é um processo motor: daí a utilização dos termos psico-motor e perceptivo-motor. Assim, o movimento ocorre como resposta motora a um estímulo que foi levado até o cérebro pelos processos de percepção.

Segundo GALLAHUE (16) "Desenvolvimento Motor é primariamente referido às mudanças ocorridas no desempenho motor obtidas pelo indivíduo em relação aos aspectos de comportamento e controle motores, através da interação dos processos de maturação e experiências vivenciadas no seu meio ambiente".

O processo de desenvolvimento motor pode ser avaliado através da observação da mudança de comportamento de movimentos da criança. Para entendermos este processo e termos condição de elaborar um programa de Educação Física é preciso que saibamos:

1. a classificação dos movimentos;
2. os fatores de aptidão física que influenciam os movimentos;
3. as fases do desenvolvimento motor;
4. descrição e problemas mais comuns de padrões fundamentais de movimento em relação com os fatores de aptidão física.
5. os meios utilizados pela Educação

Física nas quatro primeiras séries do 1º grau;

6. relação existente entre estes na faixa etária de 7 a 10 anos.

CLASSIFICAÇÃO DOS MOVIMENTOS

De acordo com os autores consultados (4,5,6,10,16) o movimento pode ser classificado em três categorias: de estabilidade ou equilíbrio, de locomoção e de manipulação.

O ser humano necessita dominar essas três categorias para interagir eficientemente com seu meio ambiente:

a) **Movimentos de estabilidade ou equilíbrio:** referem-se à capacidade da criança manter partes do corpo, e/ou o corpo todo em postura adequada contra a gravidade. A sequência progressiva do desenvolvimento de estabilidade ocorre obedecendo ao princípio de desenvolvimento céfalo-caudal e próximo-distal. Assim, a criança desenvolve primeiro o controle da cabeça e pescoço deitada, seguido do controle do tronco na posição sentada, e, finalmente, da bacia e membros inferiores, na posição de pé. As habilidades motoras incluídas nesta categoria de movimentos são: movimentos de braços e pernas (axiais), de posição invertida (ficar de cabeça para baixo), rolamento do corpo, deslocamentos com parada, equilíbrio sobre um pé, andar sobre a barra, flexionar e estender.

b) **Movimentos de locomoção:** referem-se à capacidade da criança de se locomover em seu meio ambiente. A locomoção não se desenvolve independentemente da estabilidade, e sim, conjuntamente. A sequência de seu desenvolvimento se dá primeiramente no sentido horizontal (arrastar-se, engatinhar) para posteriormente dar-se no sentido vertical. As habilidades motoras de locomoção são: andar, correr, salto horizontal, salto vertical, salto de uma altura, saltitar, galopar, subir e descer.

c) **Movimento de manipulação:** referem-se à capacidade de desenvolver as habilidades de alcançar, pegar e soltar as coisas com as mãos, fornecendo condições à criança de contactar com objetos no meio ambiente. As habilidades motoras manipulativas são: arremessar, receber com as mãos, chutar, rebater, rolar,

driblar, receber com os pés, volear.

FATORES DE APTIDÃO FÍSICA QUE INFLUENCIAM NOS MOVIMENTOS.

A aptidão física se refere ao fato do indivíduo estar apto fisicamente, sem apresentar cansaço em suas atividades diárias, proporcionando-lhe um bom desempenho físico no meio ambiente em que está inserido.

É composta de diferentes capacidades físicas que, conforme são desenvolvidas, influenciam diretamente o desempenho dos diferentes movimentos acima descritos. Exemplo: a criança precisa ter coordenação, força, equilíbrio e potência de membros inferiores para dar um salto vertical.

Segundo os autores (4,6,16), as capacidades físicas são agrupadas de duas maneiras: relacionadas com saúde e relacionadas com a aptidão motora.

Aspectos de aptidão física relacionados com a saúde: aptidão cardiovascular, flexibilidade, força e resistência muscular.

a) **Resistência Cardiovascular:** permite um esforço contínuo, isto é, a realização e a sustentação de um movimento, em período mais ou menos longo. Depende do desenvolvimento dos sistemas circulatório e respiratório do organismo. Exemplo: capacidade da criança correr num ritmo constante, por tempo relativamente longo.

b) **Flexibilidade:** é a capacidade funcional das articulações movimentarem-se dentro de limites ideais numa determinada ação. Exemplo: capacidade da criança, na posição de pé ou sentada, conseguir encostar as mãos nos pés.

c) **Força:** é a capacidade funcional do músculo de aplicar tensão contra uma resistência, com a finalidade de vencê-la ou não. É utilizada em qualquer tipo de atividade física em que necessitamos vencer a força da gravidade. Exemplo: levantar, andar, correr, saltar, etc.

d) **Resistência Localizada:** é a capacidade de repetir numerosas vezes uma mesma atividade, que requiera força do mesmo grupo muscular. Exemplo: saltar diversas vezes, deitar e sentar repetidamente.

