

EMEB AMÉLIO DE PAULA COELHO

PERÍODO DE DISTANCIAMENTO SOCIAL- ENSINO EAD-2º BIMESTRE

8º ANO

Professores: Luciano Ap. Ferreira de Castro/ Adriana Helena Pelizaro

UNIDADE TEMÁTICA: ESPORTE

- CONTEÚDO: ESPORTE ADAPTADO PARA PORTADORES DE NECESSIDADES ESPECIAIS

- ORIENTAÇÃO: Caro aluno(a), nessa primeira parte pedimos que vocês façam uma leitura muito bem feita dos conceitos abaixo, para que reforcem as informações que o conteúdo apresenta. Façam a leitura quantas vezes puderem, pois ela os auxiliarão na continuidade desse conteúdo na próxima aula. Até breve, boa leitura e bons ventos.

O Esporte Adaptado

A realidade de grande parte dos portadores de necessidades educativas especiais no Brasil e no mundo revela poucas oportunidades para engajamento em atividades esportivas, seja com objetivo de movimentar-se, jogar ou praticar um esporte ou atividade física regular.

A prática de atividade física e/ou esportiva por portadores de algum tipo de deficiência, sendo esta visual, auditiva, mental ou física, pode proporcionar dentre todos os benefícios da prática regular de atividade física que são mundialmente conhecidos, a oportunidade de testar seus limites e potencialidades, prevenir as enfermidades secundárias à sua deficiência e promover a integração social do indivíduo.

As atividades físicas, esportivas ou de lazer propostas aos portadores de deficiências físicas como os portadores de seqüelas de poliomielite, lesados medulares, lesados cerebrais, amputados, dentre outros, possui valores terapêutico evidenciado benefícios tanto na esfera física quanto psíquica.

Quanto ao físico, pode-se ressaltar ganhos de agilidade no manejo da cadeira de rodas, de equilíbrio dinâmico ou estático, de força muscular, de coordenação, coordenação motora, dissociação de cinturas, de resistência física; enfim, o favorecimento de sua readaptação ou adaptação física global (Lianza, 1985; Rosadas, 1989 e Souza, 1994). Na esfera psíquica, podemos observar ganhos variados, como a melhora da auto-estima, integração social, redução da agressividade, dentre outros benefícios (Alencar, 1986; Souza, 1994; Give it a go, 2001).

A escolha de uma modalidade esportiva pode depender em grande parte das oportunidades que são oferecidas aos portadores de deficiência física, da sua condição sócio-econômica, das suas limitações e potencialidades, da suas preferências esportivas, facilidade nos meios de locomoção e transporte, de materiais e locais adequados, do estímulo e respaldo familiar, de profissionais preparados para atendê-los, dentre outros fatores.

Diversos autores como Guttman (1976b), Seaman (1982), Lianza (1985), Sherrill (1986), Rosadas (1989), Souza (1994), Schutz (1994) e Give it a go (2001), e ressaltam que os objetivos estabelecidos para as atividades físicas ou esportivas para portadores

deficiência, seja esta física mental, auditiva ou individual devem considerar e respeitar as limitações e potencialidades individuais do aluno, adequando as atividades propostas a estes fatores, bem como englobar objetivos, dentre outros:

- Melhoria e desenvolvimento de auto-estima, autovalorização e auto-imagem;
- o estímulo à independência e autonomia;
- a socialização com outros grupos;
- a experiência com suas possibilidades, potencialidades e limitações;
- a vivência de situações de sucesso e superação de situações de frustração;
- a melhoria das condições organo-funcional (aparelhos circulatório, respiratório, digestivo, reprodutor e excretor);
- melhoria na força e resistência muscular global;
- ganho de velocidade;
- aprimoramento da coordenação motora global e ritmo;
- melhora no equilíbrio estático e dinâmico;
- a possibilidade de acesso à prática do esporte como lazer, reabilitação e competição;
- prevenção de deficiências secundárias;
- promover e encorajar o movimento;
- motivação para atividades futuras;
- manutenção e promoção da saúde e condição física
- desenvolvimento de habilidades motoras e funcionais para melhor realização das atividades de vida diária
- desenvolvimento da capacidade de resolução de problemas.

Os jogos organizados sobre cadeira de rodas forma conhecidos após a Segunda Guerra Mundial, onde esta tragédia na história da humanidade fez com que muitos dos soldados que combateram nas frentes de batalha voltassem aos seus países com seqüelas permanentes. Porém este evento, terrível, proporcional ao portador de deficiência, melhores condições de vida, pois os deficientes pós-guerras eram heróis e tinham o respeito da população por isto, bem como uma preocupação governamental (Guttman, 1981, Adms e col., 1985; Alencar, 1986 Cidade e Freitas, 1999).

