

EDUCAÇÃO MUSICAL E ESPORTE: IMPACTOS NO RENDIMENTO ESCOLAR E NA SAÚDE MENTAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Danyella Lima Rocha¹

Rebeka Beatriz de Sá Figueiredo²

Franklyn Jeferson Costa De Oliveira³

Cleberon Franclin Tavares Costa⁴

Psicologia



**cadernos de
graduação**
ciências humanas e sociais

ISSN IMPRESSO 1980-1785

ISSN ELETRÔNICO 2316-3143

RESUMO

O objetivo central desta pesquisa foi refletir sobre o impacto de práticas extracurriculares, como a educação musical e esportiva, na saúde física, mental, no rendimento escolar e na melhora das habilidades sociais. Trata-se de um relato de experiência investigativa de acadêmicos do curso de psicologia da Universidade Tiradentes durante o mês de maio de 2019 no Projeto Recriarte, situado no Bairro Santa Maria em Aracaju/SE. Participaram colaboradores e familiares do Projeto. A partir da análise dos dados obtidos, evidenciou-se a significância do Projeto para as crianças nele inseridas e como a música e o esporte influenciam em seu desenvolvimento cognitivo, suas potencialidades, resgate à autoestima e como facilita o estabelecimento das relações. Por meio da análise das entrevistas e observações constatou-se os benefícios das atividades extracurriculares para o desenvolvimento de habilidades linguísticas, cognitivas, psicomotoras e afetivo/sociais. Constatou-se a relevância da implementação de uma educação musical e esportiva dentre as atividades pedagógicas, com benefícios físicos, psicológicos e sociais para as crianças e adolescentes, proporcionando um espaço mais descontraído e prazeroso à aprendizagem.

PALAVRAS-CHAVE

Esporte. Música. Cognição. Saúde Mental.

ABSTRACT

The main objective of this research was to reflect on the impact of extracurricular practices, such as music and sports education, in physical and mental health, in school performance and improving social skills. This is an account of investigative experience of academics from the Psychology course at Tiradentes University during the month of May 2019 at the Recriarte Project, located in the Santa Maria neighborhood in Aracaju/SE. Collaborators and family members of the project participated. From the analysis of the data obtained, the significance of the Project for the children inserted in it and how music and sport influence their cognitive development, their potentialities, rescue of self-esteem and how it facilitates the establishment of relationships. Through the analysis of interviews and observations, it was verified the benefits of extracurricular activities for the development of linguistic, cognitive, psychomotor and affective/social skills. The relevance of implementing a musical and sports education among the pedagogical activities was found, with physical, psychological and social benefits for children and adolescents, providing a more relaxed and enjoyable space for learning.

KEYWORDS

Sport. Music. Cognition. Mental Health

1 INTRODUÇÃO

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) é um documento vinculado ao plano nacional da educação, que engloba um conjunto de conhecimentos os quais todos alunos têm o direito de aprender desde a educação infantil até o ensino médio. A BNCC traz competências essenciais para a construção de uma educação integral, unindo todas as dimensões do desenvolvimento humano: cognitivo, acadêmico e intelectual, físico, social, cultural e emocional. A BNCC, quando inclui as práticas extracurriculares (aulas de música, arte e esportes), apresenta como essas práticas podem contribuir no desenvolvimento das competências de comunicação, empatia e cooperação, assim como, a responsabilidade e cidadania dos estudantes, buscando formar cidadãos que contribuem para o desenvolvimento da sociedade (BRASIL, 2016).

A inserção musical no cotidiano escolar com atividade recreativa coletiva, possibilita ao professor estabelecer momento prazerosos de apreciação e de edificação, por meio dos quais a musicalidade possa ser trabalhada livremente, levando em consideração as diferentes fases de desenvolvimento e, ainda fundamentar a atividade reflexiva, intencionando uma tarefa qualitativa e com significância (THOMAS, 2017). O trabalho musical na educação auxilia no desenvolvimento psicomotor, habilidades afetivo/sociais e linguísticas, bem como na criatividade e concentração (THOMAS, 2017; CAMPOS; TOLIO; SILVA, 2019).

