

- **Emoções e a cesta no basquete sobre rodas**
- **A educação inclusiva como projeto da escola**
- **Limitação: Mito ou realidade**

Programas de extensão nas universidades



ISAPA
Brazil 2007

16TH INTERNATIONAL SYMPOSIUM OF
ADAPTED PHYSICAL ACTIVITY
CITY OF RIO CLARO - STATE OF SÃO PAULO - BRAZIL

ADAPTA

a revista profissional da Sobama



A revista ADAPTA é uma publicação anual da Sociedade Brasileira de Atividade Motora Adaptada (Sobama).
VOL 2 no. 1 - 2006
ISSN 1808-8902

Editores

Eliane Mauerberg-deCastro mauerber@rc.unesp.br
Adriana Inês de Paula depaula@rc.unesp.br
Marli Nabeiro mnabeiro@fc.unesp.br
Verena Junghänel Pedrinelli vpedrinelli@uol.com.br

Diretora de redação

Eliane Mauerberg-deCastro mauerber@rc.unesp.br

Diretoras de arte

Eliane Mauerberg-deCastro mauerber@rc.unesp.br
Debra Frances Campbell campbell@rc.unesp.br

Diagramação e capa

Eliane Mauerberg-deCastro mauerber@rc.unesp.br
Foto da capa: Debra Frances Campbell

Colaboradores

Adriana Ines de Paula depaula@rc.unesp.br
Eliane Mauerberg-deCastro mauerber@rc.unesp.br

Assinaturas

Adriana Inês de Paula depaula@rc.unesp.br
Marli Nabeiro mnabeiro@fc.unesp.br

Submissão de manuscritos

Adriana Inês de Paula depaula@rc.unesp.br

Para anunciar contate

Marli Nabeiro mnabeiro@fc.unesp.br

Diretoria Executiva

Presidente: Eliane Mauerberg-deCastro
Vice-Presidente: Verena Junghänel Pedrinelli
Secretária Geral: Márcia Valéria Cozzani
1ª Secretária: Joslei Viana de Souza
Tesoureira: Adriana Inês de Paula
1ª Tesoureira: Ruth Eugênia Amarante Cidade e Souza

Sobama

Endereço:
Departamento de Educação Física, UNESP
Av. 24-A, 1515, Bela Vista
Rio Claro SP 13506-900
Fone: 19-3526-4333
Fax: 19-3534-0009 ou 19-3526-4321
E-mail: sobama@rc.unesp.br
www.sobama.org.br

Os artigos assinados são de inteira responsabilidade dos autores, não refletindo, necessariamente, a opinião dos editores da revista ou da diretoria da Sobama.

Apoio

UNESP Rio Claro



4 Artigos

Emoções e a cesta no basquete sobre rodas

Elaine Mara da Silva



pag 4

A educação inclusiva como projeto da escola: O lugar da educação física

Rivana dos Santos Dutra



Silvana de Souza Marques da Silva
Regina Celi da Silva Rocha

pag 7

Limitação: Mito ou realidade. Respondendo a um amigo se limitação existe apenas quando acreditamos nela

Anamaria Brandi Curtú

pag 13



Programa de Extensão: “Aprendendo com o Corpo d’Eficiente”

Marli Nabeiro
Ana Flora Zaniratto Zonta

pag 15

Proefa: Uma tradição de 18 anos Estrutura de um projeto de extensão universitária em educação física adaptada

Eliane Mauerberg-deCastro



pag 18

Natação para pessoas com deficiência mental leve

Milton Vieira do Prado Junior



pág 28

Projeto “Eficientes” Um programa de intervenção englobando diferentes tipos de deficiências

*Cícero Campos
Valter Brighetti
Júlio César Takehara
Lucas Portilho Nicoletti
Denise Ferraz Lima Veronezi*



pag 32

Dança de salão para pacientes com transtornos mentais

*Ana Clara de Souza Paiva
Sandra Regina Garijo de Oliveira
Catia Mary Volp*

pag 34

A importância da inserção dos profissionais da educação física adaptada nas equipes multidisciplinares da educação municipal

Maria Luisa da Costa Fogari

pag 38

Incidência de hipermobilidade articular em meninas praticantes de ginástica artística

*Marisilda Viúdes
Adriana Inês de Paula*



pag 40

Apoio

Universidade Estadual Paulista, UNESP
Instituto de Biociências,
Departamento de Educação Física, Rio Claro

Emoções e a cesta no basquete sobre rodas

Elaine Mara da Silva

No Brasil, o basquete em cadeiras de rodas no contexto do esporte para deficientes cresceu significativamente nos últimos anos. Assim como ocorre no basquete convencional, o jogador de basquete sobre rodas experimenta momentos de consagração própria e de seus pares sempre que gestos esportivos são executados com precisão e sucesso. O momento de maior emoção no jogo é, sem dúvida, o da *cesta*. A *cesta* é o objetivo maior deste jogo.



O que o corpo expressa quando quer vencer desafios

Durante qualquer jogo dentro de modalidades desportivas, os corpos não só se mobilizam para algum tipo de ação, mas expressam uma comunicação rica de significados que vão desde as intenções até as emoções. Esses mesmos corpos também captam a comunicação do outro. Expressando

uma cumplicidade diante da necessidade de determinado movimento ou manobra, o atleta só atenta para suas emoções após a realização de uma boa jogada. O basquetebol é um jogo extremamente emocionante e a cesta—score do jogo e razão para emoções—associa-se com desejos, insatisfações e necessidades. No caso do jogador de basquete sobre rodas, estas emoções não são diferentes. As emoções correm em momentos comuns no desenrolar de uma partida de basquetebol. Estes momentos caracterizam o espetáculo.

De modo geral, a emoção impulsiona a motivação que, por sua vez, aumenta a disponibilidade e capacidade para a ação eficiente pelo jogador neste espetáculo. Além disso, a emoção pode ser um fator decisivo no desempenho do jogador durante um jogo importante. Este desempenho no jogo pode ser observado enquanto o jogador em cadeira de rodas manuseia a bola, ou quando está em uma posição de defesa e consegue roubar uma bola do adversário.



Muitas vezes emoções precedem experiências de movimentos com as quais o jogador ainda não tem competência. Por exemplo, o sucesso na cesta pode, em seguida, levar o jogador a se aventurar com gestos inéditos que ele ainda não sabe que é capaz de fazer (e.g., realizar um “gancho” embaixo da tabela para sair da marcação). Ou seja, o sucesso na execução de uma cesta retro-alimenta a auto-estima e impulsiona o sucesso da próxima cesta. Este processo entre ação e emoção pode ser associado com inúmeros gestos no basquetebol, mas é o sucesso da cesta que confirma a competência e a vitória do jogador e do time.

Após dez anos acompanhando a rotina de uma equipe masculina nesta modalidade, nós começamos a olhar com



maior cuidado o que acontece com as emoções do jogador no momento que ele executa uma cesta. Obviamente, saber objetivamente sobre o conteúdo emocional no instante da execução da cesta é muito difícil, principalmente se reunirmos o lado visual jogo, a expectativa do grupo pelo resultado, a presença do público, o placar, momentos dramáticos da contagem, as torcidas, os juizes, as vaias, os aplausos. Assim, apelamos para a memória e opinião do jogador que é solicitado a expressar sua emoção sobre um evento passado: a realização da cesta. Ao expressar-se, o jogador emite sinais de sua tomada de consciência sobre o que seu corpo é capaz de fazer. Estes sinais são bastante consistentes entre os jogadores.

Assim, as emoções traduzem um diálogo particular do próprio corpo: ele grita, bate palmas, manobra a cadeira de rodas de forma ritualizada, produz barulho intenso. Tudo isto reflete uma prática que o lembrará da relação existente entre as partes do seu corpo. É um instante—(momento) de auto-motivação, auto-recompensa, reforço, reconhecimento do mérito próprio.

A cesta como ícone do empoderamento no jogo

Uma jogada convertida em cesta deflagra emoções, as quais entram em cena consigo, com seus pares e com o público. O jogador, neste momento, estabelece uma comunicação com o mundo que vai além da “quebra” (desafio) da verticalidade. Emoções próprias são mais prontamente reconhecidas pelo jogador do que detalhes sobre o que ele fez, como fez, ou da força que empregou.

Durante o jogo é comum o jogador de basquete sobre rodas perder uma grande quantidade de cestas, mas ao executar outras poucas de grande efeito ele alimenta sua motivação na partida. No caso específico do jogador com deficiência, fazer uma cesta é um bom contexto para analisarmos a relação dele com seu corpo, sabermos mais sobre a essência da sua imagem corporal. Indiretamente é um bom pretexto para expor o perfil de sua identidade e os efeitos da sua experiência existencial enquanto jogador com deficiência.



Estas reflexões sobre o atleta que pratica o basquetebol sobre rodas alertam aos profissionais do esporte sobre o papel das emoções. Olhar o fazer uma cesta não deve ficar apenas confinado ao plano de otimização de diferentes estratégias de intervenção nesta modalidade desportiva, mas também incluir a linguagem do corpo emocionado. O resultado de preocupações profissionais pode revelar uma abordagem mais humanista no gerenciamento de jogadores com deficiência que têm metas complexas com o esporte, metas que vão além de um protocolo de reabilitação. Metas que incluem inserção social, visibilidade, conquistas, enfim, empoderamento.



