

MANIFESTAÇÃO DA PSICOMOTRICIDADE EM TÉCNICAS DE EDUCAÇÃO CORPORAL E SOMÁTICA DA ATUALIDADE

COGNIZANCE OF PSYCOMOTRICITY WITHIN CURRENT BODY AND SOMATIC EDUCATION TECHNIQUES

Ellaine Del Boni Pereira
Faculdades Metropolitanas Unidas

Sobre a autora

Ellaine Del Boni Pereira
Bacharel em Educação Física
pela Universidade Anhembí
Morumbi e pós-graduanda em
Psicomotricidade pelas
Faculdades Metropolitanas
Unidas – FMU.
E-mail:
ellainedelboni@gmail.com

RESUMO

A psicomotricidade é uma ciência que estuda os aspectos afetivo, cognitivo e motor do indivíduo. Por tratar do desenvolvimento humano em suas múltiplas esferas, necessita de bases teóricas e aplicabilidade prática para ser aproveitada de forma efetiva. Neste artigo são relacionadas à psicomotricidade técnicas de educação corporal que têm como objetivo de seus idealizadores a integração das habilidades humanas, evidenciando sua manifestação em espectro mais abrangente. Este artigo de revisão e análise bibliográfica objetiva associar tais aspectos psicomotores às práticas das técnicas corporais apresentadas: Contrologia, Yoga, Danças Circulares, Eutonia, Feldenkrais e Antiginástica. Conclui-se que desde o pensamento filosófico de séculos atrás até a prática de métodos de condicionamento surgidas na atualidade, o desenvolvimento psicomotor está presente nas diversas formas de aprimoramento humano integrativo.

Palavras-chave: psicomotricidade, educação somática, técnicas corporais, desenvolvimento humano.

ABSTRACT

Psychomotricity is a science which studies the affectivity, cognition and motricity of the human being. By treating human development on its many aspects, it needs both theoretical and practical keys in order to be effective. This review article relates the cognizance of Psychomotricity within body education techniques that aim, according to its idealizers, the interaction of human beings abilities. This theoretic article connects these aspects to the practicing of the following body techniques: Contrology, Yoga, Sacred Dances, Eutony, Feldenkrais and Antigym. In conclusion, since philosophical thinkers from past centuries until the application of current conditioning methods, psychomotor development comprises every way of human integrative improvement.

Keywords: psychomotricity, somatic education, body techniques, human development.

1 - INTRODUÇÃO

Descobertas no universo científico presenteiam os seres humanos uns aos outros, todos os dias e, tão importante quanto contribuir de forma significativa para a melhoria do nosso *modus vivendi*, é a necessidade de entender suas motivações e nos mantermos atualizados quanto a elas. Ao final desta introdução, por circunstância, algo novo certamente já foi descoberto, testado, e tão logo necessita ser noticiado.

A psicomotricidade, ciência recente na história da humanidade, se encaixa neste panorama; deve possuir conceitos e objetivos claros, viabilizando o estudo do indivíduo por completo nos aspectos cognitivo, afetivo e motor, conforme os primeiros autores da área, o médico Ernest Dupré e o psicólogo Henry Wallon, acreditavam. Trabalhos de diversos pesquisadores posteriormente seguiram no intuito de fomentar o desenvolvimento humano, elucidando aspectos das neurociências como intercorrências de lesões cerebrais, vistas por Luria, e pontuando como se dá a aquisição do conhecimento, mediante fatores ambientais, como mostrou Vygotsky.

Quanto à aplicabilidade da psicomotricidade, achados contemporâneos a posicionam em seus parâmetros de atuação; o professor Vitor da Fonseca atualmente escreve sobre práticas psicomotoras; estes estudos são a base para o trabalho de educadores, psicólogos e diversos tipos de profissionais, como o doutor em desenvolvimento humano David Gallahue. A manifestação do aprimoramento psicomotor é uma ferramenta importantíssima para o indivíduo que de tantas técnicas corporais se beneficia, pois, como creem os autores supracitados, esta percepção favorece muito a capacidade de aprendizagem.

