



AS PRÁTICAS ESPORTIVAS COMO ELO DE INCLUSÃO ENTRE ESCOLA-SOCIEDADE

Organização:

**Alexsandro Soares dos Santos
Brenda Victória Brito Lourenço
Larissa Andrade
Suyane Andrade Santos
Wesley Santana De Abreu**

AS PRÁTICAS ESPORTIVAS COMO ELO DE INCLUSÃO ENTRE ESCOLA-SOCIEDADE

Produto elaborado na unidade curricular saúde única, do centro universitário AGES como requisito para obtenção de nota da avaliação A3 orientado pelos docentes Flavia Michelle Silva Wiltshire e Maique dos Santos Bezerra Batista.

S237p

As Práticas Esportivas como Elo de Inclusão entre Escola-Sociedade. Organizador, Alessandro Soares dos Santos *et al.* – Paripiranga-BA: UniAGES, 2021.

17 f.: il.

DOI: 10.29327/538572.

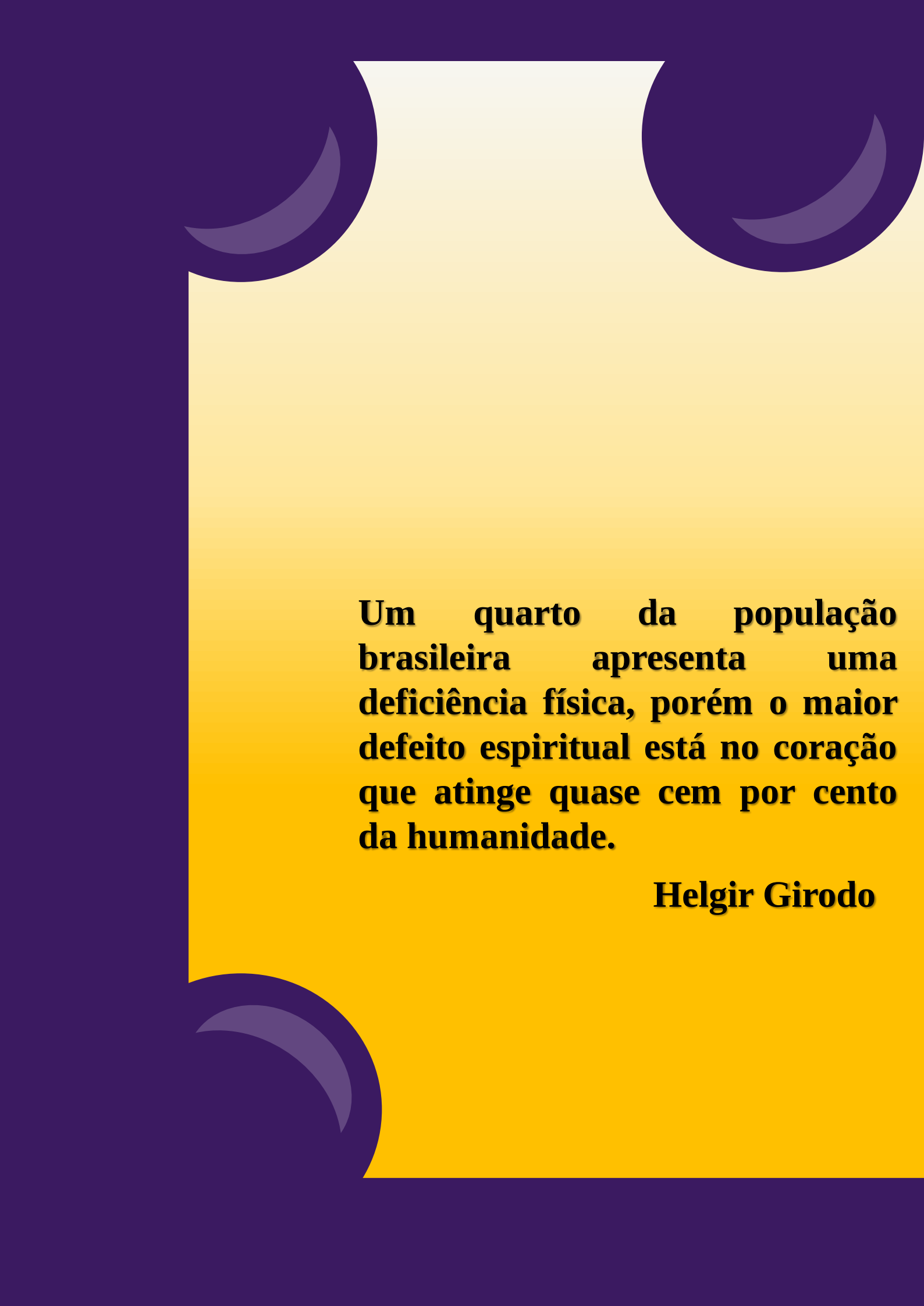
1. Práticas Esportivas. 2. Inclusão. 3. Escola-Sociedade. I. Dos, Santos, Alessandro Soares. II. Título.

