

Jogos rítmicos, motores e sociais

COLABORADOR	Marcelo Petraglia
FAIXA ETÁRIA	A partir dos 10 anos
DURAÇÃO	A critério do professor
CARACTERÍSTICAS	Ritmo e corpo
ORGANIZAÇÃO DO ESPAÇO	Sala de aula, sem cadeiras.
ORGANIZAÇÃO DOS ALUNOS	Individual, em duplas e em grupo. Para exercícios em grupo, organizar os alunos em roda.
RECURSOS NECESSÁRIOS	O próprio corpo
CONTEÚDO RELACIONADO	Roda de conversa 2

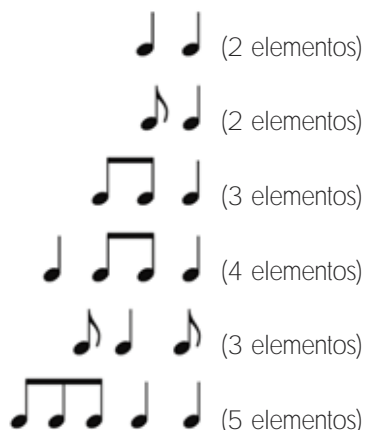
Objetivos:

Desenvolver a habilidade rítmico-motora e espaço-temporal no plano individual e social. Ao se exercitar nesta prática, o aluno consolidará seu senso rítmico e sua coordenação motora. Desenvolverá uma sensibilidade para o fluxo rítmico tanto individualmente como na interação em grupo. Sensibilizar-se-á para o valor do resultado coletivo que, mesmo dependente do resultado individual, transcende este último.

Descrição da prática:

Este conjunto de exercícios possui dois princípios básicos: a ordem do tempo (OT) e a ordem do espaço (OE). Por ordem do tempo designa-se uma dada célula rítmica com 1, 2, 3, 4 ou mais elementos.

Exemplos:



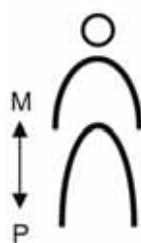
Nos exercícios, estas células são repetidas ciclicamente.

Os exercícios são formados sempre pela combinação de uma OT e uma OE.

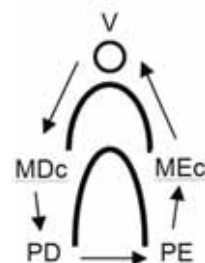
A ordem do espaço é a sequência (pontos no corpo ou no grupo) em que os elementos rítmicos acontecem. Para melhor descrevermos este elemento, usaremos as seguintes abreviações:

M	palmas
MD	mão direita, c (na coxa) ou o (no ombro)
ME	mão esquerda (na coxa (c) ou ombro (o) esquerdo)
P	bater qualquer um dos pés no chão
PD	pé direito no chão
PE	pé esquerdo no chão
V	voz (fonema ou vogal: dom, tá, hoi, ha, he, hi, ho, hu. etc.)
Números	indicam os vários alunos dentro de uma sequência
1M - 2M - 3M...	significa que os alunos batem palma um depois do outro

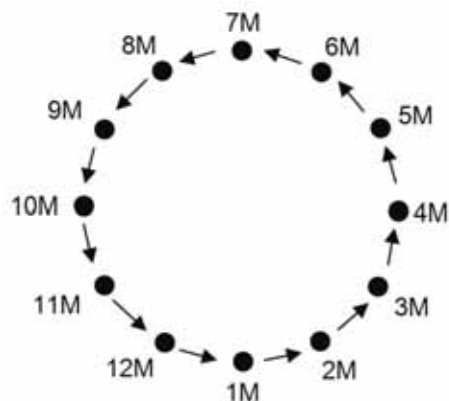
Exemplos:



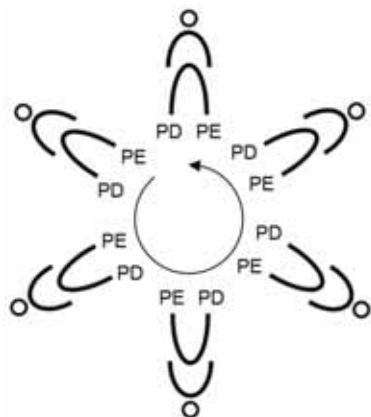
Alternância individual
M - P



Sequência individual
V - MDc - PD - PE - MEc
(sequência rotatória de 5 elementos)



Sequência em roda:
1M - 2M - 3M - 4M - 5M...
(palmas na roda, um depois do outro, em sentido horário ou anti-horário).

