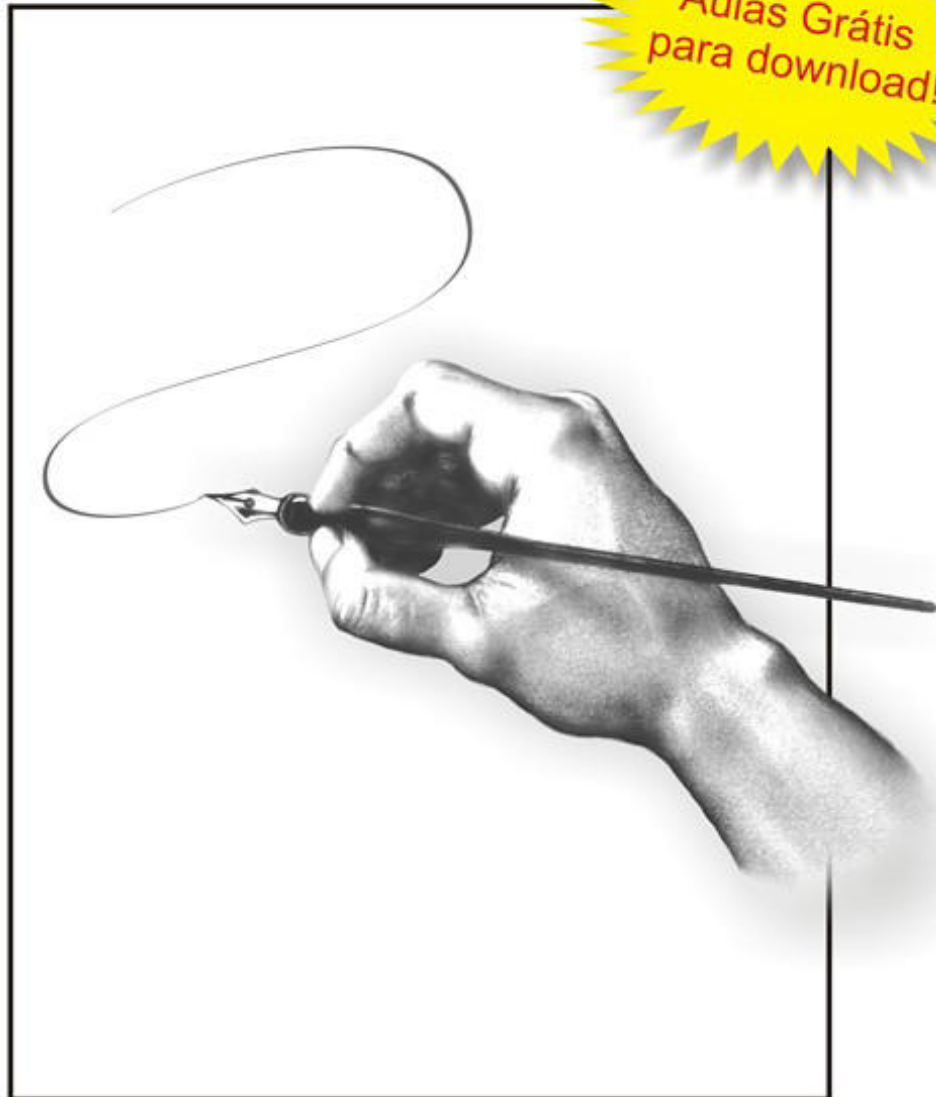


Curso de desenho Online

Aulas Grátis
para download!

Iniciante - Aula 03

A importância da coordenação motora



Nesta aula veremos a importância da coordenação motora para o desenhista e como ela pode ser desenvolvida através de exercícios específicos.

(Mateus Machado)

A IMPORTANCIA DA COORDENAÇÃO MOTORA

Antes de vermos a importância da coordenação motora, é indispensável saber a sua definição.

A coordenação motora é uma capacidade de coordenação de movimentos decorrente da integração entre cérebro e unidades motoras dos músculos e articulações. Esta é uma capacidade que vem sendo desenvolvida desde a infância, época em que a criança precisa aprender a engatinhar, andar, correr, agarrar coisas, etc. Inclui-se ainda uma infinidade de outras atividades essenciais a nossa vida que dependem consideravelmente deste desenvolvimento motor. Temos então uma classificação, são elas:

COORDENAÇÃO MOTORA GERAL

Permite a criança perceber e dominar o corpo no espaço, controlando os movimentos mais grosseiros.