ASPECTOS DA APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA COM A APTIDÃO MOTORA.

Agilidade, tempo de reação, equilíbrio, coordenação, velocidade, potência.

a) Agilidade: é a capacidade de andar rapidamente, com controle, os movimentos corporais.

Exemplo: a criança correr rapidamente para frente, para trás, para os lados, mudando de um sentido para outro rapidamente.

b) Tempo de reação: é a capacidade de receber um estímulo, elaborar e fornecer a resposta em forma de movimento. Exemplo: o tempo que a criança leva para reagir e pegar uma bola que vem, em movimento, na sua direção.

c) Equilíbrio: é a capacidade de assumir e sustentar o corpo sobre uma base, contra a lei da gravidade, parado ou em movimento. Exemplo: andar e parar, sem cair, sobre uma linha no solo.

d) Coordenação: é a capacidade que permite coordenar a ação de diferentes grupos musculares na realização de uma sequência de movimento. Exemplo: coordenação de pernas e pés para chutar uma bola.

e) Velocidade: é a capacidade de mover o corpo, ou parte dele, no menor tempo possível. Exemplo: correr o mais rapidamente possível, numa distância curta.

f) Potência: é a combinação de força com velocidade. Exemplo: para saltar o mais alto possível, é necessário potência de pernas.

FASES DO DESENVOLVIMENTO MOTOR.

GALLAHUE(6) afirma que existem quatro fases no processo de desenvolvimento motor: fase dos movimentos reflexos (útero até 1 ano) fase dos movimentos rudimentares (1 a 2 anos); fase dos movimentos fundamentais (2 a 7 anos) e fase dos movimentos relacionados com esporte (7 a 14 anos):

Fase de movimentos reflexos (útero a 1 ano): a fase dos movimentos reflexos compreende aproximadamente do 4º mês de vida intra-uterina até o final do 1º ano de vida pós-uterina. Divide-se em es

tágios:

a) estágio de codificação de informações: (no útero até o 4º mês de vida pós-natal) - é caracterizado por movimentos involuntários, reflexos com controle nervoso a nível subcortical: estes centros nervosos são capazes de produzir reações involuntárias, que servem de meio para o recém-nascido obter informações, alimentação e proteção.

b) estágio de decodificação de informações (do 4º mês ao final do 1º ano): ocorre uma inibição gradativa da maioria dos reflexos, enquanto o córtex motor continua a se desenvolver e assumir o "controle" dos movimentos voluntários; a criança começa a desenvolver o controle voluntário de musculatura esquelética.

Os movimentos reflexos dividem-se em 2 grupos, reflexos primitivos e reflexos posturais. Os reflexos primitivos estão ligados à necessidade de alimentação e proteção; surgem no período intra-uterino e persistem até o final do 1º ano. Os reflexos posturais são aqueles que proporcionam automaticamente a manutenção de determinada postura. São encontrados em todas as crianças normais nos primeiros meses de vida e persistem até o final do 1º ano. Estes reflexos estão associados com o comportamento voluntário que surge mais tarde.

Fase de Movimentos Rudimentares (0 a 2 anos): referem-se a primeira forma de movimentos voluntários, determinados pela maturação dos sistemas nervoso ósseo e muscular. Os movimentos reflexos primitivos e posturais são gradualmente inibidos sendo substituídos por comportamento motor voluntário. Os movimentos de equilíbrio desenvolvidos são: controle da cabeça, do pescoço, do tronco, sentar e posição ereta; os movimentos de locomoção correspondem ao rastejar, engatinhar e andar; os de manipulação são: alcançar, segurar e soltar. Dividem-se em 2 estágios:

a) estágios de inibição de reflexos (inicia-se no nascimento e vai até por volta do final do 1º ano): no nascimento os reflexos dominam o comportamento de movimentos da criança. A partir deste, com o desenvolvimento do córtex motor e mielinização do sistema nervoso (que se dá até aproximadamente o final do 2º ano), os reflexos primitivos e posturais são inibi-

dos e gradualmente desaparecerem, sendo substituídos por comportamento motor voluntário, sob comando ao córtex motor. Estes movimentos apesar de voluntários, são ainda incontrolados, devido ao fato do desenvolvimento do sistema nervoso não estar completo.