Nota sobre a autora

Elaine Mara da Silva é formada em educação física e pedagogia. Atualmente é professora da disciplina de educação física adaptada no curso de educação física da UNAERP, campus de Ribeirão Preto. Especialista em educação pelas Faculdades Claretianas de Batatais, e em atividade física e qualidade de vida pela UNICAMP, onde também é membro do grupo de estudos em imagem corporal. É professora efetiva na Secretaria Municipal de Esportes de Ribeirão Preto onde iniciou sua experiência na área de atividade física adaptada. Tem atuado por 10 anos no basquete sobre rodas e recentemente com atletismo para cegos. É a representante regional do estado de São Paulo junto à Sobama.

Fotos por Livia Cerezoli e Elaine Mara da Silva

Endereço para contato:
Rua Elias Dib nº628 Jd Anhanguera
Ribeirão Preto, SP
Cep14092-080
Email:elainemsilva@hotmail.com

A educação inclusiva como projeto da escola: O lugar da educação física

Rivana dos Santos Dutra
Silvana de Souza Marques da Silva
Regina Celi da Silva Rocha

“Nossa existência e nossas vidas, nossa luta permanente por aceitação e reconhecimento são um testemunho de resistência contra a exclusão.”

Maria Amélia Vampré Xavier

Refletindo, no desenvolvimento de um trabalho de conclusão de curso, sobre os inúmeros entraves ao processo de inclusão dos alunos com necessidades educacionais especiais, considerou-se importante investigar como esse processo tem se dado na escola e a participação da educação física neste processo.

Incluir é um desafio que deve ser encarado pelos profissionais da educação. Mas o simples ato de transferir o aluno portador de deficiência de uma escola totalmente adaptada às suas necessidades para outra de ensino regular, não significa inclusão.



Desse modo, este estudo buscou compreender os caminhos que o professor pode percorrer para intervir na sociedade, na tentativa de minimizar o processo de exclusão social, e o papel que o professor de educação física pode representar dentro desse contexto. Mais especificamente, buscou-se uma análise documental do projeto político-pedagógico, entendendo que projetar é pensar a ação e envolve, por parte dos gestores e da comunidade escolar uma decisão política, planejamento estratégico das ações e comprometimento permanente com as ações projetadas. Tais

características tornam o projeto político-pedagógico um instrumento primordial e fundamental para a implementação de uma educação inclusiva.

Segundo Rodrigues (2006, P.302),

a escola que pretende seguir uma política de educação inclusiva (EI) desenvolve políticas, culturas e práticas que valorizam a contribuição ativa de cada aluno para a formação de um conhecimento construído e compartilhado—e desta forma, atinge a qualidade acadêmica e sociocultural sem discriminação.

Mas isso não se dá do nada. A filosofia, as idéias que consubstanciam tais políticas, culturas e práticas só vão se materializar a partir da vontade coletiva dos membros da escola, num processo de superação dos preconceitos, reconhecimento das potencialidades de todos os alunos e a construção (coletiva) de um projeto político-pedagógico que dê conta do trabalho com a diversidade.

O projeto político-pedagógico é fundamental neste processo, porque é a ‘carta’ onde todos os compromissos são fixados, mas sobretudo é no processo de construção do projeto político-pedagógico—quando acontecem os debates, os momentos e espaços de reflexão sobre as políticas culturais e práticas inclusivas—que se manifestam as intenções, que se demonstra se o coletivo da escola está mesmo comprometido com as propostas que estão assumindo. É aí que se torna transparente se a inclusão se dará de fato e não apenas por estar garantida por lei. O que se tem visto hoje, em nome da inclusão, são práticas bastante polêmicas.

(...) Por vezes, fala-se mais da EI como um mero programa político ou como uma quimera inatingível do que como uma possibilidade concreta de opção numa escola regular. Tanto a legislação como o discurso dos professores se tornaram rapidamente ‘inclusivos’, enquanto as práticas na escola só muito discretamente tendem a ser mais inclusivas. (Idem)

A análise documental dos projetos político-pedagógicos das escolas, assim como as entrevistas semi-estruturadas

com diretores dessas escolas públicas (duas estaduais e duas municipais) do município de Barra do Piraí, visou refletir sobre o engajamento dessas escolas no processo de inclusão e sobre a função da educação física escolar na inclusão dos alunos com necessidades especiais.

O estudo levantou algumas questões: Será que as escolas têm buscado vencer o preconceito através do trato efetivo com a diferença? É interesse de gestores e professores, buscar a capacitação para atuar com essa população tão diversa? Será que estão encarando a diferença como algo natural, como característica dos seres humanos e buscando práticas pedagógicas, culturais e políticas efetivas de inclusão?

A proposta de inclusão



Se analisarmos pelo viés dos ‘direitos,’ a inclusão das pessoas com necessidades especiais está amplamente garantida: A ONU promulgou, em 1948, a Declaração Universal de Direitos Humanos, assegurando a todas as pessoas, de todas as nações, os mesmos direitos e deveres; a Constituição de 1988, a Declaração de Salamanca, de 1994, a Lei de Diretrizes e bases da Educação Nacional, de 1996, entre outras, asseguram a inclusão do portador de necessidades especiais. Na educação, a inclusão dos alunos com necessidades educacionais especiais à rede regular de ensino está assegurada legalmente, de modo que, hoje não é o aluno que está obrigado a se adaptar à escola, mas a escola que tem que se organizar para recebê-lo.

Uma coisa é certa: dentro das atuais condições não há como incluir crianças com necessidades especiais no ensino regular, sem que se ofereça, aos professores dessas classes, orientação e assistência na perspectiva da qualificação do trabalho pedagógico ali desenvolvido. (Bueno, apud Sobrinho, 2003, p. 48).

A capacitação dos professores é um dos primeiros passos para começarmos a pensar em uma escola capaz realmente de incluir um aluno portador de necessidades especiais.

Contribuir para a preparação dos outros alunos para lidar com as diferenças é tarefa fundamental do professor. É importante ter pessoas diferentes no mesmo meio, pois a troca de experiências pode ser extremamente rica.

A prática atual consiste em isolá-los em estabelecimentos segregados longe da realidade, colaborando para que eles se sintam ainda mais inferiores que as outras pessoas. A segregação em instituições especiais consolidou-se mais como um mecanismo de atendimento assistencial e isolamento social do que como uma forma alternativa apropriada de formação e reabilitação de pessoas com deficiência. Tal segregação só aumenta os preconceitos e estereótipos a ela relacionados, colaborando para um sentimento de inferioridade, especialmente das pessoas com deficiência.

É importante ressaltar, que aos portadores de necessidades especiais deve-se assegurar o direito a experimentar o estilo de vida comum, considerado “normal” em sua cultura e ainda, uma formação e reabilitação em ambientes regulares, ou menos restritivos, através de recursos ou serviços educacionais especiais.

Uma escola que se pretende inclusiva deve estar comprometida com as mudanças necessárias a uma experiência educacional significativa para o aluno, pois o movimento da inclusão parece ser a forma mais social e humana de favorecer a construção da cidadania, através de uma educação com qualidade para todos.

É importante que se estabeleçam esforços, com objetivos comuns, onde alunos, professores, dirigentes, funcionários, pais e comunidade, assumam o desafio de abrir caminhos que nos conduzam à construção de um sistema educacional inclusivo, rejeitando qualquer forma de segregação. Um processo coletivo e de cooperação, que desenvolva, na escola, ações políticas, culturais e pedagógicas, voltadas às expectativas e necessidades de todos, ou seja, pautadas na diversidade.

Sendo assim, o trabalho em equipe torna-se fundamental para a escola inclusiva.

O professor inclusivo deve buscar a competência para lidar com as dificuldades que terá que enfrentar para proporcionar uma educação apropriada a todos os alunos, sejam eles portadores de necessidades especiais ou não, prevendo um espaço democrático e comum, afim de que possa desenvolver com êxito os programas inclusivos.

Como bem define Pedrinelli (2002, pp. 31-32), participar de um processo inclusivo é estar predisposto, sobretudo, a considerar e respeitar as diferenças individuais, criando a possibilidade de aprender sobre si mesmo e sobre o outro, em uma situação de diversidade de idéias, sentimentos e ações(...) (...)o professor que adota a proposta da educação inclusiva considera o aluno um recurso

importante em sala de aula e aproveita as propostas temáticas que emergem do grupo, valorizando as diferenças individuais e o potencial dos alunos.

O aprendizado é recíproco e a troca de conhecimentos é essencial para que ocorra um processo de ensino-aprendizagem. Dessa forma tanto o professor como o aluno, aprendem e ensinam, ou seja, há reciprocidade de ensino e aprendizagem entre alunos e professores.

Em todos os tempos, a educação encarou com estranheza as inovações. A formação final sempre foi vista, necessariamente, “com níveis semelhantes de conhecimento e usando estratégias uniformes” (Rodrigues, 2006, p.316). Compreender e aceitar as diferenças intra-individuais de seus alunos também sempre foi complexo para o ensino tradicional. Isso, torna ainda mais “radicais e estranhas as propostas de inovação da escola feitas pela EI (Idem).