Ex: Correr, andar, engatinhar, etc.

COORDENAÇÃO MOTORA GERAL ESPECÍFICA

Permite controlar movimentos específicos de uma atividade.

Ex: Bater peteca, chutar uma bola, empurrar uma mesa, etc.

COORDENAÇÃO MOTORA FINA

É a capacidade de usar de forma eficiente e precisa os pequenos músculos, produzindo assim movimentos delicados e específicos. Este tipo de coordenação permite dominar o ambiente, propiciando o manuseio dos objetos.

Ex: Desenhar, digitar, tocar violão, costurar, escrever, etc.

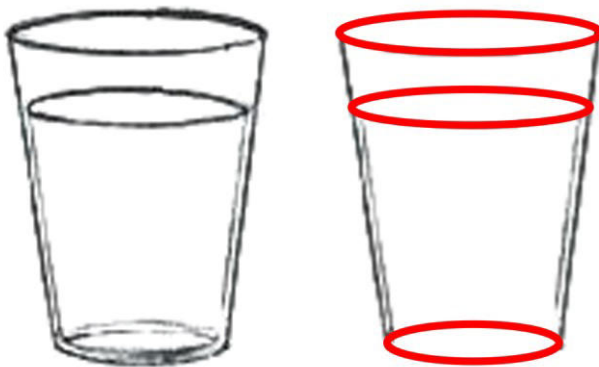
Esta coordenação fina é a mais minuciosa das três, e no desenho estimula os pequenos músculos do pulso, dos dedos e faz um desenvolvimento paralelo com os músculos oculares.

1. A COORDENAÇÃO MOTORA NO DESENHO

No desenho a coordenação motora fina é fundamental, pequenos traços retos e curvos dependem consideravelmente deste desenvolvimento motor. Para qualificá-la é necessário a prática de desenhar que é ainda o próprio caminho que irá qualificar os seus traços. É claro que este desenvolvimento depende também de um direcionamento; afinal a coordenação para desenhar deve ser desenvolvida com exercícios específicos.

Se você é um iniciante e fez os últimos exercícios da aula passada, pode ter tido dificuldades ao realizar os traços curvos; o que é normal. Se a coordenação motora para o desenho não for desenvolvida você exprimi traços e formas irregulares.

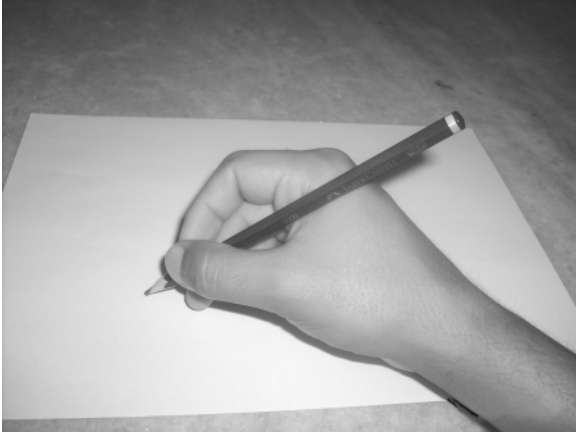
O exercício do copo exigiu realizar curvas precisas ao desenhar, como por exemplo, a elipse que forma a boca, a superfície do líquido e a base do copo.



Neste momento para um iniciante os traços se tornaram mais difíceis de serem realizados do que os traços laterais, já que estes últimos no exercício foram recomendados para serem feitos com o auxílio da régua. A régua lhe dá estabilidade, obtendo-se assim um traço uniforme e preciso. Uma coordenação pouco desenvolvida prejudica reproduzir traços retos e curvos como esses.

Porque temos dificuldade?

Esta dificuldade se dão tanto pela falta da prática quanto pelo método de realizar traços mais expansivos. Desde o menor dos movimentos sejam eles dos dedos e do pulso até os movimentos do braço e articulações do ombro, necessitam de atenção quanto à coordenação. Repare que quando escrevemos, estimulamos os movimentos dos dedos e do pulso, o que é suficiente para escrevermos, pois as letras são consideravelmente pequenas. Geralmente ao desenharem, as pessoas utilizam a mesma experiência de escrever, o que em certa medida ainda é insuficiente. Ao escrever movemos as articulações dos dedos, deixamos uma parte da palma da mão sobre o papel e a arrastamos conforme vamos avançando. Se você utilizar esta mesma forma para desenhar, com certeza estará prendendo os movimentos, impedindo que a coordenação flua.



