

# ALFABETIZAÇÃO ATRAVÉS DA MÚSICA E MEDITAÇÃO – “ALFAMUME”

Rosangela Rosa Lopes  
Ana Adalma Kuczynski Rocha  
EMEF Pantano Grande  
[ana\\_krocha@yahoo.com.br](mailto:ana_krocha@yahoo.com.br)

## RESUMO

A alfabetização é uma etapa muito importante da vida de uma criança ou adulto. Realizei o presente projeto na Escola Municipal de Ensino Fundamental Pantano Grande, em Pantano Grande, com alunos do 1º ano, quis desenvolver um projeto que trabalhasse a sensibilidade, concentração, e reflexão dos educandos visando a melhoria da aprendizagem sobre os conteúdos que permeiam a alfabetização. A música e a meditação têm a capacidade de unir a sonoridade e a teoria musical e a sensibilidade do educando, dando abertura para que seja trabalhada a alma do aluno, respeitando a sua particularidade. A música atinge todos os domínios da vida interior do ser humano. E cada criança tem as suas reações perante a música. A meditação permite que a criança trabalhe seu interior, assim como a música que realiza modificações em nossa vida interior, toda a impressão que age no nosso ser significam tanto para diferenciação, ampliação de aprofundamento em seu ser. Através delas o aluno realiza interpretação e aquisição de conteúdo. A música e a meditação desenvolvem o reconhecimento e utilização expressiva, em contextos musicais e naturais das diferentes características geradas pelo silêncio e pelos sons: a altura (grave/agudos), duração (curtos e longos), intensidade (fracos ou fortes) e timbre (característica que distingue e personaliza cada som). A apreciação musical e alfabetização referem-se também à audição e a interação com músicas e diversos sons que nos rodeiam. A vivência musical em conjunto com a meditação promove na criança desenvolvimento da capacidade de expressar-se de modo integrado, por meio de imitar, reproduzir o universo em que nos rodeia. Sendo que em cem dias letivos mais que a metade da turma está lendo e escrevendo.

PALAVRAS- CHAVE: Alfabetização, Música, Meditação

## INTRODUÇÃO

O presente projeto visa atender os alunos do primeiro ano da Escola Municipal de Ensino Fundamental Pantano Grande, os alunos estão utilizando das práticas da meditação para cultivar a consciência corporal, atenção plena na respiração, concentração e atenção aos sentimentos e pensamentos. São utilizadas atividades lúdicas, leitura de textos e as sessões são adaptadas de acordo com a faixa etária dos participantes. A turma 11 é composta por 25 alunos, foi a união de duas turmas da educação infantil de 2017. Sendo que a professora titular do primeiro ano foi também professora deles em uma das turmas no ano passado. Em 2018 foi observado nos educandos muita dificuldade de concentração e atenção. Os casos de dificuldades no

comportamento e cognição são tratados fora do espaço de sala de aula, a partir de encaminhamentos para a coordenação pedagógica e, quase sempre, resultam em condutas de medicalização.

Os objetivos do projeto são: despertar o gosto pela música trabalhando a sensibilidade dos educandos; estimular a apreciação musical e frequência rítmica, desenvolvendo a percepção auditiva; ensinar e utilizar a prática da meditação e o uso da música em sala de aula para os alunos do primeiro ano, propiciando melhoras cognitivas e comportamentais; aprender a viver pacificamente uns com os outros, através da meditação na escola, descobrindo que a paz se encontra dentro de nós.

## **FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

A prática pedagógica deve possibilitar a aprendizagem dos alunos, onde o processo educacional deve ser visto como algo de constante discussão e apontamentos, no que tange a condução de metodologias de ensino que possibilitem a apropriação da escrita e leitura no primeiro ano.