b) estágio de pré-controle (ocorre por volta de 1 até os 2 anos de vida): a criança começa a desenvolver maior precisão e controle de seus movimentos, de corrente do processo de diferenciação entre os mecanismos sensorio-perceptivo e motor-efetor, que ocorre devido ao rápido desenvolvimento dos processos cognitivos, associado à maturação do sistema nervoso central. O cérebro de uma criança de dois anos, de acordo com KESSEN (apud GALLAHUE, (06)) "tem basicamente as mesmas características de discriminações histológicas que o cérebro adulto", a mielinização do sistema é basicamente completada no final do primeiro ano de vida, permitindo que a criança desenvolva e refine tarefas complexas de estabilidade, locomoção e manipulação (aumento da velocidade de dos impulsos nervosos pelos Nódulos de Ranvier).

Fase de movimentos fundamentais (2

a 7 anos): esta fase inicia-se no segundo ano de vida e prolonga-se até o final do sexto; representa um período em que a criança é completamente ativa, procurando experimentar e explorar tudo o que lhe é possível através da movimentação de seu corpo. Os padrões fundamentais de movimento são os padrões básicos de comportamento. As crianças em período pré-escolar estão envolvidas no processo de desenvolver e refinar suas habilidades fundamentais, em todas as variações possíveis dos movimentos de estabilidade, locomoção e manipulação. Assim, elas devem ser estimuladas no seu meio ambiente com oportunidades, motivação e instrução de atividades que possam auxiliar o pleno desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais. Mc GLENAGHAN (apud GALLAHUE, (06)), apresenta 3 estágios de desenvolvimento dos padrões de movimentos fundamentais, baseados na observação de crianças, aos quais relações cronológicas aproximadas, que não podem ser generalizadas, devido às

variações de cada padrão de movimento que é estudado:

b) estágio inicial: por volta de 2 anos até aos 2 anos; refere-se às primeiras tentativas da criança fazer os movimentos fundamentais; os movimentos são caracterizados pela ausência de certas partes e/ou seqüências impróprias; a integração espaço-temporal é muito pobre, proporcionando movimentos arritmicos e descoordenados;

b) estágio elementar: em média dos quatro aos cinco anos, representa um período de transição no desenvolvimento motor da criança: os elementos espaço-temporal do movimento e os padrões de movimentos são ainda exagerados, apesar de mais bem coordenados, a criança adquire um maior controle de seus movimentos. Elas entram nesse estágio devido, principalmente, ao processo de maturação.

c) estágio maduro: por volta dos cinco até o final dos seis anos de idade; é caracterizado pela eficiência mecânica, coordenação e controle de desempenho. O padrão de movimento é semelhante ao adulto, em termos qualitativos. Apesar das crianças alcançarem primariamente este estágio através do processo maturacional, a grande maioria destes movimentos necessitam da oportunidade de prática, movimentação para aprender a instrução, que somente o meio ambiente que a criança viva pode oferecer.

Fase dos movimentos relacionados com o esporte (7 anos em diante): referem-se a uma etapa de aperfeiçoamento dos movimentos fundamentais onde as habilidades motoras são refinadas, combinadas e elaboradas. Existem 3 estágios neste período: geral ou transitório (7 a 10 anos) de habilidades motoras específicas (11 a 13 anos) e de habilidades motoras especializadas (acima de 14 anos).

Estágio geral ou transitório (7 a 10 anos): onde a criança começa a combinar e aplicar as habilidades motoras fundamentais para o futuro desempenho nas habilidades relacionadas com esporte.

Estágio de habilidades motoras específicas (11 a 13 anos): a atividade cognitiva aumenta e o adolescente tem maior interesse em experiências mais complexas.

corresponde ao período de iniciação esportiva dos jovens desportivos com estratégias e regras onde o indivíduo tem oportunidade de vivenciar todos os tipos de esportes.

