



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LAVRAS
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**PORTFÓLIO ACADÊMICO
AS DIFERENTES PERSPECTIVAS DAS PRÁTICAS CORPORAIS ADAPTADAS:
RELATOS DE EXPERIÊNCIAS DE PROPOSTAS E VIVÊNCIAS**

**ALAFF NATAN DE JESUS DA SILVA
GERALDO AURÉLIO BRAGA LOBATO NETO
VINICIUS ANTÔNIO RIBEIRO BERNARDO
PAULO SÉRGIO REIS DA SILVA
WILSON ANTÔNIO DE ASSIS TEODORO**

**LAVRAS/MG
2023**

**ALAFF NATAN DE JESUS DA SILVA
GERALDO AURÉLIO BRAGA LOBATO NETO
VINICIUS ANTÔNIO RIBEIRO BERNARDO
PAULO SÉRGIO REIS DA SILVA
WILSON ANTÔNIO DE ASSIS TEODORO**

**PORTFÓLIO ACADÊMICO
AS DIFERENTES PERSPECTIVAS DAS PRÁTICAS CORPORAIS ADAPTADAS:
RELATOS DE EXPERIÊNCIAS DE PROPOSTAS E VIVÊNCIAS**

Portfólio Acadêmico apresentado ao Centro Universitário de Lavras, como parte das exigências da disciplina Trabalho de Conclusão de Curso, do curso de graduação em Educação Física (Bacharelado).

ORIENTADORA

Prof^a Ma. Mariana Corrêa de Resende

**LAVRAS/MG
2023**

*Ficha Catalográfica preparada pelo Setor de Processamento Técnico
da Biblioteca Central do UNILAVRAS*

S586d Silva, Alaff Natan de Jesus da.
As diferentes perspectivas das práticas corporais adaptadas: relatos de experiências de propostas e vivências / Alaff Natan de Jesus da Silva, Geraldo Aurélio Braga Lobato Neto, Paulo Sérgio Reis da Silva, Vinícius Antônio Ribeiro Bernardo, Wilson Antônio de Assis Teodoro – Lavras: Unilavras, 2023.

90f.:il.

Portfólio acadêmico (Graduação em Educação Física) – Unilavras, Lavras, 2023.

Orientador: Prof.^a Mariana Corrêa de Resende.

1. Benefícios. 2. Superação. 3. Deficiência. 4. Modalidades paralímpicas. I. Lobato Neto, Geraldo Aurélio Braga. II. Silva Paulo Sérgio Reis da. III. Bernardo, Vinícius Antônio Ribeiro. IV. Teodoro, Wilson Antônio de Assis. V. Resende, Mariana Corrêa de. (Orient.) VI. Título.

**ALAFF NATAN DE JESUS DA SILVA
GERALDO AURÉLIO BRAGA LOBATO NETO
VINICIUS ANTÔNIO RIBEIRO BERNARDO
PAULO SÉRGIO REIS DA SILVA
WILSON ANTÔNIO DE ASSIS TEODORO**

**PORTFÓLIO ACADÊMICO
AS DIFERENTES PERSPECTIVAS DAS PRÁTICAS CORPORAIS ADAPTADAS:
RELATOS DE EXPERIÊNCIAS DE PROPOSTAS E VIVÊNCIAS**

Portfólio Acadêmico apresentado ao Centro Universitário de Lavras, como parte das exigências da disciplina Trabalho de Conclusão de Curso, do curso de graduação em Educação Física (Bacharelado).

APROVADO EM: 25 de maio de 2023.

ORIENTADORA

Prof^a Ma. Mariana Corrêa de Resende

MEMBRO DA BANCA

Prof. Me. Breno Alvarenga Almeida

**LAVRAS/MG
2023**

DEDICATÓRIA

Dedico este portfólio a Deus, pois sem ele eu não teria a capacidade de superar os meus medos, minhas indecisões, sem ele eu teria desistido, agradeço também, aos meus pais, que me deram forças para conseguir chegar até aqui me dando força e acreditando em mim

Alaff Natan de Jesus da Silva

Dedico este trabalho, primeiramente a Deus por me dar forças para superar obstáculos, a minha família e minha namorada que sempre me apoiam. Dedico também a república Mundo Velho que se tornou minha segunda família.

Geraldo Aurélio Braga Lobato Neto

Dedico este portfólio a Deus, aos meus pais e a minha família que sempre me incentivaram nessa caminhada. Agradeço eternamente por toda contribuição.

Paulo Sérgio Reis da Silva

Dedico este portfólio à Deus, aos meus pais e a minha família que sempre me incentivaram nessa caminhada. Agradeço eternamente por toda contribuição.

Vinicius Antônio Ribeiro Bernardo

Dedico este portfólio à Deus, aos meus pais à minha família que sempre me incentivaram. Agradeço eternamente por toda contribuição.

Wilson Antônio de Assis Teodoro

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por ter me dado a capacidade e sabedoria, para evoluir cada dia mais, por sempre me dar amparo quando tenho vontade de desistir e por me fazer forte para superar os meus medos de incapacidade.

Agradeço aos meus familiares por tornar o meu sonho possível, pelas palavras de incentivo, e pela seguinte frase que não sai da minha memória: "*Seja forte e corajoso, o mundo é seu, Deus está te dando asas gigantes para voar, usa-me para conquistar o mundo*". Prometo a eles que serei um Profissional de Educação Física de excelência.

Alaff Natan de Jesus da Silva

Agradeço a Deus pela força, ânimo e coragem que me ofereceu para alcançar minha meta, por ter me feito ver o caminho certo nos momentos em que pensei em desistir.

À minha família, em especial aos meus pais por todo esforço, dedicação, amor e carinho. Toda conquista no momento foi unicamente graças ao esforço de vocês. Deixo aqui um agradecimento especial às minhas queridas tias, que me ajudaram tanto financeiramente, quanto me apoiando e motivando. Parte do que sou hoje, devo a vocês.

Agradeço aos meus professores, pela dedicação, empenho e carinho. Todos fizeram mais que o possível e sempre deram tudo pela nobre arte de ensinar.

Geraldo Aurélio Braga Lobato Neto

Aos meus pais que sempre estiveram ao meu lado durante todo o processo, aconselhando, empenhando e apoiando, saibam que isso contribuiu muito para essa jornada.

À minha família, que sempre esteve presente em todos os momentos.

Aos amigos e amigas, por toda ajuda e colaboração.

À minha orientadora Mariana, a quem tenho muito a agradecer por todo ensinamento e dedicação.

Agradeço também a todos os professores com quem tive o prazer de ser aluno, se não fossem vocês, a caminhada seria mais difícil.

Paulo Sérgio Reis da Silva

À Deus por ter me dado saúde e força para superar as dificuldades.

À esta universidade, seu corpo docente, direção e administração que oportunizaram a janela que hoje vislumbro um horizonte superior, eivado pela acendrada confiança no mérito e ética aqui presentes.

À minha orientadora Mariana, pelo suporte, pelas correções e incentivos.

Aos meus pais e família pelo amor, incentivo e apoio incondicional.

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigado.

Vinicius Antônio Ribeiro Bernardo

Agradeço primeiramente à Deus, por me conceder sabedoria e paciência para concluir a graduação.

Aos meus pais que sempre estiveram ao meu lado durante todo o processo, aconselhando, empenhando e apoiando, saibam que isso contribuiu muito para essa jornada.

À minha família, que sempre esteve presente em todos os momentos.

À minha orientadora Mariana, a quem tenho muito a agradecer por todo ensinamento e dedicação.

Aos amigos e amigas, por toda ajuda e colaboração.

Agradeço também a todos os professores com quem tive o prazer de ser aluno, se não fossem vocês, a caminhada seria mais difícil.

Wilson Antônio de Assis Teodoro

LISTA DE IMAGENS

Imagem 1	Local onde ocorre o Projeto "Práticas Paradesportivas e Adaptadas UNILAVRAS"	19
Imagem 2	Aluno em suas primeiras participações no Projeto.....	20
Imagem 3	Atividades condicionantes para melhorias das capacidades físicas do aluno.....	22
Imagem 4	Atividades de fortalecimento.....	23
Imagem 5	Atividades didático-pedagógicas sobre futebol	25
Imagem 6	Atividade técnica de Futebol.....	27
Imagem 7	Local do Estágio - Academia da Água.....	29
Imagem 8	Materiais utilizados para as adaptações metodológicas para execução das atividades.....	32
Imagem 9	GK realizando o Nado Crawl.....	34
Imagem 10	GK realizando o Nado Crawl – Apresentação da técnica individual.....	35
Imagem 11	GK realizando o Nado Costas.....	37
Imagem 12	GK sorrindo e satisfeito após a aula de Natação.....	39
Imagem 13	Local onde foi realizado o evento “1º Experience Unilavras de Esportes Paralímpicos” na cidade de Lavras-MG especificamente no UNILAVRAS.....	41
Imagem 14	O aluno sem o suporte de um dos braços, executando apenas com o braço dominante, o rebate do balão - no modo de jogo 1x1.....	43
Imagem 15	Em duplas (modo 2x2), troca de rebatidas com peteca, sem o suporte de um dos braços.....	45
Imagem 16	Em duplas (modo 2x2), troca de rebatidas com peteca, sem o suporte de uma das pernas.....	47
Imagem 17	Aluno integrante do grupo, responsável pelas informações teóricas sobre a modalidade e demais explicações.....	49
Imagem 18	Alunos responsáveis por elaborar as atividades pedagógicas-adaptadas no ramo do badminton no “1º Experience Unilavras de Esportes Paralímpicos”.....	50
Imagem 19	Instalação onde foram aplicadas as aulas práticas da disciplina Educação Física Adaptada.....	52

Imagem 20	Alunos realizando a brincadeira de pega-pega assentados...	53
Imagem 21	Alunos em trios assentados, passando a bola para os colegas utilizando toque e manchete.....	55
Imagem 22	Alunos realizando trocas de bolas em duplas, efetuando manchetes, toques e ataques.....	57
Imagem 23	Brincadeira “bobinho” - realizando deslocamentos assentados e gestos técnicos específicos.....	58
Imagem 24	Alunos realizando um minijogo, em quadra menor, com mais de 6 alunos em cada time.....	60
Imagem 25	Instalação física onde ocorriam as aulas práticas da disciplina Educação Física Adaptada.....	62
Imagem 26	Aluna com os olhos vendados, correndo em direção ao guia através das palmas.....	64
Imagem 27	Alunos com olhos vendados, conduzindo a bola com ajuda do guia, através do barulho do chocalho e de palmas.....	65
Imagem 28	Aluno conduzindo a bola, utilizando a técnica apropriada do futebol de cegos, com suporte do guia com estímulo auditivo	67
Imagem 29	Aluno com os olhos vendados, batendo pênalti com ajuda do chamador.....	68
Imagem 30	Definição dos terços de orientação em campo.....	70
Imagem 31	Minicoletivo de Futebol de Cegos.....	71

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	12
1.1 Introdução de Alaff Natan de Jesus da Silva: A evolução no futebol de um aluno com deficiência múltipla a partir de práticas recreativas-esportivas.....	12
1.2 Introdução de Geraldo Aurélio Braga Lobato Neto: Benefícios da prática de natação para pessoas com Síndrome De Down.....	13
1.3 Introdução de Paulo Sérgio Reis da Silva: A pedagogia do parabadminton: Um relato de experiência sobre o “1º Experience Unilavras de Esportes Paralímpicos”	14
1.4 Introdução de Vinícius Antônio Ribeiro Bernardo: Iniciação do vôlei sentado: Um relato de experiência da disciplina Educação Física Adaptada.....	16
1.5 Introdução de Wilson Antônio de Assis Teodoro: Análise de métodos pedagógicos para iniciação do Futebol para Cegos.....	17
2. DESENVOLVIMENTO.....	19
2.1 Desenvolvimento de Alaff Natan de Jesus da Silva: A evolução no futebol de um aluno com deficiência múltipla a partir de práticas recreativas-esportivas.....	19
2.2 Desenvolvimento de Geraldo Aurélio Braga Lobato Neto: Benefícios da prática de natação para pessoas com Síndrome De Down.....	29
2.3 Desenvolvimento de Paulo Sérgio Reis da Silva: A pedagogia do parabadminton: Um relato de experiência sobre o “1º Experience Unilavras de Esportes Paralímpicos”	40
2.4 Desenvolvimento de Vinícius Antônio Ribeiro Bernardo: Iniciação do vôlei sentado: Um relato de experiência da disciplina Educação Física Adaptada.....	52
2.5 Desenvolvimento de Wilson Antônio de Assis Teodoro: Análise de métodos pedagógicos para iniciação do Futebol para Cegos.....	62
3. AUTOAVALIAÇÃO.....	73
3.1 Autoavaliação de Alaff Natan de Jesus da Silva.....	73
3.2 Autoavaliação de Geraldo Aurélio Braga Lobato Neto.....	73
3.3 Autoavaliação de Paulo Sérgio Reis da Silva.....	74
3.4 Autoavaliação de Vinicius Antônio Ribeiro Bernardo.....	75
3.5 Autoavaliação de Wilson Antônio de Assis Teodoro.....	75
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	77
4.1 Considerações Finais de Alaff Natan de Jesus da Silva.....	77
4.2 Considerações Finais de Geraldo Aurélio Braga Lobato Neto.....	78
4.3 Considerações Finais de Paulo Sérgio Reis da Silva.....	78

4.4 Considerações Finais de Vinicius Antônio Ribeiro Bernardo.....	79
4.5 Considerações Finais de Wilson Antônio de Assis Teodoro.....	80
REFERÊNCIAS.....	82
APÊNDICE.....	90

1. INTRODUÇÃO

Eu, Alaff Natan de Jesus da Silva, em 2019, ingressei no sonho de ser acadêmico do curso de Educação Física do Centro Universitário de Lavras – UNILAVRAS. Desde pequeno, sou apaixonado por esportes. Meus pais se separaram quando era novo, minha mãe foi para outra cidade, e eu fiquei com os meus avôs. Meu avô tinha o costume de me levar para os campos de futebol desde cedo, para tentar ocupar a minha mente, desde então me apaixonei pelo esporte. Comecei a treinar e a me desenvolver na modalidade (Futebol), e a partir daí, disputei muitos campeonatos, até que um dia realizei um teste para ingressar no futebol profissional.

Fui aprovado em um teste, e faltando dois dias para me mudar para a cidade do clube, me lesionei e perdi a grande oportunidade da minha vida e o sonho de ser um jogador de futebol profissional. Desde então, coloquei em minha mente que me tornaria um profissional de Educação Física de excelência, para ajudar as pessoas e dar um pouco mais de esperança para concluir os sonhos e superar os medos, através do esporte.

Sou muito grato aos profissionais de Educação Física que passaram em minha vida, pois sem eles eu não teria fortalecido a ideia de ajudar outras pessoas através do esporte. No futuro, almejo um bom emprego, na área de musculação e/ou lutas, ensinando defesas pessoais ou o futebol, da teoria à prática.

Em 2021, ingressei em um projeto incrível, denominado "*Práticas Paradesportivas e Adaptadas UNILAVRAS*". Esse projeto me fez apaixonar ainda mais pela Educação Física. Nele, tive a experiência de presenciar a evolução de alunos com deficiências intelectual, motora, física e autismo. O projeto tem como proposta central, proporcionar momentos divertidos e prazerosos a partir da prática de esporte recreativo, em busca de melhorar a qualidade de vida dessas pessoas, interferindo em aspectos físicos, motores, sociais, comportamentais e psicológicos.

Nesse sentido, o objetivo principal deste trabalho foi apresentar a evolução que um aluno com deficiência múltipla apresentou nos gestos do futebol, a partir de práticas recreativas-esportivas realizadas durante um ano no projeto de extensão.

ALAFF NATAN DE JESUS DA SILVA

Eu, Geraldo Aurélio Braga Lobato Neto, mais conhecido como Neto, devido ao fato de ter herdado o nome do meu avô. Sou natural da cidade de Divinópolis (MG), porém desde que iniciei meus estudos na instituição UNILAVRAS, resido na cidade de Lavras cursando Educação Física (Bacharelado). O exercício físico sempre esteve presente em minha vida, quando criança, tive a oportunidade de ingressar em um time de futebol profissional dando início a minha paixão pelos esportes. Sempre fui fascinado por modalidades esportivas e competições, e esse é um dos motivos que me fizeram escolher a Educação Física.

Com o passar dos anos, e com a prática de futebol e lutas, fui me interessando cada vez mais pela área, e assim que completei o ensino médio, logo percebi que tinha o interesse em ser profissional de Educação Física, não somente por gostar de esportes, mas também por saber como o exercício físico e uma vida ativa é benéfico para a vida de milhares de pessoas.

Falar em futuro parece distante, mas não deixo de colocar em perspectiva meus sonhos depois de minha graduação. Possuo grande interesse em descobrir quais são os desafios que os novos projetos trazem, sejam eles barreiras pessoais ou de relacionamento interpessoal, visto que nosso principal alvo são as pessoas. Portanto, consigo me ver sempre motivado com o início de cada projeto que se apresente no futuro, pois penso que, conforme eu demonstre e desenvolva as minhas competências e habilidades, posso ganhar a confiança do meu público, colocando em prática meus conhecimentos.

No presente momento, meu objetivo maior é finalizar essa etapa de estudos, tendo a certeza de que estou saindo do Centro Universitário de Lavras com uma formação adequada e preparado para proporcionar e contribuir com melhores níveis de qualidade de vida aos meus alunos.

Nesse mesmo sentido, em março do ano de 2022, tive a oportunidade de ingressar em um estágio na Academia da Água, na cidade de Lavras (MG), onde atuei como estagiário na natação. Durante esse período, tive grandes desafios, pois além de trabalhar com o público em geral, também trabalhei diretamente com pessoas com deficiência (PcD's), sendo esse o motivo principal da escolha do meu tema de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Usar como base o tema benefícios da natação para pessoas com deficiência é algo gratificante, pois a partir do momento em que a pessoa com deficiência descobre suas potencialidades, apesar das suas limitações, ela descobre também sua capacidade de se movimentar na água, sem

auxílio, iniciando um prazer único, aumentando a sua autoestima, sua autoconfiança e conseqüentemente sua independência.

Vivi todo o processo e evolução dos meus alunos, acompanhei cada dificuldade, tentei corrigir cada erro e aplaudir cada acerto, porque no final desse estágio, eu me beneficiava muito mais do que eles, com o aprender a ensinar a essas pessoas. Acompanhar os pequenos avanços pessoais dos PcD's e meu, profissionalmente, foi maravilhoso!

Nesse sentido, o portfólio possui como objetivo principal apresentar os benefícios da prática da nataçãõ para pessoas com Síndrome de Down, através de um estudo de caso, realizado no decorrer do estágio obrigatório.

GERALDO AURÉLIO BRAGA LOBATO NETO

Eu, Paulo Sérgio Reis da Silva, em 2019, ingressei no sonho de ser acadêmico do curso de Educação Física do Centro Universitário de Lavras – UNILAVRAS. Durante toda minha vida tive relação com o esporte, portanto, escolher esta área como profissão não foi difícil, mas sim, muito natural. Desde os 8 anos de idade, tinha contato com o futsal, uma vez que meu pai na época, era o treinador da equipe da cidade, me incentivava e me levava aos treinamentos e jogos para que pudesse acompanhar e investir profundamente no esporte. Desta forma, me identifiquei e desde lá disputei vários campeonatos e amistosos, que me permitiram conviver e construir sentimentos como a emoção, competitividade e amizades.

Atualmente, continuo praticando esporte, no entanto com uma frequência reduzida comparada à infância, mas a paixão adquirida persiste. Quando tive a oportunidade de ingressar na faculdade, existia em mim a curiosidade em saber como era a teoria do curso de Educação Física, além de metodologias e práticas. O mundo do esporte é amplo, com isso veio o desejo de aprender um pouco mais sobre modalidades esportivas as quais ainda não tinha conhecimento.

Como mencionado anteriormente, sabe-se que o ramo da Educação Física é amplo, promovendo uma variedade de oportunidades de trabalho. Nesse sentido, futuramente, almejo um bom emprego (musculação e esporte), buscando cada vez mais o conhecimento sobre minha área de atuação, para que alcance todos os objetivos. Em suma, destaco como principal propósito, trabalhar com esporte e musculação, pois foram áreas que mais me identifiquei durante o curso. Além disso,

incentivar crianças e jovens a entrar nessa área, realizando projetos e fazendo com que todos participem e desfrutem do planejamento.

Segundo Duarte (2003) e Fonseca e Silva (2012), o parabadminton é um jogo realizado em ginásio fechado, quadra retangular com uma divisão feita por rede. Basicamente o objetivo é rebater a peteca, fazendo com que ela passe por cima da rede. A contagem de pontos é de 21 por partida, podendo ocorrer em até três *games*. Caso ocorra empate de 20 a 20 no *game*, um dos jogadores precisa alcançar uma diferença de dois pontos em relação ao seu adversário para obter a vitória, sendo 30 a pontuação máxima por *game*.