A inclusão tem sido entendida de muitas formas diferentes. Para Sobrinho (2003, p. 12), “*Incluir é fazer parte, é compreender, é ser compreendido.*” Uricoechea (2005), diz que “*Inclusão é o termo que se encontrou para definir uma sociedade que considera todos os seus membros como cidadãos legítimos.*” Inclusão significa entre tantas coisas, “estar com,” afiliação, compreensão, envolvimento, ou seja, traduz-se em mobilizar pais, estudantes, membros da comunidade para ser parte de uma nova cultura, se uma nova realidade. Já num contexto de educação especial, é a tentativa e esforço de se desenvolver um sistema educacional unificado que seja flexível e com recursos necessários para atender as necessidades da diversidade de alunos de nossas comunidades.

Numa sociedade como a nossa, onde o preconceito é velado, o diferente é visto com ‘maus olhos.’ A dificuldade maior parece estar na nossa dificuldade em respeitar e lidar com as “diferenças.” Portanto, mesmo que se promova a capacitação técnica, e se providencie todo o aparato material necessário para o acesso das pessoas com necessidades especiais no ensino regular, se não houver mudança nas atitudes em relação às diferenças, de modo a eliminar o preconceito e a discriminação, a inclusão permanecerá apenas de “direito” e não de “fato.”

Após milênios de discriminação, marginalização e até mesmo, eliminação de indivíduos com deficiência da face da terra, através de iniciativas racistas e eugênicas, é difícil que o processo de conscientização e aceitação das diferenças ocorra de imediato. Construímos uma sociedade pensada e projetada para um homem padrão, próximo à “normalidade” que, não corresponde à verdadeira condição da maioria da população. Um padrão que se utiliza da diferença para inferiorizar e da igualdade para descaracterizar. O que tem tornado a inclusão um processo complexo e lento. Mas também, o único projeto de sociedade que pode ser sustentável e permitir verdadeiro e completo desenvolvimento humano.

Como nos afirma Bieler (in mimeo)

Aqui, agora, dia após dia, temos a responsabilidade de ajudar a construir o momento mágico de transformação—quando nos sentaremos juntos à mesma mesa, com conselhos representando grupos humanos de todos os tipos; um “Conselho de Jedis,” para celebrar a força, a sabedoria e a riqueza da diversidade.

Por tudo isso, a EI se apresenta como um desafio encantador.

Projeto político-pedagógico

Atualmente o discurso da autonomia, cidadania e participação no espaço escolar vêm ganhando força, sendo temas marcantes do debate educacional brasileiro. Desse modo, o projeto político-pedagógico despontou no cenário da escola como espaço de reflexão, momento de decisão política, planejamento estratégico das ações por parte dos gestores e da comunidade escolar e sobretudo, de comprometimento permanente com as ações projetadas.

Segundo Gadotti (2002, p.37),

todo projeto supõe rupturas com o presente e promessas para o futuro. Projetar significa tentar quebrar um estado confortável para arriscar-se, atravessar um período de instabilidade e buscar uma nova instabilidade em função da promessa que cada projeto contém de estado melhor de que o presente.

É um equívoco pensar que o projeto político-pedagógico vem para negar a história da escola, seu currículo e métodos, a sua comunidade e o seu modo de vida, ou seja, o seu instituído, ao contrário, um bom projeto coloca frente a frente, o instituído com o instituinte. Isto coloca a escola sempre frente às inovações e diante da necessidade de reavaliação de suas práticas, para que ocorram as mudanças necessárias dentro do campo pedagógico. Por isso, todo projeto pedagógico é também político e por isso mesmo, sempre um processo inconcluso, uma etapa em direção a uma finalidade que permanece como horizonte da escola. Um projeto que não pressupõe constante avaliação não consegue saber se seus objetivos estão sendo atingidos.

O projeto da escola não é de responsabilidade apenas da direção. Ao contrário, numa gestão democrática, a direção é escolhida a partir do reconhecimento da competência e da liderança de alguém capaz de executar um projeto coletivo. Portanto, ao se eleger um diretor de escola, o que se está elegendo é um projeto para a escola.

Como vimos o projeto político-pedagógico da escola está hoje inserido num cenário marcado pela diversidade, o que comprova que nos dias atuais um projeto padrão seria

insuficiente para satisfazer todos os objetivos das escolas.

Tais características tornam o projeto político-pedagógico um instrumento primordial e fundamental para a implementação de uma educação inclusiva.

Educação física na inclusão

Investigar sobre a educação física inclusiva nos leva a refletir sobre a necessidade de entender e atender as necessidades das pessoas com deficiência, o respeito às suas características peculiares e seu potencial.

Continuar acreditando que a educação física deve se inspirar em exercícios voltados basicamente para o esporte de rendimento, privilegiando o forte, o belo, o robusto, o esteticamente perfeito, o preconceito e a exclusão estarão sempre presentes nas aulas.

Muito se tem investigado e estudado para buscar a melhor forma de atender as necessidades educacionais especiais das pessoas com deficiência.

Segundo Pedrinelli (2002, P. 35), na década de 50 surgiu o termo *educação física adaptada*, que foi escolhido pela *American Association for Health, Physical Education, Recreation and Dance* (AAHPERD) para definir “um programa diversificado de atividades desenvolvimentista, jogos, e ritmos adequados aos interesses, capacidades e limitações de estudantes com deficiências.” Daí para frente, muitas propostas têm surgido para o trabalho com essas pessoas. Algumas, específicas para o trabalho em instituições especializadas—considerado por muitos estudiosos como segregador—e outras, que visam o trabalho incluindo os deficientes nas aulas regulares de educação física.

Para Bueno e Resa (2002, P.36),

A educação física adaptada para portadores de deficiências não se diferencia da educação física em seus conteúdos, mas compreende técnicas, métodos e formas de organização que podem ser aplicados ao indivíduo deficiente.

Ao professor de educação física cabe, então, proporcionar vivências e oportunidades motoras adaptando-se às mais diferentes realidades. Mesmo assim, muitos profissionais quando se deparam com o aluno portador de deficiência física, afirmam não saber como agir devido a sua falta de preparo. A alguns, falta inclusive interesse e paciência para buscar o conhecimento necessário.

Uma criança com deficiência possui as mesmas necessidades básicas de uma criança dita “sem problema”—necessidades afetivas, sociais, intelectuais, dentre outras. Como então é possível conceber uma educação física que ignore estes fatores?

A educação física é uma área de adaptação que permite a participação de todos, em atividades adequadas às possibilidades de cada um, proporcionando a integração. Para

cada tipo de “deficiência” existe uma maneira de enfatizar as necessidades a serem contempladas.

Todo o programa deve conter desafios aos alunos, permitindo a participação destes, respeitando suas limitações e promovendo autonomia. É importante que o professor sempre tenha conhecimentos básicos sobre seu aluno (tipo de deficiência, idade, funções e estruturas que estão sendo prejudicadas, etc.), pois conhecendo o educando, ele precisará adequar a metodologia a ser adotada. Para Cidade e Freitas (2002, p. 42-43) várias considerações devem ser levadas em conta:

- Em que grupo de educandos haverá maior facilidade para a aprendizagem e desenvolvimento de todos;
- A avaliação constante do programa de atividades possibilitando as adequações necessárias, considerando as possibilidades e capacidades dos educandos, sempre em relação aos conteúdos e objetivos da educação física adaptada;
- Adaptação de material e sua organização na aula, tempo disponível, espaço e recursos materiais;
- Adaptações de objetivos e conteúdos, adequando-os quando for necessário, em função das necessidades educativas especiais, dando prioridade a conteúdos e objetivos próprios, definindo mínimos e introduzindo novos quando for preciso.

Incluir o indivíduo portador de necessidades especiais nas escolas significa oferecer oportunidades iguais, apesar das diferenças.

Hoje o modelo de integração da sociedade aceita receber os portadores deficiências desde que estes apresentem uma capacidade de adaptação aos obstáculos. Esta é uma visão que precisa ser mudada. São as escolas, a sociedade as que precisam se adaptar para receber os deficientes.

A inclusão é um processo amplo, com transformações pequenas e grandes, em ambientes físicos e também na mentalidade das pessoas, inclusive do próprio portador de deficiência.

É preciso “(...) promover uma sociedade que aceite e valorize as diferenças individuais, aprenda a conviver dentro da diversidade humana, através da compreensão e da cooperação” (Cidade & Freitas, 2002, p. 45).

E a educação física muito tem a contribuir neste processo através de suas práticas, rompendo as barreiras do preconceito, promovendo a integração e oportunizando o acesso à educação, à saúde, ao trabalho, ao lazer e acima de tudo à atividade física.

Mas é fundamental que a comunidade escolar esteja convencida do importante papel da educação física nesse processo, para que, ao desenvolver o projeto político-pedagógico da escola ela seja parte do compromisso que toda a escola está assumindo.

O professor de educação física tem que acreditar na inclusão, acreditar que é peça fundamental no processo e ser

o defensor dessa proposta na elaboração do projeto político-pedagógico. Por enquanto, isso parece caminhar a passos bem lentos em grande parte do nosso país.

A busca de dados nas escolas

Buscando dados para fundamentar o estudo, foram analisados, como recorte, projeto político-pedagógico de quatro escolas públicas do município de Barra do Piraí/RJ. Duas estaduais e duas municipais. Também foram aplicados questionários, que por força da delimitação do estudo, foram respondidos pela equipe de direção da instituição. As escolas foram escolhidas de forma aleatória.

A visita às escolas foi feita no início do ano de 2006.

