



## APRENDIZAGEM MOTORA

### Autor(es)

Walbron Arlan Freire De Sousa  
Amanda Katlen De Sousa Pereira  
Cinara De Souza Nunes Freire

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA TAGUATINGA SHOPPING

### Introdução

A aprendizagem motora é um processo complexo que engloba uma ampla gama de habilidades, desde tarefas simples, como pegar objetos, até atividades altamente complexas, como tocar um instrumento musical ou praticar esportes de alto desempenho. Para entender melhor esse processo, os pesquisadores delinearam três estágios distintos pelos quais os aprendizes passam ao adquirir uma nova habilidade motora. No Estágio Cognitivo, os indivíduos estão concentrados na compreensão dos aspectos básicos da tarefa, experimentando tentativas e erros enquanto desenvolvem uma representação mental do movimento. Já no Estágio Associativo, os aprendizes refinam suas habilidades, focando na melhoria da precisão e consistência do desempenho através da prática repetida e do feedback constante. Por fim, no Estágio Autônomo, a execução da habilidade torna-se mais automática e fluida, requerendo menos esforço consciente, enquanto os movimentos se tornam mais refinados e eficientes.

### Objetivo

O objetivo deste trabalho é apresentar como ocorre o processo de aprendizagem de novas habilidades motoras, e a importância da atenção seletiva. Compreender como o cérebro organiza e coordena os movimentos, como os padrões de ativação neural se modificam com a prática e como fatores ambientais influenciam o processo de aprendizagem são questões centrais nesse campo de estudo.

### Material e Métodos

Trata-se de uma revisão de literatura, com buscas nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO); National Library of Medicine (PubMed); Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Utilizando combinação das palavras-chaves: aprendizagem motora, habilidades motoras, estágios de aprendizagem. No período de 2020 até 2024. Foram selecionados conforme a relevância para o estudo, sobre aprendizagem motora. Após a avaliação, as pesquisas que atenderam aos critérios de inclusão foram selecionadas.

### Resultados e Discussão

As habilidades motoras, após uma prática extensa, tornam-se automáticas, sugerindo que é necessário um



Anhanguera



período de prática para alcançar essa autonomia. Além disso, a atenção seletiva é fundamental para a codificação e recuperação de informações, influenciando diretamente os processos cognitivos. No início dos anos 1970, surgiu um debate entre duas teorias de controle e aprendizagem motoras, conhecido como "debate centralista-periferalista", centrado na diferença de papel do feedback no controle de movimentos. Essa controvérsia estimulou pesquisas sobre os mecanismos subjacentes à aquisição de habilidades motoras, especialmente após os anos 70, com a ascensão da abordagem motora baseada na teoria do processamento de informações. Contudo, há uma tendência de que a abordagem da ação seja mais bem-sucedida nos campos de Controle Motor e Desenvolvimento Motor, especialmente em tarefas motoras cíclicas e movimentos determinados filogeneticamente.

#### Conclusão

Conclui-se que aprendizagem motora é um processo complexo que envolve uma série de estágios distintos. Esses estágios representam uma progressão gradual na aquisição de habilidades motoras, com mudanças qualitativas na forma como o aprendiz processa e executa a tarefa ao longo do tempo. Além disso, exploramos o debate centralista-periferalista na teoria de controle e aprendizagem, destacando a importância do feedback no controle de movimentos e os avanços na compreensão dos mecanismos subjacentes à aquisição de habilidades motoras.

#### Referências

- REFERÊNCIAS: TANI, et al. APRENDIZAGEM MOTORA: TENDENCIAS, PERSPECTIVAS E APLICAÇÕES. SÃO PAULO. 2004.  
LADEWIG. A IMPORTÂNCIA DA ATENÇÃO NA APRENDIZAGEM DAS HABILIDADES MOTORAS. 2000.

# 3<sup>A</sup> MOSTRA CIENTÍFICA