De acordo com Fernandes (2008), essa modalidade privilegia o “diálogo” com o opositor, por meio da peteca. A peteca une os participantes, de forma que a ação de um influenciara diretamente a do outro. No Badminton existe uma relação direta com o adversário, em que as ações táticas dos jogadores são determinantes, uma vez que elas não dependem apenas do próprio jogador, mas também da resposta do seu adversário, da capacidade de leitura das situações e da decisão imediata dos dois jogadores em confronto.

Deste modo, esta foi a temática escolhida para desenvolvimento do portfólio. Primeiramente, pois a disciplina cursada tinha como foco a vivência no esporte (paralímpico e adaptado) e por observar que, através de aulas teóricas e práticas, foi possível entender como era o mundo, posturas e metodologias adequadas, de acordo com cada modalidade. Mesmo com um déficit de conhecimento e prática na modalidade, o badminton despertou em mim um grande interesse na escolha do tema.

O cenário escolhido, para ilustrar a vivência apresentada neste Portfólio foi o “1º *Experience Unilavras de Esportes Paralímpicos*”, realizado no Centro Universitário de Lavras - Unilavras, que objetivou a elaboração e apresentação aos professores, servidores e alunos, atividades pedagógicas de modalidades paralímpicas com suas devidas adaptações e desafios. O grupo em que era integrante, foi responsável pelo Badminton, portanto, foram elaboradas algumas atividades, para que os presentes pudessem vivenciar e até mesmo conhecer o universo paralímpico.

Deste modo, o foco da proposta que foi apresentada no evento no presente portfólio é apresentar a vivência de jogos e atividades pedagógicas/recreativas do Parabadminton, através de adaptações necessárias, de acordo com as mais diversas deficiências, realizadas no 1º *Experience Unilavras de Esportes Paralímpicos*.

PAULO SÉRGIO REIS DA SILVA

Eu, Vinícius Antônio Ribeiro Bernardo, em 2020, ingressei no curso acadêmico de Educação Física do Centro Universitário de Lavras – UNILAVRAS. Sempre tive grande relação com vários esportes diferentes desde criança e acabou que essa paixão se tornou o principal motivo para a escolha desse curso. Desde muito novo acompanhava os campeonatos de futebol com os times da cidade, participava de escolinhas de esportes e com o passar do tempo fui conhecendo muitos outros esportes diferentes como o vôlei que foi a modalidade que mais me identifiquei. Disputou alguns campeonatos da cidade e praticava o mesmo muitas vezes na semana, a partir disso pude construir muitos sentimentos como a competitividade, emoção e amizades. Quando iniciei na faculdade tinha a curiosidade de saber mais sobre os esportes, suas metodologias e práticas, além de conhecer novas áreas já que a Educação Física tem um mundo muito vasto.

Como dito anteriormente, a Educação Física tem muitas áreas diferentes e vastas, o que promove muitas opções e variedades de trabalho. Nesse contexto, no futuro, almejo um bom emprego na área de esportes e musculação que foram as áreas que mais me identifiquei durante o curso. Onde buscarei adquirir mais conhecimento dentro da minha área de trabalho para que possa ajudar e melhorar a qualidade de vida de todas as pessoas que estiverem sob minha responsabilidade.

No vôlei sentado, pode-se competir com homens e mulheres que possuam alguma deficiência física ou relacionada à locomoção. São 6 jogadores em cada time, divididos por uma rede de altura diferente e em uma quadra menor do que na versão olímpica da modalidade. Os sets têm 25 pontos corridos e o Tie-Break, de 15 pontos. O que me motivou a escolher esse tema, foi o fato de vôlei ser o esporte que mais me identifiquei em minhas práticas, e com o passar dos semestres na faculdade acabei conhecendo o vôlei sentado e praticando um pouco de sua vivência onde adquiri uma grande curiosidade pela modalidade o que ajudou para escolha do tema (CPB, s/d).

Com a vivência que tive durante o curso sobre o vôlei sentado, aprendi muito sobre essa modalidade, onde me despertou o interesse sobre a iniciação do treinamento da modalidade, deste modo, o objetivo deste portfólio foi mostrar as estratégias didáticas que podem ser utilizadas no trabalho de iniciação do vôlei sentado, seguindo os parâmetros observados e aprendidos ao longo da disciplina Educação Física Adaptada.

Eu, Wilson Antônio de Assis Teodoro, sou natural de Ingaí, Minas Gerais, e em 2019 ingressei no sonho de ser um acadêmico do curso de Educação Física no Centro Universitário de Lavras (UNILAVRAS). Durante toda minha vida tive relação com esportes, portanto, escolher esta área como futura profissão não foi algo difícil, mas sim, muito natural. Desde os 7 anos de idade, já treinava futsal, meu avô e minha mãe me levavam para treinar, para que eu pudesse acompanhar e investir profundamente no esporte. Desta forma, meu gosto e identificação pelo esporte foi crescendo cada vez mais, e isso me levou a disputar vários campeonatos e amistosos, que me permitiram conviver e construir sentimentos como emoção, competitividade e amizades.

Atualmente, continuo praticando modalidades esportivas e faço estágio na área de esportes, investindo cada vez mais em aprender sobre as metodologias e práticas dentro dessa modalidade. Como é sabido, o mundo do esporte é muito amplo, com isso, tenho desejo de aprender e conhecer as mais variadas modalidades dentro do âmbito esportivo, mais especificamente, dentro do futebol, como por exemplo o futebol destinado para cegos. Nesse sentido, ainda almejo uma variedade de oportunidades de trabalhos futuros, locais que valorizem esses diferenciais e um bom profissional, bem como, fomentem o esporte.

O futebol para cegos ou futebol de 5, é uma adaptação do futebol para atletas com deficiência visual (D.V.), no qual, somente o goleiro é vidente. Diferentemente de um campo convencional de futebol, as partidas são silenciosas, em locais sem eco, sem linhas laterais e com a presença de chamadores em pontos estratégicos do campo. O jogo é dividido em dois tempos de 15 minutos, com 10 minutos de intervalo e a bola utilizada para a prática, tem guizos internos, para que os atletas consigam localizá-la. A torcida só pode se manifestar na hora do gol. A participação da Seleção Brasileira no futebol de cegos nos Jogos Paralímpicos aconteceu pela primeira vez em Atenas, em 2004, e atualmente somos pentacampeões paralímpicos (CPB, s/d).

Deste modo, escolhi desenvolver esse portfólio nesta temática, primeiramente pois a disciplina a qual cursamos, tinha como principal objetivo a vivência no esporte paralímpico e adaptado e também por observar que através de aulas teóricas e práticas foi possível entender como era o mundo, posturas e metodologias adequadas de acordo com a modalidade direcionada à pessoa com deficiência. Além disso, o conhecimento e a prática do futebol de cegos despertaram em mim um grande interesse na escolha do tema.

O cenário escolhido, para ilustrar a vivência apresentada neste portfólio foram as aulas teóricas e práticas sobre Esportes Paralímpicos realizada no Centro Universitário de Lavras, em específico, sobre o Futebol de Cegos, com foco na apresentação dos métodos pedagógicos utilizados para se iniciar essa prática com deficientes visuais.

WILSON ANTÔNIO DE ASSIS TEODORO

2. DESENVOLVIMENTO

Este portfólio tratará da temática sobre a prática esportiva e a pessoa com deficiência, para isso, os autores apresentaram diferentes perspectivas de acordo com vivências em estágios, eventos, aulas e projetos que fomentam e discutem a Educação Física Adaptada e o Esporte Paralímpico, de acordo com seus olhares e experiências.

2.1 A EVOLUÇÃO NO FUTEBOL DE UM ALUNO COM DEFICIÊNCIA MÚLTIPLA A PARTIR DE PRÁTICAS RECREATIVAS-ESPORTIVAS: ALAFF NATAN DE JESUS DA SILVA

2.1.1 APRESENTAÇÃO DO LOCAL DO PROJETO

Figura 1: Local onde ocorre o Projeto "Práticas Paradesportivas e Adaptadas UNILAVRAS"



Fonte: Do autor (2021)

No dia 23 de outubro de 2021, tivemos o primeiro contato com o projeto, "*Práticas Paradesportivas e Adaptadas UNILAVRAS*", em uma aula inaugural. O projeto é realizado na Associação Olímpica de Lavras, que se situa na cidade de Lavras.

Esse projeto ocorre com a participação de alunos da Educação Física, sob supervisão da professora Mariana Resende e com o apoio de alunos da Fisioterapia, supervisionados pela professora Valéria Campos. Os encontros acontecem duas

vezes na semana, com duração de uma hora cada encontro, especificamente no campo ou na área coberta do clube.

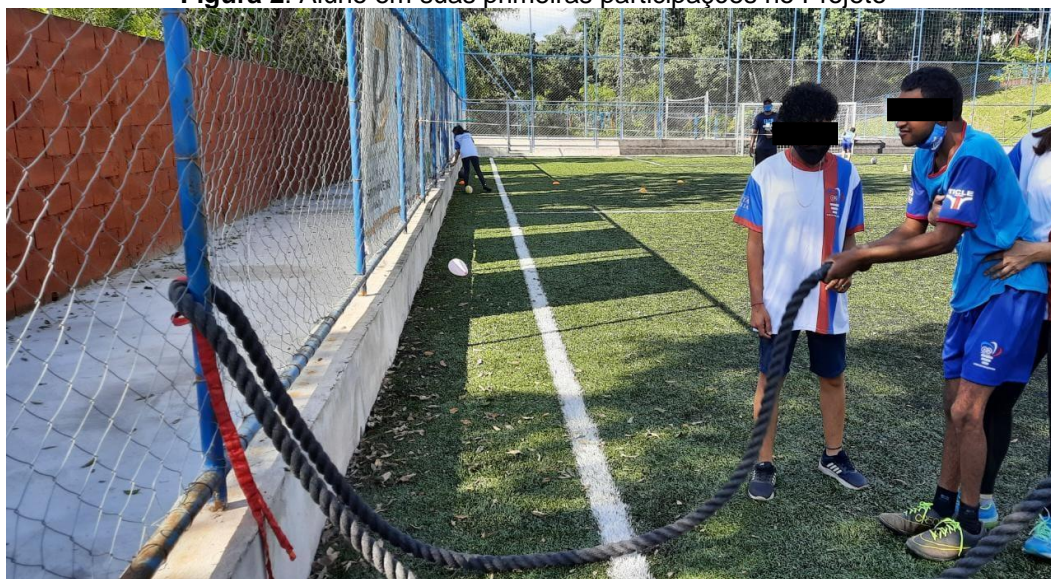
O intuito principal do projeto é, através das práticas esportivas-lúdicas, propiciar melhor qualidade de vida, socialização, inclusão e principalmente, autonomia aos participantes, que são pessoas com deficiência de Lavras e região.

2.1.2 APRESENTAÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

Antes de iniciar, torna-se relevante, trazer algumas características sobre esse estudo de caso, no qual, o ator principal é um aluno, participante do Projeto acima citado, que possui 21 anos e deficiência múltipla. O aluno em questão não possui um laudo, nem uma classificação médica de sua deficiência (impreciso), mas é possível perceber os déficits intelectuais e motores, assim como algumas características percebidas no primeiro dia de aula, como: fraqueza muscular, hipertonia, crises mioclônicas frequentes, problemas posturais e de sustentação corporal, além de falta de equilíbrio e de interação social, marcados por medo e um olhar cabisbaixo.

No decorrer da escrita deste portfólio, o leitor perceberá o impacto do programa de exercícios efetuado por esse aluno, assim como os benefícios adquiridos, tanto no âmbito específico do futebol, como em termos gerais.

Figura 2: Aluno em suas primeiras participações no Projeto



Fonte: Do autor (2021)

Na foto representada acima, é possível perceber tais dificuldades de equilíbrio do indivíduo, sua instabilidade, pouca força de sustentação corporal, pouca força e

resistência muscular, bem como pouca coordenação de movimentos. Para Teles, Resegue e Puccini (2013), é considerado uma deficiência múltipla, o sujeito que tem mais de uma limitação considerada uma deficiência, podendo ser essa considerada em graus variados.

Além disso, era um aluno que apresentava muito medo de quedas e insegurança em realizar qualquer atividade sozinho, demandando a ajuda de dois alunos do UNILAVRAS para acompanhá-lo em todas as ocasiões.

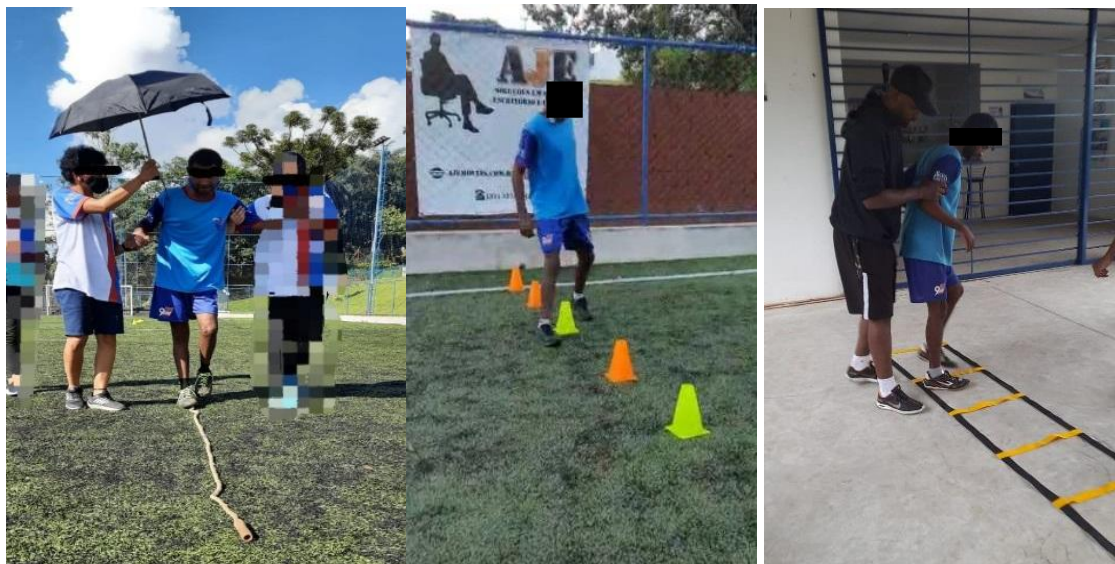
Outras características são perceptíveis, como a pouca massa muscular, rigidez muscular, membros inferiores levemente atrofiados além disso, apresentava constantes crises mioclônicas durante os treinos. Crises mioclônicas, segundo Panayiotopoulos (2005), é uma frequente manifestação da epilepsia, que desencadeia contrações musculares súbitas e breves, semelhantes a choques, podendo acometer músculos faciais, tronco, extremidade, músculo ou grupos musculares específicos.

Nesse sentido, iniciamos um trabalho de desenvolvimento das mais variadas facetas com esse aluno, propondo atividades que exigiam bastante coordenação motora, equilíbrio, flexibilidade, força, agilidade, velocidade, dupla-tarefa, dentre outros aspectos. Importante destacar a cooperação do aluno, sempre animado nas aulas e nunca se ausentou de nenhum dos encontros, desde outubro de 2021 até os dias atuais. No decorrer do portfólio, será possível perceber sua evolução.

Para De Farias, Maia e De Oliveira (2019), o exercício físico traz benefício para quem o pratica. Seja no âmbito da reabilitação, da estética ou condicionamento físico, o esporte pode ajudar diretamente na manutenção de níveis adequados das diversas variáveis que fazem parte da homeostase corporal tais como LDL, HDL-c, glicemia, aumento de força e resistência muscular, elevação do nível de endorfina, entre outros benefícios para o corpo.

Nesse processo, algumas disciplinas cursadas, tiveram papéis importantes, como: Educação Física Adaptada, Psicomotricidade e Psicologia Geral e do Esporte. A Educação Física Adaptada principalmente trouxe informações e estratégias importantes no tratamento aos alunos com deficiência, resgatando pontos importantes a serem trabalhados em cada caso. Além disso, a Psicomotricidade nos auxilia na programação adequada das atividades e as disciplinas da área da Psicologia nos ajudam a entender o processo, a entender o comportamento humano, a relação professor-aluno, bem como, nas questões motivacionais, medos, dentre outros.

Figura 3: Atividades condicionantes para melhorias das capacidades físicas do aluno



Fonte: Do autor (2021)

Deste modo, iniciamos um trabalho focado em melhorar e estimular as capacidades físicas básicas do aluno, que conseqüentemente, refletiram em uma melhor qualidade de vida e, com o passar do tempo, facilitaram a execução das demais atividades. Inicialmente, ele tinha muita dificuldade em diversos quesitos já citados acima, como por exemplo, manter o equilíbrio para realizar as tarefas, manter a postura ereta e se manter de pé durante os exercícios. Nesse sentido, as atividades eram focadas em: caminhar sobre a corda se equilibrando. Usamos cones para trabalhar a agilidade e deslocamentos laterais, exercícios que estimulam a consciência corporal e a noção de externo e interno.

Para Relvas (2020) a neurociência comportamental é um ramo que se dedica a estudar a interação entre os sistemas que influenciam no comportamento do controle postural, bem como, a influência relativa das sensações visuais, vestibulares e proprioceptivas no equilíbrio em diferentes condições, que foram trabalhadas com esse aluno, de forma persistente.

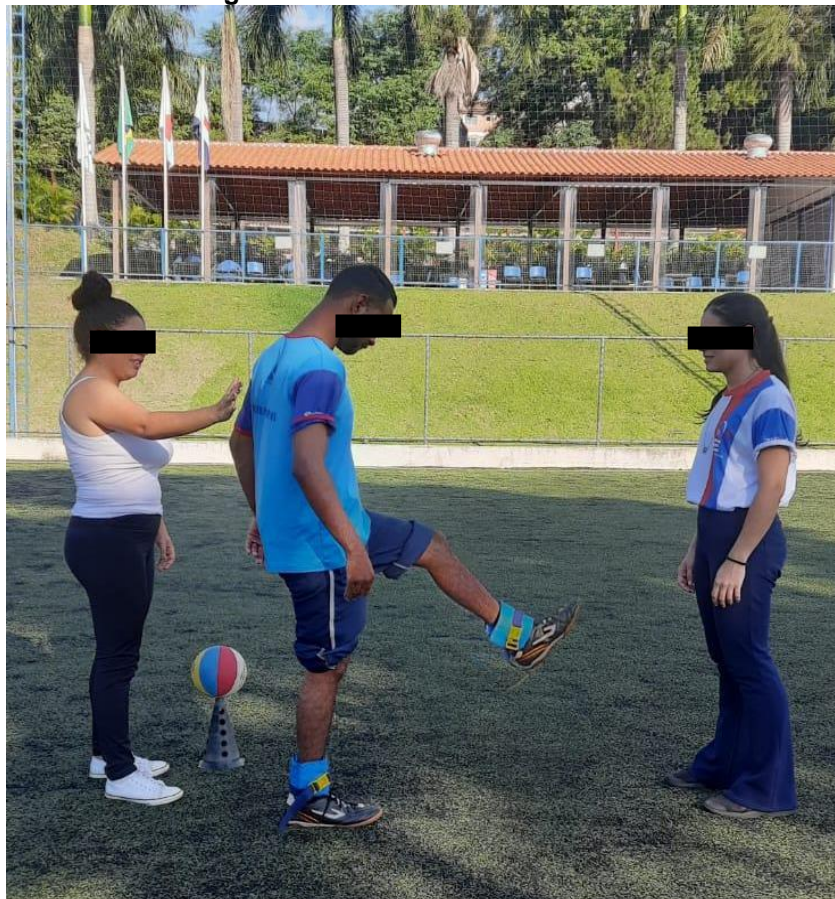
Cros *et al.* (2006), por sua vez, afirmam que a prática esportiva contribui para a socialização da pessoa com deficiência, agindo como facilitador na comunicação, na realização pessoal, a autoimagem, o autoconceito e a autonomia, além de

valorizar, estimular e aperfeiçoar as capacidades físicas, o que também ficou bem nítido, ao percebermos um aluno mais confiante, com melhor autoestima, mais interativo e descontraído. Reis e Mezzadri (2017), acreditam que a prática de esporte destinado às pessoas com deficiência, proporciona benefícios psicológicos, físicos, fisiológicos, sociais, dentre outros.

Nesse processo, os componentes curriculares, contribuíram para o planejamento das atividades e entendimento de seus impactos, como a Educação Física Adaptada, Metodologia do Treinamento e Pedagogia do Esporte, nos dando conhecimento o suficiente para saber o que fazer e como dosar as variáveis importantes (volume, intensidade etc.).