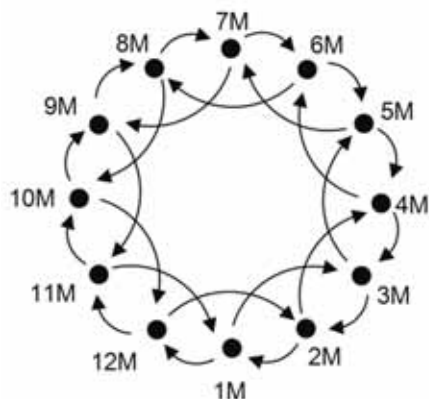


Sequência em roda:

1PE - 1PD - 2PE - 2PD - 3PE - 3PD...

(bater os pés no chão, um depois do outro, o esquerdo e depois o direito).

Estas seqüências (OE) podem variar desde algo muito simples, como bater palmas um depois do outro, até ordens bastante complexas como, por exemplo, "pula um, volta um": em roda
1M - 3M - 2M - 4M - 3M - 5M - 4M...



Ou ainda mais complexo com os pés:

1PD - 2PD - 2PE - 3PE - 2PD - 3PD - 3PE - 4PE - 3PD...

DICAS:

- Uma vez compreendido o funcionamento destes exercícios, o professor poderá facilmente criar um grande número de variações e gradações de dificuldade, de acordo com o contexto e a necessidade de seus alunos.
- A ideia básica é simples: combinar pontos no espaço e com células rítmicas. A OE pode incluir pontos os mais variados: bater os pés, bater palmas em diversas partes do corpo, sons vocais e mesmo piscar os olhos, mostrar a língua ou, para quem consegue, mexer as orelhas! Pode-se também distribuir instrumentos numa roda e assim enriquecer timbricamente o exercício, levando-o até mesmo ao status de uma pequena (ou grande) composição.

DICAS:

- Para que este trabalho tenha efeito e atinja os resultados esperados, estes exercícios devem ser praticados regularmente e podem ocupar uma parte da aula de música. A experiência tem demonstrado que é mais produtivo trabalhar em pequenas doses regularmente do que a prática concentrada em longos períodos. Em geral, práticas de 10 a 20 minutos feitas regularmente ao longo das semanas são suficientes para que se consiga um bom resultado. Todavia é a percepção do professor que deve determinar a duração do processo.
- Estes exercícios têm marcadamente uma atuação do tipo "impressão", pois buscam uma objetivação e incorporação de padrões temporais a partir de uma lei exterior. Normalmente o grupo tem um efeito ordenador sobre as inconstâncias rítmicas do indivíduo, ajudando-o a encontrar uma regularidade.

Realização dos exercícios :

Normalmente começa-se por uma série de exercícios individuais a fim de que o aluno se familiarize com a estrutura do trabalho. Deve-se sempre começar com algo simples e gradativamente aumentar a complexidade à medida que as dificuldades vão sendo superadas e a grande maioria da classe domina cada exercício. Nos exercícios em grupo, deve-se almejar que o fluxo rítmico se mantenha constante e, para isso, é recomendável começar lento e acelerar gradativamente.

Os exercícios tornam-se interessantes e desafiadores quando o número de elementos da OT (célula rítmica) não coincide com o número de pontos da OE. Quando isso acontece, há uma variação de quando e onde se bate, exigindo mais flexibilidade e concentração.