O pós-guerra, de acordo com Assumpção (2002), criou uma situação emergencial, onde a construção de centros de reabilitação e treinamento vocacional, em todo o mundo foi extremamente necessária. Os programas de reabilitação destes diferentes centros perceberam que os esportes eram um importante auxiliar na reabilitação dos veteranos de guerra que adquiriram algum tipo de deficiência.

As atividades desportivas foram introduzidas em programas de reabilitação pelo Dr. Ludwig Guttmann no Centro de Reabilitação de Stoke Mandeville no ano de 1944, como parte essencial no tratamento médico de lesados medulares, auxiliando na restauração e manutenção da atividade mental e na autoconfiança (Guttmann, 1981).

Concordando com o Dr. Guttmann, Sarrias (1976), ressalta que o esporte pode ser um agente fisioterapêutico atuando eficazmente na reabilitação social e psicologia do portador de deficiência, não devendo ser considerada apenas como uma atividade recreativa.

Os jogos paraolímpicos aconteceram oficialmente em 1960 em Roma, sendo instituída pela Organização Internacional de Esportes a realização dos Jogos Paraolímpicos após a realização das Olimpíadas (Alencar, 1986).

Souza (1994), enfatiza que o esporte adaptado deve ser considerado como uma alternativa lúdica e mais prazerosa, sendo este parte do processo de reabilitação das pessoas portadoras de deficiências físicas.

A ACMS (1997), relata que um programa de atividades físicas para os portadores de deficiência física devem observar a princípio se a adaptação dos esportes ou atividades mantendo os mesmos objetivos e vantagens da atividade e dos esportes convencionais, ou seja, aumentar a resistência cardio-respiratória, a força, a resistência muscular, a flexibilidade, etc. Posteriormente, observar se esta atividade possui um caráter terapêutico, auxiliando efetivamente no processo de reabilitação destas pessoas.

Um outro ponto a considerar na elaboração de atividades para os portadores de necessidades educativas especiais, em destaque aqui o portador de deficiência física, é a necessidade de adaptação dos materiais e equipamento, bem como a adaptação do local onde esta atividade será realizada.

A redefinição dos objetivos do jogo, do esporte ou da atividade se faz necessário, para melhor adequar estes objetivos às necessidades do processo de reabilitação. Assim como reduzir ou aumentar o tempo de duração das atividades, mas sempre com a preocupação de manter os objetivos iniciais atingíveis.

A realização de atividades físicas, esportivas e de lazer com deficientes, tem que respeitar todas as normas de segurança, evitando novos acidentes, deve-se estar atento a todos os tipos de movimentos a serem realizados, auxiliar o deficiente sempre que necessário, e estimular sempre o desenvolvimento da sua potencialidade.

Modalidades Esportivas

As modalidades esportivas para os portadores de deficiências físicas são baseadas na classificação funcional e atualmente apresentam uma grande variedade de opções. As modalidades olímpicas são o arco e flecha, atletismo, basquetebol, bocha, ciclismo, equitação, futebol, halterofilismo, iatismo, natação, rugby, tênis de campo, tênis de mesa, tiro e voleibol (ABRADecAR, 2002). Apresentaremos algumas das modalidades esportivas, as mais conhecidas, que podem ser praticadas pelos deficientes físicos, sendo:

- ❖ **Arco e flecha:** Esta modalidade esportiva pode ser praticada por atletas andantes como amputados ou por atletas usuários de cadeiras de rodas como os lesados medulares. Todas as deficiências físicas podem participar desta modalidade esportivas, respeitando estas duas categorias, em pé e sentado. A participação em competições e o sistema de resultados são semelhantes à modalidade convencional olímpica.
- ❖
- ❖ **Atletismo:** As provas de atletismo podem ser disputadas por atletas com qualquer tipo de deficiência em categorias masculina e feminina, pois os atletas são divididos por classes de acordo com o seu grau de deficiência, que competem entre si nas provas de pistas, campo, pentatlo e maratona. Esta é uma modalidade esportiva que sofre frequentes modificações, visando possibilitar melhores condições técnicas para o desenvolvimento desta modalidade.
- ❖
- ❖ **Basquetebol sobre rodas:** é jogado por lesados medulares, amputados, e atletas com poliomielite de ambos os sexos. As regras utilizadas são similares à do basquetebol convencional, sofrendo apenas algumas pequenas adaptações.
- ❖
- ❖ **Bocha:** Esta modalidade esportiva foi adaptada para paralisados cerebrais severos. O objetivo do consiste em lançar as bolas o mais perto possível da bola branca.
- ❖