Depois de muito tempo investido nesse programa, dedicado à melhoria das capacidades físicas desse aluno, que continua ainda a fazer parte da rotina de treinos e aulas dele, foi perceptível uma crescente enorme em seu desenvolvimento motor, comportamento e aquisição de habilidades, capacidades e movimentos e nos psicológicos.

Figura 4: Atividades de fortalecimento



Fonte: Do autor (2022)

Apesar disso, percebeu-se que ainda havia uma influência muito grande da falta de fortalecimento muscular-articular do aluno, devido às características da própria deficiência. Sendo assim, nós, alunos, nos empenhamos, também, em conjuntamente às alunas da Fisioterapia, realizar um trabalho direcionado a isso. Como visto acima, começamos então a realizar trabalhos com caneleiras de 1kg cada, para aumentar força, potência, resistência muscular e até mesmo coordenação de movimento, com estímulos diversos em relação à movimentação de membros inferiores (lateralizados, flexões e extensões)

Além de prevenir lesões, o uso do treinamento resistido para o fortalecimento muscular é muito importante para a melhora da postura e deixa o indivíduo mais forte. Outros exercícios que não precisam de aparelhos, chamados de exercícios funcionais, são de grande importância quando não se tem a presença da máquina, fazendo papel diferente, como: melhora do equilíbrio e a propriocepção (HIPÓLITO, 2019).

Além disso, estudos como o de Teixeira-Salmela (2000), evidenciam que programas de treinamento com resistência progressiva resultam em aumento na força muscular, mobilidade articular e resistência em adultos com paralisia cerebral espástica, entretanto, nenhum aumento na espasticidade foi observado. Programas de treinamento de força resultam em hipertrofia seletiva e significativa das fibras de contração rápida.

Ademais, para Giacomini (2007), a manutenção da força muscular em pessoas com deficiência, é de extrema importância, visto que muito precisam de potência para locomover a cadeira, força e resistência para manter a postura ereta, força para transferências de posição e para as demais atividades da vida corriqueira, como trocar de roupa, descer escadas, andar a pé, entrar e sair do carro ou cama e cadeiras, dentre outros.

Mais uma vez, as disciplinas de Metodologia do Treinamento, Educação Física Adaptada e Saúde e Prescrição do Exercício Físico contribuíram de forma positiva no planejamento das atividades de fortalecimento para este aluno, bem como, na adequada prescrição de atividades para este aluno em questão, levando em consideração suas características e a individualidade biológica.

Após a realização de mais essa etapa preliminar, na qual foram estabelecidos níveis mais adequados para início das práticas específicas de futebol, começou-se

então um trabalho mais específico com a modalidade, que no caso, era o esporte preferido do aluno.

Figura 5: Atividades didático-pedagógicas sobre futebol



Fonte: Do autor (2021-2022)

Com base nesses trabalhos iniciais, que como disse, continuam a ser executados constantemente, começamos a inserir o futebol pouco a pouco, como prática pertencente ao projeto. Vale lembrar que esse aluno, ama futebol e adora realizar suas práticas, mesmo antes, quando ainda tinha pouco domínio de seu corpo.

Como visto na imagem acima, são realizadas, corriqueiramente, atividades lúdicas, que inserem os gestos técnicos e fundamentos trabalhados no futebol, como chute, passe, drible e movimentação de corpo. Uma estratégia escolhida no início, para respeitar uma boa progressão pedagógica, foi o uso do bolão como objeto da prática. Deste modo, os alunos tinham maior superfície de contato, além dela ser mais leve, com joguinhos realizados em campos reduzidos, com mais alunos em quadra do que no time oficial de futebol.

O processo de utilização do jogo para transmissão de diferentes tipos de conteúdo muitas vezes se apoia em soluções concretas oriundas do campo da Educação Física. Isso porque, para o jogo ocorrer, é necessário especificar um conjunto de regras para materializar e demarcar como ele se dará e na educação física abundam soluções empíricas para esse problema. Verifica-se na Educação Física, um repertório imenso de opções de jogos para as mais variadas finalidades. Por exemplo, jogos com bola, de perseguição, cooperativos dentre tantos outros (BARROS; MIRANDA; COSTA, 2019).

Outras atividades trabalhadas constantemente, são exercícios de chutes em alvos distribuídos pelo campo ou no gol, como pode ser visto na imagem acima, nessa atividade específica, começamos realizando com bolas maiores, até chegar ao uso da bola oficial.

Para Garganta *et al.* (2013), o desenvolvimento das competências para jogar, requer a criação e aplicação de situações de exercitação que promovam um elevado efeito de transferência para a competição e fomentem consideráveis níveis de autonomia e criatividade nos jogadores

Vale destacar, também, sobre a progressão da autonomia do aluno, visto que em algumas fotos acima ele realizava chutes com o apoio de nós, alunos, e com o passar do tempo, e com a aquisição de maior autonomia, equilíbrio e agilidade, consegue realizar todas as movimentações de forma independente.

Além disso, outras atividades como troca de passes, dribles, condução de bola em zigue-zague, chutes a longas distâncias, domínio, dentre outras, são realizados com frequência.

De acordo com Cotonhoto, Rossetti e Missawa (2008), desenvolver trabalhos esportivos através de jogos, pode estimular a capacidade cognitiva, bem como a ludicidade, fazendo com que o indivíduo consiga planejar e discutir com seus colegas uma determinada ação, lembrando-lhe de situações já vivenciadas em seu cotidiano, sendo essa, a forma mais comum de levá-lo a escolher a melhor solução naquele momento, para atingir os objetivos do jogo.

Cruz (2012), complementa, chamando a atenção para um fato interessante, destacando que cada vez mais, os clubes estão sendo formados no Brasil, permitindo que pessoas com diferentes deficiências possam praticar futebol, já que vivemos em uma era inclusiva e em um país no qual o futebol tem uma força enorme.

As disciplinas que auxiliaram na construção desse processo crescente foram: Educação Física Adaptada, Biomecânica e Movimento e Desenvolvimento Humano (MDH), devido ao fato de a biomecânica estudar a interação das forças motoras do corpo humano e o MDH, auxilia a entender os processos de desenvolvimento motor, nos fazendo entender as fases de desenvolvimento e os trabalhos adequados com as respectivas habilidades esportivas.

Figura 6: Atividade técnica de Futebol



Fonte: Do autor (2022)

Com todo esse processo e com a assiduidade do aluno, nas aulas e empenho nas atividades, durante todo esse tempo, seu desenvolvimento torna-se cada vez mais perceptível, em relação à todas as facetas, principalmente na prática do futebol, como ilustrado na Figura 6 acima.

Como visto, atualmente, o aluno possui equilíbrio (estático, dinâmico e recuperado), independência, muita precisão e força nos chutes a gol, velocidade, marcha mais equilibrada, consegue entender bem os comandos recebidos, tem capacidade de dominar a bola com calma e realiza chutes com muita potência, o que nos permite realizar trabalhos ainda mais específicos dentro da modalidade, mais precisos, sistemáticos e planejados.

De acordo com Perfeito (2009), é preciso utilizar estratégias de avaliação que permitam acompanhar, na medida do possível, as mudanças ocorridas no processo

de Tomada de Decisão realizada em situações concretas de jogo. Acredita-se que esta representa uma das competências fundamentais exigidas do jogador: o que fazer. O que fazer diz respeito à seleção da resposta motora adequada à situação de jogo (Tomada de Decisão).

Então, nesse sentido, é possível perceber o trabalho realizado como mostra a figura acima, no qual os cones representam uma barreira a ser transpassada, para que ele se desloque em zigue zague (trabalho de agilidade), simulando o que poderia ser um marcador, sendo necessário tomar uma decisão, esquivando-se e atravessando todo o percurso até chegar no momento final, do chute a gol.

De acordo com Almeida (2020), estes tipos de habilidades, dizem respeito a habilidades motoras fundamentais, como passar, agarrar, lançar, chutar, rolar a bola, condução, drible e contorno de obstáculos. Ao melhorarmos essas habilidades motoras físicas, estamos a potenciar a motivação para a prática de exercícios físicos. Já em relação ao aperfeiçoamento dessas habilidades motoras, conseguimos que os sujeitos passem à fase seguinte, ou seja, que consigam substituir as habilidades motoras fundamentais por habilidades motoras especializadas, que dizem respeito às necessidades específicas de uma atividade desportiva e/ou recreativa (XABREGAS, 2007).

Nesse sentido, a disciplina de Movimento e Desenvolvimento Humano, nos ajuda a compreender exatamente essas fases de movimentos, fundamentais e especializados, chamando atenção para a importância de se respeitar as fases com trabalhos direcionados de forma correta e coerente.

Em um outro contexto, mas que também precisa ser salientado, pois percebe-se que o aluno utiliza como combustível e gosta dessa interação, destaca-se também a disciplina de Psicologia do Esporte, que chamou atenção para a importância do incentivo e do feedback positivo, tornando-se essencial para que o aluno não desista da atividade e se sinta motivado.

Por fim, a disciplina de Esportes de Invasão, contribui fortemente com as atividades, visto a importância dos ensinamentos dos fundamentos específicos do futebol, contribuindo muito para a criação de atividades que estimulem e trabalhem as técnicas corretas para os fundamentos, que aliado à Educação Física Adaptada, ajuda a pensar nas adaptações necessárias.

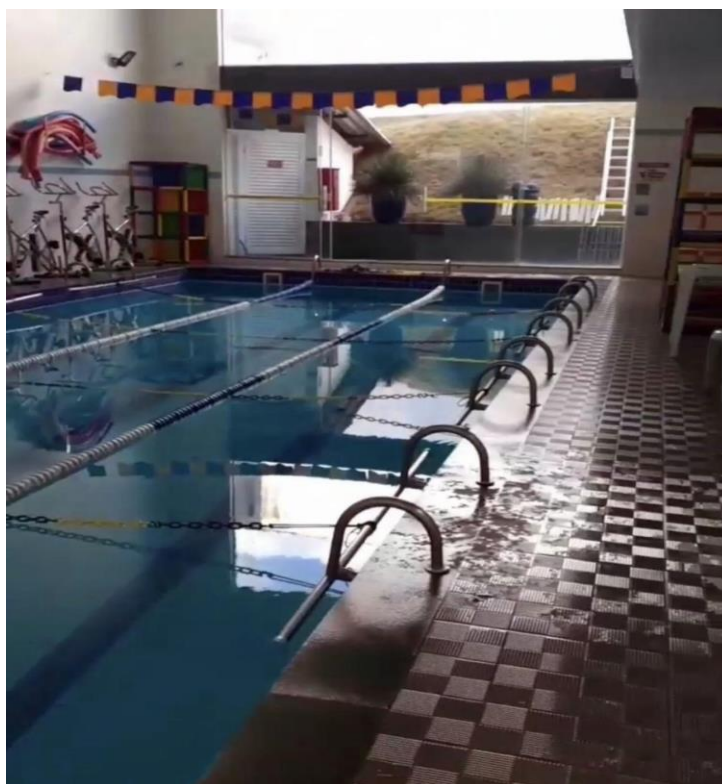
Assim, com todo esse processo, seguindo passos progressivos da pedagogia e utilizando artifícios didáticos, uma comunicação acessível e fazendo as adaptações

necessárias, percebe-se que o aluno em questão apresentou uma grande evolução dentro do âmbito específico do futebol, não deixando de lado também, as conquistas simples que auxiliam muito no dia a dia dele, proporcionando mais autonomia, autoestima, qualidade de vida, aptidão física, bem como outros aspectos. Especificamente no futebol, agora o sujeito já tem domínio dos fundamentos específicos, através de um trabalho realizado de forma variada e bem acessível ao aluno, sempre trazendo a ludicidade como aliada, com bastante comunicação e *feedbacks*.

2.2 BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DE NATAÇÃO PARA UM ALUNO COM SÍNDROME DE DOWN: UM ESTUDO DE CASO GERALDO AURÉLIO BRAGA LOBATO NETO

2.2.1 APRESENTAÇÃO DO LOCAL DO ESTÁGIO

Figura 7: Local do Estágio - Academia da Água



Fonte: Do autor (2022).

A Academia da Água se localiza no município de Lavras-MG, a academia conta com oito professores, aproximadamente trezentos e cinquenta alunos, com um total

de seis alunos com deficiência, destes, dois com Síndrome de Down (SD). O método de ensino adotado por eles é nomeado metodologia Gustavo Borges.

Essa metodologia oferece suporte pedagógico e respeita a individualidade dos alunos. O método consiste em uma organização específica, que apresenta planos de aulas baseados em princípios fisiológicos com objetividade e inserção de aprendizagem a todos os níveis presentes na academia.

O sistema de avaliação é baseado no desenvolvimento das habilidades aquáticas, onde os alunos são motivados constantemente, elevando os níveis através de técnicas divertidas com propósito de estimular a passagem de nível. A mudança ocorre através das cores de toucas dos alunos, evidenciando o grau de desenvolvimento atual, mantendo sempre a interação e socialização de todos.

2.2.2 APRESENTAÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

Antes de iniciar a descrição das atividades desenvolvidas, torna-se fundamental descrever o aluno que será apresentado ao longo desse portfólio. GK é um adulto, de 38 anos, que possui Síndrome de Down, praticante de natação na empresa Academia da Água, desde o ano de 2022.

Antes de entrar nas aulas de natação, o aluno GK, apresentava dificuldades em interagir com os colegas, não respeitava/atendia o que se era solicitado e era um aluno sem disciplina, após aprender e dominar a técnica dos nados, notou-se melhora no seu comportamento, o aluno passou a ser mais comunicativo, a executar as atividades de forma prazeroso e interagir com o restante da turma e com o professor, desenvolvendo laços socioafetivos.

As primeiras aulas foram introdutórias para facilitar o conhecimento aluno/professor estabelecendo um contato de confiança. No início GK apresentou medo da piscina, medo da interação social e instabilidade emocional. No decorrer do processo, foram criados métodos que auxiliaram no desenvolvimento da confiança, levando a aptidão física e interação social. O desenvolvimento de GK foi significativo, as questões sociais foram positivas, pois notava-se que ele demonstrava muito interesse ao iniciar as aulas de natação, embora seus medos fossem notáveis. A cada processo estabelecido o aluno realizava dentro do seu ritmo e a cada nova conquista se sentia gratificado e feliz.

De acordo com Cordeiro e Silva (2014), a Síndrome de Down (SD), ou trissomia do cromossomo 21, é uma variante genética ocasionada por uma divisão celular

anormal durante a divisão embrionária. As pessoas que possuem essa síndrome, em vez de dois cromossomos 21, possuem três, acarretando graus de discrepância no desenvolvimento da aprendizagem, evolução física e deficiência no processo psicomotor. Os aspectos associados à SD possuem correlação a fatores ambientais, tais como, a falta de prática de atividade física, informação e instrução de qualidade, dispondo de malefícios vultosos ao desenvolvimento neuropsicomotor.

Ainda, para Cordeiro e Silva (2014), às pessoas com SD nascem com características específicas, dentre elas, a hipotonia, que se refere à baixa tonicidade muscular. Devido a essa compleição, que causa moleza e flacidez corporal, os SD necessitam de uma intervenção física, sendo ela, atividades que auxiliem na ação de movimentação das articulações de todo o corpo, praticando a coordenação, e conseqüentemente o trabalho muscular.

Dentre muitos exercícios indicados, a natação se destaca, e segundo Carvalho *et al.* (2008), essa modalidade, quando direcionada às pessoas com Síndrome de Down é muito benéfica, visto que, ocasiona melhora na aptidão física, na atividade psicomotora, e no desenvolvimento social e psicológico. Além disso, a prática de natação também pode ser prazerosa e pode ampliar o desenvolvimento das habilidades motoras, tornando o indivíduo mais participativo, e aumentando sua autoconfiança.

Para além da Síndrome de Down, para Vieira e Alves (2018), o que difere a natação para pessoas com deficiência dos outros tipos de exercício físico é sua relação com a liberdade, já que na água o indivíduo pode se mover com muito mais facilidade, deixando de lado as muletas, bengala, perna mecânica ou até a cadeira de rodas.

Castro e Pimentel (2009) trazem também que a prática de natação para pessoas com SD, pode trazer maior qualidade de vida, pois ocasiona melhoras significativas, como, aumento da amplitude de movimentos, melhoria no equilíbrio, relaxamento da coluna vertebral, melhorias na postura corporal e uma melhoria da orientação em relação ao espaço.

Nesse sentido, o desenvolvimento específico do presente TCC, abrange pontualmente a intervenção da prática da natação como mediadora de fortalecimento da musculatura cardíaca e do sistema locomotor de um aluno com Síndrome de Down, frequentador das aulas de natação no local que efetuei meu estágio obrigatório.

Damasceno (1992) destaca que a prática da natação estimula diversos aspectos do organismo de seu praticante, como conceder melhorias no sistema muscular e esquelético, além de proporcionar uma melhor distribuição sanguínea na musculatura causando assim uma hipertrofia muscular aguda.

Desta forma, para a construção deste portfólio, foram realizados determinados processos de introdução da natação a um aluno com Síndrome de Down. Nessa primeira fase, foi desenvolvida uma rotina de adaptação ao meio aquático. A apresentação dos métodos aconteceu de forma delicada, pois o corpo sofre adaptações quando exposto ao meio aquático (empuxo). Levou-se em consideração também, outro fator primordial para o processo adaptativo que é a criação e inserção de uma rotina constante para os alunos, além de levar em conta como pontos importantes, as adaptações e acessibilidades necessárias.

Figura 8: Materiais utilizados para as adaptações metodológicas para execução das atividades



Fonte: Do autor (2023)

Como se trata de um aluno com deficiência, que necessita de certas adaptações metodológicas, comunicacionais e de materiais, comecei a planejar minhas aulas e minhas estratégias com base nesses quesitos. Em relação às adaptações metodológicas e de materiais, utilizei como artifício, três materiais principais, como o macarrão para facilitar a flutuação e a percepção, prancha para o fortalecimento das pernas e a cuboia para melhorar a coordenação braçal. Além disso,

para me comunicar com o GK de forma mais eficiente, sempre me atentei em orientá-lo com comandos mais diretos e simples, com feedbacks constantes.

Para Winnick (2004), a metodologia utilizada é o direcionamento para a realização de algum objetivo, alcançando a “linha de chegada”, em outras palavras, a metodologia compreende as ferramentas que servem de suporte na busca desses objetivos.

Segundo Gozzi (1995), para alcançar os objetivos que envolvem uma concepção ou sistema é necessário que o professor saiba de maneira unitária organizar e empregar métodos eficientes. Durante a execução do projeto preconizou-se o respeito ao ritmo individual, onde a variação dos movimentos (deslocamentos, giros, braços, estilo, direções, ritmo e outros) foram apresentados um de cada vez, ocorrendo apenas quando a variação anterior estava consolidada.

Para Damasceno (1997), a natação tem como meta em longo prazo, proporcionar ao aluno que ele adquira as destrezas básicas fundamentais, conduta social apropriada e conhecimento funcional de segurança. Tem como benefícios a melhora da aptidão física, execução psicomotora, na melhoria do desenvolvimento social e psicológico. Pode-se considerar que os elementos utilizados foram facilitadores no desenvolvimento do aluno GK, auxiliando na execução e conclusão dos movimentos e das temáticas propostas.

Posteriormente à adaptação das questões metodológicas e a definição das progressões pedagógicas adequadas ao aluno, o trabalho foi subdividido em fases:

Fase 1: Adaptação Psicológica, com o objetivo de adquirir confiança na água, transpor processo de adaptação mental, executar mudança da posição vertical para horizontal;

Fase 2: Trabalhos de rotações de tronco, no eixo do quadril para a direita e para a esquerda, com o objetivo de ampliar o domínio da respiração no meio aquático, fortalecer mobilidade e segurança na posição horizontal;

Fase 3: Flutuação e impulsão com o intuito de obter independência nas flutuações e na exploração das profundidades, flutuar na turbulência e flutuar em equilíbrio;

Fase 4: Propulsão, com o intuito de manter o ritmo respiratório adaptado às técnicas propulsivas.

Dessa maneira, eu aprendi na prática o que Carvalho *et. al.* (2008) evidenciam, que a natação tem grandes contribuições no desenvolvimento das habilidades motoras, psicológicas, sociais e culturais, e principalmente ajuda na autoconfiança na água dos praticantes, além de ser uma atividade de lazer e recreação se relacionando

com a primeira fase da divisão deste trabalho Adaptação Psicológica, que também se relaciona com o movimento de mudança da posição vertical para horizontal na água.

As disciplinas de Natação, Aprofundamento em Natação e Movimento e Desenvolvimento Humano (MDH) também se relacionam com a segunda fase de organização deste trabalho: os movimentos de rotações de tronco, no eixo do quadril para a direita e para a esquerda que são muito importantes para uma significativa melhoria no controle de respiração dentro da água. Também as disciplinas ajudaram para a realização da terceira fase que é Flutuação e Impulsão, pois mostraram como é importante explorar a flutuação e a profundidade dentro da água.