Neste empenho para mudar e inovar a alfabetização na presente escola durante a construção da Proposta Político Pedagógica foi estudado vários pedagogos entre eles Morin que estabelece igualmente os sete saberes, indispensáveis na edificação do futuro da educação. Henri Wallon foi o primeiro a levar não só o corpo da criança, mas também suas emoções para dentro da sala de aula. Fundamentou suas ideias em quatro elementos básicos que se comunicam o tempo todo: a afetividade, o movimento, a inteligência e a formação do eu como pessoa. O pensador Jacques Delors aponta como principal consequência da sociedade do conhecimento a necessidade de uma aprendizagem ao longo de toda vida, fundamentada em quatro pilares, que são, concomitantemente, do conhecimento e da formação continuada. Um dos quatro Pilares da Educação no Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI, coordenada por Jacques Delors é APRENDER A SER. Precisamos nos atentar ao VERDADEIRO significado do SER. Precisamos ensinar as nossas crianças a SER, a sentir, a se perceber, se conectar consigo mesmo, se relacionar melhor com o próximo.

Diante da reflexão dos fundamentos pedagógicos, foi realizado em reunião pedagógica com os professores, um trabalho sobre o que cada profissional da educação pretende com a sua disciplina ou turma, a sua meta de acordo com os pilares

educacionais. Realizando uma analogia temos os conteúdos do ano que o meu aluno deve aprender a CONHECER; a metodologia e suas técnicas a serem trabalhadas de acordo com o filosófico da instituição, o como aprender a FAZER; com a convivência diária, administrando os conflitos temos o aprender a CONVIVER; para que no final do ano letivo, a aprendizagem seja integral, e o aluno possa aprender a SER. Conforme Jacques Delors que a prática educacional deve preocupar-se com o desenvolver das quatro aprendizagens fundamentais: Aprender a conhecer, fazer, conviver e ser, objetivando interação para uma formação holística do indivíduo.

O bloco de alfabetização pretende estimular o aprendizado e o desenvolvimento total dos educandos, criando situações onde os mesmos possam desenvolver sua capacidade de aprendizagem, sua aquisição de conhecimentos e a formação de valores e atitudes. É necessário compreender e valorizar o uso da leitura e escrita em diferentes ocasiões do uso diário. Proporcionar condições para um crescimento cognitivo, emocional e de aprendizagem formando um cidadão do bem, um ser humano total, apto a participar da sociedade em que vive. Levar o aluno a diferenciar, construir, reconstruir, desenvolver suas habilidades e capacidades, conhecendo suas possibilidades e autoestima e autoconfiança. Além de participar das atividades cotidianas interagindo com colegas, respeitando regras do dia a dia e seu desempenho, tendo atitudes de vivências, conhecimento, ações e valores. No final da alfabetização espera-se que os alunos sejam sujeitos de sua aprendizagem, tenham segurança em si mesmo, acreditando em seu potencial, possam ser capazes de ler, escrever, interpretar, produzir textos coerentes, coesos e desenvolver atividades de raciocínio lógico matemático com precisão.

Os alunos do primeiro ano estão fazendo práticas de meditação e de música diariamente, durante aproximadamente 8 minutos, direcionado pela professora titular da turma. A proposta valoriza a formação do indivíduo de maneira completa, não apenas nos conteúdos, mas também na empatia nas relações entre os alunos na busca por criar uma sociedade mais justa com atividades voltadas para o bem-estar e a inteligência emocional. O hábito da meditação e da música propicia para o aluno um autoconhecimento que reforça sua autoestima e autoconfiança. A música é um instrumento de sensibilidade que possui a capacidade de trabalhar as emoções dos educandos. Através da música os educandos desenvolvem a frequência rítmica, e despertam o senso musical. A música desenvolve o ritmo ordenado no aluno, dando a

ele a possibilidade de criar movimentos sincronizados, a imitação, a imitação da voz e da linguagem. A música propicia ao aluno a oportunidade de criação de cantos e ritmos espontâneos dando ao mesmo a possibilidade de se expressar individualmente ou em grupo. Desenvolve a capacidade reflexiva e criativa do educando.