O processo de musicalização realizado nas instituições de ensino é um processo que tem como bases diversas outras aplicações deste instrumento na busca de bem-estar, como o seu uso em instituições de apoio psicossociais ou em organizações (BATISTA; RIBEIRO, 2016; MOITA, 2019). Aulas de música podem ser utilizadas como recurso terapêutico que possibilita a construção de vínculos, que possibilita a criação de um espaço de trocas e de expressão das emoções e subjetividades. No estudo realizado por Marques e Fonte (2018), é apresentada uma relação positiva entre as experiências musicais diversas dos indivíduos e níveis relativamente elevados de bem-estar, assim como, níveis baixos de psicopatologias como depressão, ansiedade e estresse.

Segundo Gabarra, Rúbio e Ângelo (2009), o esporte é uma prática fundamental para o desenvolvimento infantil de uma forma saudável e global. Trusz, Nunes e Balbinotti (2018), realizaram um estudo sobre o trabalho de judô desenvolvido com crianças em uma escola pública localizada em uma comunidade de baixa renda de Porto Alegre, no qual foi observado inicialmente um conjunto de comportamentos demasiadamente agressivos, verbais e físicos. A implementação das aulas tinha o objetivo de aprimorar o equilíbrio corporal, disciplina e respeito nas ações e reações, desenvolver a segurança e a autoconfiança, assim como lidar com suas limitações e a controlar suas emoções. Foi observada uma melhora significativa nos comportamentos sociais dos alunos, com ganhos principalmente na comunicação e cooperação, assim como melhora no desempenho escolar, reflexo dos comportamentos aprendidos durante as aulas de judô.

A prática regular de atividade física é fundamental para a saúde das crianças e adolescentes, sendo apontada como um fator de proteção para problemas de psicológicos na idade escolar. Silva, Silva e Neto (2017), em sua revisão acerca da saúde mental e níveis de atividades físicas em crianças, mostram que crianças mais ativas e participantes de atividade física apresentaram uma melhor saúde mental em comparação às crianças que não faziam atividades físicas e eram sedentárias. O incentivo a prática esportiva realizada nas instituições de ensino é fundamental para o desenvolvimento das crianças e promoção da saúde mental durante a fase escolar, podendo prevenir o sofrimento psíquico na vida adulta.

A Prática investigativa foi vinculada a disciplina de práticas de pesquisa na área da saúde do curso de Psicologia da Universidade Tiradentes e foi realizada no Projeto Recriarte situado no Bairro Santa Maria em Aracaju/SE. A elaboração do projeto foi feita por acadêmicos do 3º período juntamente aos professores responsáveis, sendo que sua efetuação foi feita por estes juntamente a outros colegas e profissionais do projeto. O objetivo central foi refletir sobre o impacto da educação musical e esportiva na saúde física, mental, no rendimento escolar e na melhora das habilidades sociais, com colaboradores e familiares que participam do projeto Recriarte.

2 MÉTODO

As práticas interventivas foram realizadas durante o mês de maio de 2019 no Projeto Recriarte, situado no Bairro Santa Maria em Aracaju/SE. Este projeto, susten-

tado por Instituições públicas e privadas, é responsável por desenvolver atividades de reforço escolar, práticas lúdicas e esportivas, dinâmicas de integração social e resgate de tradições culturais, envolvendo crianças e adolescentes. Atualmente, são atendidos 100 crianças e adolescentes de 6 a 14 anos, tendo por condicionalidade serem filhos(as) de catadores de produtos recicláveis ou cooperados da Cooperativa dos Agentes Autônomos de Reciclagem de Aracaju (CARE), ou ainda moradores da comunidade. Além disso, devem obrigatoriamente frequentar a Escola Pública formal para que possam ser inseridos no projeto.