No intuito de trazer relevância a este panorama, serão relacionadas neste artigo à psicomotricidade algumas técnicas nas áreas da educação corporal e somática, elencadas por

apresentar objetivos semelhantes, como a importância da percepção do próprio corpo para o desenvolvimento das habilidades humanas (Bertherat para a Antiginástica e Alexander para a Eutonia, por exemplo). Todas evidenciam a busca do equilíbrio físico, mental e afetivo através do caráter psicomotor trabalhado em suas práticas.

2 - MÉTODO

O presente artigo trata-se de um estudo realizado por meio de revisão bibliográfica integrativa, visando coleção de artigos, periódicos, livros e manuais que apontem como a psicomotricidade está inserida na aplicação de técnicas de educação corporal e somática na atualidade para o desenvolvimento humano. A busca ocorreu durante os meses de maio e junho de 2014, quando foram utilizados como bancos de dados a Biblioteca da Universidade Anhembi Morumbi (Campus Centro em São Paulo), os endereços oficiais dos institutos e associações aqui descritos, os portais de pesquisa eletrônica de artigos científicos da Biblioteca Virtual em Saúde e da Bireme (LILACS, SciELO), e a experiência profissional na área de aplicação de técnicas corporais da autora, em adendo. Os descritores utilizados para busca eletrônica foram os termos: “psicomotricidade”, “educação corporal”, “educação somática”, “desenvolvimento humano” e os autores-referência Henry Wallon, Alexander Luria e Vitor da Fonseca. Os artigos que apresentaram cruzamento entre duas ou mais palavras-chave nos idiomas português, inglês ou francês foram selecionados, sendo posteriormente excluídos os que não refletiram os objetivos desta revisão bibliográfica.

Psicomotricidade

É a ciência que tem como objeto de estudo o homem, sustentada por três conhecimentos básicos: o movimento, o intelecto e o afeto (LOUREIRO, 2002). Relacionada ao processo de

maturação do corpo, é símbolo da concepção de movimento organizado e integrado em função das experiências vividas e aprendidas pelo sujeito, tanto de sua individualidade quanto de sua socialização. Fonseca (2012) concebe a psicomotricidade como a integração superior da motricidade, produto de uma relação entre indivíduo e meio, na qual a consciência se forma e se materializa. O autor vê o movimento humano como realização intencional, como a expressão da personalidade que deve ser observada não somente por aquilo que se vê e se executa, mas também por aquilo que representa e origina. Ele pontua conceitos-chave das bases psicomotoras, como coordenação, praxias e estruturação espaço-temporal.

Etimologicamente, *psicomotricidade* representa a junção da palavra *psyche* (alma, em grego) e *motor* (movimento, em latim). Estes, unidos, expressam bastante de sua simbiose e significância. O termo psicomotricidade apareceu pela primeira vez com Ernest Dupré (1862 - 1921), psiquiatra e psicólogo francês, professor de psiquiatria da Faculdade de Medicina de Paris. Até então, a ciência já havia descoberto e estudado nos indivíduos distúrbios de atividade prática e motora, sem que lesões cerebrais fossem claramente identificadas ou associadas a tais distúrbios, no entanto. Em 1909, Dupré publicou os primeiros estudos sobre a debilidade motora, patologia da imaginação e da emotividade. Durante suas aulas, ensinava sobre equilíbrio motor, denominando o quadro patológico de “debilidade motriz”. Verificava também a existência de uma estreita relação entre anomalias psicológicas e anomalias motrizes, o que o levou a formular o termo que nomeia esta ciência.

Contemporâneo a ele, o também francês Henri Wallon (1879 -1962), além de médico e psicólogo, foi filósofo e político. Teve muita notoriedade por seus trabalhos científicos sobre psicologia do desenvolvimento da criança e da reeducação psicomotora, principalmente por sua publicação “*Fonctions Psychomotrices et*

Troubles du Comportement” ou Funções Psicomotoras e Distúrbios Comportamentais (título de livre tradução), de 1935. Os estudos de ambos começavam a se complementar.