A **escola 1** apresentou o PPP de 2004, porque, segundo a equipe da direção, o atual ainda está sendo elaborado. Porém, ao analisar o projeto, observou-se que as propostas eram do ano de 2001, parecendo só ter mudado a capa.

Respondendo ao questionário, a diretora afirmou que “o projeto político-pedagógico é avaliado a cada início de ano, sofrendo as modificações necessárias, valorizando o que deu certo, corrigindo e modificando o que não pode acontecer.”

O objetivo desse projeto é “Promover a inclusão social”(p.10).

No corpo do projeto não há alusão à inclusão de alunos com necessidades educacionais especiais, o que foi considerado pela diretora como “um erro”: “a inclusão é feita de forma tão natural... é por isso que não foi mencionada”. A diretora coloca ainda que, “através de projetos e turmas de aceleração, há a inclusão de alunos com déficits de aprendizagem, que ocorrem devido a deficiências físicas, mentais e sociais.” Mas o aluno portador de necessidades especiais só é aceito pela escola se tiver acompanhamento da Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE).

O currículo da escola apresentado no projeto político-pedagógico não inclui aulas de educação física.

A **escola 2** apresentou projeto político-pedagógico elaborado no final de 2004, que segundo a equipe de direção, tem validade para 2005 e 2006.

Segundo a equipe de direção, o projeto político-pedagógico é sempre elaborado em reuniões com os professores, funcionários, pais e alunos e a cada dois anos passa por um processo de reavaliação, onde se vê o que funcionou, o que não funcionou, sendo modificado, quando necessário, através de adendos.

Entre os objetivos do projeto, a escola deve “propiciar aos alunos portadores de necessidades especiais atendimento adequado ao seu processo de aprendizagem, respeitando as diferenças individuais, de modo a lhes assegurar o pleno exercício dos direitos básicos, facultando-lhes, assim, o acesso ao trabalho e à plena integração aos grupos sociais; Integrar, sempre que possível, os alunos portadores de necessidades especiais nas classes comuns do ensino regu-

lar e de jovens e adultos, garantindo o acompanhamento adequado às suas especificidades.”

A diretora afirma que nesta escola, o aluno portador de necessidades especiais é matriculado como qualquer outro aluno, sem nenhuma restrição. Relatou o caso de um aluno com deficiência mental que estuda na escola, e somente a avaliação dele é diferenciada.

A diretora coloca, ainda, que também houve caso em que o aluno foi “aconselhado” pela psicóloga a estudar em uma escola pequena, pois estava muito agitado, com um grande número de pessoas que circulavam pelo colégio.

A escola não inclui a educação física em seu currículo.

A **escola 3** apresentou o projeto político-pedagógico de 2005, que foi elaborado, segundo a equipe de direção, pela própria diretora.

O objetivo do projeto político-pedagógico é “formar cidadãos conscientes, dando-lhes oportunidades de desenvolverem-se como pessoas livres e solidárias. Devem ainda estar capacitadas a integrar-se com o meio em que vivem dotadas de conhecimentos, habilidades e atitudes que resultem na melhoria das condições de vida individual e social” (pág.3).

A análise do documento mostrou que a escola não trabalha com educação especial e também não apresenta nenhum objetivo que pretenda promover a inclusão na grade escolar. A própria diretora afirma: “não trabalhamos com educação especial e não temos a pretensão/ de trabalhar, porque não temos equipamentos apropriados e nem profissionais especializados(...) (...)a maioria desses profissionais não demonstra interesse em se atualizar.”

Existe na escola o “Projeto Especial – Aluno Residente,” anexado ao projeto político-pedagógico, voltado para atender uma clientela carente, buscando desenvolver auto-estima, respeito, convivência e solidariedade.

Esta escola não possui aula de educação física em seu currículo.

A **escola 4** apresentou o projeto político-pedagógico elaborado em julho de 2005. Segundo a diretora adjunta, a elaboração do projeto político-pedagógico foi realizada por todos os integrantes da escola, tendo como objetivos: “Integrar os envolvidos nas ações de ensino-aprendizagem consigo mesmo, com outros e com a realidade do meio ambiente; Propiciar metodologias que tornem as atividades educativas mais significativas e prazerosas para todos” (pág.3).

A diretora afirma trabalhar com alunos especiais há oito anos, em classes de surdos mudos, deficientes físicos e alguns que apresentam deficiências de aprendizagem, “só que não consta no projeto político-pedagógico, porque ainda não foi atualizado.”

Afirma a diretora, ainda, que “os profissionais são atualizados com capacitações oferecidas pela secretaria de educação ou com recurso próprio. A escola está à procura de parcerias(...) (...)atualmente existe sete professoras que fazem

curso de libras, além da direção.”

Nesta escola os alunos têm aulas de educação física. Relata a diretora que a professora de educação física trabalha com os portadores de necessidades especiais, principalmente surdos mudos, só que ainda lhe falta uma capacitação em Língua Brasileira de Sinais (LIBRAS), pois esta ainda necessita de ajuda para se comunicar com esses alunos.

Refletindo sobre os dados

Os dados demonstram grandes contradições, conhecimentos inconsistentes e equivocados sobre a inclusão, que podem ser grandes entraves a este processo.

Conforme foi dito, o projeto político-pedagógico é fundamental para o processo de inclusão, principalmente por ser espaço de reflexão, de trocas de experiências, de assunção de compromissos e toda a comunidade escolar com as propostas do projeto. E como se pode ver há muitas contradições nos projetos das escolas. Existe inclusive projeto elaborado pelas mãos solitárias (ou autoritárias?) de uma diretora. A periodicidade também deixa a desejar. Dois anos, por exemplo, pode ser muito tempo para se esperar para reavaliar determinadas propostas que não estão dando certo.

A educação das pessoas com necessidades educacionais especiais parece deficitária, equivocada e em alguns casos inexistente. Há ainda a falta de interesse em lidar com a questão.

Quanto à educação física, então, o quadro é caótico. Somente uma escola admite a disciplina em seu currículo. Isso demonstra o grau de desvalorização e de desconhecimento do quanto esta disciplina pode colaborar para o alcance de todos os objetivos propostos nos projetos e especialmente no processo de inclusão.

A educação inclusiva parece ainda não ser projeto da escola e a educação física ainda não conquistou o seu espaço, ainda não assumiu o seu lugar.

Considerações finais

É possível perceber o longo caminho que ainda precisamos percorrer no processo de inclusão. Há ainda preconceitos a quebrar, em todas as frentes de trabalho. Na escola regular, na escola especializada, no sistema educacional e na sociedade de uma maneira geral.

As escolas ainda não perceberam a importância do projeto político-pedagógico dentro do contexto sócio-político da escola. Falta um envolvimento maior, tanto da comunidade interna como da externa à escola. Uma falta de fé na capacidade da comunidade escolar de participar de um planejamento coletivo em todas as suas fases.

Também a educação física ainda não conseguiu se estabelecer como disciplina importante na escola. Ainda não

se compreende o seu verdadeiro papel no processo de educação e especialmente da educação inclusiva.

É importante também compreender que a Inclusão é um processo que envolve pessoas. Por isso nunca podemos afirmar que existe um modelo de inclusão que vai ser o ideal para todas as pessoas em todos os lugares. É fundamental entender que o que vai dar qualidade e promover cada processo de inclusão é o esforço coletivo em refletir bastante e profundamente, propor e apoiar idéias inclusivas e ter coragem de colocá-las em prática, assumindo os riscos de errar, mas tendo sempre a disposição de aprender com os erros, e a partir daí criar novas práticas.

Referências

- Bieler, R. B. (s.d.). *Inclusão e Cooperação Universal*. Tradução do texto original em inglês para o português: Maria Amélia Vampré Xavier (in mimeo).
- Carvalho, R. E. (1997). *Temas em Educação Especial* – Rio de Janeiro, WVA Ed..
- Cidade, R. E. A. & Freitas, P.S. de (2002). *Introdução à Educação Física Adaptada e ao Desporto para Pessoas Portadoras de Deficiências*. Curitiba: Ed. UFPR.
- Cruz, G.C. (2005). *A Educação Escolarizada de Pessoas que Apresentam Necessidades Educativas Especiais em nossa Paisagem Político-Social*. Rede SACI.
- Pedrinelli, V.J. (2002). Possibilidades na Diferença: o processo de “inclusão” de todos nós. *Revista Integração, 14* edição especial.
- Rocha, R. C. S. (2005). Encarando a Diferença: uma reflexão sobre a Educação Física Inclusiva. *Revista Adapta Sobama, 1*, 17-21.
- Rodrigues, D. (2006). Inclusão e educação: Os olhares sobre a educação inclusiva. São Paulo: Summus.
- Romão, J. E.; Gadotti, M. (2002). *Autonomia da Escola: Princípios e propostas* (5ª edição). São Paulo: Cortez: Instituto Paulo Freire.
- Sobrinho, F. P. N. (2003). *Inclusão Educacional: Pesquisa e Interfaces*. Rio de Janeiro: Ed. Livre Expressão.
- Uricoechea, A. S. (2005). *Diversidade e Inclusão: A vivência de um novo paradigma*.

Nota sobre as autoras

Rivana dos Santos Dutra e Silvana de Souza Marques da Silva são formandas do curso de educação física do UNIFOA. Regina Celi da Silva Rocha é professora do curso de educação física do UNIFOA; Mestre em educação, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, UERJ.