O Projeto realiza, semanalmente, intervenções de professores colaboradores nas áreas de esporte e música. As turmas do projeto Recriarte possui um critério para distribuição dos alunos em suas cinco turmas baseado em ano escolar, contudo, são colocados na mesma sala, crianças com até 5 anos de diferença de idade, que possuem um processo de aprendizagem distinto. As intervenções realizadas pelo professor de música, a partir de uma aula inicial, mede o nível de leitura musical dos alunos, cria uma nova subdivisão para as turmas, conseguindo nivelar a turma para um maior desenvolvimento das atividades, que consistem em aulas teóricas de partituras musicais, ritmo e o ensino da flauta doce. Seguindo a mesma proposta interventiva, o professor de capoeira realiza semanalmente, aulas introdutórias a sua arte marcial, buscando desenvolver habilidades físicas e a filosofia da capoeira nos alunos do projeto.

As intervenções realizadas pelos alunos de psicologia, foram distribuídas em 3 momentos, a partir de um encontro semanal durante três semanas e com duração de aproximadamente 2 horas cada, seguindo o cronograma da instituição. Objetivou-se, por meio destas, a coleta e análise de dados acerca da relevância do projeto e dos efeitos significativos que a educação musical e esportiva pode proporcionar.

Após a primeira visita ao projeto, na qual foi realizada uma observação das atividades, estrutura, dinâmica e corpo docente do projeto Recriarte, foi selecionada a turma "Arco-íris", compostas de estudantes entre 8 a 13 anos de idade, para a primeira prática da intervenção. O principal critério de inclusão foi o fato destes alunos se mostrarem mais receptivos e abertos a participar da atividade proposta. Foi escolhida a própria sala da turma "Arco-íris", para que eles se sentissem mais confortáveis com os novos visitantes. A princípio, com o objetivo de nos apresentar reconhecê-los melhor, foi realizada uma dinâmica de apresentação que aguçasse formas de expressão corporal. Sugerimos que cada aluno falasse seu nome e simultaneamente fizesse um movimento que de alguma forma o representasse. Em seguida, foi aplicado um questionário individualmente, composto por oito perguntas, relacionadas a rotina dos alunos e de sua relação com às aulas de música e de capoeira que estavam sendo oferecidas pelo projeto.

O segundo momento foi marcado pela realização de uma entrevista semiestruturada com as mães ou responsáveis destes alunos. A atividade ocorreu logo após uma homenagem de dia das mães ocorrida no próprio espaço Recriarte. Desfrutou-se de tal ocasião pelo claro motivo de que, nesta data, uma parcela significativa destas responsáveis estariam presentes no local. Buscou-se por meio da entrevista, extrair informações sobre a significância do projeto para seus filhos/netos e de como

este, por intermédio da educação musical e da capoeira, influenciam em seu desenvolvimento, nas suas potencialidades e facilita o estabelecimento das relações sociais.

No terceiro e último momento ocorreu a aplicação de um questionário, composto por quatro perguntas subjetivas, direcionadas aos professores de música (M) e capoeira (C). A proposta foi entender a relação deles com o projeto e como a educação musical e esportiva impactam no desenvolvimento cognitivo, autoestima, saúde mental e a consequente diminuição da evasão escolar. Objetivou-se com a coleta de dados, feita a partir da observação, questionários e entrevista, analisar o impacto da educação musical e do esporte nas crianças e adolescentes do Projeto Recriarte.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

É inegável considerar o quanto a prática foi enriquecedora para nós, graduandos em Psicologia. Ao adentrar no universo particular dos alunos ali inseridos, passamos a ter contato, embora breve, com realidades que não condizem com a nossa, o que contribuiu para nosso crescimento pessoal e profissional. Promoveu-se, ainda, reflexão acerca da importância do olhar voltado ao outro, levando em consideração seus processos singulares, suas particularidades e potencialidades. Momentos de observação, escuta e troca marcaram a intervenção realizada, de modo que, pudemos identificar demandas relacionadas à vulnerabilidade social e afetiva dos alunos, bem como problemas na aprendizagem e no comportamento, assim, correlacionar com os efeitos significativos da prática musical e esportiva a partir desse contexto.

Residentes em um bairro periférico e, em sua grande maioria, frutos de famílias disfuncionais, as crianças e adolescentes incluídas no projeto passam a ter a perspectiva de um futuro mais digno a partir do oferecimento do que lhe é direito: a educação. É neste sentido que o implemento de práticas musicais e esportivas surgem como uma possibilidade de resgate à autoestima; como instrumento de estimulação, possibilitando maior desenvolvimento cognitivo e de socialização, facilitando o estabelecimento e manutenção das relações sociais.