## **METODOLOGIA**

O método A Pesquisa-Ação Participativa é um método sistemático e cíclico de levantamento de informações e planejamento, onde a professora e a coordenadora pedagógica entram em campo, observando, avaliando e refletindo, antes de planejar os próximos passos do projeto. Envolve a participação direta de todos os atores, num processo dinâmico e empoderador. Baseado na autorreflexão e criação coletiva, no diálogo, escuta ativa e potencialização.

## **APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS**

Como resultados, identificamos que a meditação mais praticada no ambiente escolar é a concentrativa que é a atenção em um determinado foco, como por exemplo, a respiração, por ser uma prática considerada mais fácil para iniciantes.

Mais da metade da turma já está lendo as palavras simples estudadas, sendo que somente três alunos ainda não reconhecem todas as letras do alfabeto. Dez alunos já produzem frases e expressam suas ideias através da escrita. Uma aluna avançou para o segundo durante o primeiro trimestre porque já lia fluentemente e produzia pequenos textos.

A turma apresentava dez alunos com muita dificuldade de concentração e aprendizagem. Foi sugerida desde o ano anterior a procura de vários profissionais da área da saúde para os educandos, pois assim teríamos um diagnóstico e como trabalhar com eles de forma a ter êxito na alfabetização. Quatro alunos ainda vão à fonoaudióloga, um está frequentando psiquiatra e neurologista para investigar o comportamento e a dificuldade de concentração. Quatro alunos estão tendo atendimento psicológico, uma das alunas é devido a ser adotada e ter superproteção materna. Dois alunos a escola está acompanhando o desempenho deles e verificou que melhorou muito com a implantação do projeto.

## **CONCLUSÕES**

Na literatura são relatados inúmeros benefícios físicos já comprovados cientificamente nos estudos com adultos que também ocorrem com as crianças, como maior resistência imunológica, aumento das conexões neuronais, rejuvenescimento das células. Foi observado que a meditação e a música desenvolvidas diariamente em sala de aula possibilitaram aos educandos diminuir a ansiedade e aumentar a concentração durante as quatro horas de aula. Através da meditação e da música as crianças tiveram mais foco, atenção e concentração. Foi observada uma redução da ansiedade, nos alunos que eram mais ativos e uma maior consciência corporal em todos os alunos da turma. Eles estão mais conectados com seus sentimentos, pensamentos e sensações. Desenvolveram a consciência amorosa, propiciando mais compaixão e aceitação por si e pelo próximo. Também melhorou o rendimento escolar, com menos Bullying, e menos déficit de atenção.

A prática com a música e a meditação foi de fato, uma aceitação muito positiva. As crianças foram muito genuínas, se propuseram de fato a parar, fechar os olhos e sondar o que está acontecendo dentro de si. Um aluno somente ainda não fechou os olhos, durante os momentos meditação e música. Mas participa de todas as atividades do projeto. Existem várias posições e diversos métodos para introduzir a meditação e a música, mas o principal foi atingindo que é entrar em contato com nossa essência, concentrando-se apenas no presente.

## **REFERÊNCIAS**

- BRITO, Teca Alencar. Musica na educação Infantil. São Paulo: Petrópolis, 2003. páginas 31 a 58 e 161 a 172
- MORIN, Edgar. Os sete saberes necessários à educação do futuro / São Paulo : Cortez ; Brasília, DF : UNESCO, 2000.
- MAHONEY, Abigail Alvarenga; ALMEIDA, Laurinda Ramalho de (Orgs.). Henri Wallon. São Paulo: Edições Loyola, 2000.
- DELORS, J. Educação: um tesouro a descobrir. 2ed. São Paulo: Cortez Brasília, DF: MEC/UNESCO, 2003.
- Rozman, Deborah – Meditation for childrens, tradução brasileira Meditando com as Crianças. A arte da concentração e interiorização. Ed. Brasiliense: São Paulo, SP Brasil, 1976.