



## RITMICA PARA IDOSOS: AÇÃO DO PROJETO “FAZENDO UM SOM” NO ASILO DE MENDIGOS DE PELOTAS

GLORIA MARIA VIEIRA DOS SANTOS<sup>1</sup>:

ISABEL BONAT HIRSCH<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Universidade Federal de Pelotas – gm667142@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade Federal de Pelotas – isabel.hirsch@ufpel.edu.br

### 1. INTRODUÇÃO

Esse artigo tem como intuito mostrar como se desenvolveu a atividade “Ritmica para idosos”, por meio da disciplina de Orientação e Prática Pedagógico-musical I – OPPM do Curso de Música Licenciatura da UFPel, dentro de uma ação do projeto de extensão “Fazendo um Som” no Asilo de Mendigos de Pelotas.

É imprescindível, frisar que a ritmica é um método que pode ser capaz de estimular as habilidades sociais, cognitivas, emocionais, físicas e psicológicas de uma maneira lúdica. De acordo com Krüger (2001),

Na terceira idade há um processo comum de vivência negativa: aposentadoria (ausência de produção), viuvez (morte), mudanças físicas, como rugas e cabelos brancos, ninho vazio (tristeza excessiva que pode acontecer com a saída dos filhos ou familiares de casa), tal conjuntura seria um caminho fácil para a imagem depreciativa do velho, que está sempre associada à falta de utilidade e à perda de papel social. (KRÜGER, 2001, p. 01).

Para Jesus, Vagetti e Ferreira (2023)

[...] a música propõe um resgate junto às memórias dos idosos, o que podemos caracterizar como um elemento evocador de lembranças infantis e juvenis, trazendo sensações como tranquilidade, satisfação e bem-estar. Podemos definir tais sentimentos como saudosismo por parte dos idosos avaliados (JESUS: VAGETTI; FERREIRA, 2023, p. 9).

Com ênfase nessa perspectiva, pode-se entender o quanto benéfico pode ser um projeto de ritmica voltado para esse grupo, visto que, as atividades musicais ritmicas podem serem capazes de impulsionar os idosos, fazendo com que eles se sintam acolhidos, incluídos e musicalizados.

### 2. METODOLOGIA

Para desenvolver as atividades com ritmica, entrei em contato com algumas instituições que abrigam idosos no município de Pelotas, dessa forma, o Asilo de Mendigos aceitou a proposta.

A disciplina de OPPM faz parte da integralização da extensão pelo projeto “Fazendo um Som” e nela, a ideia de desenvolver ritmica, progrediu por meio de

encontros semanais com a professora orientadora, no qual me guiou para uma melhor execução de educação musical com os idosos.

Para que a atividade fosse desenvolvida, se tornou necessário elaborar plano de ensino e planos de aula. O plano de ensino é um documento que tem como intuito deixar nítido o que e como pretendo desenvolver com os alunos ao final do projeto e, por meio dele, será possível planejar as aulas de uma maneira eficaz. Portanto, dentro do plano de ensino o meu objetivo geral foi musicalizar os idosos e, como específicos, desenvolver a memória musical melódica e rítmica; estimular a relação som e corpo; e, explorar a música com diversos ritmos.

Deste modo, antes de elaborar o plano de ensino e o plano de aula, pesquisei de uma forma abrangente músicas que poderiam adentrarem ao repertório musical dos idosos, a fim de que eu conseguisse atingir de maneira eficiente os meus objetivos em cada aula. Em concordância com Albert (2017),

A partir do momento que pensamos em fazer música, automaticamente também pensamos em um repertório, logo, podemos afirmar que a prática musical está associada a este repertório. Sendo assim, a utilização do mesmo na prática pedagógica musical poderá abranger um grande número de conteúdos, a exemplo do contexto histórico, célula rítmica, gênero musical, melodia, timbre, instrumentos musicais e atividades de performance/execução, apreciação, composição/criação, literatura e técnicas, como destaca o Modelo C(L)A(S)P de Swanwick (ALBERT, 2017, p. 01).