Wallon, ao longo de sua obra, esforçou-se por demonstrar a ação recíproca entre funções mentais e funções motoras, sendo o principal responsável pelo nascimento do movimento de reeducação psicomotora (FONSECA, 2012). Mais tarde, autores como o Dr. Juan de Ajuriaguerra e a Dra. Giselle Soubiran deram continuidade ao seu trabalho, ao longo das décadas. Hoje, Vitor da Fonseca é mundialmente reconhecido como autoridade no estudo desta ciência, e seus inúmeros trabalhos reúnem o conhecimento estabelecido por seus antecessores.

Neurofisiologia: Unidades Funcionais

Alexander Luria e Lev Vygotsky, famosos pesquisadores de áreas das neurociências, foram de suprema relevância ao estudar o desenvolvimento psicológico e intelectual das crianças. Foram investigadas por Luria intercorrências cognitivas devidas a lesões cerebrais diversas e por Vygotsky como os processos de interação do sujeito com o meio favorecem a aquisição do conhecimento (RABELO; PASSOS, 2014). Luria (1981) revisou publicações sobre as funções mentais superiores, de alta especialização cerebral, e definiu três unidades funcionais cerebrais, de acordo com seu grau de maturação e função; Costallat et al (2002) contextualizou a estruturação neurofisiológica de cada uma. Fonseca (2012) associou cada unidade aos fatores psicomotores abordados a seguir.

A primeira unidade, de regulação tônica dos estados de atenção e alerta, traz as bases psicomotoras da tonicidade e equilíbrio. Já a segunda unidade, de recepção, análise e armazenamento da informação, incluindo a memória, é constituída pela lateralização, noção de corpo e estruturação espaço-temporal. A terceira e mais complexa unidade, de

programação, autorregulação e execução de tarefas, liga-se às praxias global e fina. Para as estruturas cerebrais responsáveis pelas ações relacionadas a cada unidade, temos:

- 1ª Unidade Funcional: medula, tronco cerebral, cerebelo, estruturas talâmicas. Responsáveis pelo tônus muscular e equilíbrio estático.
- 2ª Unidade Funcional: córtex cerebral, hemisférios cerebrais (tátilo-quinestésico), lóbulo occipital (visual), lóbulo temporal (auditivo). Coordenam os potenciais de aprendizagem e as vias proprioceptivas.
- 3ª Unidade Funcional: córtex motor, córtex pré-motor, córtex frontal. São responsáveis pelo equilíbrio dinâmico, ritmo, condutas manipulativas, preensoras e pela coordenação óculo-motora.

Desenvolvimento Psicomotor: das ciências filosóficas às neurociências

A filosofia, no contexto das ciências sociais e humanas, sempre contribuiu para descobertas em todos os campos do conhecimento. Alguns pensadores através dos séculos publicaram obras que remetem ao ser humano com características bem conhecidas dos estudiosos do campo da psicomotricidade, quando analisadas mais a fundo.

Theodor Adorno, sociólogo alemão, afirmava que julgamentos criteriosos feitos pelo indivíduo necessitam do uso combinado de inteligência e emoção (BUCKINGHAM et al, 2011), o que pode ser relacionado aos pilares psicomotores da cognição e da afetividade; Hannah Arendt, conterrânea de Adorno, acreditava que o homem é um ser em constante construção, o que se dá a partir do contato com os outros, na coexistência, e que a dimensão biológica se expressa na corporeidade, à qual o homem está definitivamente atrelado enquanto vive. “O corpo é um instrumento, uma morada e um limite, algo que o conecta à concretude do mundo. É também a forma pela qual seu ser se

manifesta” (ARENDDT, 1971, apud LUCZINSKI; ANCONA-LOPES, 2010, p. 76).

A junção com o aspecto da corporeidade era também objeto de estudo do filósofo francês Maurice Merleau-Ponty. Dentro da fenomenologia da percepção, ele propunha um sistema único composto pela expressão corporal da linguagem e das emoções. Merleau-Ponty recorreu à expressão emocional dos gestos para encontrar os primeiros indícios da linguagem como um fenômeno autêntico (BOCCHI; FURLAN, 2003). Há mais de um século, portanto, os pensadores já identificavam a necessidade de complementação do corpo pela mente, e vice-versa.