- ❖ **Ciclismo:** Neste esporte participam atletas paralisados cerebrais, cegos com guias e amputados nas categorias masculina e feminina, individual ou por equipe. Pequenas alterações foram realizadas nas regras do ciclismo convencional, melhorando a segurança e a classificação dos atletas de acordo com sua deficiência, possibilitando adaptações nas bicicletas. Os atletas participam de provas de estrada, velódromo e contra-relógio.
- ❖
- ❖ **Equitação:** Os deficientes físicos participam deste esporte apenas na categoria de habilidades. Para isto é necessário analisar os possíveis deficientes que podem participar.
- ❖
- ❖ **Egrima:** Este esporte é praticado por atletas usuários de cadeira de rodas como os lesados medulares, amputados e paralisados cerebrais em categorias masculina ou feminina. Estes atletas participam das modalidades de espada, sabre e florete, sendo provas individuais ou por equipes. Para participação em eventos competitivos todos os atletas são presos ao solo, possuindo os movimentos livres para tocar o corpo do adversário.
- ❖
- ❖ **Futebol:** Nesta modalidade esportiva, sendo que o atleta portador de paralisia cerebral compete na modalidade de campo e o atleta amputado compete na modalidade de quadra. Alterações nas regras como o número de jogadores, largura do gol e da marca do pênalti estão presente.
- ❖
- ❖ **Halterofilismo:** Esta modalidade esportiva é aberta a todos os atletas portadores de deficiência física do sexo masculino e feminino. A divisão de acordo com o peso corporal em 10 categorias.
- ❖
- ❖ **Iatismo:** Todos os atletas deficientes podem participar, as modificações são realizadas apenas no equipamento e na tripulação, não havendo alterações nas regras da competição.
- ❖
- ❖ **Lawn Bowls:** é um esporte similar a Bocha, sendo este aberto à participação de todas os portadores de deficientes físicas.
- ❖
- ❖ **Natação:** As regras são as mesmas da natação convencional com adaptações quanto as largadas, viradas e chegadas. As provas são variados e os estilos abrangem os estilos oficiais. As competições são realizadas entre atletas da mesma classe. Podem participar desta modalidade esportiva portadores de qualquer deficiência, sendo agrupados os portadores de deficiência visual e os demais.
- ❖
- ❖ **Racquetball:** Este esporte pode ser praticado por atletas paralisados cerebral, é possui características similares ao tênis de mesa.
- ❖
- ❖ **Rugby em cadeira de rodas:** Esta modalidade foi adaptada para lesados medulares com lesões altas - tetraplégicos - que realizam um jogo com bola de voleibol com objetivo de marcar pontos ao fazer com que a bola ultrapasse uma determinada linha no fundo da quadra.
- ❖
- ❖ **Tênis de campo:** Esporte realizado em cadeiras de rodas, independente do tipo de deficiência física que o atleta possua nas categorias masculina e feminina. As regras sofrem apenas uma adaptação em relação ao tênis de campo convencional, sendo esta que a bola pode quicar duas vezes, a primeiro pingo deverá ser dentro da quadra. As categorias são: masculino e feminino, individual e em duplas.
- ❖

- ❖ **Tênis de mesa:** Deficientes físicos como o lesado cerebral, lesado medular, amputados ou portador de qualquer tipo de deficiência física pode-se participar desta modalidade esportiva, onde as provas são realizadas em pé ou sentado. As provas podem ser realizadas em duplas e individuais, sendo a classificação de acordo com o nível de deficiência. As regras sofrem poucas modificações, em relação ao tênis de mesa convencional.
- ❖
- ❖ **Tiro ao alvo:** Esporte aberto a atletas com qualquer tipo de deficiência física do sexo masculino ou feminino, nas categorias sentado e em pé. As equipes podem possuir atletas de ambos os sexos e diferentes tipos de deficiência física. As provas podem ser realizadas utilizando pistola ou carabina.
- ❖
- ❖ **Voleibol:** Poderá ser praticado por atletas Lesados medulares que participaram da modalidade de voleibol sentado e os amputados, que participarão desta modalidade em pé.

Sistematização do Conteúdo apresentado

A participação de portadores de deficiência física em eventos competitivos no Brasil e no mundo vem sendo ampliada. Por ser um elemento ímpar no processo de reabilitação, as atividades físicas e esportivas, competitivas ou não devem ser orientadas e estimuladas, visando assim possibilitar ao portador de deficiência física, mesmo durante seu programa de reabilitação alcanças os benefícios que estas atividades podem oferecer, visando uma melhor qualidade de vida.



Atletismo



Basquete



Voleibol



Arco e Flecha



Futebol



Natação



Tênis de Campo



Esgrima



Basquete



Bocha



Natação

- **Sistematização da Aprendizagem**

Caro aluno (a), agora que vocês já mergulharam nos conceitos e nas imagens dos esportes adaptados, e já são capazes de identificá-los, é hora de sistematizarmos nossa aprendizagem.

ATIVIDADE

Acesse o GOOGLE, e escreva em seu caderno o quadro de medalhas do Brasil na última Paraolimpíada, e escreva o nome do país onde aconteceu o último a últimas paraolimpíadas.

Ótimos estudos e até a próxima aula... Bons Ventos!

Professor Luciano