COMO REFERENCIAR O MATERIAL:

DOS SANTOS, Alessandro Soares.; LOURENÇO, Brenda Victória Brito.; ANDRADE, Larissa.; SANTOS, Suyane Andrade.; DE ABREU Wesley Santana.; BATISTA, Maique dos Santos Bezerra. WILTSHIRE, Flávia Michelle Silva. As Práticas Esportivas como Elo de Inclusão entre Escola-Sociedade. Even3 Publicações. – Paripiranga-BA: UniAGES, 2021. DOI: 10.29327/538572.

2021

Paripiranga - BA



Um quarto da população brasileira apresenta uma deficiência física, porém o maior defeito espiritual está no coração que atinge quase cem por cento da humanidade.

Helgir Girodo

SUMÁRIO

Apresentação.....	5
Contexto.....	6
Benefícios da prática esportiva.....	7
LDB.....	9
Alguns exercícios.	10
Inclusão.....	11
Barreiras Invisíveis.....	12
Jogos inclusivos.....	13
A importância da motivação.....	14
Considerações Finais.....	15
Referências.....	16

APRESENTAÇÃO

Essa temática emergiu das observações feitas em colégios públicos das regiões pensando na integração de jovens com deficiência em práticas esportivas na comunidade. O esporte tem um papel fundamental na integração social de crianças e adolescentes por desenvolver suas competências e habilidades motoras e intelectuais de forma lúdica proporcionando um bem-estar físico, mental e social.

Percebe-se que a falta de equipamentos adequado e a acessibilidade em áreas destinadas a prática esportiva é muito escasso. Os profissionais de educação física associados a projetos de cunho social quase não atuam especificamente com esse público de forma integrada. Diante disso, o objetivo dessa cartilha é apresentar como as práticas esportivas podem contribuir com o desenvolvimento físico, mental e social de crianças e adolescentes com deficiência física criando integralidade em ações socioeducativas em comunidades.

Nessa reflexão, suscita enfatizar a importância de trabalhar com estratégias que potencialize as capacidades físicas como: força, resistência, velocidade, o equilíbrio e a agilidade. Temas muito trabalhados por Cintia Costa Medeiros Martins, Juliano Vieira da Silva, Elisângela Cely Da Silva.