David Gallahue, doutor em desenvolvimento humano, criou várias teorias a respeito da progressão e aquisição de novas habilidades na criança típica e também na criança especial. Uma delas, chamada de Ampulheta Heurística de Gallahue, mostra como fatores ambientais, individuais e hereditários exercem influência na execução de determinada tarefa, sempre com nível de dificuldade proporcional ao de desenvolvimento motor que o indivíduo apresenta (GALLAHUE, 2005). Em diversos momentos da vida, até que o controle corporal e a competência se solidifiquem, o indivíduo observa a velocidade de seu aprendizado ser condicionada pelos estímulos biológicos e ambientais que o envolvem.

Estudando o cérebro humano por milhares de anos, com técnicas e recursos progressivamente mais modernos, pesquisadores têm elucidado conceitos-chave, como o processamento da memória. Compreensão e desenvolvimento da linguagem, atenção, especialização hemisférica, emoção e cognição ficam cada vez mais claros e interligados, levando ao conhecimento de como falhas fisiológicas ou de comunicação entre setores cerebrais podem gerar distúrbios do desenvolvimento. Se aprendizado traduz aquisição de novos conhecimentos e habilidades, a memória trata da sua retenção; esta, por ser tão

complexa, utiliza vários formatos e locais de armazenamento, como o hipocampo. As diferentes memórias podem ser tanto de curto prazo, operacional de trabalho, como de longo prazo, sensoriais ou até mesmo semânticas (FIORI, 2006).

Fiori (2006) explica como a emoção é capaz de emitir sinais corporais fisiológicos. Através do Circuito de Papez, as estruturas do córtex de função executiva são ligadas ao hipotálamo, de regulação endócrina e dos sistemas nervoso central e autônomo. As informações passam então pelo hipocampo, novamente evocado, sendo suscetíveis a variações ambientais, de hidratação ou de estado emocional. A memória emocional, portanto, pode incluir emoções fortes. Sua atividade é abrandada pelo córtex pré-frontal e um caso de falha do sistema pode, por consequência, resultar em emoções não controladas, gerando ansiedade, fobias ou ataques de pânico. Como em um circuito fechado, tais sintomas se traduzem em sinais corporais, afetando o tônus e a boa postura, por exemplo.

Psicomotricidade em Educação Corporal e Somática

Diversos métodos de condicionamento e aprimoramento motor surgiram a partir dos princípios de estudos psicodinâmicos. Sistemas de análise do comportamento humano levam em conta o estudo das neurociências (como visto por Luria e Vygotsky) e sua ligação com as atividades e habilidades humanas. Com o objetivo de desenvolver a tonicidade, a equilíbrio, a lateralização, a noção de corpo, a estruturação espaço-temporal e as praxias global e fina, a psicomotricidade permite trazer ao indivíduo formas de realizar seu aprimoramento; a educação corporal é uma delas.

A Educação Somática, campo teórico-prático composto por diferentes métodos, tem como eixo de atuação o movimento do corpo como via de transformação de desequilíbrios mecânicos, fisiológicos, neurológicos, cognitivos ou afetivos

de uma pessoa (BOLSANELLO, 2011). Serão aqui exploradas, como forma de expressão de tais métodos, as práticas do Feldenkrais, Eutonia, Danças Circulares, Antiginástica, Contrologia (Pilates) e Yoga, evidenciando o trabalho de cada uma e os objetivos em comum que possuem.

Feldenkrais

O Método Feldenkrais, de educação somática, busca conectar o ser humano consigo mesmo e em suas habilidades físicas e psicológicas, para obtenção da melhora das capacidades funcionais do cotidiano (ASSOCIAÇÃO FELDENKRAIS DO BRASIL, 2014). Explora os aspectos biológico e cultural do movimento dentro de um processo de aprendizagem orgânico para o estabelecimento de novos padrões de movimento, pensamento e sentimento, que auxiliem em processos de dor crônica ou má postura do indivíduo (THE FELDENKRAIS INSTITUTE, 2014).