Schram e Carvalho (2015) apontam como a educação deve ser capaz de ouvir as pessoas, participando e discutindo acerca da realidade subjetiva de cada uma destas, como também de pôr como perspectiva a possibilidade de reverter essa realidade. Nessa perspectiva, a educação musical e o esporte, dentre as atividades pedagógicas, estimula e motiva os alunos, propiciando o desenvolvimento de habilidades linguísticas, cognitivas, psicomotoras e afetivo/sociais, o resgate à autoestima das crianças e adolescentes, uma maior adaptação e integração destas ao universo escolar, apaziguando a rigorosa carga escolar, proporcionando um espaço mais descontraído e prazeroso à aprendizagem.

No primeiro momento de intervenção na sala da turma "Arco-íris", composta por alunos de 8 a 13 anos de idade, foi realizada a dinâmica de apresentação, na qual cada aluno falava seu nome e simultaneamente fazia um movimento que de alguma forma o representasse. A estratégia utilizada buscou estimular a criatividade, a

espontaneidade e as formas de expressão corporal. Observou-se, a princípio, certo estranhamento e resistência por parte dos alunos. À medida em que estes se sentiram mais à vontade, foi possível perceber maior participação e entrosamento com a dinâmica. Posteriormente, como forma de conhecê-los mais à fundo e ter um *feedback* de como se sentiam em relação ao projeto, foi aplicado um questionário individualmente, com perguntas sobre a rotina, dados pessoais e detalhes acerca do projeto. Verificou-se, a partir da análise dos dados, que uma parcela significativa das crianças e adolescentes se sentiam motivados em participar do projeto Recriarte e aprovavam as aulas de música e capoeira.

Ao presenciarmos as aulas práticas de música, o professor estava ensaiando os alunos para a apresentação do Dia das mães, na qual pudemos observar o comprometimento destes a aprender as novas músicas para a apresentação. "M" relatou sobre o entusiasmo dos alunos e da disciplina que acompanhava as aulas, fazendo com que estes se sentissem e realmente fossem mais capazes a cada dia.

A educação musical dentro do âmbito escolar, objetiva promover o progresso intelectual dos alunos, bem como ampliar seus modos de se relacionar com si próprio e com o mundo. Neves e Souza (2018), a partir de intervenções musicais em uma escola pública do interior de São Paulo, responsável pelo Ensino Fundamental II e Ensino Médio, constataram que estas intervenções possibilitaram aos alunos encarar novas situações nas quais estabeleceram contato com suas potencialidades, proporcionando também novas alternativas de desempenho e participação na sala de aula, tais como obter novos conhecimentos que vão além dos conteúdos escolarizados e participar de todas as atividades oferecidas, que promovem o desenvolvimento dos alunos.

Ressalta-se, ainda, partindo dessa perspectiva, a prática esportiva empregada como elemento motivador do exercício educativo por conta da potencialidade de suas atividades. A relevância do exercício físico e do esporte para a oferta da saúde mental, tem sido destacada em atuais estudos e por programas de intervenção. Sua execução assegura desafios físicos e cerebrais, como também propicia o autoconceito e estabelece relações de companheirismo, o que promove a identidade social e grupal (NETO *et al.*, 2015).

O segundo momento da intervenção foi realizado a partir da elaboração de uma entrevista semiestruturada com as mães/responsáveis dos alunos inseridos no projeto. Estas foram abordadas após uma homenagem do Dia das Mães, ocorrida no próprio espaço Recriarte, onde as crianças participaram de atividades musicais, peças de teatro e recitaram poemas. As perguntas foram feitas abertamente e somente uma pequena parcela de mães propôs-se a participar.