Por isso, realizar traços mais longos com a mão apoiando sobre o papel irá atrapalhar a qualidade de seus traços.

Na aula passada vimos alguns tipos de traços muito comuns entre os iniciantes; podemos até dizer que a maioria deles se dão por esta falta de desenvolvimento e direcionamento da coordenação.

Quando você não tem claro o que vai desenhar ou está inseguro de como vai reproduzir alguma coisa no desenho é comum o traço sair irregular também.

Como corrigir?

Quando você for realizar detalhes ou traços, dependendo do tamanho de cada um destes, será necessário trabalhar certas articulações e membros conforme algumas condições, veja:

✚ TRAÇOS E DETALHES MUITO PEQUENOS

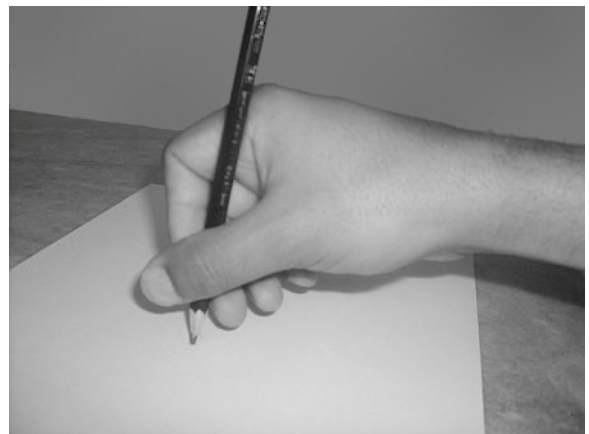
Mover dedos e pulso. Pode apoiar a palma da mão sobre o papel.

✚ TRAÇOS MÉDIOS

Mover dedos, pulso, braço e antebraço. Não se apóia a palma da mão sobre o papel.

✚ TRAÇOS MUITO GRANDES

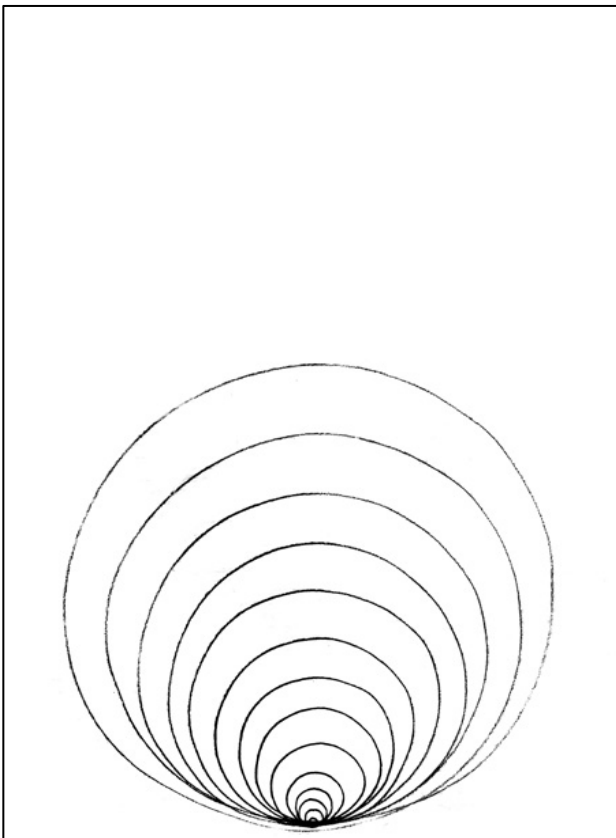
Mover, braço e antebraço. Não se apóia a palma da mão sobre o papel.



É claro que a convenção que eu tenho sobre pequeno, médio e grande é diferente da sua; para que cheguemos numa mesma equivalência de dimensão, elaborei um exercício para você perceber quando deverá aplicar cada uma destas correções acima. Veja o exercício na próxima página.

2. EXERCÍCIOS

1) Faça como no exemplo a seguir, coloque a folha na vertical e na parte inferior central desenhe vários círculos, como se estivesse traçando uma espiral, começando por um círculo pequeno e terminando com um maior, quase da largura da folha. Você só poderá tirar o lápis do papel quando terminar todos os círculos. Sempre que retornar com a linha para a base inferior ela deverá tocar a base dos círculos anteriores. Use o lápis **HB**.