Por fim, as disciplinas ofereceram conhecimentos para a execução da quarta fase, a propulsão, que são movimentos que tem por finalidade na melhoria do ritmo respiratório na realização das atividades de natação.

Seguindo nesse raciocínio, em seguida, foram coletadas imagens que retratam a *performance* de alunos com SD, presentes na Academia da Água, sendo esse o embasamento para discorrer sobre o tema escolhido. A Figura 8, demonstra o aluno GK, pessoa com Síndrome de Down, executando o nado *Crawl*:

Figura 9: GK realizando o Nado Crawl



Fonte: Do autor (2022).

Segundo Colwin (2000), esse estilo de nado, conhecido como crawl é de origem australiana e surgiu em 1893, por Dick Cavill, um nadador australiano, classificado

como um dos três maiores nadadores de toda a Austrália, sendo também um dos maiores nadadores que já existiu. Cavill foi responsável pela criação do nado crawl, ao perceber que o batimento simultâneo dos braços e pernas atrasa sua propulsão, então ele descobriu que ao bater seus membros alternados proporciona mais velocidade e propulsão.

Esse estilo de nado pode ajudar muito no desenvolvimento psicomotor, Smidt *et al.* (2015), perceberam que, crianças praticantes do nado crawl, que possuíam um melhor desempenho no mesmo, tinham um melhor tempo de reação simples que as demais crianças.

Nesse sentido, o ensino do nado crawl pode ser muito útil para se ensinar para alunos com SD. Oliveira (2014) por sua vez, descreve que o nado crawl deve ser ensinado seguindo as seguintes etapas: primeiro os movimentos de respiração, depois os movimentos das pernas e por fim o movimento dos braços. Indicando ao aluno que o movimento de respiração precisa ser lateral e devesse usar a rotação do corpo para realizar a mesma.

Utilizando as etapas e a sequência pedagógica proposta por Oliveira (2014), além de corroborar com as experiências obtidas durante as disciplinas realizadas pelo autor em sua na formação, foi de extrema importância e utilidade, possibilitando desenvolver de forma ampla o ensinar de maneira mais didática o nado crawl.

Figura 10: GK realizando o Nado Crawl – Apresentação da técnica individual



Fonte: Do autor (2022)

O aluno GK, como percebido na Figura acima, executa o nado crawl em decúbito ventral. É considerável que ele apresente dificuldades na realização dos

movimentos simultâneos (coordenação de braço e perna) devido sua deficiência. Além disso, outras falhas técnicas podem ser levantadas, como a instabilidade no alinhamento do ombro, impedindo a rotação completa, deste modo, tem sido realizado um trabalho de rotação de quadril, com uma respiração pausada a cada 3 movimentos de braçada para refinar seus movimentos técnicos. Entretanto, a estimulação do processo de reorganização corporal é indispensável na aprendizagem do aluno, uma vez que os métodos precisam estar ordenados em fases, respeitando as limitações individuais.

O aluno GK, com a prática da natação, obteve melhorias consideráveis no seu desenvolvimento, com isso, ele adquiriu muita independência, uma excelente aptidão física, equilíbrio, melhora da postura corporal e músculos mais desenvolvidos, além de ter uma ótima interação social. Sendo assim, é visível que a natação proporcionou para o aluno uma maior qualidade de vida, mais autoestima, sentimento de pertencimento e mais felicidade.

Desta maneira, o trabalho realizado com o aluno, respeita as seguintes fases:

- Fase 1: Iniciação - Entrada dos braços deve ser executada à frente da cabeça alinhada ao ombro;
- Fase 2: Posicionamento dos braços - O braço do nadador tende a estar flexionado e a palma da mão inclinada, para a iniciação da entrada. A ponta dos dedos é a primeira parte a ter contato com a água, após isso, o braço pode deslizar pelo interior da água pela abertura das mãos;
- Fase 3: Execução do nado - Após ter entrado na água, a mão desloca-se para baixo, o braço é flexionado no cotovelo durante a varredura para baixo, e o agarre é feito quando a combinação da varredura para baixo e a flexão do cotovelo, fazem com que ele se eleve acima da mão;
- Fase 4: Varredura para dentro - Esse movimento que é chamado de semicircular ocorre desde o agarre até uma posição sob o corpo, em que a mão se desloca para baixo, para dentro e para cima até que o nível da linha média tenha ultrapassado;
- Fase 5: Varredura para cima - É o segundo e final movimento propulsivo da braçada para o nado crawl, ela começa ao terminar a varredura para dentro e têm continuidade onde a mão do nadador aproxima-se da coxa;
- Fase 6: Recuperação de braçada - O cotovelo deixa a água em primeiro lugar e o nadador posiciona o braço fletido para iniciar a movimentação para frente,

enquanto a outra mão encontra-se submersa, deixando o cotovelo sempre elevado.

Segundo Oliveira (2014), o nado crawl é comumente conhecido por ser de fácil aprendizado. Sendo assim, é difícil especular quanto tempo se leva para aprender a técnica, já que alguns aprendem mais rápido e outros mais lento. Streda (2014) corrobora, evidenciando que pessoas com SD possuem uma aprendizagem um pouco mais lenta, no entanto, fica difícil prever o grau de dificuldade que terão para aperfeiçoar o movimento.

Nesse sentido, algumas disciplinas como Natação, Aprofundamento em Natação e Educação Física Adaptada, se destacaram como conteúdos de suporte para mim, no sentido de me dar subsídios técnicos sobre a natação e suas técnicas específicas para esse nado, bem como, por me trazer conhecimento sobre a deficiência e suas necessidades e cuidados específicos.

Em seguida, esse mesmo aluno realiza o nado costas, como apresentado na figura abaixo:

Figura 11: GK realizando o Nado Costas



Fonte: Do autor (2022)

O nado costas é outra técnica semelhante ao nado crawl, porém é realizada de forma invertida. Nele também há pernadas alternadas, rotação dos braços, partes dentro e fora da água, porém tudo isso em decúbito dorsal (barriga para cima). A

imagem acima retrata GK executando o nado costas, também com presença de dificuldades na sequência de pernadas e na alternância dos braços, apresentando instabilidade na posição dorsal dificultando a respiração.

O ser humano se desenvolve em meio terrestre, por isso, ao passar para o meio aquático, o mesmo sofre adaptações nas suas estruturas de base do comportamento. Isso se deve às diferenças entre o meio aquático e o terrestre, ilustradas pelas propriedades físicas da água (densidade e viscosidade, entre outras) (DAMASCENO, 1992, p.8).

A presença de instabilidade dá-se a fatores relacionados à condicionamento físico, a rotina de exercícios físicos, alimentação adequada e integração com o meio externo. Quando a ordenação dessas informações flui de forma organizada e integrada, o processo adaptativo responde a estímulos de comportamento e aprendizagem. Isso ressalta de forma muito significativa a importância de se estimular precocemente crianças com deficiência, como foi apresentado na disciplina de Educação Física Adaptada, crianças com SD podem começar a ser estimuladas a partir do 15º dia de vida.

Oliveira (2014) é um exemplo de utilização de sequência pedagógica dentro da natação, especificamente no nado crawl. Esse autor expõe em formato de sequência que primeiramente são realizados os movimentos de respiração, em seguida os movimentos com as pernas e por último o movimento com os braços, partindo de ensino por partes e do mais simples ao mais complexo. Dessa forma, quando esse autor explica a ordem de realização dos movimentos, a atividade se torna mais significativa e com grande grau de aprendizado.

Assim, quando se utiliza uma sequência pedagógica para ensinar natação às pessoas com SD, eles podem realizar os movimentos de forma mais dinâmica, porque será ensinado de forma gradual os exercícios, dos mais simples aos mais complicados, de forma isolada aos movimentos mais integrados e coordenados.

Contudo, a prática da natação para as pessoas com SD e/ou com algum tipo de deficiência se torna não somente um exercício físico, mas sim um momento inclusivo ao meio social, com fim terapêutico, recreativo ou até competitivo, proporcionando benefícios físicos, fisiológicos e psicossociais. Amplia ainda, a coordenação e o equilíbrio, potencializando a independência, autoestima e autoimagem, respeitando os limites e a diversidade com ações benéficas para a vida em sociedade (CARDOSO, 2011).

De acordo com Galiano *et al.* (2020) quando uma pessoa inicia a natação na infância, esta propicia ao praticante, fortalecimento na musculatura, gera melhorias na locomoção, melhoria na postura, entre várias outras vantagens. A natação para crianças com Síndrome de Down ajuda também no desenvolvimento das habilidades motoras, cognitivas, sociais e emocionais, além de ser uma ótima ferramenta para melhoria na respiração.

As disciplinas relacionadas à Aquáticas (I e II) e de Pedagogia do Esporte, são muito importantes para criar práticas pedagógicas e de movimentos que proporcionem benefícios como os citados acima a crianças com SD.

Seguindo esse raciocínio, entende-se e percebe-se com essa relação mais próxima desse aluno, que os aspectos psicossociais também estão inerentes à inserção desse aluno no esporte, visto que se trata de um momento descontraído, social e que promove bem-estar, influenciando até na autoestima e autoconfiança dos alunos. Isso pode ser expresso e visto na Figura abaixo:

Figura 12: GK sorrindo e satisfeito após a aula de Natação



Fonte: Do autor (2022)

Limongelli *et al.* (2008) observaram as manifestações emocionais de crianças com SD nas aulas de natação e notou que as manifestações são semelhantes, elas

sentem medo do que é estranho, com o primeiro contato com a água, depois sentem prazer por se adaptar a uma situação ao qual não estavam habituadas.

Nas disciplinas cursadas no decorrer do curso é possível aprender muito sobre adaptação em meio hídrico, além das adaptações ao novo, como visto em Psicologia Geral e do Esporte, Aprendizagem Motora e disciplinas de Atividades Aquáticas.

Galiano *et al.* (2020) ainda destacam, que é preciso se pesquisar cada vez mais, novos métodos para se trabalhar com pessoas com SD, e no ensino da natação não é diferente. Ao se descobrir novos métodos é possível trazer cada vez mais pessoas para essa prática, visto que os benefícios apresentados são de bastante impacto e o desenvolvimento do indivíduo é notável.

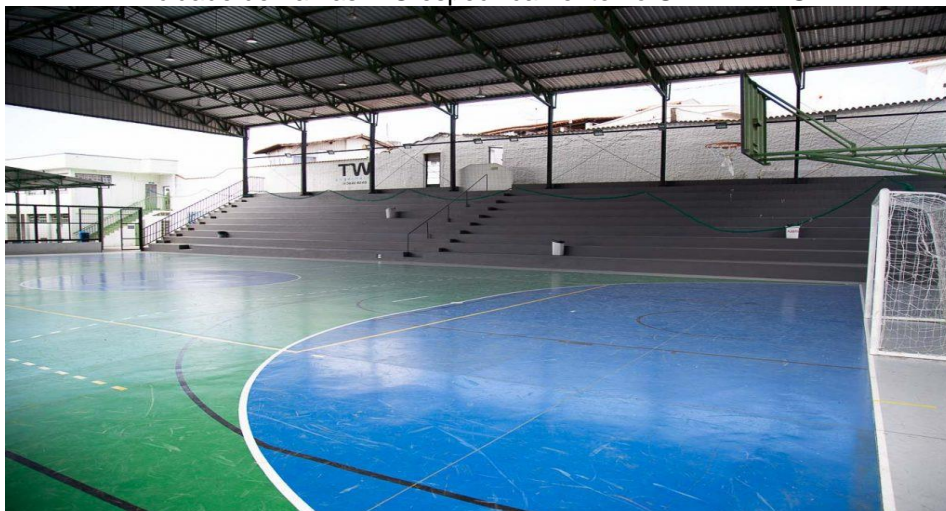
Apesar disso, é de suma importância conhecer as características daquele aluno específico com Síndrome de Down, para que haja maior coerência na seleção das atividades e nas adaptações necessárias, de acordo com as especificidades (VIDO, 2011).

Por fim, percebeu-se que os benefícios sociais são muito importantes, pois participar de uma modalidade esportiva torna-se uma oportunidade de estar incluindo pessoas com e sem deficiência no mesmo espaço, o que contribui ainda mais na socialização e na quebra de barreiras, sendo também, espaço para construção de laços afetivos, como o que construí com meu aluno.

2.3 A PEDAGOGIA DO PARABADMINTON: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE O “1º EXPERIENCE UNILAVRAS DE ESPORTES PARALÍMPICOS”: PAULO SÉRGIO REIS DA SILVA

2.3.1 APRESENTAÇÃO DO LOCAL

Figura 13: Local onde foi realizado o evento “1º Experience Unilavras de Esportes Paralímpicos” na cidade de Lavras-MG especificamente no UNILAVRAS



Fonte: Do autor (2022)

O local escolhido para apresentação deste relato de experiência, foi um evento realizado em uma das disciplinas cursadas por mim, durante minha graduação. No 5º período do curso, deparamos com a disciplina denominada “*Educação Física Adaptada*” lecionada pela professora Mariana Resende. Durante o semestre foi possível vivenciar a prática e teoria de várias deficiências e modalidades esportivas adaptadas como: badminton, vôlei sentado, judô, futebol para cegos, paratletismo, entre outras.

Ao caminhar do semestre, houve um aprofundamento teórico sobre as deficiências e suas principais características e pontos importantes para a prática de exercício e esporte, bem como a prática, com ênfase em diversas modalidades paralímpicas. Nesse sentido, uma das propostas da disciplina era que fizéssemos um evento prático e de vivências, para popularizar e trazer informações e experiências sobre as práticas paralímpicas para a população local do UNILAVRAS, a partir de atividades pedagógicas adaptadas, o “1º Experience Unilavras de Esportes Paralímpicos”.

Deste modo, fomos organizados em grandes grupos, e desenvolvemos atividades pedagógicas, referente à modalidade paralímpica escolhida. Nesta edição foram apresentados: Parabadminton, Tiro com arco paralímpico, Vôlei sentado e Judô paralímpico, modalidades integrantes do quadro Paralímpico atual, além disso, foram expostos diversos pôsteres de muitas outras modalidades pelo pátio, trazendo informações básicas e técnicas de cada esporte.

O local utilizado para esse evento foi a quadra esportiva do próprio Centro Universitário de Lavras, e outros espaços anexos. Assim, o evento ocorreu baseado em rodízios, rodízios internos, nas atividades propostas dentro de cada modalidade, e depois disso, rodízios externos, entre as modalidades presentes, com média de 30-35 minutos para cada esporte.

2.3.2 APRESENTAÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

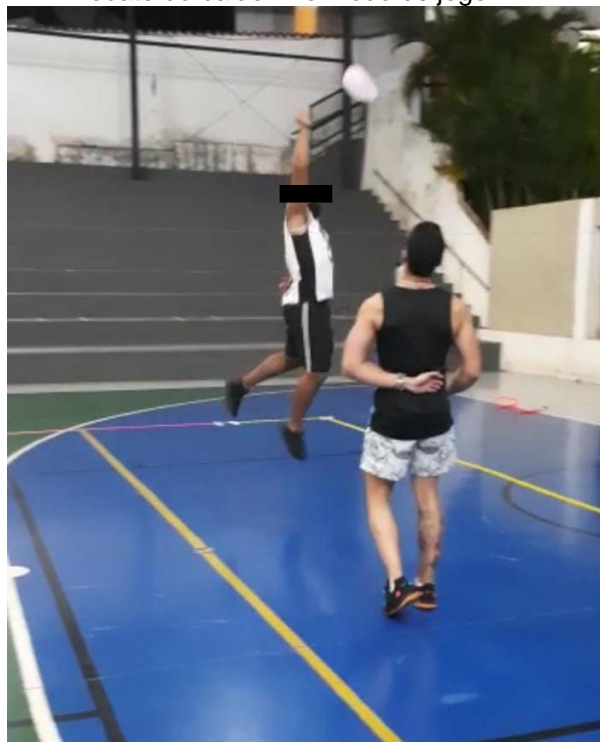
Como mencionado, dentre as modalidades contempladas pelo evento, destacamos o parabadminton como objeto central das discussões desse portfólio, visto que este tema, foi o de minha responsabilidade e de meu grupo, composto pelos alunos Alaff Natan de Jesus da Silva, Ícaro Henrique de Andrade Souza, João, Vinicius Antônio Ribeiro Bernardo, Geraldo Aurélio Braga Lobato Neto, Paulo Sérgio Reis da Silva e Wilson Antônio de Assis Teodoro (Figura 18).

Seguindo a proposta dada pela professora em relação ao evento, o grupo propôs atividades pedagógicas adaptadas no ramo do ensino-aprendizagem do Parabadminton. Com isso, logo de início, surgiu a discussão da importância da inclusão no meio social para as pessoas com deficiência. Para Cidade e Freitas (2014), a inclusão é um processo com grandes impactos nos meios e na mentalidade das pessoas, em busca da valorização e aceitação das diferenças individuais para se ter uma boa convivência na diversidade humana com dignidade e respeito.

E pensando nisso, nada melhor do que partirmos da sensibilização do público sem deficiência (que nesse caso eram alunos, professores e servidores da instituição), os colocando como pessoas “com deficiência” (assentados para a prática esportiva, privando o movimento de algum membro, conduzindo uma cadeira de rodas, utilizando vendas para os olhos” etc.) para que esse sentimento de empatia e o entendimento das condições serem despertadas.

Na elaboração das atividades, o grupo propôs inicialmente, atividades de aquecimento com os instrumentos de jogo, facilitando a familiarização dos equipamentos utilizados para a prática, bem como, dando entrada no jogo adaptado em si. Utilizou-se equipamentos diversos para a realização da adaptação como bambolês, raquetes, fitas adesivas, balões, petecas etc. As atividades de aquecimento foram:

Figura 14: O aluno sem o suporte de um dos braços, executando apenas com o braço dominante, o rebate do balão - no modo de jogo 1x1



Fonte: Do autor (2021)

Primeiro, o aluno deveria seguir um caminho de arcos dispostos no chão, com a privação de uma perna e depois de um dos braços, se deslocando e ao mesmo tempo, controlando o balão com a raquete de badminton. Posteriormente, ele passava para um outro estágio, no qual, em um jogo no formato 1x1, o aluno deveria trocar rebatidas com outro indivíduo, utilizando-se apenas de seu braço dominante, mas ainda com um nível de dificuldade menor, com o uso de balão (este diminui a velocidade de deslocamento no ar, dando maior tempo para o aluno se ajustar e conseguir rebatê-lo).

Balbinotti e De Paula (2009), recomendam em seus estudos que a iniciação dê preferência à aquisição e vivência de variados padrões motores básicos, com pouco foco na técnica, indo do simples ao mais complexo, destacando algumas habilidades como rebatidas a partir de diversos tipos de materiais, bolas, balões, raquetes e com as próprias mãos. Strapasson *et al.*, (2020), complementa, afirmando que a iniciação da prática do parabadminton demonstrou a importância de um projeto pedagógico para sistematizar o processo de ensino-aprendizagem deste esporte adaptado para os alunos com deficiência, utilizando as técnicas específicas, gradualmente por meio da ação pedagógica do professor.

Deste modo, para planejar as atividades, levou-se em consideração o que foi aprendido durante a graduação. Por exemplo, a Aprendizagem Motora e Movimento e Desenvolvimento Humano (MDH), que nos faz entender a importância de se trabalhar as habilidades motoras fundamentais, que no caso do badminton, são muito exigidas. Para Gallahue, Ozmun, Goodway (2013, p.238), a habilidade motora fundamental de manipulação, neste caso, o rebater: “[...] é uma habilidade motora essencial em muitas atividades esportivas, como Badminton, Tênis, Squash, Raquetebol, Voleibol, Beisebol e *softball*”.

Pode-se relacionar também, a disciplina de Biomecânica, que nos permite avaliar e melhorar o desempenho esportivo, melhorar as técnicas dos movimentos, prevenir e reabilitar lesões, além da Psicologia do Esporte, que nos chama atenção para o processo de interação psíquica e benéfica mútua do esporte e o praticante.

Assim, é plausível pensar que o esporte para pessoas com deficiência surge como um importante meio na reabilitação física, psicológica e social, podendo ser reconhecido e agir como um instrumento de inclusão (CARDOSO *et al.*, 2019). Nesse mesmo contexto, para Aguiar e Queiroz (2020), a inclusão pode significar também oportunidade. O esporte paralímpico dá, justamente, oportunidades às pessoas com deficiência de colocarem em prática e até descobrirem suas potencialidades.