Limitação: Mito ou realidade

Respondendo a um amigo se limitação existe apenas quando acreditamos nela

Anamaria Brandi Curtú

Tenho deficiência física e conversando com um amigo ele me perguntou se a limitação é algo que existe objetivamente ou se existe à medida que acreditamos nela. Acabei respondendo por escrito. Trata-se apenas de um ponto de vista pessoal, mas espero que nele haja algum proveito para os leitores. Ei-lo.

Vamos, primeiramente, estabelecer uma diferença entre limite e limitação. Falarei de limitação como uma condição intrínseca do sujeito. Já limite representará um objeto externo ao sujeito. Porém limitação e limite se relacionam de tal maneira que o limite exerce sua força sobre o sujeito na medida em que exista neste uma limitação.

Outro ponto interessante para reflexão pode ser a confusão entre limite e limitação objetivos—e só por esta abordagem percebe-se que creio em ambos—e as construções culturais que se agregam a eles e que compõem sua porção subjetiva. Construções estas, vale lembrar, embebidas pelo caldo do senso comum e da multiplicidade histórico cultural.

As primeiras perguntas a fazer são: existe limitação apenas enquanto existe a idéia de sua existência? Se estamos falando de um conceito, e levando este conceito à plenitude, não crer na limitação não seria o mesmo que atribuir onipotência à humanidade? Podemos tomar literalmente o axioma "querer é poder"? Uma vez que a humanidade passe a ser onipotente, como justificariamos suas mazelas? Possivelmente lançando mão do já estabelecido argumento de que o progresso tecnológico atual está além do progresso moral. E este fato não seria per si uma limitação? Concluimos, portanto, que limitação e limite são realidades. A seguir continuaremos o raciocínio sobre em que medida limite e limitação existem subjetivamente.

Seria tolice desprezar os casos de superação de limites por procedimentos inusitados, normalmente colhidos no cotidiano, em experiências pessoais, ou mesmo noticiados em jornais e programas de televisão. Suponho que a coluna de sustentação para essa questão—se a limitação só existe à medida em que acreditamos nela—esteja em parte fundamentada neste tipo de conhecimento.

Vejo a capacidade de superação de limites como um traço de onipotência que o homem herdou do Criador, ou ainda como resultado da construção da idéia que temos dEle. Trago estas hipóteses sem medo de ser dogmática—já que este texto não propõe rigor científico.

Evidentemente limites são superados na dependência de

como o sujeito trabalhe sua limitação. A partir deste ponto usarei como base minha experiência pessoal com a limitação física.

Se você tem uma limitação física grave porém passageira, entregar-se a tal condição passivamente não acarreta muitos prejuízos, uma vez que em pouco tempo estará de volta desempenhando como de costume suas atividades e seus papéis sociais. Entenda-se por grave aquela que altere muito sua rotina e que lhe imponha significativas restrições. Contudo se a limitação, sendo grave ou não, for permanente—ou seja um problema crônico alterando substancial ou relativamente a rotina—assumir uma atitude passiva significará enormes perdas sociais, afetivas e físicas. Assim, entregar-se passivamente aos limites impostos por uma perna quebrada é muito diferente de fazer o mesmo em relação à uma paraplegia ou à perda permanente de um dos movimentos da mão.

Não bastasse afirmar que acredito na existência da limitação como uma condição a priori, digo ainda que não acredito na possibilidade de superá-la. Antes, o que se supera são os limites—marcos externos ao sujeito e móveis porque estão mais ou menos próximos a este na dependência do grau da limitação. Mas como superamos os limites? Penso que redimensionando nossas limitações e criando assim uma condição a posteriori. Neste sentido considerar/avaliar limitações é uma ação diagnóstica, a primeira de uma série para superar os limites conforme se deseja. O próximo passo é a criação de estratégias para redimensionar a limitação, verificando se existem meios possíveis—não necessariamente convencionais, e na maioria das vezes não o são—para se chegar ao objetivo. É evidente que a capacidade de redimensionar limitações é diretamente proporcional aos instrumentos/habilidades que o sujeito possui para a criação de estratégias de superação dos limites, tais como as inteligências múltiplas, dentre elas a emocional¹.

No caso do deficiente, do idoso e de outros discriminados, os mitos circundantes, ou seja, as construções culturais conforme mencionado no início do texto, contribuem para a idéia pejorativa que se tem da limitação e criam outros limites que classificaremos aqui como preconceito. Seguindo esta linha de pensamento teremos o preconceito como o conjunto de limites subjetivos, construídos no ideário, tanto com relação

¹ Golleman, D. (1995) *Inteligência emocional*. (M. Santarrita, Trad.) Rio de Janeiro: Objetiva.

a auto imagem quanto a imagem que terceiros fazem do discriminado. Em contrapartida, e justamente pela dimensão da limitação estar distorcida pelo preconceito, uma vez que a limitação é redimensionada e o limite superado a reação de terceiros poderá ser de espanto e de admiração desproporcionais.

Quanto a esta admiração e a este espanto logicamente contabilizaremos a empatia: possivelmente o outro não se imagina superando os mesmos limites numa situação semelhante e isso o faz espantar-se.

Neste contexto o conceito atual de inclusão é associado a uma série de medidas que um grupo ou uma pessoa toma para incluir um indivíduo ou um grupo em determinado local/atividade/situação. Já a integração refere-se às ações do indivíduo ou grupo para se integrar em determinado local/atividade/situação. Se ambas as ações—inclusão e integração—fossem proporcionais as pessoas com deficiências não seriam alvo de tanta admiração pela superação dos limites. No entanto, o que tenho visto, e creio que o leitor também—é que o empenho maior cabe ao deficiente que, em atitude de integração, mobiliza uma série de esforços para superar os limites, muitos deles existentes por causa de uma inclusão ineficaz ou inexistente. Por isso vejo como merecedoras de igual respeito tanto a opção por uma vida restrita ao ambiente doméstico quanto a de se expor aos enfrentamentos necessários à integração social fora de casa. Desde que a escolha seja autônoma e consciente o isolamento pode ser uma forma de preservação da dignidade, pois não deixa de ser uma resposta—de aceitação, mas ainda assim uma resposta—ao universo que exclui. Submeter-se a esta exclusão, parece-me particularmente uma decisão muito custosa e acarretadora de perdas significativas. Mas estarão todos os deficientes dispostos e preparados para lutar contra a exclusão? Não defendo a passividade e o não enfrentamento, mas seres humanos em geral, com deficiências ou não, deixam em muitos momentos, de lutar por seus direitos. Esta decisão envolve tantos aspectos pessoais que seria mais adequado discuti-la num outro momento. O que pretendo é não desconsiderar o isolamento como intenção de proteção originada em sentimentos de fragilidade e despreparo. Pretendo ainda evitar a postura extremista de cobrar da pessoa com deficiência uma militância permanente e incondicional, como se ela jamais pudesse sentir medo e recuar ante quem a exclui e despreza.

Se a superação de limites pelo redimensionamento de limitações não é privilégio dos discriminados, antes se faz presente na vida diária do ser humano. Contudo, é nos contextos de privação que se torna mais evidente, mais apreciada, e sobretudo mais necessária. Que fazem as expressões artísticas e a ciência se não, cada uma a seu modo, buscar e conseguir o que se presume impossível? Penso em Chico Buarque burlando a censura com letras de alto teor político disfarçadas de romance como em *Apesar de você*. Sua estratégia poética redimensionou a limitação da música

que pôde ultrapassar o limite da censura.

Falando assim parece até que ser deficiente na nossa sociedade é muito fácil, bastando criatividade e uma pitada de coragem. Claro que não. Os limites—que inicialmente definimos como objetos externos ao sujeito—nos afrontam diuturnamente. O conceito vigente de contemplar as necessidades das maiorias impede que se construam prédios sem escadas e elevadores, mas não garantem o acesso às minorias, que não podem ser servidas por escadas ou por elevadores inadequados, pelo que podemos dizer que a questão da acessibilidade universal está ainda no plano da ideologia. Assim, é inconcebível construir um prédio sem escadas e elevadores, imaginando que os moradores o escalem por fora, e que se observados por terceiros, levem a pecha de incapazes de voar ou o mérito de heróis por chegarem nos apartamentos mediante enorme esforço. As necessidades de acesso da maioria são respeitadas e a imagem acima parece pictórico surrealismo.

Quanto às minorias (àquelas com fogueiras garantidas no Auschwitz de outrora ou com a pensão do INSS para o Auschwitz de agora)² se quiserem a vida na sua plenitude precisarão de muita imaginação, persistência e sangue frio para as escaladas de cada dia, porque a cada degrau, a cada mobiliário inadequado, sua limitação será evidenciada, e o limite será um marco entre capacidade e incapacidade, entre igualdade e desvantagem.

Como se vê, acredito na limitação e no limite. Sei que à princípio a questão refere-se especificamente a limitação da pessoa com deficiência física, mas sugiro que estendamos o conceito de limitação como uma condição bem mais ampla. Afinal dependermos de um corpo perecível e estarmos submetidos a uma existência espaço-temporal já não é, em termos de limitação, bastante considerável?

Dessa forma, cabalmente respondo a questão motivadora dessa reflexão: Não! A limitação existe de forma objetiva. E o grande problema é quando a subestimamos.