Moshe Pinhas Feldenkrais, seu fundador, partiu do estudo de técnicas anteriormente publicadas, como a Técnica de Alexander (de condicionamento e relaxamento muscular para atores, nos séculos XIX e XX) e de sua convivência com o fundador da arte marcial conhecida como Judô (Jigoro Kano, em meados da II Guerra Mundial), para desenvolver sua própria filosofia de trabalho.

A integração de funções cerebrais e a boa percepção dos movimentos corporais no espaço exploram a manutenção da cognição, dirigindo os gestos motores, sensitivos e envolvendo movimentos musculares, posturais, consciência e estado de atenção mental plena. Trabalha, portanto, a psicomotricidade desde a sua primeira unidade funcional, no aprimoramento dos estados de atenção, alerta e inclui funções mentais superiores práxicas, pelo treinamento dos gestos motores, levando em conta a orientação espaço-temporal em sua execução.

Contrologia

A Contrologia, mais conhecida por Pilates em homenagem ao seu fundador, Joseph Hubertus Pilates, foi desenvolvida principalmente durante as duas primeiras décadas do século XX, buscando desenvolver de forma sistematizada os três aspectos da natureza humana: o corpo, a mente e o espírito (GARCIA; FILHO, 2012). Em sua obra “*Return to life through contrology*”, Joseph conclui que o caminho da felicidade se dá através da boa respiração, do domínio da mente e do controle do corpo, o que se refletirá em energia para realização das tarefas de vida cotidiana, como o lazer, o trabalho e o descanso. (PILATES, 2011, p. 7 - 9).

A relação psicomotora entre motricidade, cognição e afetividade encontra a análise das condições da musculatura e postura corporais, influenciadas pelo estado psicológico do indivíduo. Dentro desta percepção, Joseph Pilates enfatizava as funções tônica, cinética, a manutenção da boa postura, a liberdade e a fluidez de movimento na prática de seu método. De acordo com Garcia e Filho (2012), seus discípulos fundamentam a evolução nas unidades funcionais de Luria e as bases psicomotoras de lateralidade, equilíbrio e noção de corpo para justificar a eficácia deste método de condicionamento físico e mental.

Antiginástica

A Antiginástica foi idealizada pela fisioterapeuta Therèse Bertherat a partir de suas desilusões enquanto estudante, ao se deparar com a metodologia cartesiana e reducionista dos aspectos anatômicos e patológicos do ser humano, por diversas vezes encontradas nos livros de estudo. Na busca da integração do corpo em sua totalidade, ela desvendou diversos métodos de terapias corporais já existentes para fundar a sua própria. Os movimentos deste trabalho são sutis, almejam conhecer e se apropriar do próprio corpo, aumentando mobilidade, tônus e organização, diminuindo o stress e as dores musculares crônicas (ANTIGINÁSTICA, 2014).

A Antiginástica desenvolve, como parte psicomotora da prática, a motricidade, a coordenação, a orientação espaço-temporal e principalmente as percepções sensoriais do indivíduo nele mesmo, evoluindo o gesto motor de simples a prático (quando há intencionalidade e consciência durante realização do movimento). Bertherat (2003, p 3) afirma: “Nosso corpo (...) é nossa única realidade perceptível. Não se opõe a nossa inteligência, sentimentos, alma. Ele os inclui e dá-lhes abrigo. Por isso tomar consciência do próprio corpo é ter acesso ao ser inteiro”.

Yoga

Yoga é uma prática milenar, difundida por todo o mundo como instrumento de busca do alinhamento entre corpo, mente e espírito. Através de posturas, respiração e meditação, estuda as sutis correntes energéticas constituintes do ser humano, segundo Leslie Kaminoff (2008). A autora relata haver nos antigos iogues a consideração: “cada um de nós possui em realidade três corpos: o físico, o astral e o causal” (KAMINOFF, 2008, p. ix), representando assim a integração do corpo com o espírito, alcançada através da Yoga.