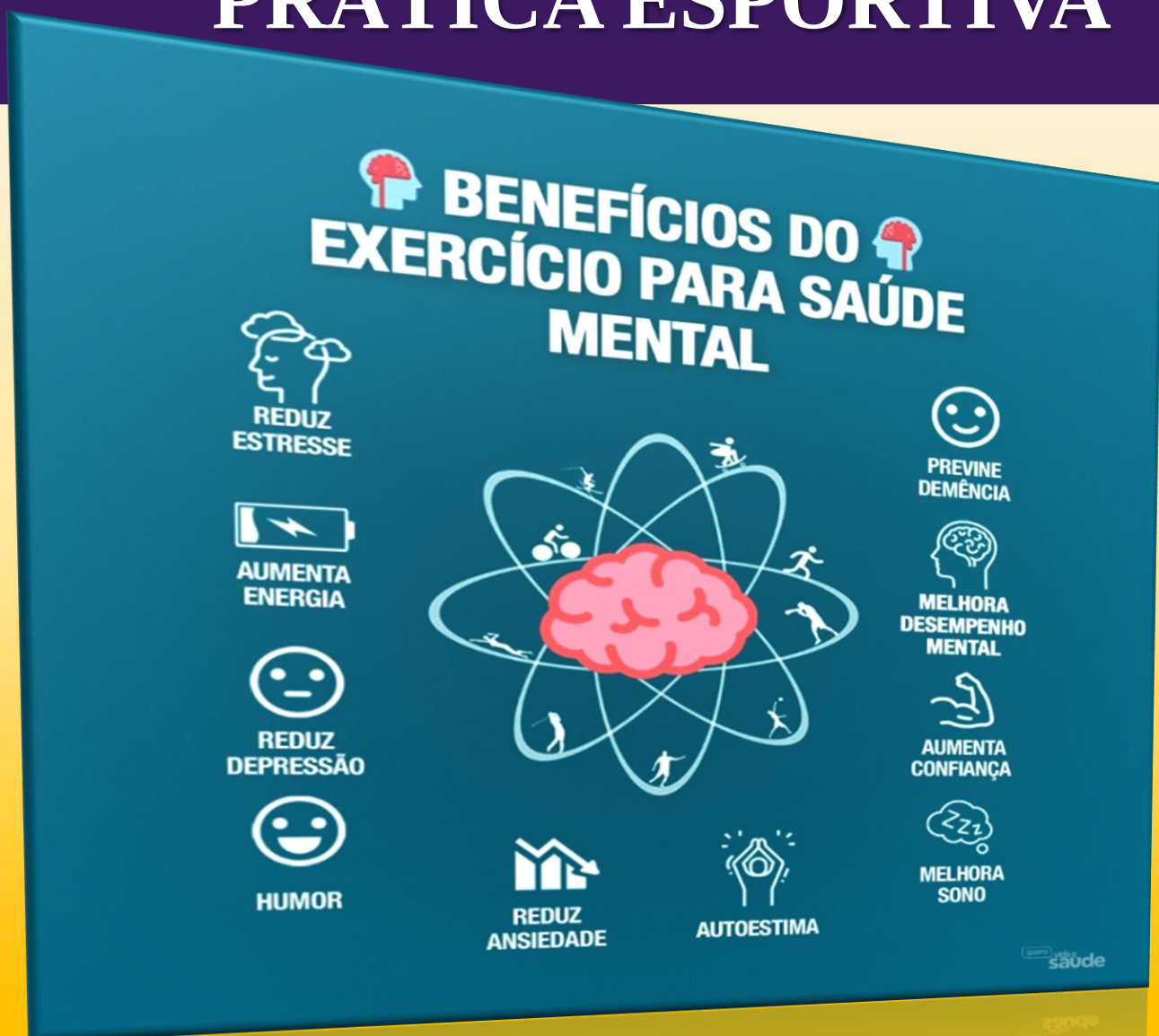
Neste publico em especifico estas atividades trarão mais do que melhorias físicas, ira ajuda-los numa reabilitação psicológica e social, ganho da auto confiança, ganho da independência nas atividades diárias e prevenção da ansiedade e depressão que são muito comuns nestas pessoas. Nessa reflexão, a cartilha aponta uma sequência didática de práticas esportivas como sugestão para desenvolver com pessoas com deficiência física.

BREVE CONTEXTO DO SURGIMENTO DO ESPORTE ADAPTADO

O esporte adaptado surgiu para ajudar as pessoas a se reestabelecer na sociedade durante o período da segunda guerra mundial, para assim tentar esquecer os horrores vividos durante esse período (amputações e lesões medulares). Para reestabelecer o emocional e enfrentar as consequências pós-guerra. Essa iniciativa ajudou tantas pessoas ao longo das décadas, que foi estabelecida nas escolas. No Brasil, o esporte adaptado surgiu em 1958 com a fundação de dois clubes esportivos (um no Rio e outro em São Paulo).



ALGUNS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA ESPORTIVA



O exercício regular pode ter um impacto profundamente positivo na depressão, ansiedade, no Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade – TDAH, dentre outros. Também alivia o estresse, melhora a memória e o estado de humor e a ajuda a dormir.