Nota sobre a autora

Anamaria Brandi Curtú, Faculdades integradas Fafibe
Anamaria Brandi Curtú, Travessa Moreira Cezar, 31
Monte Azul Paulista - SP. CEP 14.730-000.
E-mail: anaemusicas@itelefonica.com.br
telefone residencial: (17) 3361-4189, móvel (17) 9115-3745

² "O programa de eutanásia para purificar a raça alemã foi uma criação dos médicos. A primeira câmara de gás foi desenhada por professores de psiquiatria das doze maiores universidades alemãs. Seleccionavam os pacientes e ficavam observando como é que morriam.(...) Por volta de 1945, haviam eliminado até mesmo veteranos da Primeira Guerra Mundial, por causa dos membros amputados na guerra.(...)" Paulo Lúcio Nogueira, apud Távora Niess, L.T. e Távora Niess, P.H. (2003) *Pessoas portadoras de deficiência no direito brasileiro* (pp. 7-8). São Paulo: editora Juarez de Oliveira.

Programa de Extensão: “Aprendendo com o Corpo d’Eficiente”

Marli Nabeiro e Ana Flora Zaniratto Zonta

A Universidade Estadual Paulista Julio de Mesquita Filho (UNESP) é uma instituição pública que agrega até a presente data (2006), 33 faculdades distribuídas em 23 cidades do Estado de São Paulo, somando um total de 23 *campi*. O *campus* da cidade de Bauru, cidade localizada no Centro Oeste Paulista, reúne três unidades, Faculdade de Engenharia (FE), Faculdade de Arquitetura Artes e Comunicação (FAAC) e Faculdade de Ciências (FC).

A universidade edifica-se em três pilares: o ensino, a pesquisa e a extensão, que prestam serviços à sociedade. A Faculdade de Ciências (FC) tem, aproximadamente, 1804 alunos distribuídos em onze cursos das áreas: exata, humana e biológica, a qual encontra-se a licenciatura em educação física, cursos integral e noturno.

“Aprendendo com o Corpo d’Eficiente,” é um projeto desenvolvido pelo Laboratório de Pesquisa em Educação Física (LAPEF), sob responsabilidade das professoras doutoras Marli Nabeiro e Ana Flora Zaniratto Zonta, ambas do quadro de docentes do Departamento de Educação Física, FC, UNESP de Bauru, o qual oferece o curso de licenciatura em educação física nos períodos integral e noturno e congrega aproximadamente 280 alunos, 15 professores e 4 funcionários. Além de compor os projetos de extensão do departamento, é cadastrado desde 2004 na Pró-Reitoria de Extensão Universitária da Unesp (PROEX), órgão que analisa todos os projetos de extensão da universidade, quanto ao mérito, recursos humanos e materiais.



A idéia, somada à vontade de concretizar o projeto “Aprendendo com o Corpo d’Eficiente” passou por uma gestação longa. Cabe aqui um recorte: desde o ano de 1976 trabalhamos com pessoas portadoras de necessidades especiais, tendo como foco a dança, a recreação e o esporte. Para instalarmos o projeto, deparamos com várias dificuldades advindas do cotidiano acadêmico e, a cada obstáculo

lembrávamos dos versos de *Drumont* “sempre haverá uma pedra no caminho” e para não nos abatermos e tampouco desistirmos, apoiamos-nos no mito de “*Sísifo*,” e, levamos a pedra ao seu cume, isto é, a concretização do programa “Aprendendo com o Corpo d’Eficiente.”



Vale traçar um percurso histórico para apontar as dificuldades e êxitos.

Antes do ano de 2004, o nosso trabalho era desenvolvido nas instituições que atendem pessoas com deficiências variadas, mas, a estrutura física era desfavorável. Acreditamos que a prática de uma atividade física e expressiva, executada em lugar apropriado e a possibilidade de acesso e convívio no ambiente universitário, aos usuários do projeto em pauta, geram resultados favoráveis significativos como: a socialização se intensifica; as relações interpessoais se fortalecem; as possibilidades em busca de conhecimento se ampliam; a auto-estima se eleva; é possível despertar talentos, ainda, adormecidos; o repertório de movimento é acrescido; o exercício de cidadania é praticado; a visibilidade aumenta estimulando a comunidade universitária.

Acreditando nisso, e com as novas instalações para o curso de educação física, localizado na praça de esportes da UNESP de Bauru, trouxemos o projeto para ser desenvolvido nessa localidade.

Para isso, contamos com a colaboração da Rádio Unesp e demais meios de comunicação para a divulgação, e os próprios usuários, no seu cotidiano, se incumbiram e se incumbem em difundir a proposta.

O acesso à universidade é feito por transporte coletivo da prefeitura municipal, esta, disponibiliza quatro veículos

adaptados, e os usuários têm o compromisso de agendar, semanalmente, o horário e destino de sua utilização, caso o usuário já tenha agendado para um outro compromisso, ele, fica proibido de utilizá-lo novamente. O órgão responsável justifica que, há quatro veículos para atender mais de 500 pessoas com deficiências, no período diurno. Este fato gera alguns prejuízos para o desenvolvimento do projeto, considerando que a assiduidade é um fator importante para o cumprimento e alcance de metas, as quais, estão vislumbradas nos objetivos específicos da proposta.

As atividades são oferecidas focadas nas preferências e nas necessidades dos usuários, considerando interesses distintos, faixa etária diversificada, gênero e deficiências variadas, tais como:

- Deficiências físicas: espinha bífida; mielomeningocele; paralisia cerebral; distrofia muscular progressiva de Duchenne; lesão medular;
- Deficiência sensorial: auditiva e visual; e
- Deficiência mental.

“Aprendendo com o Corpo d’Eficiente” pretende, por meio da ação motora e movimentos expressivos, contidos na dança, no esporte e na recreação:

- Promover momentos de alegria;
- Ampliar o vocabulário corporal, respeitando o repertório individual e cultural;
- Oportunizar o relacionamento interpessoal;
- Gerar condições para novas descobertas potencializando a auto-estima e a autoconfiança;
- Disponibilizar o ambiente universitário para a troca de experiências, e, talvez, incentivar profissões;
- Desmistificar o difícil acesso à universidade; e

Contribuir na formação global de um cidadão crítico e sensível.

O programa se desenvolve duas vezes por semana da seguinte maneira:

Os usuários são atendidos duas horas semanais com atividades previamente analisadas e planejadas pelo grupo de trabalho: coordenadoras e discentes monitores (bolsistas e voluntários), pautadas nos objetivos.



O grupo de trabalho se encontra, além dos horários da aplicação das tarefas práticas, em reuniões de estudo para desenvolver as seguintes atribuições:

- 1- Leituras técnicas, de conhecimento geral sobre as abordagens referentes ao assunto; organização e elaboração de planos de ensino para as atividades específicas;
- 2- Avaliação das atividades do encontro anterior;
- 3- Distribuição das tarefas e Indicação dos monitores para a atuação no próximo encontro com os usuários;
- 4- Informes gerais; e
- 5- Produção de artigos, resumos, vídeos e coreografias com o intuito de apresentá-los em encontros, congressos, ambientes artísticos e escolares, bem como submetê-los à revistas e periódicos, pertinentes ao assunto.

Destacamos a apresentação de “Aprendendo com o Corpo d’Eficiente,” no “3º Congresso de Extensão Universitária” intitulado: “Extensão universitária: Um fator de inclusão social?”, promovido pela PROEX, em novembro de 2005, que resultou no 1º lugar da classificação geral da área biológica da UNESP, culminando em uma premiação no valor de R\$ 1.000,00, revertidos na confecção de materiais didático pedagógico, criados para as necessidades do projeto.

Vale informar que, a cada período há um rodízio dos discentes monitores, com o objetivo de todos vivenciarem as diferentes modalidades e oportunizar uma integração e interação entre usuários e monitores, o que também contribui na formação acadêmica desses futuros profissionais. Há também uma regra para a atuação dos discentes monitores: apenas poderão aplicar as atividades os que já concluíram as disciplinas: Educação Física Adaptada, Atividades Rítmicas, Dança, Atividades Lúdicas e Educação Corporal I.

Assim, o programa foi se estabelecendo com dificuldades e imensa disposição, o que nos impulsiona dar continuidade e realizar um abraço coletivo, para que possamos a cada passo e Aprendendo com o Corpo d’Eficiente romper as barreiras que velam, ainda neste 3º milênio, a visibilidade e o direito pleno de cidadania, de um cidadão dono de um **Corpo d’Eficiente**.





Discentes Monitores:

André L. Ferreira
Andréia C. Lopes
Francina M. Nascimento
Felipe D. Lucchesi
Juliana C. Angelo
Luis Pires Júnior;
Maria Luiza S. Fiorini
Patrícia D. Orlando;
Patrícia M. S. Nogueira
Priscila J. Garavello;
Shirley R. Perissinoto
Rachel Bichusky
Ricardo Vitória
Valéria D. Garcia;
Vanessa M. Prazeres
Ubiratan F. Godoy

Nota sobre as autoras

Laboratório de Pesquisa em Educação Física - LAPEF
Departamento de Educação Física, Faculdade de Ciências -
UNESP, Bauru.

Coordenadoras:

Professoras Doutoras: Marli Nabeiro e Ana Flora Zaniratto
Zonta.

Proefa: Uma tradição de 18 anos

Estrutura de um projeto de extensão universitária em educação física adaptada

Eliane Mauerberg-deCastro

O que tem de comum entre crianças e adolescentes com síndrome de Down, deficiência mental, paralisia cerebral, cegos, e a criançada da 5^a-8^a série, cachorros, piscina, jogos, e futuros professores de educação física?