Em geral, evidenciou-se a partir de suas respostas, a melhora no comportamento, leitura e notas de seus filhos. As responsáveis declararam, ainda, que estes se sentiam mais motivados e que gostavam de frequentar as aulas. Também foi relatado que estavam menos agressivos e hiperativos, conseguiam fazer amizades com mais facilidade e estavam mais afetuosos após o ingresso no projeto. Neves e Souza (2018) discorrem sobre como os educadores buscam sensibilizar os discentes de modo a propiciar afeição e envolvimento pelos conteúdos empregados nas salas de aula. Ad-

mite-se, assim, que a educação musical pode ser forte materialidade dentro do âmbito escolar que objetiva promover o progresso intelectual destes alunos, bem como ampliar seus modos de se relacionar tanto com o mundo, como consigo mesmos.

A entrevista nos possibilitou, ainda, acolher diferentes histórias de vida, formas de ver o mundo e verificar como a realidade familiar pode refletir na construção social de uma criança/adolescente, o que tange seu modo de pensar, agir e sentir. A partir desse entendimento, Lima (2018) evidencia a participação familiar como elemento essencial no processo de construção de um perfil independente e cidadão, que incite e amplifique uma conduta crítica e reflexiva do aluno, viabilizando a assimilação dos processos científicos, histórico/culturais e sociais do contexto ao qual está inserido.

O terceiro momento da intervenção ocorreu por meio da aplicação de um questionário, contendo quatro perguntas subjetivas, direcionadas aos professores de música (M) e capoeira (C), com o objetivo de analisar a visão deles acerca do desenvolvimento das atividades extracurriculares na vida dos alunos.

O primeiro questionamento voltado ao envolvimento dos alunos durante as atividades, "M" destaca observar que os alunos se sentiam competentes quanto às suas habilidades musicais. A ação voltada à música, nesse sentido, visa o desenvolvimento da criatividade, assim como reaviva a autoestima, a disciplina, noções de socialização e cooperação entre os membros (BERNARDES; FILHO, 2019). "C" trouxe à tona o desenvolvimento dos movimentos corporais e do uso dos instrumentos da capoeira como agentes que intensificam o envolvimento das crianças e adolescentes na atividade.

É nessa perspectiva que Moreira e Simões (2017) destacam como a corporeidade pode reafirmar a significância do esporte que, por vezes, desprende-se de compreensões atentas. O esporte é, em sua essência, o compromisso com a configuração humana, o aperfeiçoamento corporal, gesticular e comportamental do indivíduo.

Acerca da existência ou não de mudança na atenção e concentração dos alunos a partir da perspectiva dos docentes após suas referidas aulas. "M" relatou que a aprendizagem musical proporcionou grande avanço no currículo escolar das crianças e adolescentes que participam do projeto, abrangendo melhores avaliações e maiores aprovações destes. Soares, Cerveira e Mello (2019) defendem a educação musical humana e humanizadora, responsável por estabelecer, fortalecer e enaltecer potencialidades de apropriação do mundo pelo homem. Podemos citar, assim, a imaginação como instrumento para a aprendizagem e a devida conversão do que foi aprendido em conhecimento e desenvolvimento humano.

A partir do mesmo questionamento acerca da atenção e concentração dos alunos, "C" observou que a percepção dos alunos se faz mais presente quando estes voltam seus olhares para o esporte, resultando também em um maior desenvolvimento da disciplina em outros ambientes. Desse modo, a consequência proporcionada por práticas esportivas no cérebro é singular, no que diz respeito à melhora da saúde do cérebro e das funções cognitivas por meio da atenuação de fatores de ameaças periféricas (indiretas) para declínio cognitivo e diretamente mediante inúmeras modificações neuroquímicas (VORKAPIC, 2016).

O terceiro questionamento buscou obter informações de como o Projeto Recriarte beneficia estes alunos. Para “M”, ao comparar as crianças e adolescentes antes e após participarem do projeto, relata que: “anteriormente muitos não estudavam, crianças com 10 anos eram semianalfabetas. Hoje, elas são cadastradas na rede regular de ensino e no projeto recebem orientação pedagógica”. Já “C” relata a disciplina destes no seio familiar, o aumento das notas no ensino fundamental e médio, bem como a formação de uma conduta cidadã na comunidade a qual estão inseridos.