ALGUNS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA ESPORTIVA

Praticar esporte mesmo que sejamos cadeirantes ou tenhamos outra dificuldade, por assim dizer, vai aprimorar nossa força, agilidade e coordenação motora. Nos permitindo realizar aquelas tarefas que antes era complicada.

A prática do esporte para pessoas com deficiência locomotora é fundamental uma vez que perdemos nossa capacidade de nos locomovermos temos a tendência de virarmos pessoas sedentárias. Acontece passamos a ter ainda mais dificuldade de realizarmos nossas tarefas diárias, pois nos falta força e energia para realizá-las



LDB

1996

Lei nº 9.394 – Lei de diretrizes e bases da educação nacional (LDB) Site externo: define educação especial, assegura o atendimento aos educandos com necessidades especiais e estabelece critérios de caracterização das instituições privadas sem fins lucrativos, especializadas e com atuação exclusiva em educação especial para fins de apoio técnico e financeiro pelo poder público.

§ 3º A educação física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da educação básica, sendo sua prática facultativa ao aluno:

(Redação dada pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003)

I – que cumpra jornada de trabalho igual ou superior a seis horas; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003)

II – maior de trintamos de idade; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003)

III – que estiver prestando serviço militar inicial ou que, em situação similar, estiver obrigado à prática da educação física; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003)

IV – amparado pelo Decreto-Lei nº 1.044, de 21 de outubro de 1969; (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003)

V – (VETADO) (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003)

VI – que tenha prole. (Incluído pela Lei nº 10.793, de 1º.12.2003)

ALGUNS EXERCÍCIOS



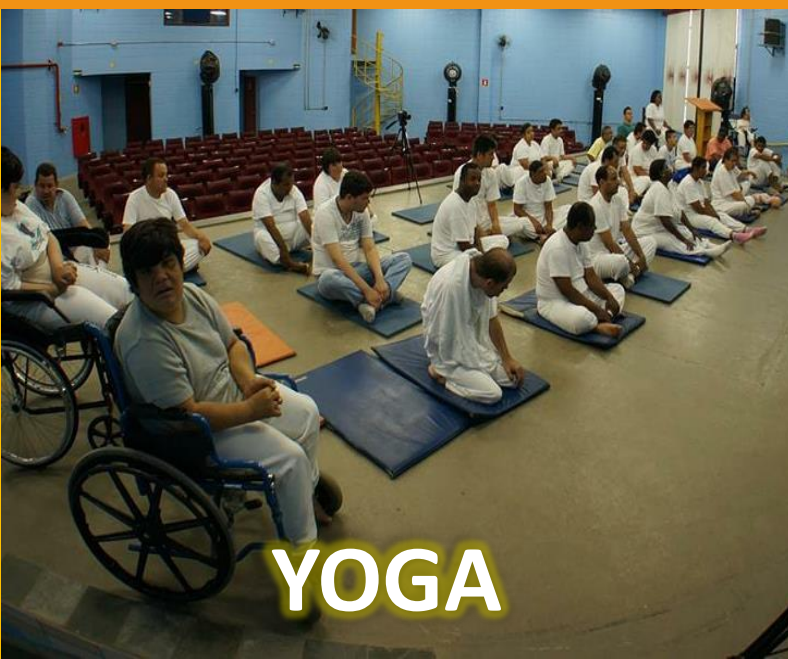
NATAÇÃO

Segundo o autor Souza (2009) a natação para deficientes tem fim terapêuticos, recreativos ou competitivo, proporcionando benefícios físicos e fisiológicos, psicossociais, coordenação, resistência, flexibilidade, reeducar a musculatura, equilíbrio, autoestima e autoimagem.

A prática da musculação ajuda a fortalecer os músculos bem como na instabilidade da coluna, depende da pessoa pode facilitar o controle da bexiga. Além do equilíbrio e movimentação.



MUSCULAÇÃO



YOGA

Graças a complexidade das posturas é as técnicas de respiração e relaxamento, pode-se eliminar dores e em alguns casos até doenças.