Outra atividade pedagógica proposta, que auxilia no aprendizado desta modalidade, foi: o aluno, sentado em uma cadeira, deveria acertar a peteca dentro do bambolê que estava localizado no chão em uma distância de 5 metros. Deste modo, foi simulado, como um cadeirante consegue trabalhar algumas capacidades muito exigidas na modalidade, como a técnica de rebatidas e a precisão. Quidim e Munster (2011), ressaltam que em um programa de iniciação ao parabadminton para crianças em cadeira de rodas, o ideal é que se apresente a maior variedade de ações possíveis em relação aos movimentos e materiais.

Ressalta-se que esse tipo de trabalho executado é importante, pois segundo Steininger *et al.* (2021), a execução dos fundamentos técnicos do Parabadminton exige potência de membros superiores, como o *smash*, por exemplo, que representa um gesto de cortada. Strapasson *et al.* (2018) complementam, enfatizando que a quantidade média de golpes executados por *ralli*, pelos atletas em cadeira de rodas, totalizando 182 batidas na peteca. Assim, entende-se a importância desse tipo de trabalho técnico e de potência dos membros superiores, para aqueles que fazem uso de cadeira de rodas.

Em sequência, na Figura 15, apresentada abaixo, é possível observar mais uma das atividades desenvolvidas por nosso grupo, nesse contexto, foi pedido que os alunos, sem o auxílio de um dos braços, realizassem uma partida de badminton, desta vez já com a peteca e no formato em duplas, colocando em prática as rebatidas apreendidas inicialmente através dos educativos e atividades pedagógicas.

O fato de ser em duplas, facilita o aprendizado, visto que o território de responsabilidade dentro de quadra é menor, e, portanto, o aluno consegue ter um pouco mais de controle sobre o que será de sua responsabilidade. O objetivo central era que houvesse trocas de peteca, sem que ela caísse no chão.

Caso haja dificuldades em executar essa atividade com a peteca, uma peteca maior, feita de garrafa de refrigerante pode ser utilizada, fazendo com que a base de contato fique maior e a velocidade menor, facilitando as execuções técnicas.

Figura 15: Em duplas (modo 2x2), troca de rebatidas com peteca, sem o suporte de um dos braços



Fonte: Do autor (2021)

Para elaborar essa atividade, tivemos a influência das seguintes disciplinas: a Cinesiologia, pois buscamos entender o padrão do movimento, o grau de dificuldade, já que na figura as duplas disputam sem o suporte de um dos braços, e com isso, o desempenho tende a ser reduzido. Já na Educação Física Adaptada, Metodologia do

Treinamento e Fisiologia, auxiliaram na busca por entender como funciona o organismo em relação à prática de exercícios por parte das pessoas com deficiência, entender sobre intensidades, força e o volume ideal para cada atividade proposta, além das adaptações necessárias de materiais, de métodos e arquitetônicas.

Além disso, um outro olhar importante a ser ressaltado, visto na disciplina de Desenvolvimento Motor Humano, a aquisição e refinamento de uma habilidade motora ocorre pela repetição do movimento (SILVEIRA, 2010), entretanto, essa repetição pode se tornar exaustiva e fazer com que o aluno fique desmotivado no processo de aprendizagem, por esse motivo, é necessário sempre variar as aulas, os estímulos e se basear em atividades divertidas e descontraídas, visto que estamos falando de crianças e iniciação esportiva.

Para Jordan *et al.* (2007), as técnicas específicas das modalidades devem ser ensinadas gradualmente, assim como as regras mais rígidas, devendo sempre priorizar trabalhos mais simples, lúdicos e com as devidas adaptações no processo inicial de aprendizagem, reforçando as atividades desenvolvidas no *1º Experience Unilavras de Esportes Paralímpicos*”, bem como nas aulas práticas da disciplina.

Na Figura 18, apresentada a seguir, percebe-se a mesma dinâmica da figura acima, embora nessa ocasião, os alunos estejam privados do auxílio de uma das pernas, simulando a categoria disputada pelos amputados de membros inferiores. Apesar de oficialmente, os atletas jogarem com suas próteses, atividades como essas, podem trabalhar o fortalecimento de membros inferiores, equilíbrio e deslocamento em quadra, além do trabalho de sensibilização para aquelas pessoas sem deficiência entenderem o processo e experimentarem se privar de determinados sentidos e/ou segmentos corporais.

Da mesma forma, foi realizado um jogo 2x2, em duplas e com a peteca, como ilustrado na figura abaixo:

Figura 16: Em duplas (modo 2x2), troca de rebatidas com peteca, sem o suporte de uma das pernas



Fonte: Do autor (2021)

Através da Educação Física Adaptada, foi possível entender como podemos oportunizar às pessoas, atividades que trabalhem suas habilidades, por meio de atividades lúdicas ou técnicas, aperfeiçoando suas capacidades além de auxiliar no seu desenvolvimento (CIDADE; FREITAS, 2014).

Isso foi mencionado nas aulas de Educação Física Adaptada, pela professora Mariana, que por muitas vezes, trouxe atividades que trabalhavam os fundamentos das modalidades, de maneira descontraída e lúdica, oferecendo diversos estímulos ao praticantes e auxiliando no processo de preparação técnica do atleta, na iniciação, como a aprendizagem de movimentos específicos do badminton, o controle da peteca, os deslocamentos em quadra, a agilidade no modo de jogo assentado (para cadeirantes), dentre outros processos.

Para Rosseto (2006), a inclusão deve ser propiciada nos mais variados espaços, de modo a seguir o lema “Educação para Todos”, indo além da legislação e de fato, proporcionando oportunidades a essas pessoas, dentro de diversos ambientes, inclusive o esporte, como é o nosso caso. Todas as formas de exercício físico podem promover benefícios à saúde, se realizadas regularmente e com duração

e intensidade suficientes (WHO, 2018), vale lembrar que, como aprendido na disciplina de adaptada, quando se trata de pessoas com deficiência, é preciso conhecer bem a deficiência, suas causas e consequências, para assim, propor adaptações adequadas e eficientes.

Como visto na disciplina de Pedagogia do Esporte, devemos considerar em uma avaliação da prática do sujeito, três principais pilares, o tático-técnico, socioeducativo e por fim, o histórico-cultural, o que é confirmado por Leonardi et al. (2017).

Outro conteúdo aprendido ao longo da minha formação no curso que contribuiu para as atividades foi a Metodologia do Treinamento, que sempre destacou o quão importante é o processo de individualidade na questão de elaboração de programas de treinamento. Buscando sempre uma adaptação ao aluno e ir progredindo de acordo com seu desenvolvimento, aperfeiçoando o condicionamento físico e conseqüentemente muita das vezes o mental, tendo influência direta nas tarefas do dia a dia do indivíduo.

Além disso, foram trabalhadas atividades como saques, com os alunos assentados em cadeiras e com as privações do uso de algum dos braços ou pernas. Tal proposta, auxiliava no trabalho de refinamento técnico do uso da peteca.

Além das atividades, um dos membros do grupo, ficou incumbido de informar os praticantes sobre a modalidade, explicando suas principais regras e a divisão das classes funcionais esportivas. Isso é importante, para que o praticante perceba a intencionalidade do que está realizando, tenha noção básica da modalidade e entenda os princípios dela.

É muito importante que o aluno perceba intencionalidade nas atividades, comece a identificar os gestos técnicos, entender regras principais, saber a essência da modalidade, dentre outros aspectos. O termo intencionalidade, provém de intenção, e é adotado no conceito que orienta a prática humana, ou seja, o faz entender o porquê realiza determinada ação, tendo papel formativo (SEVERINO, 2003).

Figura 17: Aluno integrante do grupo, responsável pelas informações teóricas sobre a modalidade e demais explicações.



Fonte: Do autor (2021)

Como reforçado no evento, segundo o Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB (s/d), o Badminton é uma modalidade direcionada oficialmente às pessoas com deficiência física, que podem se locomover em cadeiras de rodas ou sobre as próprias pernas/próteses, que utilizam uma raquete e devem golpear uma peteca, a modo que ela passe para a quadra adversária. Essa modalidade pode ser disputada de forma individual ou em duplas (feminina, masculina ou mistas).

Ainda, de acordo com o Comitê (s/d), os atletas são distribuídos em seis classes funcionais esportivas diferentes, variando de WH1 a WH2 para cadeirantes; SL3 – SL4, pessoas com deficiência nos membros inferiores que andam; SU5 pessoas com deficiência nos membros superiores; e SS6, destinada às pessoas com baixa estatura.

Em relação às disciplinas relacionadas, é evidente que na Educação Física Adaptada, a professora nos explicou e caracterizou cada modalidade, incluindo o Badminton, que naquela época tinha acabado de ser incluída no quadro de modalidades Paralímpicas oficiais, tendo sua estreia nos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020.

Sequencialmente, pode-se citar também, disciplinas como Esportes de Rede, Parede e Rebote e Psicomotricidade, que nos faz entender que o badminton é uma modalidade que se encaixa na classificação de rede parede e rebote, pois, sua função dentro do jogo é lançar, bater ou arremessar a peteca para a quadra adversária, dificultando que seu adversário o rebata de volta e conquiste o ponto. Em relação à Psicomotricidade, o objetivo é estudar o ser através de seu movimento em relação ao mundo, entendendo o processo de maturação, dentre eles: cognitivo, afetivo, emocional, motor, lateralidade, organização espacial-temporal, esquema corporal etc.

Na imagem abaixo, Figura 18, será apresentada a equipe responsável pelas propostas das atividades citadas ao longo deste relato de experiência, com foco no Badminton. Vale lembrar que para propor essas atividades descritas acima, o grupo realizou pesquisas específicas, buscando entender mais sobre a prática, bem como, dinamizá-la às pessoas que iriam experimentar a modalidade, principalmente pelo fato de estarem privadas de muitas funções no momento.

Figura 18: Alunos responsáveis por elaborar as atividades pedagógicas-adaptadas no ramo do badminton no “1º Experience Unilavras de Esportes Paralímpicos”.



Fonte: Do autor (2021)

No contexto geral, as disciplinas de Esportes de rede, parede e rebote, Educação Física Adaptada e Organização de Eventos Esportivos, tiveram muita influência na organização e desenvolvimento desse evento. Nelas, foram aprendidas

regras básicas sobre a modalidade, as maneiras de pensar e planejar as atividades para pessoas com deficiência e por fim, entender e colocar em prática para que o evento ocorresse de forma dinâmica e interessante aos participantes.

Acho válido ressaltar sobre a importância de eventos como esse e desse trabalho em proporcionar tais vivências para pessoas com deficiência. O evento é uma importante estratégia para alavancarmos esse tema dentro do curso, através de marketing, exposição cultural da modalidade fazem com que alcancemos objetivos e conhecimento para a sociedade.

A Educação Paralímpica tem por objetivo: criar uma compreensão e um olhar positivo em relação às pessoas com deficiência; fomentar o esporte paralímpico e adaptado; auxiliar os jovens com deficiência a entenderem seus direitos de acesso e participação no esporte; conscientizar sobre os valores e ideias do movimento paralímpico; criar programas direcionadas às práticas esportivas para acesso de todos (INTERNATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE, 2006).

Passos (2009), por sua vez, acredita que muitos cursos de graduação em Educação Física têm buscado oferecer aos seus alunos, experiências e conhecimentos na área da Educação Física Adaptada, que auxiliarão em suas formações como futuros profissionais, oferecendo subsídios para trabalharem com esse público.

As pesquisas realizadas com o Parabadminton, ainda são recentes e poucas na literatura, mas é indiscutível a importância da inclusão de crianças e jovens com algum tipo de deficiência em programas ligados ao esporte, tanto para seus desenvolvimentos, quanto para a melhora da qualidade de vida. Isso, se torna ainda mais importante, pois pesquisas de autores como Rimmer e Rowland (2008), trazem que crianças com deficiência são menos ativas que aquelas sem deficiência, justamente por sofrerem com a falta de oportunidades (STRAPASSON, 2016; SHIELDS; SYNNOT; BARR, 2011).

Por fim, para Rosado (2009), o sistema educativo e desportivo deve ter um papel decisivo no desenvolvimento pessoal, social e moral e no desenvolvimento de competências de vida e do carácter dos participantes que lhe são confiados. Isto vai de encontro à minha perspectiva, dentro daquilo que deve ser a Educação Física, que vai muito além do domínio das habilidades técnicas.

2.4 INICIAÇÃO DO VÔLEI SENTADO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DA DISCIPLINA EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA: VINICIUS ANTÔNIO RIBEIRO BERNARDO

2.4.1 APRESENTAÇÃO DO LOCAL

Figura 19: Instalação onde foram aplicadas as aulas práticas da disciplina Educação Física Adaptada



Fonte: Do autor (2021).

O relato da experiência ocorreu durante as aulas práticas e teóricas, sobre a modalidade do Vôlei Sentado, da disciplina de Educação Física Adaptada, que foi aplicada pela professora Mariana Resende. Durante as aulas práticas, vivenciamos atividades pedagógicas do ensino-aprendizagem do Vôlei Sentado. Com isso, nós alunos, entendemos a ideia central da modalidade e suas principais características.

Nesse sentido, serão utilizados relatos das aulas teóricas juntamente com as práticas como base para construção desse trabalho, pois através das aulas, obtivemos melhores informações sobre as principais deficiências, suas causas, classificação funcional esportiva, sobre a modalidade, características, aprendizagem da modalidade, entre outros.

Como nessa ocasião, vivíamos durante a pandemia, a primeira metade das aulas dessa disciplina ocorreram de forma remota, já a segunda metade ocorreu de forma presencial. As atividades práticas ocorreram na quadra do Centro Universitário de Lavras – UNILAVRAS.

2.4.2 APRESENTAÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

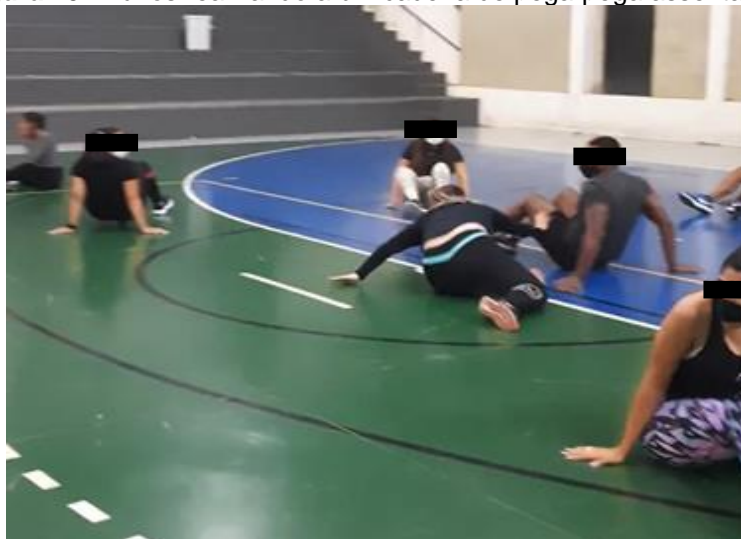
Antes de começar, torna-se importante o leitor entender um pouco sobre o esporte. Trata-se de uma modalidade destinada às pessoas que possuem deficiência física, como amputações de membros superiores e inferiores, paralisia cerebral, lesão medular, poliomielite, displasia, luxação no quadril, pessoas que utilizam próteses total no joelho ou quadril, insuficiência vascular nos membros inferiores e/ou mínimas deficiências, como amputações de dedos, baixa flexão de ombros, cotovelos sem mobilidades etc. (MEDEIROS; RIBEIRO; DE OLIVEIRA, 2012).

Surgiu na Holanda, em 1956, a partir de uma combinação de Atletismo e Sitzball, uma modalidade de origem alemã, sem rede, que jogavam assentados. Com o tempo, as pessoas buscavam algo mais dinâmico que o Sitzball, postando, a prática do vôlei sentado começou a se difundir pela região, posteriormente, tomando proporções maiores (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE VÔLEI PARA DEFICIENTES - WOVD, 2007).

Chegou ao Brasil muito tempo depois, no final do ano de 2002, com um torneio realizado em São Paulo, de forma discreta, depois disso, em 2003, foi fundada a Confederação Brasileira de Voleibol para Deficientes (CBVD), o que foi um divisor de águas para a modalidade no Brasil, contribuindo muito para seu crescimento e popularização.

Nesse sentido, as aulas foram direcionadas a entender como seria possível aplicarmos essa prática, no nosso dia a dia, dando continuidade a essa popularização e prática no país.

Figura 20: Alunos realizando a brincadeira de pega-pega assentados



Fonte: Do autor (2021)

Na imagem acima, foi aplicada a primeira atividade, uma atividade de pega-pega sentado para familiarização com o deslocamento de glúteos no solo, o princípio da modalidade. No deslocamento e movimentação do jogador pela quadra, no vôlei sentado, o jogador deve-se utilizar dos membros superiores para se locomover. Nos deslocamentos para o lado, a palma da mão do jogador deve ficar em contato com o solo direcionadas para fora, e nos deslocamentos para frente e para trás, devem ficar direcionadas para dentro.

Vale lembrar que segundo a técnica da modalidade, para se deslocar, os glúteos podem perder contato com o solo, mas nos momentos de realização de fundamentos técnicos, eles devem, obrigatoriamente, estar em contato com o solo.

Segundo Forteza e Farto (2007), no vôlei sentado, componentes de aptidão física são muito importantes para que o atleta possa ter uma boa *performance* esportiva como flexibilidade, potência, força e velocidade na posição sentado, porém, a agilidade é fundamental para o treinamento de um praticante da modalidade.

Outro fator importante, associado a mobilidade e agilidade no vôlei sentado e o posicionamento das mãos, não somente para melhorar a força de propulsão sobre o chão e aumentar a velocidade de deslocamento, mas para fazer com que os atletas tenham reações mais rápidas e adequadas durante a partida de acordo com a situação do jogo (SINGHAL *et al.*, 2013; ZERGER, 2008).

Estudos recentes de Singhal *et al.* (2013), mostraram que a posição das mãos lateral ao corpo no chão permite que os deslocamentos sejam feitos de maneira mais rápida, quando comparado com as mãos em outras direções. Logo com a contribuição dos membros inferiores e tronco e a posição correta das mãos no solo para poder vencer a inércia, melhorando assim o tempo de deslocamento (ZERGER, 2008).

Como visto na disciplina de Metodologia das Lutas, com o professor Alysson dos Anjos, brincadeiras lúdicas baseadas no princípio das regras de alguns esportes são uma boa opção para iniciar o treinamento de um determinado esporte. Com essa atividade do pega-pega sentado, onde através da atividade lúdica passa-se o princípio de locomoção do vôlei sentado. No mesmo princípio aplica-se a aula que tivemos em Educação Física Adaptada, onde realizamos a atividade para fins de aprendizado de características do esporte em si, mas também entendemos um pouco como é a vida de uma pessoa com deficiência.

Juntamente com a disciplina de Esportes de Marca, tivemos aulas práticas e testes a respeito da mobilidade, agilidade, resistência aeróbica e anaeróbica nos

esportes, onde observamos que uma boa aptidão física e boa agilidade durante uma partida é algo essencial para uma boa *performance*, afirmando a teoria de que para a iniciação do vôlei sentado, locomoção e agilidade são fundamentais a ser ensinados.

Figura 21: Alunos em trios assentados, passando a bola para os colegas utilizando toque e manchete



Fonte: Do autor (2021)

Como pode-se observar na imagem, em sequência, formou-se trios de alunos, onde os mesmos, sentados em roda, passavam a bola entre si, utilizando apenas manchete e passe para que se acostumassem com os movimentos da forma correta, lembrando sempre de permanecerem sentados sem poder se levantar. Importante realizar tal exercício para também se aproximarem da realidade assentada, combinando os gestos técnicos e fundamentos da modalidade com a postura adequada de sua prática. Isso porque, no vôlei sentado é obrigatório que os jogadores tenham uma parte dos glúteos tocando o solo enquanto estiverem passando a bola, atacando, bloqueando, recebendo, ou levantando para um companheiro atacar (MEDEIROS; RIBEIRO; DE OLIVEIRA, 2012).

Deste modo, os alunos conseguem colocar em prática tanto os gestos técnicos, quanto os deslocamentos menores, feitos para resgatar a bola, na brincadeira de trios.

Em atividades lúdicas, onde se priorizam o passe e a manchete, caso ocorra

de os praticantes encontrarem dificuldades os responsáveis pela atividade podem tomar medidas para tais problemas como por exemplo utilizar bolas mais leves e maiores e até mesmo utilizar piso almofadado para ajudar no deslocamento para chegar até a bola (INFANTE; SILVA; COIMBRA, 2016).

Como visto na disciplina de Metodologia do Treinamento, com o professor Juliano Guedes, criar uma periodização de treinamento é essencial para a iniciação de uma modalidade, como mostrado até o momento, através de atividades lúdicas estamos executando os princípios do vôlei sentado, para que após o costume dos princípios aprendidos de formas lúdicas, iniciarmos atividades onde agregaremos mais de um princípio até atingirmos a fase onde o jogador consiga efetuar mais de uma ação ao mesmo tempo sem dificuldades, e assim partir para treinos mais específicos.