Em 1989, Eliane Mauerberg-deCastro iniciou o Programa de Educação Física Adaptada (Proefa) para que alunos de escolas e instituições locais pudessem oferecer uma oportunidade de aprendizado aos alunos do curso de educação física da UNESP. Esta oportunidade tem se repetido por 18 anos, durante os quais, mais de uma centena de alunos colocaram em prática as teorias e técnicas relacionadas à



atividade física adaptada que eles aprenderam durante o curso de graduação.

O Proefa tornou-se um laboratório de aprendizagem, pesquisa, de educação para a vida. Especialmente organizado para alunos da graduação em educação física e áreas afins (pedagogia, fisioterapia, etc.) e, mais recentemente alunos de pós-graduação, o Proefa materializou métodos específicos para a inclusão de indivíduos com deficiência na atividade física regular com alunos não-deficientes de 5a. a 8a. série desenvolvendo monitoria junto com os professores (estagiários universitários) do programa. Hoje, o Proefa é uma das poucas oportunidades onde alunos com necessidades educacionais especiais são educadores.

A inclusão como o “carro chefe”

Todos estão falando de inclusão das pessoas com deficiências em ambientes educacionais regulares. Mas isto não é novidade. Isto é lei desde 1996. Futuros professores precisam saber como educar estudantes—todo tipo de estudante—e não se desculpar dizendo que não sabem como, ou que não podem incomodar o resto da classe, e assim por diante. Isto é lei. Temos que nos acostumar e preparar nossos futuros profissionais e educadores. Para isso o Proefa inclusão foi criado. Nele os tutores do Proefa auxiliam na administração de aulas pelos estagiários e, durante as aulas aprendem a interagir com diferentes tipos de deficiências, reconhecem as necessidades de acordo com a idade do par, desenvolvem uma postura crítica esperada para a idade, têm iniciativa no estabelecimento de amizades e demonstrar cuidados com os pares deficientes.

O que se propõe no Proefa?

Os objetivos gerais do Proefa incluem desenvolver e adaptar atividades, em grupo ou individualizada, que promovam as capacidades motoras básicas proporcionando aos participantes com deficiências, melhora do controle postural, habilidades motoras, e capacidades físicas através de exercícios e de atividades motoras específicas (ex. postura, mobilidade, controle de objetos e manipulação, orientação espacial, ritmo, etc.). Esses exercícios e atividades são organizados em forma de circuito e estações de atividades,



jogos recreativos e cooperativos, atividades aquáticas, dança, atividades esportivas. É preocupação principal do Proefa promover, através do modelo de inclusão com tutores de 5ª a 8ª séries provenientes de escolas regulares, a socialização, a auto-estima, a auto-competência. O Proefa serve também como laboratório de pesquisa e aprendizagem para alunos da graduação em educação física, laboratório para desenvolver técnicas e possivelmente métodos específicos para a inclusão de indivíduos com deficiência na atividade física regular com alunos não-deficientes desenvolvendo monitoria junto com os professores (estagiários universitários) do programa.

Para o estagiário/voluntário, os objetivos específicos do Proefa incluem propiciar um contexto pedagógico/terapêutico em cada área de atividades abaixo relacionadas. Para o aluno com deficiência, estes objetivos incluem:

1. Padrões e habilidade motoras: aperfeiçoar habilidades motoras fundamentais e melhorar os níveis de coordenação durante atividades físicas adaptadas,

2. Integração sensório-motora: desenvolver a integração sensório-motora durante as tentativas de iniciação de movimento e movimento exploratório, e reduzir movimentos estereotipados e/ou reflexos patológicos, melhorar problemas posturais tanto devido a desordens ortopédicas como devido a disfunções como tônus aumentado, tônus baixo ou problemas de equilíbrio,

3. Aprendizagem perceptivo-motora: dar experiências para incrementar as habilidades perceptivo-motoras como, coordenação olho-mão, ritmo, habilidades de tempo de reação, orientação espacial, sequenciamento de movimentos, memória e atenção às instruções,

4. Auto-conceito positivo e competência social: desenvolver imagem corporal e auto-conceito positivos através de oportunidades da prática com sucesso e desenvolver tolerância às frustrações (adaptação ao ambiente),

5. Aptidão física e estilo de vida saudável, postura e aparência: melhorar as capacidades físicas como resistência cardio-respiratória, muscular, força muscular, flexibilidade,



status nutricional.

6. Competência em jogos, atividades de lazer e relaxamento, habilidades esportivas e de competição: introduzir e aperfeiçoar as habilidades motoras diretamente ligadas a modalidades esportivas como: futebol, handebol, basquete, voleibol e atletismo. Muitas destas atividades são adaptadas.

Na EFA individualizada os objetivos são parecidos:

1. Integração sensório-motora: desenvolver a integração sensório-motora durante as tentativas de iniciação de movimento e movimento exploratório, e reduzir movimentos estereotipados e/ou reflexos patológicos, Melhorar problemas posturais tanto devido a desordens ortopédicas como devido a disfunções como tônus aumentado, tônus baixo ou problemas de equilíbrio,

2. Aprendizagem perceptivo-motora: Dar experiências para incrementar as habilidades perceptivo-motoras como, coordenação olho-mão, ritmo, habilidades de tempo de reação, orientação espacial, sequenciamento de movimentos, memória e atenção às instruções,

3. Auto-conceito positivo e competência social: desenvolver imagem corporal e auto-conceito positivos



através de oportunidades da prática com sucesso e desenvolver tolerância às frustrações (adaptação ao ambiente); Aprender comportamentos sociais que promovam aceitação, inclusão, compreensão de regras e auto-disciplina. Reduzir o isolamento e problemas comportamentais como agressividade e passividade. Criar um ambiente para a comunicação verbal e a expressão social.

Um outro objetivo também ligado as metas da inclusão é gerenciar o programa da pet terapia ou atividade assistida por animal: É um tipo de serviço coordenado por um profissional da saúde ou de serviço social. O animal serve de co-terapeuta. Um aluno é designado a um animal e metas específicas são traçadas na reabilitação. Os objetivos incluem melhora no funcionamento físico, cognitivo, social e emocional.

Os números

A cada ano estimamos que em torno de 80 pessoas são beneficiadas pela participação no Proefa. Anualmente, 30 alunos de educação física, de 5 a 7 alunos de pós-graduação e profissionais de outras áreas (fisioterapia e pedagogia) são envolvidos na coordenação e execução do projeto. Outros 30 alunos não-deficientes de 5ª. a 8ª. séries provenientes de escolas regulares de Rio Claro são convidados a atuar como tutores. Aproximadamente 20 participantes com deficiência mental, sensorial e múltipla são beneficiados pelo Proefa; e em torno de 10 cães são voluntários em sessões específicas de pet terapia.

Em seu formato administrativo, o Proefa atende estágios obrigatórios e voluntários vinculados à disciplina de educação física adaptada. O Proefa apóia o Festival de Atividade Física Adaptada (FAFA) organizado pelos alunos do 3o. ano de educação física sob a coordenação geral de Eliane Mauerberg-deCastro.



Articulação do Proefa com propostas de ensino

Os estagiários do Proefa têm a oportunidade de aplicar seus conhecimentos na área de atividade física adaptada, sugerir estratégias na programação semestral, preparar e aplicar planos de aula e de avaliação, e discutir casos individualmente nas reuniões semanais e mensais.

A maioria das atividades do Proefa inclui também um foco mais sistemático de competência social e estruturação cognitiva. Por demandas sociais nós entendemos: interações positivas com os pares, liderança no grupo, otimizar o papel de ajudante. Por demandas cognitivas nós entendemos: noções de espaço (delimitações de espaço de aula, entrada, áreas proibidas, área de ação disciplinar, formações feitas em grupo—círculos, colunas, fileiras, etc.), noções de tempo e duração (noções de quanto tempo os alunos ainda irão jogar, o que foi feito na aula anterior, e o que será feito na próxima aula), atenção e memória (treinamento com memória de curto-prazo—o aluno leva vários segundos para atentar o que o professor está falando; aproveitamento da memória de longo-prazo para retomar experiências familiares ao longo da aula ou de aulas anteriores), uso de habilidades abertas (tarefas cíclicas ou rítmicas, de execução relativamente rápida) para alunos com dificuldades atencionais, uso de habilidades fechadas (movimentos discretos, complexos e com demanda de feedback) para alunos com maior competência analítica, incorporação de conceitos de contrastes, ordem e sucessão (ênfase verbal de conceitos como: direita/esquerda, acima/abaixo, encima/embaixo, ontem/hoje/amanhã, um dois três, etc., metade/todo/partes/separação/união/primeiro/segundo/último, etc.).

O que acontece em um ano?