Esta prática é objeto de estudo de muitas pesquisas, das quais são destacadas duas: na Universidade do Quebec de Montreal, um grupo avaliou a Yoga como prática psicomotora positiva no rendimento escolar de crianças de 5 e 6 anos de idade (BROUILLETTE, 2008). Pela coleção de diversos estudos científicos, comprovou-se a melhora do equilíbrio, da motricidade global, da capacidade de lateralização, da relaxação e da cognição, resultados obtidos através do monitoramento da atividade cerebral. Houve melhora inclusive em casos onde o indivíduo apresentava *score* indicativo para Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH).

Em outro recente estudo, realizado por pesquisadores da Universidade Federal do Rio

Grande do Norte com trinta e seis integrantes do Exército Brasileiro e publicado na revista *Consciousness and Cognition* (2012), a prática de Yoga mostrou bons resultados quando comparada a outros tipos de atividade física. A ativação da memória gerou melhor desempenho mnemônico (instrumental de memorização) em exercícios de reconhecimento de palavras, em curto e longo prazo. Os participantes não tinham conhecimento prévio de Yoga e a praticaram regularmente por seis meses.

Eutonia

A Eutonia é uma prática corporal desenvolvida na Europa pela alemã Gerda Alexander, no século XX, visando ampliações de consciência corporal e de percepção sensorial, ao trabalhar aspectos como consciência óssea (referencial de apoio muscular e de volume do corpo) e movimento eutônico. Este, em especial, assemelha-se às práticas psicomotoras diversas, pois aprimora equilíbrio tônico, precisão e expressão pessoal (MATOS, 2014), sempre enfatizando o conhecimento do próprio corpo e das atitudes mentais na busca da harmonia global.

Eutonia, palavra surgida do grego na junção do *eu* (bom) com o *tônus* (tensão), é dedicada a despertar e cultivar a consciência da unidade psicofísica de cada indivíduo, observando nas posturas e nos gestos corporais da pessoa a impressão das experiências psicofísicas que esta já vivenciou. Visa a regularização do tônus muscular, adequando a energia do indivíduo a cada aspecto de sua vida, seja profissional, pessoal ou artístico (VISHNIVETZ, 1995). Utiliza, ainda, conceitos de união corpo-mente, de Wallon, como base teórica de seu trabalho (dentro da primeira unidade funcional o tônus e o equilíbrio; dentro da terceira unidade funcional, o ritmo).

Danças Circulares

As danças, forma de expressão da arte através do corpo, têm o poder de difundir a cultura e unir povos em todo o mundo, como sabemos. Possuem elementos como ritmo e sociabilização em suas características, expressos em rituais ora religiosos ora pagãos, celebrações de eventos sociais ou esportivos, como os Jogos Olímpicos e tantos outros.

Este gênero específico de dança, chamado de circular, foi fomentado pelo bailarino Bernhard Wosien no século XX, com importante expressividade na comunidade escocesa de Findhorn, de onde foi originalmente idealizado. Utiliza coreografias, música e pode ter diferentes vertentes, hoje disseminadas por todos os povos do mundo. Aqui no Brasil, por exemplo, há as Danças de Roda; em outros países, como a Índia ou o Japão, existem as Danças Circulares Sagradas, onde há devoção a santidades.

Para Wosien (2000), a dança é uma forma de integração do corpo, das expressões, dos movimentos e dos sentimentos. É, portanto, método incorporado pela psicomotricidade, pois trabalha a noção de corpo, a lateralização através do movimento, a relaxação e principalmente a valorização do processo de aprendizagem. As trocas vivenciadas pelo grupo indicam o aspecto afetivo da vivência, e a junção de todos os fatores observados traduz a riqueza da prática desta modalidade de expressão corporal.

3 - DISCUSSÃO

A quebra do modelo cartesiano e ultrapassado de segregação do corpo-mente, como proposto por Thérèse Bertherat na Antiginástica, pode representar o desenvolvimento integrado dos três aspectos que constituem os seres humanos: a cognição, a motricidade e a afetividade. Na prática, isso representa o alinhamento entre bem estar físico e paz mental, trazendo harmonia ao meio social no qual todos nós estamos inseridos.