INCLUSÃO ESCOLAR



A inclusão social é um direito de todos, esse direito deve abranger a todos na sociedade e que deve priorizar as pessoas que portam algum tipo de necessidade especial. No colégio por exemplo é um lugar de formação para toda a vida, é essencial que essa inclusão seja efetiva, e é aí que Educação Física entra como fator crucial para que venha haver esse acolhimento sem nenhum tipo de preconceito e distinção, através de brincadeiras inclusivas, atividades que estimulam a integração e entre outras (...) visando sempre a inclusão de todos.

Saber trabalhar as práticas esportivas nas escolas de maneira que possamos incluir ativamente pessoas com deficiência e dever de todo educador. Ao sentir-se incluso poderemos ver uma melhora na socialização e em outros aspectos psicológicos destas crianças, contribuindo assim com seus estudos e alimentando seus sonhos.



“A verdadeira deficiência é aquela que prenda o ser humano por dentro e não por fora, pois até os incapacitados de andar podem ser livres para voar.”

BARREIRAS “INVISÍVEIS” PARA QUEM NÃO PRECISA ULTRAPASSAR



Transporte

Em muitas regiões do nosso país, o percurso das crianças para as escolas já é um grande desafio, principalmente para quem tem alguma dificuldade de locomoção.

Professores capacitados



Nem todas as escolas conta com professores capacitados para atender este público, principalmente professores de educação física especialista em esportes adaptados.

Equipamentos adaptados



Fornecer materiais e equipamentos adaptados é muito importante para Estimular o processo de ensino aprendizagem e inclusão destes jovens



JOGOS INCLUSIVOS NAS ESCOLAS

Vôlei sentado:

- Pode ser jogado por todas as crianças sem fazer distinção de sexo, ótimo esporte para incluir alunos usuários de cadeira de rodas;



Futebol de cinco:

- Esporte excelente para pessoas com deficiência visual é um ótimo meio para desenvolver a empatia por parte dos estudantes;



Atletismo:

- Esporte simples em que podemos adaptar os movimentos dos estudantes de acordo com a deficiência dos alunos.



A IMPORTÂNCIA DA MOTIVAÇÃO PARA O APRENDIZADO

Samulski (2002) defende que a motivação para a prática esportiva tem vários fatores: pessoais, situacionais, tendências resultantes, reações emocionais e comportamento de performance. Também são trabalhadas medidas terapêuticas com pessoas que praticam esportes para ajudar a superar problemas psíquicos e conflitos sociais.



Nas atividades esportivas cada pessoa possui duas tendências motivacionais: a tendência de procurar sucesso e a tendência de evitar fracasso (WEINBERG E GOULD 2001). Dessa forma um programa de atividades esportivas deve proporcionar essa transformação, objetivar essa motivação de cada ser humano, a ponto de colaborar e proporcionar estas atividades prazerosas e integrativas para seus praticantes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pratica de atividades físicas contribui para uma melhora significativa do dia a dia das pessoas tanto nos aspectos físicos como mentais, esta pratica não e exclusiva de determinados grupos de pessoas mais sim inclusiva, para todas as pessoas.

O intuito desta cartilha e mostrar como e importante esta pratica para pessoas com deficiência principalmente em ambientes escolares, visto que alguns jovens ainda não são vistos como deveriam no ambiente escolar, criando entorno deles uma cultura de vulnerabilidade pela sociedade e por eles próprios, mas graças ao esporte podemos superar este pensamento, uma vez que o esporte e um excelente meio de inclusão social e qualidade de vida.