Estágio das habilidades motoras Especializadas (acima de 14 anos): corresponde ao período em que o indivíduo já vivenciou todos os tipos de habilidades motoras, de modo geral e específico, tendo, portanto, condição de escolher entre os diversos esportes e tipos de atividade física existentes o(s) que mais lhe interessa(m), e praticá-lo(s) de maneira competitiva ou não.

DESCRIÇÃO, PROBLEMAS MAIS COMUNS DOS PADRÕES DE MOVIMENTO E RELAÇÃO COM OS FATORES DE APTIDÃO FÍSICA.

As descrições apresentadas a seguir, são baseadas em diferentes autores (1,4, 5,6,10,16):

Andar : é o meio de locomoção que tem por característica sempre apresentar um pé em contacto com o solo. No estágio maduro, a criança apresenta:

- balanço dos braços alternado;
- limitação da área de suporte para equilíbrio;
- modo de andar alongado e relaxado;
- definição do contacto calcunar dedos quando o pé está apoiado no solo.

Os problemas mais comuns são :

- andar na ponta dos pés-sobre os dedos;
- andar com os dedos virados para dentro;
- andar com os dedos virados para fora;
- coordenação imperfeita e arritmica de pernas e braços;
- postura e alinhamento corporais deficientes;
- elevação vertical excessiva;
- área de suporte para equilíbrio muito larga.

Os problemas que porventura a criança apresente devem ser superados através de fortalecimento das musculaturas envolvidas, exercícios de coordenação e equilíbrio dinâmico.

Correr : é uma forma exagerada de andar, diferenciando, principalmente, por que existe um breve momento de perda de contacto dos dois pés com o solo, denominada "fase aérea da corrida". O padrão maduro da corrida é fundamental para o sucesso posterior em diversos esportes:

- o comprimento da passada é máximo;
- a velocidade da passada é rápida;
- a fase aérea está definida;
- a perna de impulsão estende totalmente;
- os braços balançam verticalmente em relação às pernas;
- os antebraços se flexionam no ângulo certo;
- apoio total do pé no solo.

Problemas mais comuns

- balanço do braço inibido ou exagerado;
- os braços atravessam a linha média do corpo;
- colocação imprópria do pé;
- inclinação exagerada do tronco à frente;
- torção do tronco;
- ação arritmica;
- apoio total do pé no solo.

Os problemas observados devem ser corrigidos, através da correção do movimento e do desenvolvimento dos fatores de aptidão física relacionados com a aptidão motora e, os relacionados com a saúde, necessários e básicos para o movimento da corrida, como por exemplo: coordenação dinâmica geral de membros superiores e inferiores, flexibilidade, velocidade e agilidade de membros inferiores; resistência geral e tempo de reação.

Neste período, ocorre uma melhoria da corrida de velocidade (diminuição do tempo da corrida) e da corrida de resistência geral (aumento da distância percorrida), sendo que o sexo masculino apresenta melhores resultados que o feminino nas diferentes idades.

Salto Horizontal

É um movimento explosivo de ambas as pernas, que resulta da retirada e apoio dos pés simultaneamente do solo, procurando alcançar a maior distância possível.

vel. Requer desempenho coordenado de todas as partes do corpo. O estágio maduro do salto horizontal corresponde à:

- a. os braços estendem-se para trás, na fase preparatória;
- b. o tronco é flexionado aproximadamente a 45° na fase preparatória;
- c. durante o salto, os braços balançam para frente e para cima, auxiliando na impulsão;
- d. ocorre total extensão dos ângulos do quadril, joelho e tornozelo, durante o salto;
- e. a maior ênfase é dada na distância horizontal;
- f. o peso do corpo é levado para frente, na aterrissagem.

Problemas mais comuns

- a. utilização imprópria dos braços;
- b. torção do corpo;
- c. falta de habilidade para impulsionar os pés simultaneamente do solo;
- d. fase preparatória deficiente;
- e. movimento restrito de pernas e braços;
- f. falha na extensão do quadril, joelhos e tornozelos, no salto;
- g. falha no equilíbrio do corpo para frente, na aterrissagem.

A correção e aperfeiçoamento do salto devem ser feitos simultaneamente com o desenvolvimento dos fatores de aptidão relacionados com o movimento. Assim sendo, devem ser trabalhados coordenação dinâmica geral de membros inferiores, tronco e membros superiores, para a passagem da fase preparatória para o salto, realmente dito, flexibilidade e força explosiva, de membros inferiores, e tempo de reação. No caso de saltos consecutivos, a resistência de membros inferiores.