Esse tipo de aprendizado vivenciamos em Esporte de Marca 2, com o professor Pablo Ramon, onde realizamos atividades que não eram totalmente relacionadas a certa modalidade, porém tinham princípios importantes da mesma onde a partir deles depois, no aprendizado da modalidade em si, se tornavam mais fáceis a absorção dos movimentos, táticas e ações durante o treinamento e jogo.

Juntamente com a evolução de habilidade durante as atividades lúdicas a pessoa com deficiência irá conquistar muitos outros fatores sociais positivos, como vimos na matéria de Psicologia Geral e Social e Psicologia do Esporte, ela irá adquirir maior autoconfiança, irá se socializar com outras pessoas, criar amizades, autodisciplina etc.

Além disso, como visto na imagem abaixo, outra atividade semelhante à anterior, também foi realizada. Nesta atividade, em duplas, simulando um aquecimento realizado no vôlei convencional antes dos treinos e jogos, há troca de bolas quicando, aéreas, com toques, manchetes e toque-cortada, ataques, dentre outros, ou seja, colocando em prática os principais fundamentos da modalidade, deste modo, essa mesma proposta consegue ser realizada, de maneira assentada.

Figura 22: Alunos realizando trocas de bolas em duplas, efetuando manchetes, toques e ataques



Fonte: Do autor (2021)

Segundo Vute (2009), o vôlei sentado, assim como no vôlei convencional, permite três toques na bola para passar a mesma para a quadra adversária, sendo a recepção, levantamento e ataque nessa sequência. Logo no ataque o levantador tem uma função muito importante pois é ele quem organiza a jogada e é preciso ter uma boa precisão no passe, deste modo, esse tipo de atividade demonstrado acima, torna-se importante.

Outro ponto muito interessante, citado por Macedo (2005) é sobre a recepção, que pode ser realizada como toque ou manchete. No vôlei convencional é mais utilizado da manchete para receber uma bola como no saque por exemplo pois o toque pode acarretar um erro na recepção mais facilmente, porém no vôlei sentado o toque é mais utilizado devido às características de posicionamento e deslocamento da modalidade adaptada.

Já sobre o ataque, Macedo (2005) destaca que pode ser realizado como forma de largada, passe ou remate. Sendo o remate o mais utilizado nas jogadas, pois nele o jogador golpeia a bola contra o chão da quadra adversária. Já na largada o jogador utiliza as pontas dos dedos na bola e a direciona em algum local da quadra adversária desprotegida, já o passe o jogador lança a bola por meio de uma manchete ou toque.

Uma matéria fundamental que contribuiu para o entendimento dessa atividade, foi a Educação Física Adaptada, pois através dela foram repassadas informações e orientações importantes, como o fato de não poder tirar os glúteos do solo, ao realizar gestos técnicos, utilizar as mãos para se deslocar no solo e os movimentos/fundamentos específicos como passe e manchete para jogar a bola para o parceiro.

Outra disciplina de destaque, é a Cinesiologia, pois através dela foi possível utilizar o padrão de movimento mais adequado, pois com as limitações utilizadas na atividade o desempenho da *performance* tende a ser comprometido.

Além disso, a disciplina de Esportes de Rede, Parede e Rebote, as aulas sobre o vôlei nos possibilitou entender as regras, conhecer os fundamentos e as posições das mãos e braços para poder passar para os participantes conseguirem executar o passe e manchete da maneira correta, para se ter uma melhor precisão deles. Em conjunto com a matéria de Metodologia do Treinamento, onde aprendemos que uma periodização de treinamento é fundamental para uma iniciação.

A próxima atividade realizada, foi uma atividade lúdica, que também tinha como foco o trabalho direcionado ao deslocamento específico da modalidade, bem como da agilidade e velocidade dos jogadores.

Figura 23: Brincadeira “bobinho” - realizando deslocamentos assentados e gestos técnicos específicos



Fonte: Do autor (2021)

Segundo Carvalho, Gorla e Araújo (2013) o deslocamento proporciona a base para todos os outros fundamentos, pois, antes de realizar um ataque, defesa, passe ou bloqueio, o indivíduo deve se deslocar até o local ideal e mais adequado da quadra para conseguir efetuar tal ação com êxito.

Como visto na Pedagogia do Esporte, existe uma preocupação e importância em criar práticas pedagógicas e de movimentos, o que auxiliou muito na escolha e separação dessa atividade. Seguindo a sequência lúdica, o “bobinho”, objetiva treinar o deslocamento em agilidade e velocidade, no qual o aluno que estiver no meio, deverá se deslocar em busca da bola, enquanto os outros dois alunos das extremidades, trocam passes usando fundamentos específicos do Vôlei, como manchete, toques, saques e ataques.

Ainda sobre o deslocamento, para Zerger (2008) é muito importante que se realize trabalhos de velocidade e de coordenação, já que muitos músculos utilizados no deslocamento também são utilizados em gestos técnicos dos fundamentos exigindo do praticante rapidez para se deslocar com membros superiores, se posicionar e ainda realizar ações de contato com a bola, que serão escolhidos de acordo com a situação do jogo.

Ainda para esse mesmo autor, o trabalho direcionado ao fundamento de defesa deve ser priorizado principalmente em ocasiões de defesa, pois o jogador deve ficar em uma posição de expectativa com uma postura que o possibilite ter uma reação rápida de deslocamento, de acordo com as ações do adversário, com os braços próximos ao solo e preparados para um possível rápido deslocamento (ZERGER, 2008).

Como vimos em Esporte de Marca 1, criar atividades lúdicas onde são utilizados os fundamentos de determinado esporte, é uma ótima maneira de iniciar o aprendizado de pessoas naquele desporto, pois como no exemplo da brincadeira utilizada na imagem, o “bobinho” foi utilizado para trabalhar tocar de bola, em manchete e passe, deixando mais fácil e agradável o aprendizado dos fundamentos, ao invés de ensiná-los se baseado apenas no tecnicismo.

Além dessa matéria, outras específicas como a disciplina de Rede, Parede e Rebote I e II também contribuíram para os entendimentos técnicos da modalidade.

Figura 24: Alunos realizando um minijogo, em quadra menor, com mais de 6 alunos em cada time



Fonte: Do autor (2021)

Vê-se na figura acima, a realização de um minijogo em uma quadra menor, com uma rede adaptada com um elástico, com times compostos por mais de 6 jogadores com o objetivo de facilitar a dinâmica. O minijogo foi realizado utilizando as regras e princípios do vôlei sentado. Outras opções apresentadas pela professora, além dessas adaptações para facilitar o jogo, foram: permissão de um quique, uso de bolas maiores e mais leves e mais de três toques por equipe.

Essas estratégias foram essenciais na prática, visto que facilita esse contato inicial na quadra e os alunos conseguem ter maior familiarização com a modalidade e seus movimentos.

De acordo com Sanchotene (2017), o vôlei sentado é uma adaptação do voleibol olímpico, tendo os mesmos princípios de jogo como, evitar que a bola caia no chão do seu campo, utilizar apenas 3 toques na bola, tentar realizar ponto na equipe adversária, substituições dos jogadores por set, pontuação de cada set, número de jogadores durante as partidas, entre várias outras, porém, como trata-se de um aprendizado, pode-se utilizar de artifícios pedagógicos que facilitam esse processo,

como os apresentados acima, baseados na ludicidade.

Com essas grandes semelhanças entre as modalidades adaptadas e convencionais, os métodos de treinamento também são parecidos, pois segundo as definições de Pirolo e Pirolo (1998), no treinamento tático se pode realizar de maneira coletiva ou individual, sendo na individual focando por exemplo no saque, cortada, bloqueio, deslocamento ou manchete e no coletivo ataques combinados e também defesa combinada juntamente com jogadas ensaiadas. Já no técnico se trabalha os fundamentos como toque, manchete, deslocamento, saque, bloqueio entre outros.

De acordo com Rocha e Barbanti (2004), assim como no vôlei convencional, o vôlei sentado necessita de um bom desempenho técnico e tático dos jogadores, tanto individual quanto coletivo, como na execução dos fundamentos básicos de saque, recepção, levantamento, ataque, bloqueio e defesa, e em um dos principais fundamentos que é o deslocamento realizado pelas mãos no solo.

Tanto o vôlei convencional, quanto o vôlei sentado, possuem muitas semelhanças em suas regras e princípios. Com a disciplina de Esporte de Rede, Parede e Rebote, que nos foi lecionada pelo professor Alysson dos Anjos, tivemos muitas vivências com o vôlei, o que contribuiu para execução precisa de algumas regras durante o minijogo, como por exemplo, ser permitidos apenas 3 toques na bola, a rotação dos jogadores dentro da quadra, a posição de onde se deveria sacar, bloqueio, entre outros.

Juntamente com as aulas da disciplina de Educação Física Adaptada, ficou ainda mais fácil para a realização do minijogo, pois com um grande conhecimento das regras que adquirimos nas aulas de esporte de rede, parede e rebote e o conhecimento que adquirimos sobre as deficiências na disciplina de adaptadas chegamos bem perto da vivência de uma pessoa com deficiência.

Sobre conceitos táticos e técnicos como vivenciamos na disciplina de Metodologia do Treinamento, criar uma periodização de treinamento é algo crucial, pois através dela se tem um maior controle sobre pontos fracos a serem trabalhados e melhorados e pontos positivos a serem aperfeiçoados, e para conseguir traçar um objetivo futuro para que o praticante esteja sempre em evolução.

2.5 ANÁLISE DE MÉTODOS PEDAGÓGICOS PARA INICIAÇÃO DO FUTEBOL PARA CEGOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA - WILSON ANTÔNIO DE ASSIS TEODORO

2.5.1 APRESENTAÇÃO DO LOCAL

Figura 25: Instalação física onde ocorriam as aulas práticas da disciplina Educação Física Adaptada



Fonte: Do autor (2021)

Como já citado anteriormente, o local escolhido para relato de experiência foram as aulas teóricas-práticas, em específico, nas aulas que abordavam o Futebol para Cegos, da disciplina de Educação Física Adaptada da professora Mariana Resende.

Nessas aulas, foram vivenciadas atividades pedagógicas utilizadas no ensino-aprendizagem da modalidade para pessoas com deficiência visual. Nesta temática, nós alunos, nos vendemos em todas as atividades práticas, podendo nos sensibilizar com o fato de ser uma pessoa com deficiência e vivenciar a realidade dessas pessoas. Além disso, as aulas teóricas, também serão abordadas, visto que estas nos deram suporte teórico para entender melhor a deficiência, como suas características, causas, classificação funcional esportiva, condutas profissionais adequadas e aspectos relacionados às práticas esportivas x deficiência visual.

As aulas teóricas aconteceram em sua maioria, de maneira *online*, visto que ela foi lecionada durante o período de pandemia e já no meio do período em diante, de maneira presencial na sala de aula, enquanto as aulas práticas ocorriam na quadra situada no Centro Universitário de Lavras – UNILAVRAS, como pode ser visto na imagem abaixo:

2.5.2. APRESENTAÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

A prática esportiva por parte de pessoas com deficiência (PcD's) é de suma importância, por diversos motivos, sejam eles reabilitação, inclusão, alto rendimento e lazer. Sabe-se que, muitas vezes, esse público de PcD's ainda é deixado de lado, menosprezado e excluído por diversas vezes, no qual os profissionais tendem a levar em consideração apenas as limitações (COELHO; MOREIRA; VILANI, 2007). Algo muito mencionado na disciplina pela professora Mariana era justamente essa mudança de olhar, o fato do profissional “virar a chave” e parar de focar apenas nas limitações, desenvolvendo trabalhos baseados nas potencialidades desses alunos.

Segundo IBSA (2006), a prática do futebol de cinco, surgiu na Espanha em meados da década de 1920, em instituições especializadas para esse público, com cunho recreativo para os alunos com deficiência visual. A partir daí, sua prática vem sendo difundida e está cada vez mais em evidência, evoluindo passo a passo, reconstruindo-se e ressignificando-se a cada contexto.

De acordo com Castelli e Fontes (2006), os primeiros institutos a iniciarem a prática do futebol para cegos no Brasil foram: Instituto Santa Luzia (Porto Alegre), Instituto Padre Chico (São Paulo) e o Instituto Benjamin Constant (Rio de Janeiro), este último, o instituto de maior referência em reabilitação do Brasil. Em alguns casos, as crianças com deficiência visual começaram a praticar o futebol em ambientes informais, pela convivência com outras crianças sem deficiência.

Nesse sentido, na disciplina de Educação Física Adaptada, foram realizadas diversas atividades focadas no ensino de Futebol para cegos, com ênfase nas potencialidades e em tudo que o aluno poderia executar. O método optado pela professora, para o desenvolvimento das atividades foi o método parcial, que segundo Costa (2003, p. 86) se refere à:

O método parcial consiste no ensino por partes do jogo de futsal, por meio do desenvolvimento dos fundamentos e das habilidades motoras que compõem o jogo por etapas, para chegar ao final da aprendizagem agrupando no todo. Esse modelo surgiu, primeiramente, nos esportes individuais (COSTA, 2003, p. 86).

As atividades iniciais foram direcionadas à exploração dos espaços e formas de deslocamento, como mostrado na imagem abaixo:

Figura 26: Aluna com os olhos vendados, correndo em direção ao guia através das palmas



Fonte: Do autor (2021)

Na Figura 26, pode ser observado como deve ser trabalhado, inicialmente, a modalidade. O primeiro passo necessário é a exploração do local de prática, e para isso, pode-se realizar atividades como deslocamentos guiados por um elástico ou corda, caminhando e posteriormente em velocidade, seguidos de um deslocamento livre em velocidade, no qual o aluno se orienta pelos sons das palmas, apitos ou bipes. Para isso, é muito importante que o ambiente esteja silencioso, evitando assim, interferências de sons e perturbações na orientação do aluno com deficiência visual, o que também precisa ser trabalhado com a turma.

Como visto na literatura, para a prática dessa modalidade, além de desenvolver e refinar fundamentos específicos, como condução de bola, passe, chute, marcação e dribles, a orientação espacial é de fundamental importância (SOUZA; CAMPOS; GORLA, 2014; MORATO, 2007).

Como a quadra do futebol de cinco é dividida em três terços, em cada um destes uma pessoa é responsável pela orientação dos atletas, passando informações sobre o posicionamento dos adversários, de modo que não prejudique a atuação dos jogadores, por esse motivo, a audição torna-se um grande aliado dos jogadores e trabalhos como o demonstrado acima, tornam-se fundamentais (FREITA-JUNIOR, 2019). Felipe e Felipe (1997) corroboram, afirmando que a orientação espacial é alcançada através da utilização da audição, do tato, da consciência cinestésica, do olfato e da visão residual, em alguns casos. O tato é o sentido que reside com maior intensidade para a pessoa com deficiência visual, representando um meio de suma importância para o reconhecimento do ambiente (COBO; RODRIGUEZ; BUENO, 2003).

Assim, cita-se a própria disciplina de Educação Física Adaptada que nos trouxe conhecimento acerca das maneiras distintas de lidar e ensinar uma pessoa cega, bem como adotar atividades em progressões adequadas, como visto nas disciplinas de Pedagogia do Esporte e MDH.

Além disso, a disciplina de Psicologia do Esporte, também nos fez entender como a evolução de habilidade durante as atividades faz o sujeito obter maior autoconfiança e com isso, se reflete em uma maior autonomia na vida cotidiana, fora do esporte.

Figuras 27: Alunos com olhos vendados, conduzindo a bola com ajuda do guia, através do barulho do chocalho e de palmas.



Fonte: Do autor (2021)

Após reconhecimento do local e uma noção espacial e de deslocamento, pouco a pouco, elementos da modalidade devem ser inseridos, como o deslocamento com a bola. Como visto na Figura 27, esse trabalho pode ser feito de forma adaptada, caso não possua uma bola apropriada com guizo, com o uso de sacolas plásticas que emitem sons ao rolar no solo. Além disso, nessa introdução da bola, o ideal é que haja outro tipo de efeito sonoro norteador, além da bola, como é o caso do aluno que balança uma bola com guizo à frente do aluno, o guiando em linha reta ou emite sons com palmas.

Morato (2007), diz que no Brasil, no período de 1950, a prática desta modalidade era realizada através de latas, garrafas e bolas convencionais revestidas com sacolas, para produzir um mecanismo sonoro para a localização da bola, assim, as pessoas com deficiência visual jogavam futebol em instituições educacionais especializadas para este público.

Castelli e Fontes (2006) ainda complementa, afirmando que antes do jogo chegar ao formato atual, as pessoas com deficiência visual buscavam adaptações para jogar o futebol convencional, como sacos plásticos revestindo a bola, chutava latas e tampas, colocavam pedras dentro de garrafas plásticas, além de criar bolas que emitissem sons quando estivessem em movimento.

A audição, nessa situação, continua tendo papel fundamental, nesse caso, autores como Cobo, Rodriguez e Bueno (2003), apresentam um papel triplo quando se trata de pessoas com deficiência visual, pois proporciona informação do meio, auxilia na orientação espacial e fornece dados para uma orientação independente pelo ambiente, justamente o que ocorre, quando o sujeito é guiado pelo guizo da bola e tenta controlá-la através de seu som.

Juntamente com a disciplina de Esportes de Marca, tivemos aulas práticas e testes a respeito da mobilidade, agilidade, resistência aeróbica e anaeróbica nos esportes, onde observamos que uma boa aptidão física e boa agilidade durante uma partida é algo essencial para uma boa *performance*, afirmando a teoria de que para a iniciação do futebol de cegos, locomoção e agilidade são fundamentais a ser ensinado.

Sobre conceitos táticos e técnicos como vivenciamos na disciplina de Esportes de Invasão, tivemos uma base teórica sobre os fundamentos do futebol, que apesar de se diferir em alguns momentos, do esporte convencional, também apresenta pontos em comum ou bem semelhantes.

Já na disciplina de Educação Física Adaptada ficou ainda mais fácil para a realização do jogo e das atividades propostas, com a aquisição do conhecimento das regras específicas que adquirimos nas aulas, bem como as adaptações necessárias ou estratégicas, para conseguirmos aliar a prática à realidade da pessoa com deficiência.

Figura 28: Aluno conduzindo a bola, utilizando a técnica apropriada do futebol de cegos, com suporte do guia com estímulo auditivo.



Fonte: Do autor (2021)

Outro ponto importante que deve ser trabalhado, é a técnica de condução de bola, na qual, a condução da bola pelo cego deve acontecer de maneira que o aluno não perca o contato da bola com os pés, podendo ser efetuada entre os jogadores, fazendo com que ela se desloque de um pé para o outro. Deste modo, essa atividade foi trabalhada da seguinte forma: A professora distribuiu os alunos em duas filas, uma de frente para a outra. O aluno deveria se deslocar até o outro, realizando a técnica de condução, até chegar no colega que o estava esperando do outro lado, que tomará posse da bola e realizará a mesma movimentação. Os alunos continuam sendo guiados pelos sons.

Caso ainda não haja noção espacial ou ouvido adequado para guiá-lo, essa mesma atividade pode ser realizada com a ajuda do barbante guia. Quanto ao domínio

de bola, ela se dá pelo som emitido pelo guizo interno ou pelo som emitido pelas sacolas plásticas que podem envolver a bola, como forma de adaptação.

A bola do Futebol de Cinco é igual à de Futsal, porém possui guizos dentro para que os jogadores possam localizá-la (FREIRE; MORATO, 2012) e não a perder ao executar seu deslocamento em posse dela. Os aspectos técnicos-táticos da modalidade também foram estudados sendo indicados como parte indispensável do treinamento desses atletas. O treinamento dos fundamentos técnicos em uma modalidade é necessário para eficiente aprendizagem e aplicabilidade da tática nos esportes coletivos (BIANCO, 2006).

Essa técnica representada é específica do Futebol de Cegos, e consiste em acontecer de maneira que o aluno não perca o contato da bola, fazendo com que ela se desloque de um pé para o outro, lateralmente (CASTELLI; FONTES, 2006).

Torna-se importante esse tipo de trabalho, pois em ações ofensivas a bola é referência para as ações táticas e técnicas, como a condução de bola, o passe e a recepção, além da movimentação dos atacantes sem a posse de bola (o que foi trabalhado nas atividades apresentadas acima), que se orientam por sons para buscarem melhores condições de finalização (MORATO *et al.*, 2011), assim como vimos na disciplina de Educação Física Adaptada.

Nas disciplinas de Metodologia do Treinamento e Prescrição do Exercício Físico, foi possível entender sobre as melhores adequações e prescrições das atividades, considerando as individualidades, bem como os métodos, intensidades e volumes mais apropriados.

