

Música e Expressão Corporal: Estar feliz para viver

Higor Vinicius Melo Dutra

higor_vmdutra@hotmail.com

Andressa Silva Tavares

andressa_tavares63@hotmail.com

Universidade Federal do Pampa- UNIPAMPA

RESUMO:

A música e a expressão corporal vêm como recursos auxiliares da Educação Física meios facilitadores e referenciais para integrar, socializar e entusiasmar as pessoas sobre a importância do bem viver, especialmente pessoas deficientes, pois com o descaso e preconceito presentes atualmente, esses se tornam seres marginalizados pela sociedade. Com a presença da música e da expressão corporal, as pessoas com deficiências desenvolvem competências, mesmo com suas limitações, se valorizando e despertando a sensibilidade através de dinâmicas que lhes tragam estabilidade emocional. O presente trabalho mostra o relato da união da música e expressão corporal, componentes presentes na Educação Física, com pessoas com diferentes deficiências.

PALAVRAS CHAVE: Música, Expressão Corporal, Deficiências.

INTRODUÇÃO

Ao abordar uma temática tão necessária quanto a inclusão, nos deparamos com a dificuldade de acessibilidade nos diferentes setores da atual sociedade, o que inclui a Educação Física e as escolas convencionais. Atualmente, muitas pessoas com deficiência, seja ela física, mental, visual, auditiva, entre outras, se veem discriminadas e marginalizadas pela sociedade. Na escola não é diferente, pois os alunos deficientes encontram inúmeros empecilhos que

impede a inclusão, principalmente nas aulas de Educação Física, onde a cultura faz com que os melhores sejam exaltados e aqueles que possuem menos habilidades sejam meros espectadores de uma disciplina que deveria servir para socializar todos. No contexto em que a Educação Física traz inúmeras possibilidades de práticas corporais, em que sai do convencional esporte, é que Pyrrho (2005) traz os benefícios que a expressão corporal desenvolve na pessoas com deficiência, sendo elas coordenação, estimulação da musculatura, agilidade e manejo, conscientização corporal e, um dos principais, a socialização, seja com outras pessoas com deficiências ou com pessoas sem deficiência. Em um sentido mais amplo é que Fogaça (2010) traz a implementação da música aliada a expressão corporal como recursos dentro da Educação Física, em que a música reorganiza o SNC (Sistema Nervoso Central) da pessoa, deixando o corpo, dentro de suas limitações, apto a receber e responder estímulos de maneira positiva. A presença do ritmo faz parte do ser humano, o movimento faz parte da Educação Física. A aliança entre a música, expressão corporal e a Educação Física trazem maiores possibilidades de prevenção e reabilitação de diferentes moléstias. Desenvolver o movimento corporal através de notas musicais, batidas, sons, ritmo, trazem um importante processo na evolução das diversas capacidades do indivíduo. Sendo assim, este trabalho tem por objetivo apresentar as intervenções realizadas com uma turma de pessoas com diferentes deficiências, sendo física, mental, auditiva e visual, trazendo a combinação da música e expressão corporal como ferramentas para a realização de tal.

METODOLOGIA

As aulas foram realizadas na Associação Amigos dos Deficientes Físicos de Uruguaiana – AADUR, durante de 2016, 1 vez por semana, na cidade de Uruguaiana – RS, Brasil. A turma era composta por 12 pessoas, sendo: Deficientes visuais (3), deficientes físicos (2), paralisia cerebral (1), autistas (2), deficientes mentais (2) e deficiente auditivo (1), entre 9 e 30 anos de idade. Foram realizadas aulas 100% práticas, com enfoque no caráter lúdico, atividades onde as pessoas eram impulsionadas a ouvir, executar o que as

canções pediam e criar movimentos. As atividades utilizadas focavam na valorização do ser humano integralmente, no conhecimento de seu corpo e suas limitações, além do respeito e reconhecimento do colega como um amigo e parte importante de sua vida, eliminando qualquer tipo de preconceito.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A música e a expressão corporal provocam sensações nos seres humanos. O toque de um acorde, a impostação da voz, a manipulação de energias através de movimentos com as mãos, pés ou corpo geraram emoções diversas na turma. A utilização da música de maneira “ao vivo”, em que os alunos ouviam diferentes canções e também cantavam fez com que os mesmos não se expressassem de maneira robótica e marcada. Nesse sentido é que grande parte das aulas e das atividades foram realizadas com instrumentos palpáveis, tendo a vibração dos dedos nas cordas do violão, as batidas de pé no chão, as batidas das mãos em um pandeiro ou tambor, o chacoalhar de um ganzá e as vibrações das pregas vocais entoando melodias é que surtiram grande efeito e resultado nas aulas. Era possível observar a participação de todos as pessoas participantes nas atividades, com entusiasmo nas atividades propostas. Sentimos o desenvolvimento integral das pessoas participantes através de relatos da Associação e dos familiares dos indivíduos, corpo e mente.



Figura 1 – Pessoas participantes



Figura 2 – Confraternização

CONCLUSÃO

A realização das intervenções possibilitou que tivéssemos a certeza de que a arte, sendo nossa proposta a música e a expressão corporal surtem efeitos inimagináveis, que envolvem o ser humano com ou sem deficiências. O equilíbrio encontrado pelas pessoas participantes foi visível, onde cada um, possuindo suas dificuldades, conseguem viver de maneira em que sua deficiência seja deixada em segundo plano e a valorização do ser humano que está ali seja mais importante, e melhor ainda, fazendo com que os alunos sejam felizes nas aulas e na vida.

REFERÊNCIAS

Nogueira, D. (2013). A importância da Educação Física para os portadores de deficiência física. *Revista Pedagogia da Letra*. Recuperado de <https://www.pedagogiaaopedaletra.com/a-importancia-da-educacao-fisica-para-os-portadores-de-deficiencia-fisica>.

Silva, G. (2012). O deficiente físico na Educação Física escolar: Uma proposta de inclusão. *Centro Esportivo Virtual*. Recuperado de <http://cev.org.br/biblioteca/o-deficiente-fisico-educacao-fisica-escolar-uma-proposta-inclusao/>

Pyrro, A. (2010). A dança para deficientes. *Revista Sala das artes*. Recuperado de <https://salaseteartes.wordpress.com/danca/a-danca-para-deficientes/>

Melo, L; Oliveira, M. (2008). A música: Um caminho para o desenvolvimento do deficiente mental. *Prevenção das deficiências*. Recuperado de https://www.meloteca.com/pdf/musicoterapia/leda-melo_deficiente-mental.pdf.