Após a seleção das obras musicais do repertório, elaborei 4 planos de aula para o tema: memória musical: melódica e rítmica. Foram realizadas atividades que tinham como função cantar trechos de música e, reproduzir sequências distintas de palmas em andamentos diferentes.

Sobre a temática relação som e corpo, realizei 3 planos de aula com atividades de percussão corporal. Por fim, com o tema: explorar a música em diversos ritmos, criei 3 planos de aula com atividades voltadas para o canto. Sendo assim, os alunos cantaram músicas conhecidas e, ainda, proporcionei novas canções que alguns não conheciam.

### 3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

O Asilo de Mendigos de Pelotas é uma instituição que acolhe idosos e possui uma equipe que dá suporte de forma física, emocional e social. Eles possuem rotina de alimentação, higiene e atividades diversas. Contam com a ajuda de colaboradores pois muitos não conseguem desempenhar atividades comuns do cotidiano.

O primeiro encontro iniciou com um pequeno atraso, pois os idosos precisaram ser chamados pelos colaboradores do local. Muitos não conseguem lembrar sobre os seus afazeres. Entretanto, grande parte dos alunos estava presente no início da aula.

A maioria dos idosos demonstrou ser rápido nas aprendizagens, por conta disso, precisei improvisar algumas atividades extras já que havia imaginado que eles teriam mais dificuldades com a rítmica. Durante essa aula alguns idosos não quiseram participar das atividades propostas, sendo assim, eu não os obriguei,



tentei deixá-los o mais confortável possível até se sentirem seguros. A segunda aula foi o oposto da primeira.

Os idosos disseram que estavam animados para a aula, conversaram comigo e participaram de modo integral de todas as atividades propostas. Também pude perceber que eles se sentem envergonhados ao fazerem algo sozinhos, como por exemplo: Cantar. Eles se sentem mais seguros fazendo as atividades em grupo.

No decorrer das outras aulas, os idosos passaram a compreender o propósito do projeto da rítmica musical, mas que isso, também pude sentir que estava conseguindo chegar cada vez mais no grupo, visto que, nas primeiras aulas muitos eram tímidos, não participavam e apenas observavam.

No meio do processo, todos passaram a participar de alguma maneira, seja batendo palmas, fazendo perguntas, rindo, pedindo para eu cantar músicas ou até mesmo fazer algo que não estava programado no plano de aula.

#### 4. CONSIDERAÇÕES

Em suma, ministrar aulas de música dentro de um asilo no qual nunca tive contato, me proporcionou uma nova perspectiva sobre educação musical e idosos. No decorrer desse processo eu obtive experiências e aprendizagens que se tornaram fundamentais tanto para a minha formação acadêmica, quanto para a vida.

Durante a sétima aula, pude receber um relato de uma senhora que participava das atividades musicais. Ela relatou que o projeto de rítmica para idosos não é algo desnecessário e sim, imprescindível pois, através dele, ela começou a se sentir mais disposta mentalmente e fisicamente. Portanto, tenho a convicção de que o meu objetivo geral da rítmica para idosos foi realizado e, além disso, pude fazer a diferença na vida daqueles que mais precisam.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GONÇALVES, A.K. Novo ritmo na terceira idade. **Revista Pesquisa Fapesp**, São Paulo, v.67, p.1-3, 2001.

JESUS, B.T.; VAGETTI, G.C.; FERREIRA, L.T. Contribuições da música para pessoas idosas: uma revisão sistemática. **PAJAR**, Porto Alegre, v.11, p. 1-13, jan-dez. 2023 | e-44557C.

SILVA, W.A.N.C. **Repertório musical e atividades nas aulas do subprojeto do pibid “Musicalizando a escola”**. 2017. Monografia (Graduação em Licenciatura em Música) Música licenciatura, Universidade Estadual de Feira de Santana.