Através desta cartilha as pessoas poderão ver as dificuldades que estas crianças e jovens enfrentam, bem como incentivar os professores a dar uma maior atenção a estes grupos, além disso através desta cartilha podemos despertar o interesse destes docentes a praticarem o esporte como uma maneira de recuperar sua alto estima e sua saúde e por consequência sua rotina.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, **LDB**. 9394/1996.
- Daniel Dias conquistou a 23ª medalha paralímpica de sua carreira (Foto: Cleber Mendes/MPIX/CPB).
- SAMULSKI, D. M. **Psicologia do esporte**. Barueri - SP: Manole. 2002.
- SOUZA, V. E. de; MENEZES, L. & AMORIM, . A. J. de. **OS BENEFÍCIOS DE EXERCÍCIOS FÍSICOS AQUÁTICOS (NATAÇÃO) PARA DEFICIENTES FÍSICOS**. 2009. Disponível em: <https://www.artigos.etc.br/os-beneficios-de-exercicios-fisicos-aquaticos-natacao-para-deficientes-fisicos.html>. Acessado em: 15/08/2016.
- WEINBERG, R.S.; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia do esporte e do exercício**. Tradução: Maria Cristina Monteiro. 2.ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.
- <https://www.carrefour.com.br/blog/dica-amiga/post/quais-sao-os-melhores-esportes-para-cadeirantes?hcb=1> - Posted August 11, 2020 inEsporte e Lazerby Carrefour. Acesso em: 19/05/2021.
- <https://images.app.goo.gl/CZCyFXwhyGUFqjRAA> Acesso em: 06/06/2021.
- <https://images.app.goo.gl/icMh3uNw5GpAYUmXA> Acesso em: 06/06/2021.
- <https://www.ricardoshimosakai.com.br/pilates-para-deficientes-fisicos-como-tratar-seus-alunos/?hcb=1> Acesso em: 06/06/2021.
- <https://rgpersonalpersonaltrainer.wordpress.com/2012/10/08/98/?hcb=1> Acesso em: 06/06/2021.
- <https://memoria.ebc.com.br/amhtml/esportes/rio-2016/2016/08/como-assistir-aovivo-paralimpiadas-rio-2016> Acesso em: 07/06/2021.
- <https://revistareacao.com.br/nadador-paralimpico-do-brasil-daniel-dias-anuncia-sua-aposentadoria/?hcb=1&> Acesso em: 07/06/2021.
- <https://www.gratispng.com/png-4igzgp> Acesso em: 13/06/2021.
- <https://www.gratispng.com/png-5oyqvi> Acesso em: 13/06/2021.

REFERÊNCIAS

- <https://revistareacao.com.br/pelas-redes-sociais-eleicoes-2020-foi-comentado-por-diversas-pessoas-nos-comentarios-elogios-e-criticas-ao-processo-eleitoral/?hcb=1&> Acesso em: 08/06/2021.
- <https://lifemoves.ca/disability-conversation/?hcb=1> Acesso em: 08/06/2021.
- <https://faculdadeplus.edu.br/blog/onu-cria-novo-simbolo-para-acessibilidade> Acesso em: 13/06/2021.
- <https://mimood.com.br/2019/05/15/o-outro-lado-da-acessibilidade> Acesso em: 13/06/2021.
- <https://images.app.goo.gl/CZCyFXwhyGUFqjRAA> Acesso em: 13/06/2021.
- <https://images.app.goo.gl/icMh3uNw5GpAYUmXA> Acesso em: 13/06/2021.
- <https://pixabay.com> Acesso em: 16/06/2021.
- <https://imagepng.org/bola-de-voleibol/> Acesso em: 16/06/2021.
- <https://lunetas.com.br/inclusao-conviver-com-a-diferenca-forma-criancas-mais-empaticas/> Acesso em: 21/06/2021
- <https://cdn.ciclovivo.com.br/wp-content/uploads/img/noticias/images/loga-casadavid-ciclovivo.jpg> Acesso em: 21/06/2021.
- <https://www.deficienteciente.com.br/como-ajudar-seu-filho-a-conviver-com-as-diferencas.html> Acesso em: 21/06/2021.
- <https://fisioterlaloucos.com.br/primeiro-parque-para-criancas-deficientes-de-sao-paulo-e-inaugurado/> Acesso em: 21/06/2021
- <http://www.gazetadevotorantim.com.br/noticia/18872/alunos-de-escola-do-rio-acima-disputam-partida-de-volei-sentado.html> Acesso em: 21/06/2021.
- <https://brasile scola.uol.com.br/educacao-fisica/futebol-para-cegos.htm> Acesso em: 21/06/2021.
- <http://f123.org/archives/5200> Acesso em: 21/06/2021.