Ocorre um aumento da distância alcançada através do salto horizontal entre 7 e 10 anos, de 7,5 a 12,5 cm por ano, sendo que, os meninos apresentam um melhor desempenho em todas as idades.

Arremessar

Corresponde a habilidade da criança jogar, lançar algo com uma mão. No estágio maduro do arremessar:

- a. o braço de arremesso é elevado

para trás, na preparação;

- b. a perna e o braço opostos são colocados à frente do corpo, para equilíbrio na preparação;
- c. o cotovelo do braço de arremesso é elevado estendido horizontalmente para frente, no arremesso;
- d. o tronco inicia rotação do lado do braço de arremesso para o lado oposto;
- e. o braço de arremesso gira e termina o movimento estendido para baixo à frente do corpo;
- f. o ombro do arremesso desliza suavemente para frente;
- g. tornozelos, pernas, coluna e ombros, durante o arremesso, fazem rotação;
- h. o peso do corpo, durante a preparação, está sobre a perna de trás; depois do arremesso, está sobre a perna da frente.

Problemas mais comuns:

- a. perna de apoio à frente é a mesma do braço de arremesso na preparação;
- b. balanço para trás inibido;
- c. falha na rotação do quadril, quando o braço de arremesso é levado à frente;
- d. falha no passo da perna oposta ao braço de arremesso;
- e. pouca coordenação rítmica do movimento do braço com o corpo;
- f. incapacidade de arremessar a bola ao local desejado;
- g. perda de equilíbrio durante o arremesso;
- h. rotação do braço para cima.

A melhoria da eficiência do arremesso depende da correção do movimento, juntamente com o desenvolvimento dos fatores de aptidão física, necessários, como por exemplo: coordenação óculo-manual, equilíbrio e força e potência de membros superiores.

A distância do arremesso aumenta em 100% para meninas dos 7 aos 11 anos. Os meninos apresentam melhores desempenhos que as meninas, em todas as idades.

Receber

É o ato no qual a criança se posiciona com ambas as mãos para receber.

uma bola em movimento.

O estágio maduro corresponde à:

- a. não reagir ao objeto, impedindo a recepção;
- b. os olhos seguem a bola até as mãos;
- c. os braços estão relaxados ao longo do corpo e os antebraços flexionados, à frente do corpo;
- d. os braços absorvem a força da bola no contacto;
- e. os braços ajustam-se à direção da bola;
- f. os polegares estão opostos um ao outro;
- g. as mãos seguram a bola num movimento simultâneo, bem ritmado;
- h. os dedos seguram mais efetivamente.

Problemas mais comuns:

- a. falhar ao manter o controle do objeto;
- b. reagir e devolver o objeto, sem receber;
- c. manter os dedos estendidos e rigidos na direção do objeto;
- d. falhar ao ajustar a posição da mão à altura e trajetória do projeto;
- e. inabilidade para variar o padrão de recebimento para objetos de diferentes pesos e tamanhos;
- f. fechar os olhos;
- g. inabilidade para focalizar a bola;
- h. fechar as mãos muito cedo ou muito tarde.

O aperfeiçoamento do receber deve ser feito através da correção do movimento da coordenação óculo-manual, tempo de reação, equilíbrio e força muscular envolvida, como a dos membros superiores e tronco.

Como arremessar, o receber faz parte do grupo de habilidade que dependem de treino (10); as crianças desta idade, geralmente, têm condições de pegar bolas lançadas à altura do peito e joelhos com êxito, desde que não sejam lançadas com muita força.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS PELA EDUCAÇÃO FÍSICA NAS QUATRO PRIMEIRAS SÉRIES DO 1º GRAU.

As atividades a serem desenvolvidas pela Educação Física nas quatro pri-

meiras séries do 1º grau dependem dos objetivos do planejamento de ensino elaborados, os quais não são temas deste trabalho. Será apresentada, genericamente, a nomenclatura mais comumente utilizada para descrever as atividades recomendadas, baseada em diferentes autores brasileiros (2,3,8,9,11,14,15), as quais estão diretamente relacionadas aos aspectos abordados sobre desenvolvimento motor:

- a. exercício de locomoção: andar, correr, saltar e formas combinadas, com e sem material;
- b. exercícios manipulativos: arremessar, receber, chutar e variações;
- c. exercício de educação psico-motora: conhecimento do corpo, lateralidade, tonicidade, equilíbrio, coordenação, percepção temporal, percepção espacial e percepção espaço-temporal;
- d. exercício de iniciação esportiva: iniciação ao atletismo (corridas, saltos e arremessos) e a ginástica artística (solo e com aparelhos);
- e. atividades rítmicas: rodas cantadas, danças e expressão corporal;
- f. jogos recreativos/iniciação esportiva ao futebol, handebol, basquetebol e voleibol;
- g. atividades cívicas: desfiles;
- h. educação higiênica: promoção da saúde;
- i. exercícios ginásticos: ginástica localizada.

