



## Informação para os pais – Psicomotricidade

---

### Caros pais

**Um desenvolvimento da movimentação do corpo bem sucedida é condição para a participação ativa da criança na vida escolar quotidiana. Em seguida, informamo-los sobre a forma como a terapia psicomotora apoia crianças e jovens com movimentos peculiares no seu desenvolvimento motor, no domínio da motricidade geral (movimentos de todo o corpo), motricidade fina (atividades manuais) e motricidade grafológica (competência na atividade da escrita), e como consolida a sua autoestima e o seu desenvolvimento.**

#### O que é a psicomotricidade?

A terapia psicomotora debruça-se sobre as repetições/frequências e peculiaridades do desenvolvimento e comportamento dos movimentos. A terapia psicomotora tem como objetivo que a criança ponha em prática a sua capacidade de perceção, ação e contacto, de acordo com as suas possibilidades. A criança tem de aprender a lidar com as suas dificuldades. Os terapeutas de psicomotricidade elucidam sobre as peculiaridades e irregularidades no desenvolvimento dos movimentos e, em caso de necessidade, preconizam uma terapia individual ou de grupo. O aconselhamento para pais e docentes é uma componente muito importante da terapia de psicomotricidade. Como medida de prevenção, os técnicos de psicomotricidade integram no ensino, dentro da sala de aula, os seus conhecimentos sobre o desenvolvimento e comportamento dos movimentos.

#### Quem é que precisa de uma terapia de psicomotricidade?

Uma medida psicomotora pode ser indicada quando uma aluna ou aluno manifesta peculiaridades no desenvolvimento e comportamento dos movimentos. Possíveis manifestações deste tipo de particularidades são :

- dificuldades de coordenação motora, por exemplo, problemas de equilíbrio, falta de destreza
- particularidade relativa à regulação do estado de tensão da musculatura (tónus), por exemplo, crispação
- dificuldades na motricidade fina, por exemplo, nos trabalhos manuais, ao cortar, ao fazer biscostos, ao construir
- particularidades de orientação no tempo e no espaço
- dificuldades na motricidade grafológica, por exemplo, maneira não propícia de pegar no lápis, pressão excessivamente fraca ou demasiado forte, nenhum movimento de escrita

automatizada, insegurança na reprodução dos caracteres, dificuldades na aprendizagem da escrita

- No caso de a relação entre perceber, pensar, sentir e agir não ser equilibrada, podem-se pronunciar peculiaridades psicomotoras como:
- dificuldades de comunicação
- distúrbios do comportamento (desassossego, agressividade, comportamento impulsivo ou reprimido)
- distúrbios na concentração

### O que é que a escola pode fazer?

Se forem observadas particularidades no desenvolvimento do comportamento dos movimentos ou no desenvolvimento socioemocional de uma aluna ou aluno, os pais e os docentes solicitam uma reunião escolar para um esclarecimento sobre a psicomotricidade.

Tendo como base o diagnóstico terapêutico e com o acordo dos pais, a direção da escola pode preconizar uma terapia individual ou de grupo, fora da turma, ou uma terapia integrada na turma de uma criança ou jovem. Se houver necessidade, pode-se recorrer aos serviços de psicologia escolares.

Na terapia utilizam-se formas de trabalho diversificadas como, por exemplo, tipos de jogos adequados, exercícios de movimento e de percepção, e música. Assim, a criança pode ajustar lacunas, melhorar as competências motoras, aprender a lidar adequadamente com dificuldades e consolidar a sua autoestima. Para isso trabalha-se individualmente com arquétipos de movimentos. A terapia de psicomotricidade orienta-se pelos objetivos de apoio estipulados na reunião escolar, nos temas de desenvolvimento pessoais da criança e nos seus recursos. Como medida complementar, o/a terapeuta convoca os pais e o/a professor/a para conversas de aconselhamento e assiste às aulas, onde pode observar as crianças ou os jovens.

As medidas serão analisadas e eventualmente reajustadas, pelo menos uma vez por ano, numa reunião escolar.

Para o apoio precoce e prevenção de peculiaridades psicomotoras, os/as terapeutas de psicomotricidade também podem, em parte, colaborar no trabalho dentro das turmas (prioritariamente nos jardins de infância e no ensino básico, em projetos de turma, em lições escolares individuais ou dar aconselhamento aos docentes).

Se for necessário, as alunas e alunos que frequentam uma escola privada também têm direito a uma terapia de psicomotricidade. O Conselho Executivo decide qual o local onde será feito o diagnóstico, as medidas e o local da sua implementação.

### O que é que os pais podem fazer?

Os pais contribuem imenso para o desenvolvimento dos movimentos das suas crianças :

- Encorajem a criança a movimentar-se o mais possível. O movimento fomenta a experimentação do espaço, a tomada de consciência sobre o próprio corpo e a autoestima, a capacidade de coordenação e o sentido de equilíbrio. Para além disso, o metabolismo é estimulado e os ossos são consolidados. Muito movimento impede o excesso de peso, previne danos causados por más posturas e aumenta a alegria de viver.
- Sejam um modelo para a criança e movimentem-se com ela.
- Mostrem-lhe as possibilidades de movimento dentro e fora do apartamento. Vão com a criança para o parque infantil ou para a floresta.
- As crianças também gostam de se movimentar na água. Vão com elas para piscinas cobertas ou ao ar livre.
- Proporcionem à criança ocasiões para fazer biscatos com diferentes materiais e permitam-lhe que participe nos trabalhos domésticos quotidianos (p.ex., pôr a mesa, limpar a loiça, ajudar a cozinhar). Isso desenvolve a destreza dos dedos e os movimentos de motricidade fina.
- A jogar, uma criança aprende novas trajetórias. Fomentem o movimento no jogo com outras crianças. Isso é também um bom campo de treino para a aprendizagem social.
- Deixem ir a criança a pé ou de bicicleta para a escola.
- Juntamente com a criança escolham uma associação desportiva.
- Estabeleçam o contacto com os/as docentes da criança e conversem com eles/elas sobre estas questões e problemas, quando observarem particularidades nos movimentos.

Se, na vossa opinião, houver necessidade de agir ou se precisarem de apoio, solicitem junto do/a professor/a uma reunião na escola.

### Informação e Aconselhamento

Caso existam perguntas concretas sobre o desenvolvimento e comportamento dos movimentos, dirijam-se aos terapeutas responsáveis, na vossa freguesia. A Administração da instituição escolar pode-lhes dar a direção.

Encontrará mais informações na internet em:

- [www.vsa.zh.ch](http://www.vsa.zh.ch) (→ Schulbetrieb und Unterricht → Sonderpädagogisches), offizielle Informationen des Volksschulamts
- [www.psychomotorik-therapie.ch](http://www.psychomotorik-therapie.ch)