Por intermédio das releituras de Paulo Freire e Illich (1975), acredita-se no docente capaz de estruturar o educar; no discente como figura participante, na instituição como seio cultural e na sala de aula como espaço aberto ao diálogo. Partindo desses pressupostos, reflexões são propostas acerca do processo de construção de um estabelecimento de ensino que ofereça uma educação que preencha o indivíduo ao perpassar do tempo, capaz também de ouvi-lo, tendo participação em sua realidade, debatendo-a e trazendo como anseio a perspectiva de mudança desta realidade.

A quarta pergunta buscou analisar se ambos os docentes acreditavam que o implemento da música e do esporte dentre as atividades pedagógicas oferecidas pelo projeto, poderia trazer algum diferencial no desenvolvimento cognitivo, saúde mental e rendimento dos alunos e adolescentes. “M” mencionou a importância da música no funcionamento do cérebro dos alunos, destacando novamente o crescente avanço no rendimento escolar destes. A música é empregada como dispositivo de manifestação em abrangentes transformações neurológicas pela facilidade em interligar regiões cerebrais comprometidas em processos emocionais, motores e relacionados à linguagem.

“C” apresentou a importância da prática esportiva para o aumento do metabolismo, acarretando benefícios no processo de aprendizagem. É certo que o envolvimento em exercícios físicos desencadeia efeitos significativos na constituição e anatomia cerebrais, com claras correspondências na saúde mental, habilidades cognitivas e aprendizagem de crianças (VORKAPIC, 2016).

Em suma, foi verificado, por meio dos três momentos da intervenção junto aos professores, que os alunos que participam das aulas extracurriculares oferecidas pelo Projeto Recriarte, aprovavam tais práticas e se sentem mais motivados a estudar. As mães/responsáveis que foram entrevistadas relataram perceber mudanças positivas, principalmente no comportamento e na aprendizagem, obtendo como resultado concreto maiores notas e menor índice de reprovação.

A partir das respostas obtidas no questionário aplicado com os professores de música e capoeira, foi constatado que a aprendizagem musical proporcionou avanço no currículo escolar dos alunos e que a prática esportiva promoveu melhora disciplinar no seio familiar, bem como na formação de uma conduta cidadã na comunidade a qual estão inseridos.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Inegavelmente, a educação como direito fundamental de natureza social contribui para a ampliação de possibilidades e do bem-estar de um indivíduo. As interven-

ções desenvolvidas pelo Projeto Recriarte proporcionam às crianças e adolescentes da comunidade novos caminhos, posto que estão inseridos em um contexto de vulnerabilidade social onde a violência e carência são ressaltadas. A melhora do comportamento e desempenho escolar foram pontos destacados pelas mães e professores dos alunos, assim como o desenvolvimento de novas habilidades a partir da música e do esporte.

Os sistemas de ensino, por vezes, fomentam o emprego de práticas metódicas e sistematizadas baseadas na transmissão formal de conteúdos e que, no conjunto com cargas horárias exaustivas, geram desgaste e passam a desestimular progressivamente uma grande parte dos alunos. A educação musical e esportiva, por meio de metodologias participativas, proporciona benefícios aos estudantes. O projeto Recriarte amplia as possibilidades de acesso à cultura e educação a jovens residentes em área de vulnerabilidade.

Trata-se do empenho em oferecer condições dignas do trabalho educativo, visando o desenvolvimento dos jovens, sem distinção de gênero, raça e renda. Se faz necessário, à adoção de políticas públicas que assegurem o ensino pleno, configurado pelo exercício da cidadania, respeito às diversidades e comprometimento com os discentes, incitando suas potencialidades e a perspectiva de um futuro mais digno.

Constatou-se neste artigo, a relevância da educação musical e do esporte dentre as atividades pedagógicas, visto que estimula e motiva os alunos, propiciando o desenvolvimento de habilidades linguísticas, cognitivas, psicomotoras e afetivo/sociais, o resgate à autoestima das crianças e adolescentes e uma maior adaptação e integração destas ao universo escolar, apaziguando a rigorosa carga escolar, proporcionando um espaço mais descontraído e prazeroso à aprendizagem.