Os fatores de aptidão física que influenciam o desempenho motor são desenvolvidos paralelamente a qualquer atividade desenvolvida para a prática de Educação Física, sendo que, conforme o modo pelo qual damos maior ou menor ênfase a uma atividade motora, também enfatizamos o desenvolvimento mais acentuado de determinada capacidade física. Exemplo: quando utilizamos a corrida, necessitamos de resistência cardiovascular, flexibilidade e força de membros inferiores, equilíbrio e coordenação dinâmica geral, velocidade e agilidade; porém:

- a. se a criança percorre uma pequena distância, sem obstáculos em tempo mínimo, estamos dando mais ênfase à velocidade;

- b. se a criança percorre uma distância média, sem obstáculos, com tempo superior a 3 minutos, estamos dando mais ênfase à resistência cardiovascular;
- c. se a criança percorre uma distância pequena, com obstáculos para desviar, em tempo mínimo, estamos dando mais ênfase à agilidade.

RELAÇÃO ENTRE CLASSIFICAÇÃO DOS MOVIMENTOS, FATORES DE APTIDÃO FÍSICA, FASES DO DESENVOLVIMENTO MOTOR E ATIVIDADES A SEREM DESENVOLVIDAS NA ELABORAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO DE UM PROGRAMA DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA CRIANÇAS DE 7 ANOS DE IDADE.

Dentre outros objetivos, a Educação Física visa propiciar melhores condições para o desenvolvimento motor da criança, oferecendo-lhe diferentes situações onde possa explorar todos os movimentos; assim, inúmeras atividades podem ser desenvolvidas a partir do andar, saltar, arremessar e receber, por exemplo:

- a. andar, correr e saltar: variando a direção (frente, trás, lado) formando (círculos, quadrados, etc), explorando diferentes ritmos (de vagar, médio, rápido), diversos níveis (baixo, médio, alto), peso (leve, médio, pesado), etc.

Estas variações podem ser executadas de modo separado ou de forma combinada. A partir destes movimentos, surgem outros tipos, como: saltitar, galopar, deslizar, molejar, etc.

- b. Arremessar e receber: bolas de diferentes tipos, materiais, tamanhos, pesos; com ambas as mãos ou separadamente, de pé, sentado, deitado, ajoelhado, agachado; de forma estática ou em movimento, associando como andar, correr, saltar, etc.

Nas aulas de Educação Física, deve-se estimular sensorialmente (visão, audição e tato) através das atividades já descritas, respeitando seu estágio de desenvolvimento, procurando-se aperfeiçoar e melhorar a eficiência de sua motricidade.

A criança de sete anos, ao ingressar na primeira série do 1º grau apre-

senta os três tipos de movimentos (estabilidade, locomoção e manipulação) desenvolvidos, pois já passou por três fases de desenvolvimento motor: fase dos movimentos reflexos, fase dos movimentos rudimentares e fase de movimentos fundamentais. Encontra-se no estágio geral ou transitório, da fase de movimentos relacionados com o esporte, que corresponde à época em que começa a combinar e aplicar as habilidades motoras fundamentais para o desempenho de habilidades relacionadas com o esporte. Assim, por exemplo, a criança começa a combinar o andar ou correr, com o receber ou passar uma bola; a correr, dar impulso e saltar para frente sobre um pé, etc. Teoricamente os padrões motores fundamentais, estão no estágio maduro; porém, encontramos crianças que neste período ainda não apresentam os movimentos "amadurecidos". Por exemplo, crianças que andam com os pés voltados para fora, ou sem coordenação de braços; que não conseguem saltar dando impulso sobre os dois pés, simultaneamente, etc.

Os fatores de aptidão física se desenvolvem de modo natural nas pessoas, pois eles são necessários para qualquer tipo de movimento. No entanto, encontramos crianças que apresentam deficiência e dificuldades no desempenho das habilidades motoras fundamentais em decorrência do desenvolvimento deficiente de determinadas capacidades físicas. Por exemplo, crianças com dificuldades de saltar por falta de força de membros inferiores associados com descoordenação de membros inferiores ou, dificuldades para arremessar devido à deficiência ou força de membros superiores.