Figura 29: Aluno com os olhos vendados, batendo pênalti com ajuda do chamador.



Fonte: Do autor (2021)

No Futebol para cegos, outro fator importante a ser estimulado e trabalhado na iniciação é o chute a gol, guiado pelos chamadores. Como visto ao longo do trabalho, o fato dos jogadores serem orientados por guias durante o jogo, bem como, pelos guizos nas bolas, exige que os ouvidos dos atletas sejam mais sensíveis e seu senso de localização também. No caso apresentado na figura acima, em situação de pênaltis, existe o chamador, que se posiciona atrás do gol e bate nas traves com um pedaço de ferro ou material similar, para emissão de som, na trave direita, anunciando-a, na trave esquerda, anunciando-a e em tom alto, anuncia também o centro do gol. Deste modo, com essas orientações sonoras, o jogador consegue imaginar o tamanho e referências do gol e executar um chute bem direcionado.

Na aula realizada dessa atividade, foi possível vivenciar essa experiência, na qual, com as orientações, foi possível fazer um desenho mental do gol e tentar ter noção de espaço, largura, distância e altura para chutar. Muitos alunos conseguiram executar os chutes com sucesso.

Como dito, Militão (2016) corrobora, trazendo que nas cobranças de pênaltis, onde muitos jogos foram decididos, o som do toque do guia nas laterais das traves é o referencial que aguça o sentido do cobrador para acertar o gol. Nesse sentido, destaca-se a importância de disciplinas como Educação Física Adaptada, que nos chamou a atenção para a importância da concentração e silêncio durante as partidas, para o foco ficar na localização do sujeito. Além disso, na disciplina de Psicologia do Esporte, foi salientado mais uma vez, sobre as questões de foco, concentração e atenção.

Importante ressaltar que na disciplina de Esportes de Invasão, foi possível fazer uma referência com as regras básicas e principais da modalidade, que foram ajustadas no âmbito Paralímpico, mas que prevalecem os mesmos princípios.

Para Morato *et al.* (2011), para se localizarem em quadra, os jogadores procuram realizar imagens mentais, construindo a cena a partir de pontos referenciais ditados pelos chamadores.

Seguindo esse raciocínio, e ainda de acordo com as regras da modalidade, existem três pessoas que são responsáveis por guiar os atletas em campo, cada profissional possui seu próprio espaço delimitado e função. O chamador do terço defensivo, desempenhado pelo próprio goleiro, que guia os atletas da defesa; chamador do terço ofensivo, que se posiciona atrás do gol adversário e orienta os

ataques, pênaltis e faltas mais próximas do gol; e chamador do terço médio, o técnico, que fica responsável por guiá-los no meio do campo (FREIRE; MORATO, 2012), como pode ser visto na Figura 30, colocada abaixo.

Figura 30: Definição dos terços de orientação em campo.



Fonte: Google Imagens

Em contrapartida, os atletas precisam emitir de forma clara e audível as palavras "MINHA", "VOY", "GO" ou algo semelhante, sinalizando que ele está se movimentando na busca ou na disputa da bola nos demais momentos do jogo (FREIRE; MORATO, 2012). Assim, os outros atletas do grupo, conseguem se orientar quanto ao que acontece no jogo, de maneira mais ampla.

Deste modo, foi proposto pela professora, que fizéssemos um pequeno coletivo da modalidade, para colocarmos tudo que foi trabalhado por partes, inicialmente, em prática, como ilustrado na figura abaixo. Assim, nós alunos, tivemos a oportunidade de vivenciar como a modalidade, de fato, acontece. Para isso, nos vendamos, contamos com a participação dos chamadores para nos orientar, junto com o uso da bola com guizo, realizamos a técnica de deslocamento lateral da bola, e executamos os fundamentos básicos da modalidade na partida.

Figura 31: Minicoletivo de Futebol de Cegos

Fonte: Do autor (2021)

Como dito anteriormente, após essa progressão pedagógica, já foi possível inserir um minijogo, seguindo as principais regras da modalidade, com times de 5 ou mais jogadores em cada time, buscando facilitar a aprendizagem, com o uso dos chamadores. Uma outra alternativa pedagógica interessante, é realizar um coletivo em duplas, no qual um da dupla é o deficiente visual e o outro vidente, que o auxilia no deslocamento. Deste modo, pode-se limitar o chute a gol apenas dos D.V., números mínimos de passes, dentre outras adaptações à regra.

Inicialmente, fica claro o desconforto e medo em se deslocar livremente em busca da bola, mas com o decorrer do jogo, vamos nos adaptando e nos acostumando, dentro do possível, da privação da visão. Assim, nesse momento, é possível entender todos os passos seguidos até chegar no jogo de fato, do deslocamento livre, passando pelo deslocamento com bola, técnica de condução de bola, chute a gol ao mini coletivo.

Autores como Morato (2007) e Nascimento e Morato (2006) ressaltam que a utilização de maquetes e quadros táticos, podem ser uma ferramenta de muita valia para o desenvolvimento dos atletas, em relação a movimentação em campo e na construção do mapa mental do espaço da prática, assim, trata-se de um artifício que traz referências táteis que facilitam a orientação espacial em situações reais de jogo.

Em relação às regras básicas, que devem ser levadas em consideração nesse momento, sabe-se que, como no futsal, as equipes de futebol de cinco também são

formadas por cinco jogadores em quadras, sendo quatro com deficiência visual, que mesmo em diferentes níveis, são igualados por privação total da visão, através do uso de óculos apropriados, sem a menor percepção luminosa, sem distinção de objetos ou visão de vultos (FREIRE; MORATO, 2012).

As partidas são compostas por dois tempos de 25 minutos, contendo 10 minutos de intervalo entre os tempos. A quadra segue as dimensões de 18m a 22m de largura e 38m a 42m de comprimento (CASTELLI; FONTES, 2006). As laterais da quadra são cercadas de placas protetoras, que impedem a saída da bola e ao mesmo tempo, protege os jogadores, tornando assim, o jogo mais dinâmico. A bola oficial do Futebol de Cinco é igual a bola de Futsal, mas o que a difere é a presença de guizos em seu interior, para que os jogadores possam localizá-la em meio ao campo (FREIRE; MORATO, 2012; CASTELLI; FONTES, 2006).

Para De Melo e Winckler (2012), nas últimas décadas, os atletas com deficiência têm demonstrado resultados cada vez mais expressivos e impressionantes, por diversas vezes, muito próximos ou até semelhantes aos de atletas sem deficiência.

Para finalizar, entende-se então, que as disciplinas de Metodologia do Treinamento, Educação Física Adaptada e Saúde e Prescrição do Exercício Físico contribuíram de forma positiva no planejamento das atividades

3. AUTOAVALIAÇÃO

Com o acompanhamento e participação ativa no Projeto, tive a oportunidade de adquirir conhecimentos e conceitos que me levaram ao amadurecimento profissional, no sentido de entender a pessoa com deficiência, saber realizar as adaptações necessárias, adequar as melhores propostas de atividades e entender também a imprevisibilidade no processo.

Ter feito parte desse projeto de extensão me proporcionou momentos de alegria, momentos que colocou em teste minha empatia, e desenvolveu muito o meu lado profissional e humano.

A matéria de Educação Física Adaptada foi um divisor de águas, pois no começo do curso, eu tinha um pensamento limitado em como ensinar uma pessoa com deficiência, após cursar a disciplina, juntamente ao projeto, meus pensamentos e conhecimentos se abrangeram, e agora entendo como uma aula pode ser ministrada de maneira eficiente para esse público.

Mediante a isso, nessa etapa final, consigo me ver como um profissional de Educação Física que visa oferecer e transmitir todos os conhecimentos provindos dos meus professores e também, das experiências práticas vividas durante esse processo de formação, almejando fazer diferença na qualidade de vida dos meus futuros alunos.

Alaff Natan de Jesus da Silva

Durante minha participação no Estágio, busquei aprender o máximo possível sobre as atividades planejadas, principalmente considerando as peculiaridades de cada público que trabalhava. Tive a oportunidade de trabalhar com os mais diversos alunos e isso me trouxe bagagem na modalidade, que futuramente poderão ser colocadas em prática. Trabalhar com o GK, foi uma grande realização profissional, visto toda a evolução que consegui perceber e saber que contribui para esse processo foi muito gratificante. Além disso, entendo o quanto isso foi enriquecedor, pois essa experiência me proporcionou conhecimentos específicos de como ensinar uma modalidade para uma pessoa com deficiência.

Sendo assim, tenho como meta adquirir, cada vez mais, conhecimentos que possam me auxiliar na minha relação com os meus futuros alunos, principalmente na

minha formação continuada, buscando sempre me reciclar e me capacitar no nicho de interesse, para aprender sempre mais sobre os mais diversos públicos, bem como, sobre a prescrição de treinamento mais adequado a eles.

Geraldo Aurélio Braga Lobato Neto

Durante o período de participação no evento, busquei aprender ao máximo com as atividades que estavam sendo propostas. Pode-se dizer que aprendemos sobre eventos no geral, desde as suas particularidades, preparação e até mesmo o marketing e divulgação. Este fato ressalta a importância de levar a informação para outras pessoas, e como consequência, fazer com que elas conheçam e se informem mais sobre as modalidades paralímpicas. Vale ressaltar que nas atividades propostas foi levado em consideração os princípios das modalidades, as características, progressões pedagógicas adequadas e adaptações necessárias para o bom desempenho.

Além disso, percebi a importância da experiência, no sentido de “ser uma pessoa com deficiência” para entender os demais processos, assim, em conjunto com os conhecimentos adquiridos na disciplina de Educação Física Adaptada, ficou mais fácil e acessível propor atividades coerentes e eficientes para esse ensino-aprendizagem.

Saliento a extrema relevância em ter um feedback dos participantes sobre o aprendizado adquirido a partir do evento, além do convívio, experiência e prática. Atrelado a este fato, vale destacar que eventos como esse, ricos em conhecimento para a população, deveria ser cada vez mais divulgado principalmente na instituição de ensino, sendo o foco alcançar um maior número de pessoas.

Nesse sentido, vendo a importância da temática, buscarei aprofundar meus conhecimentos para que eu possa levar informações tão pertinentes como essa para a população, não só pensando no parabadminton, mas também nas demais modalidades. O esporte é inclusivo e necessário para toda a sociedade. O meu papel como profissional de Educação Física será promover essa igualdade e disseminação de conhecimento. Da mesma forma que o Parabadminton me encantou, principalmente pelas adaptações que podem ser realizadas para que todos consigam

praticar o esporte, muitos indivíduos não imaginam que este e muitos outros esportes podem ser praticados por todos.

Paulo Sérgio Reis da Silva

Com a disciplina de Educação Física Adaptada, mais precisamente, com a formação que tivemos direcionado à modalidade do Vôlei Sentado e as demais modalidades apresentadas ao longo do semestre, percebo que foi importante para minha formação acadêmica-profissional, visto que agora, ficou ainda mais fácil conseguir pensar em adaptações necessárias e tipos de treinamentos adequados para que pessoas com algum tipo de deficiência, consigam ter acesso e desempenhar da melhor maneira possível o esporte.

Assim, destaco como ponto positivo, o fato de ter me dado subsídios para me tornar um profissional melhor, mais capacitado e diferenciado no mercado de trabalho com tais experiências e vivências.

Assim, planejo poder contribuir com mais eventos ou trabalhar em centros de treinamento com a aplicação de esportes adaptados e paralímpicos, não só do vôlei sentado, mas também outras modalidades, que tive contato e conhecimento durante minha formação acadêmica.

Vinícius Antônio Ribeiro Bernardo

Quando ingressei no curso de Educação Física, era apenas um aluno que possuía grande interesse em fazer esse curso por ter noção básica de diversas modalidades esportivas. No decorrer dessa caminhada, tive oportunidade de adquirir conhecimentos e conceitos que me levaram ao amadurecimento profissional, onde pude me interessar com mais profundidade em algumas áreas específicas, como por exemplo, na Educação Física Adaptada.

Isso me levou a desempenhar minhas funções acadêmicas e de preparação profissional com muito mais dedicação, para que eu seja um profissional de Educação Física com grande capacidade de transmitir aos meus futuros alunos, os conhecimentos e experiências vividas com mais propriedade.

Os conteúdos aprendidos durante a disciplina de Educação Física Adaptada me desenvolveram nessa área, me dando suporte e conhecimento acerca de

modalidades paralímpicas e em como ensiná-las a esse público, levando em consideração todas as adaptações necessárias, conseguindo, de fato, alcançar os alunos. Pretendo colocar em prática o que aprendi na disciplina, em minha vida profissional, com o desejo de contribuir para um melhor desempenho e melhor aprendizagem dos meus alunos.

Wilson Antônio de Assis Teodoro

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como visto no decorrer do trabalho, foi apresentado todo o processo de evolução perceptível de um aluno com deficiência múltipla participante de um projeto de extensão. Como descrito, a evolução é notável e destacada por todos que convivem e acompanham o aluno. Para essa evolução, recorreu-se a um trabalho mais focado nas melhorias das capacidades físicas e condicionantes inicialmente, passando para um fortalecimento, atividades que inseriram os fundamentos do futebol de forma lúdica, até as atividades mais técnicas da modalidade e sistemáticas.

Foi perceptível o domínio das técnicas e refinamento dos fundamentos do futebol, como domínio, passe, chute, dentre outros, além de maior equilíbrio e agilidade nos deslocamentos, maior aquisição de velocidade e autonomia do sujeito. Tudo isso, foi conquistado através de atividades esportivas e recreativas, além da presença constante dele nos dias de atividades, sem ter sequer, uma falta em todo esse processo.

Agora, além das melhorias na modalidade, percebe-se um aluno com mais autonomia, autoestima, mais sociável, independente, engajado e alegre, o que torna muito gratificante fazer parte desse trabalho e adquirir tantas experiências como essa.

No processo daqui em diante, dificuldades virão, seremos colocados a teste todos os dias, dentro da profissão, e o que me conforta é que tivemos excelentes professores, capacitados e atenciosos, que foram divisores de águas em nossa formação acadêmica, me deixando mais seguro e convicto que eu escolhi a área certa para atuar, e me passaram muito conhecimento e experiências enriquecedoras.

O projeto de extensão se apresentou como uma área em potencial, que está escassa na nossa região e de modo geral também, sendo assim, a perspectiva é grande, deste modo, pretendo seguir trabalhando com crianças com deficiências, estudando cada vez mais e colocando em prática tudo que aprendi, para que eu possa proporcionar momentos incríveis, melhor qualidade de vida e o mais importante, fazer com que eles se sintam incluídos na sociedade.

Alaff Natan de Jesus da Silva

Em relação ao processo de acompanhamento ao aluno GK, um aluno da natação com Síndrome de Down, pode-se destacar que através de um trabalho personalizado para ele, baseado nas devidas adaptações de materiais, metodológicas e de comunicação, o aluno se beneficiou de melhores níveis de aptidão física, na atividade psicomotora e no desenvolvimento social e psicológico.

Além disso, notou-se que considerando as técnicas da natação, esse aluno conseguiu demonstrar domínio, apesar de certas limitações percebidas ao longo do processo, mas hoje, é um praticante de natação que consegue dominar os nados aprendidos.

Importante ressaltar um ponto interessante, que o aluno desenvolveu autoconfiança e se sente pronto para enfrentar os seus desafios na água e esse era um ponto em comum comigo, que almejava que ele desenvolvesse essa habilidade.

Assim, entende-se que é de suma importância trabalhar a iniciação da natação para as pessoas com deficiência, levando em consideração suas características e necessidades, vislumbrando todos os benefícios que o esporte pode trazer na vida desse indivíduo. A partir do esporte, esses alunos terão melhor qualidade de vida, autonomia, um momento de lazer e socialização, além de desenvolverem suas habilidades específicas da modalidade, bem como melhorias nos processos psíquicos, como autoconfiança, autoimagem, autoestima, dentre outros.

Geraldo Aurélio Braga Lobato Neto

Como visto ao longo do trabalho, participei de um grupo no qual ficou responsável por organizar atividades didáticas e pedagógicas em relação ao ensino-aprendizagem do parabadminton, para experimentação social em um evento proposto na disciplina de Educação Física Adaptada.

Para isso, foram pensadas atividades que variavam desde uma instrução mais teórica sobre a modalidade, reconhecimento das raquetes e petecas, até atividades que permitiam a inclusão das mais diversas deficiências, como minijogo com balão com 1x1 ou 2x2, com privação dos braços ou pernas, lançamentos de petecas assentados, simulando a proposta para um cadeirante, além de condução de petecas na raquete.

O amadurecimento acadêmico é um processo que necessita de um cuidado constante. Quando iniciei essa caminhada me deparei com diversos desafios, principalmente por captar todo o aprendizado e expressá-lo de uma forma totalmente nova para mim. Meus objetivos foram se modificando durante essa etapa e cada conquista pessoal me fez ver que estava mais próximo do meu sonho de ser um profissional de Educação Física.

Não foi fácil chegar aqui e nem será fácil estar presente no mercado como profissional, mas finalizar essa fase acadêmica com toda essa bagagem de aprendizado me faz ter segurança de que quero proporcionar qualidade de vida aos meus futuros alunos, oferecendo desenvolvimento motor, cognitivo e principalmente despertar melhorias na autoestima e autoconfiança em cada aluno.

Todo esse processo de formação são frutos de dedicação e persistência no âmbito acadêmico, englobando vários fatores que me fizeram aperfeiçoar meu conhecimento em diversas áreas. Tornar-se um profissional de Educação Física é muito mais do que um sonho é poder promover saúde e bem-estar através da prática de atividade física gerando impacto positivo no público.

Paulo Sérgio Reis da Silva

O objetivo primordial deste portfólio foi mostrar estratégias didáticas utilizadas na iniciação da modalidade de vôlei sentado. Nesse sentido, apresentei no decorrer do desenvolvimento, uma progressão pedagógica adotada nas aulas de Educação Física Adaptada, que pode ser utilizada no processo de ensino-aprendizagem para pessoas que estão no primeiro contato com a modalidade.

Inicialmente, como visto, é superimportante trabalhar o deslocamento específico da modalidade, base da modalidade, e isso pode ser realizado de forma lúdica como por exemplo com um pega-pega. Atrelado a isso, precisa-se trabalhar também os gestos técnicos da modalidade, como toques, manchetes, defesas e saques, que podem ser trabalhados na brincadeira de “bobinho”, ou de forma simplificada, em duplas ou trios. Seguindo, parte-se para um trabalho também individual, de deslocamento com gestos dos fundamentos, para refinar esses movimentos, até chegar ao jogo simplificado, no qual pode-se utilizar como ferramenta

o bolão, balão, mais de uma bola, mais pessoas em quadra, quadras reduzidas, dentre outras estratégias para facilitar a iniciação.

Como visto, as atividades lúdicas foram fundamentais para esse processo, além de estratégias simples para minimizar os níveis de dificuldade em certas atividades, e ir progredindo pouco a pouco.

Entendo que, com essa bagagem, será mais fácil me adequar ao mercado de trabalho, que na atualidade é muito competitivo, por isso é tão importante nos capacitarmos sempre. Assim, me sinto mais autoconfiante e comprometido para continuar cada vez mais imerso nos meus objetivos profissionais e na busca de ser bom naquilo que escolhi.

Vinicius Antônio Ribeiro Bernardo

Como proposto, no desenvolvimento do meu portfólio, apresentei alguns métodos pedagógicos utilizados no processo de ensino-aprendizagem do Futebol para Cegos, trabalhados nas aulas de Educação Física Adaptada. Percebi que um ponto muito importante nessas práticas é a atenção, o respeito e cooperação mútua e a audição.

Assim, também apresentei uma progressão pedagógica de exercícios e atividades, que partem do mais simples ao mais complexo. Inicialmente, começamos um trabalho de orientação espacial, com guias de elásticos e com guias sonoros, onde o sujeito, com os olhos vendados, deveria se deslocar pela quadra. Importante entender que um reconhecimento prévio do local é bem-vindo. Posteriormente, começamos um trabalho mais técnico, direcionado ao controle de bola específico da modalidade, com guia por sons ou por elásticos, seguindo, fizemos uma atividade de chute a gol, no qual, apresentamos o chamador atrás do gol para orientação espacial e desenho mental, finalizando com um minijogo com mais chamadores e unindo tudo que havia sido aprendido nos processos anteriores.

Assim como meus colegas, entendo que a maturidade acadêmica é um processo que requer constante nutrição. Quando iniciei essa jornada, enfrentei vários desafios, principalmente para conseguir compreender tudo que me era passado e conseguir passar adiante esses ensinamentos. Mas com o decorrer do processo, fui aprendendo, cada vez mais, a ser professor e a ensinar aquilo que aprendia.