REFERÊNCIAS

BATISTA, N. S.; RIBEIRO, M. C. O uso da música como recurso terapêutico em saúde mental. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 27, n. 3, p. 336-341, 2016.

BERNARDES, M. E.; OLIVEIRA FILHO, E. O ensino da música para crianças em área de vulnerabilidade juvenil: um estudo de caso. **Cad. CEDES**, Campinas, v. 39, n. 107, p. 99-110, 2019.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria da Educação Básica. **Base nacional comum curricular**. Brasília, DF, 2016. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 18 maio 2020.

CAMPOS, R. S.; TOLIO, E. M. M.; SILVA, M. J. D. V. A importância da música na educação infantil. **Interfaces do Conhecimento**, v. 1, n. 1, 2019.

CORTÊS NETO, E. D. *et al.* Benefícios dos projetos sociais esportivos em crianças e adolescentes. **Saúde e Transformação Social**, Florianópolis, v. 6, n. 3, p. 109-117, 2015. ISSN 2178-7085

FREIRE, P.; ILLICH, I. Diálogo. *In*: **Seminario invitación a concientizar y desescolarizar**: conversación permanente. Ginebra, 1975. 109 p.

GABARRA, L. M.; RUBIO, K.; ÂNGELO, L. F. A psicologia do esporte na iniciação esportiva infantil. **Psicologia para América Latina**, n. 18, 2009.

LIMA, A. S. C. **A participação da família na educação escolar dos filhos e os direitos da personalidade**: entre a conformação do desenvolvimento da pessoa humana e a educação cidadã como prerrogativa do exercício de direitos. Paraná: Programa de mestrado em ciências jurídicas – Centro Universitário de Maringá, 2018.

MARQUES, A.; FONTE, C. Experiência com a música, bem-estar e saúde mental: que relações? **Revista Música**, v. 2, n. 18, p. 30-45, 2018.

MOITA, A. V. S. M. **A música como instrumento no cuidado em saúde mental**. 2019. Monografia (Graduação em Psicologia) – Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2019.

MOREIRA, W. W.; SIMÕES, R. **Motricidade, esporte e escola**: a responsabilidade dos profissionais da educação física/esportes. Minas Gerais: Núcleo de pesquisa em corporeidade e pedagogia do movimento – NUCORPO, 2017.

NEVES, M. A. P.; SOUZA, V. L. T. Música e psicologia na escola: mobilizando afetos na classe de recuperação. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 22, n. 1, p. 17-25, 2018.

SILVA, G. C.; SILVA, R. A. S.; NETO, J. L. C. Saúde mental e níveis de atividade física em crianças: uma revisão sistemática. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 25, n. 3, 2017.

SOARES, O. P.; CERVEIRA, R. B.; MELLO, S. A. Educação Musical na Escola: Valorizar o humano em cada um de nós. **Cad. CEDES**, Campinas, v. 39, n. 107, p. 125-138, 2019.

THOMAS, K. C. S. **A música no contexto escolar da educação infantil**: um olhar para o processo de aprendizagem. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Pedagogia) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2017.

TRUSZ, R. A.; NUNES, A. V.; BALBINOTTI, C. A. A. A prática do judô e a promoção de comportamentos socialmente competentes de crianças. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, v. 8, n. 2, 2018.

VORKAPIC, C. F. Neurociência do exercício, saúde mental e aprendizagem. **Caminhos da Educação Matemática em Revista (Online)**, v. 4, n. 1, 2016.

Data do recebimento: 21 de maio de 2020

Data da avaliação: 30 de maio de 2020

Data de aceite: 30 de maio de 2020

1 Acadêmica do curso de Psicologia na Universidade Tiradentes – UNIT.

E-mail: danyellalimarocha@gmail.com

2 Acadêmica do curso de Psicologia na Universidade Tiradentes – UNIT. E-mail: rebekka.saa@gmail.com

3 Acadêmico do curso de Psicologia na Universidade Tiradentes – UNIT.

E-mail: jefersonfranklyn@gmail.com

4 Doutor e Mestre em Saúde e Ambiente – Universidade Tiradentes – UNIT; Professora na Universidade Tiradentes – UNIT. E-mail: costacleberon90@gmail.com