Neste contexto, as ideias de Gerda Alexander e de Joseph Pilates eram de fundar técnicas corporais que trabalhassem o indivíduo de forma integrativa, fazendo multiplicar as possibilidades de aprendizado. O que merece atenção é a participação da psicomotricidade como ferramenta ao longo desta construção. Os gestos, os movimentos harmônicos, o tônus e até a captação das emoções, estabelecidas durante toda a vida com o ambiente, são positivamente influenciados pela educação corporal e somática, provado por Feldenkrais, entre outros, através de práticas cada vez mais conhecidas. Assim, é equivocado imaginar a realização de técnicas de condicionamento físico e mental que ignorem os processos de aprimoramento psicomotor, bem como é impossível segmentar as suas diversas esferas de aprendizagem.

Alguns idealizadores de práticas corporais pertenceram a momentos de descobertas na área das neurociências e da psicologia; outros antecederam qualquer tipo de fundamentação científica, como na milenar Yoga. Há ainda os que desenvolveram técnicas recentes e populares no século XXI, a exemplo do Pilates. O que os une, após esta investigação, é o alto valor atribuído à junção de diversas habilidades do indivíduo para o sucesso do treinamento e crescimento pessoal que propunham, além da valorização do processo auto percepção por parte do praticante.

Assim, é de extrema importância que profissionais das diversas áreas de interesse como educadores físicos, fisioterapeutas, pedagogos, psicólogos ou terapeutas ocupacionais notem a íntima ligação destes tipos de trabalho de técnicas corporais com a prática psicomotora agregada que possuem, no trato com seus alunos e pacientes. O estudo de Brouillette (2008) corrobora o que hoje começa a ser visto na prática: crianças experimentando a inserção da educação corporal em seu cotidiano escolar, com benefícios mensuráveis. Embora o levantamento bibliográfico desde artigo tenha sido baseado em técnicas aplicadas a adultos, o

surgimento de bases psicomotoras como a noção de corpo ocorre muito cedo, na primeira década de vida do ser humano, e desde então pode ser estimulado.

O pleno conhecimento acerca de um método de educação corporal conscientiza o profissional sobre os objetivos traçados no início do trabalho e posiciona o praticante dentro das expectativas criadas para atingir sua evolução pessoal. Aprender a incluir a estimulação psicomotora de forma consciente durante a prática diminui a mecanização dos movimentos, deixa mais fluida a aprendizagem e torna natural a identificação de defasagens durante o processo, como pode ser estabelecido no manual de Fonseca (2012), abrindo possibilidades para corrigi-las.

Concordando com Bernhard Wosien, não somente a dança, mas todas as técnicas que exprimem valorização das expressões, dos movimentos e dos sentimentos merecem dos estudiosos completa atenção e interesse.

4 - CONSIDERAÇÕES FINAIS

Algumas teorias do pensamento humano, descritas por importantes filósofos, precederam ideais de práticas corporais de estimulação psicomotora, no intuito de aprimorar o indivíduo em várias esferas.

A analogia entre métodos de educação corporal com caráter psicomotor de desenvolvimento tem coleção de publicações ainda limitada, fazendo sugerir novos estudos tanto teóricos quanto práticos que corroborem para a aquisição e melhoria das habilidades físicas, intelectuais e sociais do indivíduo, na busca constante pela evolução humana.

É preciso, finalmente, crer na integralidade do ser humano como conquista da união de elementos essenciais em sua corporeidade, cognição e afetividade. Assim, enxergar como aprimora-los

da maneira mais eficiente é fazer com que possuam genuíno valor.

5 - REFERÊNCIAS

ANTIGINÁSTICA. **O que é Antiginástica.** Disponível em: <http://www.antigymnastique.com/pt/o-que-e-a-antiginastica> Acesso em: 05 mai de 2014.

ASSOCIAÇÃO FELDENKRAIS DO BRASIL. **The Feldenkrais International Training.** Disponível em: <http://www.feldenkraisbrasil.com/saopaulo/Portugues/moshe.html> Acesso em 24 mai de 2014.

BERTHERAT, T. **O corpo tem suas razões.** Antiginástica e consciência de si. 20. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

BOCCHI, J. C.; FURLAN, R. O corpo como expressão e linguagem em Merleau-Ponty. **Estudos de Psicologia**, vol. 8, n. 3, p. 445-450, 2003.