Entendo que todo o processo formativo foi fruto de dedicação e persistência no meio acadêmico, que continha diversos fatores que me permitiram aprofundar os conhecimentos em diversas áreas, como por exemplo, a área da Adaptada. Ser um profissional de Educação Física é mais que um sonho, é impactar positivamente a população por meio do exercício físico, da saúde e do esporte, promovendo inúmeros benefícios.

Wilson Antônio de Assis Teodoro

REFERÊNCIAS

- AGUIAR, J.; QUEIROZ, A. S. G. INCLUSÃO EM EDUCAÇÃO: MÚLTIPLOS OLHARES E A CONSTRUÇÃO DE INTERAÇÕES. **RevistAleph**, (34), 2020.
- ALMEIDA, Telma da Conceição Rodrigues. **Avaliação da condição física e do conhecimento corporal de sujeitos com deficiência**. 197 f. 2020. Dissertação de Mestrado - Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco. 2020.
- BALBINOTTI, C; DE PAULA, P. Iniciação ao tênis na Infância: os primeiros contatos com a bola e a raquete. In: BALBINOTTI, C. et al. **O Ensino do Tênis**. Novas perspectivas de aprendizagem. Porto Alegre: Artmed, p.15-28, 2009.
- BARROS, Márcia Graminho Fonseca Braz e; MIRANDA, Jean Carlos; COSTA, Rosa Cristina. Uso de jogos didáticos no processo ensino-aprendizagem. **Revista Educação Pública**, v. 19, nº 23, 1 de outubro de 2019. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/19/23/uso-de-jogos-didaticos-no-processo-ensino-aprendizagem> Acesso em: 04 de mar 2023.
- BIANCO, M. A. Capacidades cognitivas nas modalidades esportivas coletivas. In: DE ROSE JR, D. (Ed.). **Modalidades Esportivas Coletivas**. Guanabara Koogan. 2006.
- CARDOSO, V. D. A reabilitação de pessoas com deficiência através do desporto adaptado. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**: Florianópolis, v. 33, n. 2, p. 529- 539, abr./jun. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/KVK8XWkSVGyMZLxqXgB8kqH/?lang=pt&format=pdf> >. Acessado em: 12 nov. 2022.
- CARDOSO, V.; HAIACHI, M.; REPPOLD-FILHO, A. R.; GAYA, A. C. A. MOTIVOS PARA A CONTINUIDADE DE ATLETAS NO ESPORTE PARALÍMPICO BRASILEIRO. **Revista Iberoamericana de Psicologia del Ejercicio y el deporte** 14(1):8, 2019.
- CARVALHO, C. L.; GORLA, J. I.; ARAÚJO, P. F. Voleibol sentado: Do conhecimento à iniciação da prática. **Conexões: revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 11, n. 2, p. 97-126, abr./jun. 2013.
- CARVALHO, CAMILA. B.; ALMEIDA, MAYARA. V.A.; RODRIGUES, GRACIELE. M.; CONTE, MARCELO. A Interação Das Pessoas Com Síndrome De Down Em Atividades Na Água. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, Vol. 7. n. 3. 2008.
- CASTELLI, D. P.; FONTES, M. S. **Futebol paraolímpico: Manual de orientação ao professor de Educação Física**. Brasília: Comitê Paraolímpico Brasileiro, 2006.

CASTRO, A. S. A.; PIMENTEL, S. C. Síndrome de down: desafios e perspectivas na inclusão escolar. In: DÍAZ, F., et al., orgs. **Educação inclusiva, deficiência e contexto social: questões contemporâneas [online]**. Salvador: EDUFBA, 2009,

CIDADE, R. E.; FREITAS, P. S. **Educação física e inclusão**: considerações para a prática pedagógica na escola. 2014. Disponível em: <http://atividadeparaeducacaoespecial.com/wpcontent/uploads/2014/09/INCLUS%C3%83O-PRATICA-PEDAGOGICA.pdf>. Acesso em 20 out. 2022

COBO Ana D.; RODRÍGUEZ, Manuel G.; BUENO, Salvador T. Desenvolvimento cognitivo e deficiência visual. In: MARTÍN, Manuel B.; BUENO, Salvador T. (Coord.). **Deficiência visual**: aspectos psicoevolutivos e educativos. São Paulo: Santos, 2003.

COELHO, H. M. Q.; MOREIRA, H. F.; VILANI, L.H.P. O impacto das atividades esportivas na qualidade de vida das pessoas portadoras de deficiência. **Pensar BH. Política Social**. Vol. 19. p. 39-44. 2007.

COLWIN, C. M. **Nadando para o século XXI**. São Paulo: Manole, 2000.

COMITE PARALÍMPICO BRASILEIRO (CPB). **Badminton**. s/d. Disponível em: <https://www.cpb.org.br/modalidades/63/badminton>. Acesso em: 22 out. 2022.

COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO (CPB). **Futebol de Cegos**. s/d. Disponível em: < <https://www.cpb.org.br/modalidades/50/futebol-de-cegos> > Acesso em: 24 de outubro de 2022.

COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO (CPB). **Vôlei Sentado**. s/d. Disponível em: <<https://www.cpb.org.br/modalidades/60/volei-sentado>> Acesso em: 24 de outubro de 2022.

CORDEIRO, M. M.; SILVA, I. D. F. Benefícios da Natação para Crianças com Síndrome de Down, **VII Seminário de Pesquisa e TCC da FUG**, 2014. Disponível em: <<https://unigy.edu.br/repositorio/2014-1/EdiFisica/BENEF%C3%8DCIOS%20DA%20NATA%C3%87%C3%83O%20PARA%20CRIAN%C3%87AS%20COM%20S%C3%8DNDROME%20DE%20DOWN.pdf>>. Acessado em 07/11/2022.

COSTA, Claiton Frazzon. **Futsal aprenda a ensinar**. – Florianópolis: Visual Books, 2003.

COTONHOTO, L. A.; ROSSETTI, C. B.; MISSAWA, D. D. A. A importância do jogo e da brincadeira na prática pedagógica. **Constr. psicopedag.** vol.27 no.28 São Paulo 2019

CRÓS, C. X. et al. Classificações da deficiência visual: compreendendo conceitos esportivos, educacionais, médicos e legais. **Revista Digital. Buenos Aires**, n. 93, 2006.

CRUZ, P. Futebol de Sete. In: Winckler, C; Mello, M. T. **Esporte Paraolímpico**. Atheneu. 2012.

DAMASCENO, L. G. **Natação Psicomotricidade e Desenvolvimento**. Brasília - DF, 1992.

DAMASCENO, Leonardo Graffius. **Natação, psicomotricidade e desenvolvimento**. Campinas: Autores Associados, 1997.

DE FARIAS, Álvaro Luís Pessoa; MAIA, Divanalmi Ferreira; DE OLIVEIRA, Esp. Marcos Antônio Torquato. A HISTÓRIA DO ESPORTE PARALÍMPICO E SUA CONTRIBUIÇÃO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA NA SOCIEDADE. **Educação Física e as pessoas com deficiência**, 2019.

DE MELLO, Marco Túlio; WINCKLER, Ciro. **Esporte Paralímpico**. São Paulo: Atheneu, 2012.

DUARTE, O. **História dos Esportes** (4ª ed.). Editora SENAC S, 2003.

FELIPE, João A. M.; FELIPPE, Vera L. R. **Orientação e mobilidade**. São Paulo: Laramara, 1997.

FERNANDES, R. **A dinâmica decisional no badminton: o acoplamento serviço-recepção nos atletas de singulares homens de elite mundial**. 219 f. 2008. Dissertação de Mestrado - Educação Física e Desporto, Universidade da Madeira, 2008.

FONSECA, K.V.O., E SILVA, P.R.B. **Badminton**. Manual de fundamentos e exercícios. Ed. Maristela Mitsuko Ono. 2012.

FORTEZA, A., FARTO, E. R. **Treinamento desportivo: do ortodoxo ao contemporâneo**. São Paulo: Phorte, 2007

FREIRE, J.; MORATO, M. P. Futebol de Cinco. In.: DE MELLO, M. T.; WINCLER, C. **Esporte Paralímpico**. São Paulo : Editora Atheneu, 2012.

FREITAS-JUNIOR, A. A. C. **O processo de inclusão dos alunos com deficiência visual nas aulas de educação física a partir do conteúdo futebol**. 46 f. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal Rural de Pernambuco, Licenciatura em Educação Física, Recife, 2019.

GALIANO, A. C. B.; SANTOS, A. C.; REIS, D. G.; MARQUES, L. F. Os Efeitos da Natação para crianças com Síndrome de Down. **Revista Faculdades do Saber**. 05 (9): 576-588, 2020.

GALLAHUE, D.L., OZMUN, J.C., E GOODWAY, J.D. **Compreendendo o Desenvolvimento Motor**. Bebês, crianças, adolescentes e adultos (7ª ed.). Ed. Artmed. 2013

GARGANTA, J.; GUILHERME, J.; BARREIRA, D.; BRITO, J. Fundamentos e práticas para o ensino e treino do futebol. In.: **Jogos Desportivos Coletivos**. Ensinar a jogar. Editora FADEUP, 2013.

GIACOMINI, M.C.C. **Trabalho resistido adaptado visando a independência de pessoas com paraplegia nas suas atividades de vida diária**. 2007. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2007.

GOZZI, Márcia C. T. **Os estilos de ensino de Muska Mosston e a Faefi-PUCCAMPINAS, realidade e possibilidade**. 1995. Trabalho de Conclusão de Curso (Dissertação de Mestrado), Campinas, 1995

HIPÓLITO, Lucas Jorge. **A importância da aprendizagem das técnicas de corrida e o fortalecimento muscular para o cadete e sua influência na tropa**. 2019. 20 f. Monografia (Graduação em Ciências Militares) - Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN, RJ), Resende, 2019.

INFANTE, J., SILVA, C. F., COIMBRA, M. **Desporto Com Sentido – Voleibol** (2 ed.). Seixal., 2016.

INTERNATIONAL BLIND SPORTS FEDERATION (IBSA). **Futebol sala**. Disponível em: <<http://www.ibsa.es/esp/deportes/football/presentacion.htm>>. Acesso em: 22 de outubro de 2022.

INTERNATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE. **Paralympic School Day: Manual**. Bonn, p. 46, 2006

JORDÁN, O. et al. **Iniciación a los deportes de raqueta**. La enseñanza de los deportes de red y muro desde um enfoque constructivista. Badalona, España: Editorial Paidotribo, 2007.

LEONARDI, T. J. et al Pedagogia do Esporte: Sinalização para a avaliação formativa da aprendizagem. **Pensar a Prática (online)**, v. 20, p.216-229, 2017.

LIMONGELLI, A.M.A.; KANETA, C.N.; BACCHI, M.S.M.; SILVA, D.R.; RESSURREIÇÃO, K.S.; Manifestações emocionais de crianças com síndrome de down na natação. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, 7 (3), p. 153-161, 2008.

MACEDO, C. D. **Análise das características do jogo de voleibol sentado a partir da recepção do serviço**. 2005. 139 f. Dissertação (Mestrado em Ciência do Desporto) - Faculdade de Ciência do Desporto e Educação Física, Universidade do Porto, Porto, 2005.

MEDEIROS, A.; RIBEIRO, A.; OLIVEIRA, R. G. Voleibol Sentado. In.: DE MELLO, M. T.; WINCKLER, C. **Esporte Paralímpico**. São Paulo : Editora Atheneu, 2012.

MORATO, M. P.; GOMES, M. S. P.; DUARTE, E.; ALMEIDA, J. J. G. A Leitura de Jogo no Futebol Para Cegos. **Movimento**, vol. 17, núm. 3, julio-septiembre, pp. 97-114, 2011.

MORATO, Márcio P. **Futebol para cegos (futebol de cinco) no Brasil: leitura do jogo e estratégias tático-técnicas**. 2007. 202f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2007.

NASCIMENTO, Dailton F.; MORATO, Márcio. P. Goalball: manual de orientação para professores de educação física. Brasília: **Comitê Paraolímpico Brasileiro**, 2006.

OLIVEIRA, de A. **Nado crawl: Uma padronização para facilitar o ensino nas aulas de natação a partir de dois modelos pré-estabelecidos: Um norte americano e outro brasileiro**. UNESCO: p. 1-12, dez. 2014. Disponível em: <<http://repositorio.unesc.net/bitstream/1/3094/1/Alessandro%20de%20Oliveira.pdf>>. Acessado em: 12 nov. 2022.

PASSOS, A.F. **Educação Especial**. Práticas de aprendizagem, convivência e inclusão. São Paulo, Centauro Editora. 2009

PERFEITO, Paulo José Carneiro. **Metodologia de treinamento no futebol e futsal: discussão da tomada de decisão na iniciação esportiva**. 2009. 123 f., il. Dissertação (Mestrado em Educação Física)-Universidade de Brasília, Brasília, 2009.

PANAYIOTOPOULOS CP. Idiopathic generalized epilepsies. In: Panayiotopoulos CP, ed. **The epilepsies: seizures, syndromes and management**. Oxford: Bladon Medical Publishing; p.271-348, 2005.

PIROLO, A. L.; PIROLO, D. O voleibol e sua metodologia. In: **SEMANA DA EDUCAÇÃO FÍSICA, 3.**, 1998, Maringá. Trabalho de revisão de literatura. Maringá: Universidade Estadual de Maringá, 1998.

QUIDIM, F. G.; MUNSTER, M. de A. Van. Tênis em cadeira de rodas: proposta pedagógica para a iniciação da modalidade. In: ENCONTRO DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PESQUISADORES EM EDUCAÇÃO ESPECIAL, 7., Londrina,

2011. **Anais...** Marília: ABPEE, p. 960-972, 2011. Disponível em: <http://www.uel.br/eventos/congressomultidisciplinar/pages/arquivos/anais/2011/esporte/091-2011.pdf>. Acesso: 21 out. 2022

REIS, Rafael Estevam; MEZZADRI, Fernando Marinho. Futebol para pessoas com deficiência e suas adaptações no país do Futebol. **RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, v. 9, n. 35, p. 361-368, 2017.

RELVAS, Marta Pires. **Neurociência e transtornos de aprendizagem**. Digitaliza Conteúdo, 2020.

RIMMER, J. H.; ROWLAND, J. Physical activity for youth with disabilities: a critical need in an underserved population. **Desenvolvemnt Neurorehabilit**, Illinois, v. 11, no. 2, p. 141–148, 2008.

ROCHA, C.M.; BARBANTI, V.J. Uma análise dos fatores que influenciam o ataque no voleibol masculino de alto nível, **Corpus**, 2004.

ROSADO, A. Pedagogia do desporto e desenvolvimento pessoal e social. In: Rosado, A.; MESQUITA, I., **Pedagogia do Desporto** (pp. 9-19). Lisboa: Edições FMH, 2009.

ROSSETTO, E. **Processo de Inclusão**: um grande desafio para o século XXI. 2006. Disponível: <http://www.presidentekennedy.br/rece/trabalhos-num3/artigo09.pdf> acessado em 19 out. 2022

SANCHOTENE, V. C. **Voleibol Sentado**: uma revisão da literatura. 2017. 30 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Educação Física – Bacharelado) - Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS, 2017.

SEVERINO, A. J. Preparação técnica e formação ético-política dos professores. In: BARBOSA, R. L. L. editor. **Formação de educadores**: desafios e perspectivas. São Paulo: Unesp; 2003.

SHIELDS, N.; SYNNOT, A. J.; BARR, M. Perceived barriers and facilitators to physical activity for children with disability: a systematic review. **Br J Sports Med**, v.46, n.14, p. 1-11, 2011.

SILVEIRA, S. R. **Aquisição de habilidades motoras na Educação Física escolar**: um estudo das dicas de aprendizagem como conteúdo de Ensino. 2010. 166f. (Tese de Doutorado) – Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo – Universidade de São Paulo. São Paulo. 2010

SINGHAL, K. L. S. et al. Effects of Two Starting Floor Hand Positions on Movement Patterns of Elite Sitting Volleyball Players. **Palestra**, v. 27, n. 2, 2013.

SMIDT, Guilherme Ribas; SOARES, Ellen dos Santos; PIOVESAN, Ana Carla; ALPES, Ana Cristina; SILVA, Marta Rodrigues da; CORAZZA, Sara Teresinha. Análise do tempo de reação a partir do desempenho motor de adolescentes praticantes do nado Crawl. **Motricidade**, v. 11, n. 3, p. 11-19, 2015.

SOUZA; R. P.; CAMPOS, L. F. C. C. C.; GORLA, J. I. **Futebol de 5: Fundamentos e Diretrizes**. Atheneu. 2014.

STEININGER, R.N., STRAPASSON, A.M., CARDOSO, V.D., E CARDOSO, A.C.G. Para-Badminton: aptidão física relacionada ao desempenho de atletas brasileiros em cadeira de rodas. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, 26(281), 123-136, 2021

STRAPASSON, A. **Iniciação ao para-badminton: proposta de atividades baseada no programa de ensino "Shuttle Time"**. 2016. Tese (Doutorado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2016.

STRAPASSON, A. M.; BAESSA, D. J.; BORIN, J. P.; DUARTE, E. Para-badminton: quantificação dos fundamentos do jogo através do scout. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 25, n. 2, p. 107-15, 2018.

STRAPASSON, A. M.; FONSECA, K. V. O.; ALVES, M. L. T.; HAEGELE, J. A.; DUARTE, E. Iniciação ao Para-Badminton através do programa de ensino "Shuttle Time" teaching program. **Conexões**, 17, e019031, 2020.

STREDA, C. **Sujeitos com Síndrome de Down em Cena: Enredos sobre o Aprender**. p. 103. Dissertação de Mestrado. Porto Alegre. 2014. Disponível em: <<https://lume.ufrgs.br/handle/10183/104488>>. Acessado em: 12 nov. 2022.

TEIXEIRA-SALMELA, Luci Fuscaldi et al. Fortalecimento muscular e condicionamento físico em hemiplégicos. **Acta Fisiátrica**, v. 7, n. 3, p. 108-118, 2000.

TELES, Fernanda Moreira; RESEGUE, Rosa; PUCCINI, Rosana Fiorini. Habilidades funcionais de crianças com deficiências em inclusão escolar: barreiras para uma inclusão efetiva. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, p. 3023-3031, 2013.

VIDO, J. M. **Hidroterapia e Equoterapia: alternativas para o desenvolvimento de crianças com síndrome de down**. alternativas para o desenvolvimento de crianças com Síndrome de Down. 2011

VIEIRA, M.; ALVES, M. L. T. A natação para a pessoa com deficiência: oferecimento e envolvimento de programas em Campinas e região. **Conexões: Educ. Fís., Esporte e Saúde**, Campinas: SP, v. 16, n. 2, p. 199-212, abr./jun. 2018.

VUTE, R. **Teaching and coaching volleyball for the disabled**: foundation course handbook. 2nd ed. Ljubljana: Faculty of Education, 2009.

XABREGAS, N. M. **DESENVOLVIMENTO E APRENDIZAGEM DE HABILIDADES MOTORAS FUNDAMENTAIS (LANÇAR E PONTAPÉ) EM CRIANÇAS DE 3 e 4 ANOS, ASSOCIADOS A DIFERENTES CONTEXTOS DE APRENDIZAGEM**. 274 f. 2007. Dissertação de Mestrado - Ciências da Educação na Especialização em Educação de Infância. Universidade do Algarve, Faro, 2007.

WINNICK, Joseph P. **Educação Física e Esportes Adaptados**. São Paulo: Manole, 2004.

ZERGER, M. **A study of movement in sitting-volleyball**. 2008. 52 f. Dissertação (Mestrado em Cinesiologia e Estudos de Saúde) - Jackson College of Graduate Studies, University of Central Oklahoma, Oklahoma, 2008

APÊNDICE
TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE USO DE IMAGEM



Eu, _____, portador da
Cédula de Identidade nº _____, inscrito no CPF
sob nº _____, residente à Rua
_____, nº _____, na cidade de

_____, AUTORIZO o uso de minhas imagens ou do menor
_____, inscrito no CPF _____
_____ sob minha responsabilidade, para ser utilizada na elaboração do Portfólio do
Trabalho de Conclusão de Curso - TCC do UNILAVRAS, com fins estritamente
acadêmicos/institucionais e sem interesses comerciais e políticos. A divulgação
poderá ser feita por imagem e/ou voz oriunda de filmagens, fotografias ou qualquer
outro meio, através das diversas modalidades de mídia existentes, observando-se
sempre a moral e os bons costumes. A presente autorização é concedida a título
gratuito, abrangendo o uso da imagem acima mencionada em todo território nacional
e no exterior.

Por esta ser a expressão da minha vontade, declaro que autorizo o uso acima
descrito, sem que nada haja a ser reclamado a título de direitos conexos à imagem
do menor ou a qualquer outro.

Lavras, ____ de _____ de _____.

Assinatura