As aulas de Educação Física para esta idade, não visam ao treinamento específico da aptidão física, porém não devemos esquecer que esta é básica para o desenvolvimento dos diferentes movimentos, pois, como já foi dito, "se refere ao fato do indivíduo estar apto fisicamente, sem apresentar cansaço, proporcionando-lhe um bom desempenho físico no meio ambiente que está inserido".

O professor responsável pela Educação Física nesta faixa etária deve conhecer os estágios maduros dos padrões

fundamentais do movimento, os problemas mais comuns de cada um, as capacidades físicas e motoras relacionadas com estes e, as atividades que podem ser desenvolvidas nas aulas de Educação Física, os quais estão diretamente relacionados com o desenvolvimento motor.

Além desses, deverá ter conhecimento de todo o processo de desenvolvimento do ser humano (bio-psico-social) da fisiologia da atividade física, pedagógica e didática para crianças desta idade, os quais não foram temas do presente trabalho.

Com estas informações, o responsável pela Educação Física de 1ª a 4ª séries terá condições de avaliar seus alunos e oferecer-lhes atividades que contribuam para o seu pleno desenvolvimento, respeitando as individualidades de cada um.

ABSTRACT

BÖHME, M.T.S. Motor development: Aspects to be considered in the physical education program elaboration for children from 7 to 10 years old. Brazilian Journal Of Science and Movement, vol. 2 nº 2, pp 39-47, 1988

The objective of this study was to present some motor development aspects to be considered in the elaboration of a Physical Education program for children from 7 to 10 years old. It is described the relationship among the movements classification, physical fitness aspects which affect the movements, stages of motor development, description and more common problems of fundamental patterns of movement, and the Physical Education activities for the Elementary School.

Uniterms. 1st grade of the elementary school; School Physical Education; Childish physical education

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

01. BEE, H. A criança em desenvolvimento. Harper and Row, São Paulo, 1984.
02. BORSARI, J.R. et alii. Educação Física da pré-escola à universidade. EPU, São Paulo, 1980.
03. BRASIL, MEC, SEED. Educação Física de 1ª a 4ª série. Brasília, 1981.
04. CORBIN, C.B. A textbook of motor development. 2nd. Edition, Wm. C. Brown Company Publishers, Dubuque, Iowa, 1980.
05. FLINCHUM, B.M. Desenvolvimento motor da criança. Editora Interamericana, Rio de Janeiro, 1981.
06. GALLAGHER, D.L. Understanding motor development in children. John Wiley & Sons, New York, 1982.
07. GUISSELINI, M.A. Metroginástica: ginástica para pais e filhos. CLR Balleiro, São Paulo, 1983.
08. HURTADO, J.G.G.M. Educação Física pré-escolar e escolar de 1ª a 4ª série. Fundação da UFPR, Curitiba, 1985.
09. LORENZETTO, L.A. Coleção Educação Física Escolar. Ed. Esporte e Educação, São Paulo, 1975, V, I, II e IV.
10. MEINEL, K. e SCHNABEL, G. Motricidade II: o desenvolvimento motor do ser humano. 4o Livro Técnico Rio de Janeiro, 1984.
11. MINAS GERAIS, Secretaria de Estado da Educação. Educação Física de base: relato de uma experiência em classes de 1ª a 4ª séries do 1º grau e pré-escolar. Imprensa Oficial, Belo Horizonte, 1984.
12. RARICK, G. Physical Activity human growth and development. Academic Press, New York, 1973.
13. RIDENOUR, M.V. et alii. Motor development issues and applications. Princeton Box Company, Publishers, Princeton, New Jersey, 1978.
14. RODRIGUES, M. Manual teórico-prático de Educação Física Infantil. São Paulo, 1982.
15. TEIXEIRA, H.V. e PINI, M.C. Aulas de Educação Física 1º grau. São Paulo, Ibrasa, 1978.
16. ZAICHOWSKY, L.D. Growth and development-the child and physical activity. The C.V. Mosby Company, St. Louis, 1980.

Endereço do Autor/Author Address
 Maria Tereza Silveira Böhme
 Rua dos Estudantes, 110/201-Centro
 36570-Viçosa-MG-Brasil