BOLSANELLO, D. P. A educação somática e os conceitos de descondicionamento gestual, autenticidade somática e tecnologia interna. **Motrivivência**, ano XXIII, n. 36, p. 306-322, 2011.

BROUILLETTE, E. **L'impact du yoga sur l'attention et le rendement scolaire d'enfants de 5 – 6 ans.** 2008. 123 folhas. Dissertação (Mestrado em Cinesiologia). Université du Québec à Montréal 2008.

BUCKINGHAM, W. et al. **O livro da filosofia.** São Paulo: Globo, 2011.

CATIB, N. O. M.; TREVISAN, P. R. T. C.; SCHWARTZ, G. M. As danças circulares no contexto das tendências pedagógicas da educação física. **Impulso**, v. 19, n. 48, p. 61-72, 2009.

COSTALLAT, D. M. M. et al. **A Psicomotricidade otimizando as relações humanas.** 2. ed. São Paulo: Arte e Ciência Editora, 2002.

FIORI, N. **As Neurociências Cognitivas.** Porto Alegre: Instituto Piaget, 2009.

FONSECA, V. **Manual de Observação Psicomotora.** Significação Psiconeurológica dos fatores psicomotores. 2. ed. Rio de Janeiro: Wak, 2012.

GALLAHUE, D. L. Conceitos para maximizar o desenvolvimento da habilidade de movimento especializado. **Revista da Educação Física UEM**, vol. 16, n. 2, p. 197-202, 2005.

GARCIA, I. E. G.; FILHO, C. K. **Contrology.** Contribuições para uma fundamentação teórica. 2. ed. São Paulo: Stampato Ltda, 2012.

KAMINOFF, LESLIE. **Yoga.** Anatomie et mouvements. Paris: Vigot, 2008.

LOUREIRO, M. B. Influência da escola francesa de psicomotricidade no Brasil. In: COSTALLAT, D. M. M. et al. **A Psicomotricidade otimizando as relações humanas.** 2. ed. São Paulo: Arte e Ciência Editora, 2002.

LUCINSKI, G. F.; ANCONA-LOPES, M. A psicologia fenomenológica e a filosofia de Buber: o encontro na clínica. **Estudos de Psicologia**, v. 27, n. 1, p. 76-77, 2010.

MATOS, D. **O que é eutonia.** Disponível em: <http://www.eutonia.org.br/> Acesso em: 22 mai de 2014

LURIA, A. R. **Fundamentos de Neuropsicologia.** Rio de Janeiro: EDUSP, 1981.

OLIVEIRA, G. C. **Psicomotricidade.** Educação e reeducação num enfoque psicopedagógico. 18ª. Ed. Petrópolis: Vozes, 2003.

OSTETTO, L. E. Para encantar, é preciso encantar-se: danças circulares na formação de professores. **Cad. Cedes, Campinas**, vol. 30, n. 80, p. 40-55, 2010.

PILATES, J. H.; MILLER, W. J. **Pilates**. Return to Life Through Contrology. Presentation Dynamics, 2011.

RIBEIRO, S. Ioga para a vida. **Revista Mente e Cérebro**. v. 45, p. 82, 2014.

ROCHA, K. K. F. et al. Improvement in physiological and psychological parameters after 6 months of yoga practice. *Consciousness and Cognition*. v.1, supl. 2, p. 843-850, 2012.

THE FELDENKRAIS INSTITUTE. **Feldenkrais Method Overview**. Disponível em: http://www.feldenkraisinstitute.com/about_feldenkrais/overview
Acesso em 24 mai de 2014.

THE FELDENKRAIS METHOD. **The Feldenkrais Method of Somatic Education**. Disponível em: http://www.feldenkrais.com/method/the_feldenkrais_method_of_somatic_education/ Acesso em: 24 mai de 2014.

VISHNIVETZ, B. **Eutonia**. Educação do corpo para o ser. São Paulo: Summus, 2005.

WOSIEN, B. **Dança**. Um caminho para a totalidade. São Paulo: Triom, 2000.