Ao iniciar este exercício, você deve estar com a palma da mão sobre o papel, perto de onde você vai começar a traçar. Comece a fazer os círculos menores usando apenas os movimentos dos dedos e do pulso; num determinado momento você sentirá a necessidade de erguer o pulso e desenvolver os círculos seguintes. Quando você chegar aos últimos círculos, deixe apenas os movimentos do braço e do antebraço, sem mexer os dedos e o pulso, isto possibilita que o traço fique melhor, mais estável.

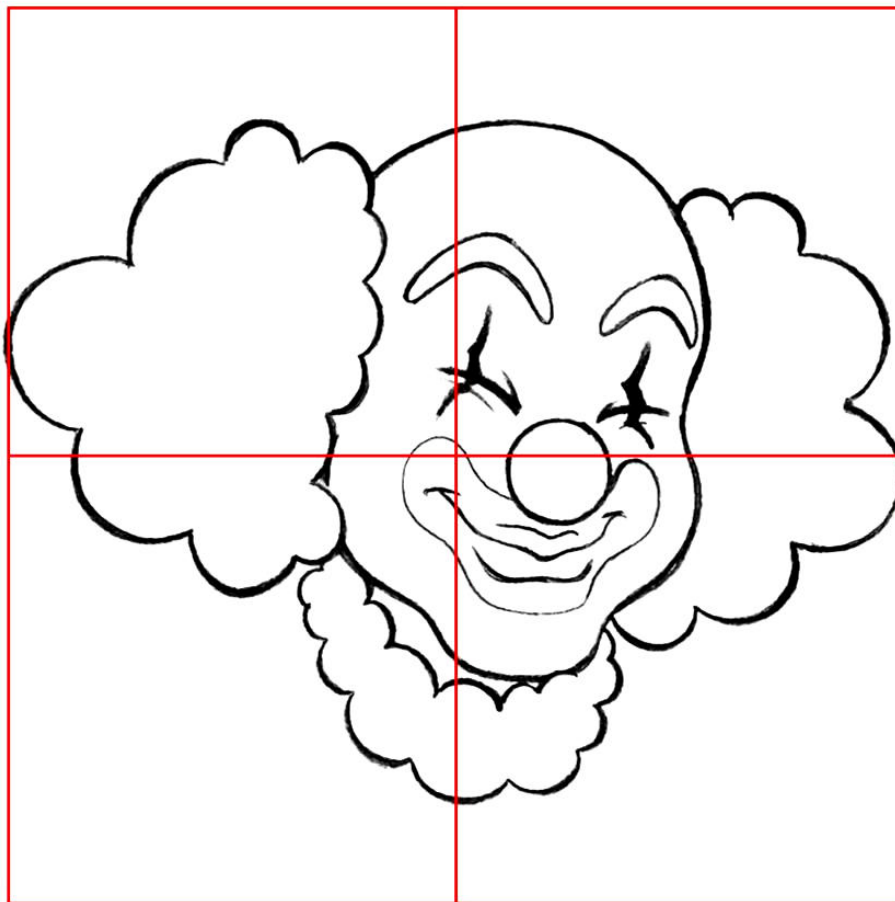
É desta forma que você deverá aplicar em seus desenhos, e encontrar a aplicação de cada movimento para realizar traços com mais qualidade. Recomendo até que você faça este exercício regularmente, vai melhorar bastante os seus traços.

Nota: É bom lembrar também que se deve estar atento quanto à postura corporal. De fato a postura influi bastante no resultado dos seus desenhos, dos traços; dependendo do modo que você senta, você pode até provocar danos irreversíveis à sua coluna.

Procure sentar de modo que a sua coluna vertebral fique na posição vertical. As pernas pouco afastados, caindo verticalmente, ficando os pés quase juntos. Use uma mesa ou escrivaninha que esteja na altura do seu cotovelo.

2) Vamos agora desenhar um palhaço. Procure aplicar o que você aprendeu nas aulas anteriores sobre: traço, linhas de orientação, postura, formas de visualização, etc. Vamos lá!

Utilizando a régua e o lápis **2H** crie um quadrado de *18 cm* no centro da folha. Crie agora uma linha vertical e outra horizontal, ambas ao centro do quadrado, como mostra a figura 5. Estas linhas verdes são apenas uma referência para você se orientar ao desenhar.



Este desenho será comentado na próxima aula, onde estarei passando um método fantástico de como desenhar com o lado direito do cérebro.

Não perca as próximas aulas!