O professor pode primeiro treinar com todos os alunos a célula rítmica escolhida. Em seguida, pede que este ritmo seja distribuído entre pontos do corpo (M - P, PD - PE ou MD - PD - PE - ME etc.). Às vezes, é necessário que o professor simplesmente demonstre como deve ser feito e chame a atenção dos alunos para o que se ouve. Mesmo estando a célula rítmica distribuída entre palmas, pés ou entre diversas pessoas, o padrão rítmico deve permanecer o mesmo, soar igual.


Jogos rítmicos, motores e sociais (cont.)

Exercícios individuais:

Exemplos

OT:  / OE: PD - PE

OT:  / OE: M - P

OT:  / OE: V (dom) - MDc - PD - PE - MEc


Exercícios em grupo

Usando o mesmo princípio, combinam-se as OT com as OE. Estas últimas agora são compartilhadas por dois ou mais alunos.

Exemplos:

1. Em dupla

OT:  / OE: 1M - 2M


Neste caso, é importante notar que a célula rítmica acontece entre os indivíduos e que o tempo longo (semínima) acontece ora em um, ora em outro parceiro. Na verdade, o tempo longo ou curto acontece entre os parceiros: quem faz a palma de 1 ficar longa é o 2 e vice-versa. Neste sentido, para o exercício funcionar, ambos têm que chegar a um acordo sobre o andamento e, sobretudo, ouvir o outro. Uma vez dominado o problema, eles podem brincar de acelerar e desacelerar sem perder a clareza da célula rítmica.

DICAS:

- É importante que se atente para a dimensão social dos exercícios em grupo. É frequente a situação onde os "desajustes" que ocorrem sejam percebidos com nitidez e, às vezes, facilmente criticados. Todavia quando a ação passa pelo participante a perspectiva crítica desaparece e facilmente perde-se a clareza. O desafio é perceber-se em ação, estar ao mesmo tempo ativo e se auto-observar. O professor deve estar atento para conduzir o processo de modo que cada um dê o melhor de si e ajude o grupo como um todo a se harmonizar. Como dito acima, o tempo não está nas pessoas (pontos), mas entre as pessoas e, com isso, vive em uma dimensão que transcende os indivíduos, se estabelecendo como uma entidade autônoma por sobre o grupo.

- Tanto esta prática quanto a 1ª do ensino médio (p. 255) são sistematizações e desenvolvimentos a partir de exercícios do músico e pedagogo Pär Ahlbom (Suécia).

Este mesmo exercício pode ficar mais complexo utilizando a seguinte OE: 1M - 2M - 1P - 2P. Neste caso, temos uma OT de 3 elementos permutada com uma OE de 4 elementos.

2. Em grupo

Em roda, pode-se simplesmente fazer com que se mantenha um pulso regular batendo palmas na seguinte OE: 1M, 2M, 3M, 4M, 5M etc., ou seja: cada aluno bate 1 vez palmas quando chega na sua vez. O importante é que o grupo consiga manter um pulso regular. Em seguida, pode-se introduzir uma célula rítmica, como a utilizada nos exemplos acima. Aqui o importante é que se mantenha o andamento e regularidade do padrão rítmico independente de quem bate a palma.

Um passo seguinte seria fazer a mesma coisa com os pés, lembrando que temos 2 pés! Neste exercício, cada pé equivale a 1 ponto e cada pessoa administra, portanto, 2 pontos. Exercícios que utilizam os pés são de extrema importância, pois normalmente temos menos consciência e controle sobre eles. Assim, ajudamos os alunos a tomar posse do seu corpo. A OE pode ser simplesmente:

1PE - 1PD - 2PE - 2PD - 3PE - 3PD...

(seqüência da roda)

ou mais complexa:

(1PE - 1PD - 2PE - 2PD) - (1PD - 2PE - 2PD - 3PE) -

(2PE - 2PD - 3PE - 3PD) - (2PD - 3PE - 3PD - 4PE)

(4 para frente, 3 para trás).

Neste caso, é recomendável que se treine primeiramente a OE apenas com um pulso, para posteriormente inserir uma OT simples (por exemplo: curto/longo).