Março 2007: Reunião inicial; administração de atividades desenvolvimentistas sensório-motoras, recreação (prazer e diversão) e atividades de relaxamento: Abril 2007: Reunião mensal; administração de atividades perceptivo-motoras,

condicionamento físico, dança. Maio 2007: Reunião mensal; administração de condicionamento físico, esportes radicais adaptados, dança e atividades de expressão, pterapia. Junho 2007: Reunião mensal; administração de condicionamento físico, atividades folclóricas de junho, atividade física adaptada para os pais e visitantes durante o Festival de Atividade Física Adaptada (FAFA). Agosto 2007: Reunião inicial; início do programa; administração de atividades desenvolvimentistas sensório-motoras, recreação (prazer e diversão) e atividades de relaxamento. Setembro 2007: Reunião mensal; administração de atividades perceptivo-motoras, condicionamento físico, dança. Outubro 2007: Reunião mensal; administração de condicionamento físico, esportes radicais adaptados, dança e atividades de expressão, pterapia. Novembro 2007: Reunião mensal; administração de condicionamento físico, atividades aquáticas, atividade física adaptada para os pais, encerramento. Dezembro 2007: festa de encerramento.



sucesso aos alunos. Ao longo do programa a instrução individualizada é dada com o objetivo de atender as necessidades e habilidades individuais de cada criança.

O método de comando: todos os alunos recebem um modelo uniforme e eles devem alcançá-lo ou pelo menos demonstrar uma competência mínima; O padrão de movimento eficiente ou correto é modelado e explicado e os alunos devem aproximar-se deste padrão através da prática em tarefas com atividades específicas; O feedback é corretivo e auxilia os alunos a se aproximarem dos padrões mínimos da idade apropriada (nenhum feedback pode atrasar mais do que 2 segundos); Todos participam da mesma atividade.

Criatividade motora: neste método o aluno descobre o próprio espaço; escolhe o próprio tempo de início e fim; move-se no próprio ritmo; descobre movimentos em respostas às próprias questões através do processo criativo; o professor move-se pela sala; oferece palavras e frases de aceitação;



A programação e o ensino

Estilos ou métodos de ensino

Todos os estilos abaixo são recomendados no Proefa

- Guia e descoberta
- Comando
- Criatividade motora
- Grupos de aprendizagem cooperativa
- Nível de competência dos indivíduos ou educação física adaptada individualizada

Método de descoberta (tentativa-e-erro): é adotado para que a criança com diferentes níveis de desenvolvimento possa explorar individualmente meios apropriados de aprender uma habilidade. Ao fazer isso, a criança pode acomodar seu nível atual de funcionalidade e depois evoluir no domínio de uma habilidade. Este tipo de estilo inclui repetição (ou prática), tentativa e erro, situações de desafio, de modo a levar o

observa e mostra interesse; reforça iniciativas.

Grupos de aprendizagem cooperativa: os alunos são encorajados a assumir o papel de instrutor, demonstrando uma habilidade ou corrigindo o outro. Estes alunos podem ainda funcionar como auxiliares nas manobras físicas, e como elementos motivadores. Pode ser feito aos pares ou grupos.

Nível de competência dos indivíduos ou educação física adaptada individualizada: esta instrução ou método é designada para os casos de deficiências múltiplas e complexas do ponto de vista de função e comportamento. Identifique comportamentos específicos que precisam ser mudados e cuidadosamente defina todos os componentes destes comportamentos. Observe, anote, e analise todos os comportamentos a serem mudados. Selecione e aplique estratégias específicas para alcançar as mudanças nos comportamentos. Considere o seguinte quando selecionando estratégias:

- Sinais que chamam atenção, que iniciam e param uma atividade.

- Rotinas para fazer a transição de uma atividade para a outra.
- Estratégias para superar comportamentos disruptivos.
- Estratégias para resolver ansiedade, medo, e isolamento: Nunca force os participantes na atividade que eles têm medo. Use técnicas de espelho, dança ou terapia do movimento.
- Estratégias para o autismo: Toque firme invés de leve; regras têm que ser colocadas em figuras e por escrito; remoção é ineficaz.

As atividades

1) Atividades de desenvolvimento (habilidades motoras fundamentais): Todas estas habilidades devem ser praticadas em ambiente e requerimentos de tarefas diferentes tais como: superfície de apoio e o meio (macio, duro, elástico, inclinado, irregular, em diferentes alturas, meio aquático, meio musical, e meio social); distribuição e layout dos objetos (aberturas e fechamentos de passagens, obstáculos em diferentes orientações, distâncias e alturas) relativos à criança e aos objetos; velocidade, direção e intensidade de execução (rápido/lento, acima/embaixo, para cima/para baixo, em frente/atrás, etc.);

Postura (estática e dinâmica): ficar em pé sozinho, deitado, levantar de diferentes posições. Locomoção: engatinhar, andar, correr, salto vertical, horizontal, saltar de cima para baixo, galopar, saltitar.

Controle de objetos: pegar, arremessar por cima da cabeça, chutar, rebater, driblar, volear, rolar uma bola.

2) Atividades perceptivo-motoras: estas atividades envolvem competências cognitivas estabelecidas das relações lógicas com os objetos e situações. Igualmente inclui as relações ou demandas sociais. Ou seja, a maioria dos elementos acima estão aqui incluídos mas num foco mais sistemático de competência social e estruturação cognitiva. Demandas sociais nós entendemos como: interagindo com um par; atribuindo um líder no grupo, fazendo rodízio entre líderes baseado em talentos individuais e domínio de habilidades (todas as crianças devem ser incluídas em tal experiência); estabelecendo o papel de ajudante (designa seus alunos a ajudar um ao outro em uma tarefa), fantasiando personalidades (guarda, caçador, mãe ou pai, irmão ou irmã pequena, amigo-urso), estimulando o melhor amigo (peça aos alunos para dividirem ou trocarem brinquedos/materiais com outros—crie o ritual da entrega), atuando como professor (designa professores ajudantes entre os alunos—dê esta oportunidades para todos). Por demandas cognitivas nós entendemos: noções de espaço (delimitações de espaço de aula, entrada, áreas proibidas, área de ação disciplinar, formações feitas em grupo—círculos, colunas, fileiras, etc.),



noções de tempo e duração (informe por quanto tempo ainda eles irão jogar, comente o que foi feito na aula anterior, e o que será feito na próxima aula), atenção e memória (use o treinamento com memória de curto-prazo, mas com foco na atenção—o aluno leva vários segundos para atentar o que o professor está falando—; use a memória de longo-prazo para retomar experiências familiares ao longo da aula ou de aulas anteriores), use habilidades abertas (tarefas cíclicas ou rítmicas, de execução relativamente rápida) para alunos com dificuldades atencionais; use habilidades fechadas (movimentos discretos, complexos e com demanda de feedback) para alunos com maior competência analítica; use conceitos de contrastes, ordem e sucessão (enfatize verbalmente conceitos como: direita/esquerda, acima/abaixo, encima/embaixo, ontem/hoje/amanhã, um dois três, etc., metade/todo/partes/separação/união/, primeiro/segundo/último, etc.)

3) Recreação (prazer e diversão) e atividades de relaxamento: Todas as atividades devem conter um certo nível de liberdade, prazer e flexibilidade para a criatividade. As vezes prazer e alegria são perdidos naquelas atividades de EFA que enfatizam participação restrita (aquela baseada na percepção do adulto) e performance. O sucesso dos professores em propiciar que todos os alunos participem depende do humor de ambas as partes. É importante que o professor tenha a vontade de participar também das atividades, engajando-se em demonstração ativa, e realmente se divertir. Este tipo de participação não acontece o tempo todo, mas deve ocorrer especialmente quando os alunos não estão à vontade com eles mesmos ou com a dinâmica da classe. Atividades de relaxamento devem ser incluídas em cada aula (de preferência no final) e podem ser: massagem, deitados e escutando música, contando estórias, etc. Estas atividades de massagem poderão ser realizadas tanto no participante como no próprio estagiário—sua função pode associar-se com o conhecimento de limites corporais, morais e de reconhecimento de partes do corpo e seus estados tônicos. O Proefa inclui também atividades de massagem com pontos de pressão, Reiki e

meditação. Ocasionalmente insere o contato e promover a adaptação ao uso de animais como veículos de redução de stress e ferramenta motivacional (*Pet terapia*).

4) Dança e atividades de expressão: Estes tipos de atividades estão representados por: expressão através da exploração do espaço, partes do corpo, corpo dos outros, materiais; jogo dramático com os pares ou sozinhos, com marionetes; atividades rítmicas; canto ou vocalização de sons ou canções. Imposições cognitivas e afetivas são ausentes aqui; os alunos devem ser encorajados a expressar livremente e os professores só direcionam esta expressão de forma segura. Incluem-se aqui atividades folclóricas de junho. Realização de uma mini-festa junina.

5) Condicionamento físico: A ênfase do condicionamento físico é nas capacidades cardiorrespiratória, força e resistência muscular, flexibilidade e status da nutrição. O maior desafio, seguindo a recomendação de máxima participação é sobre os limites motivacionais, de um lado, e fisiológicos, de outro. Caberá aos estagiários determinar individualmente estes níveis e promover mudanças nas capacidades acima. A prescrição de atividades seja dança aeróbia, step, ginástica natural, musculação adaptada/localizada, hidroginástica, exercícios respiratórios deve respeitar a frequência: que é o número de vezes que o programa de exercícios é realizado em um determinado período (aula semanal); duração: corresponde à extensão de tempo de realização de cada exercício; intensidade: refere-se à medida de esforço executado no exercício. Medidas de segurança com base nas capacidades individuais devem ser seguidas continuamente e individualmente, com acompanhamento e diferenciação da exaustão x desmotivação. Para controlar estas variáveis, são medidas a pressão arterial em repouso, durante a atividade mais intensa e no retorno. A atividade aeróbia é muito importante para o grupo pois a maioria encontra-se sedentário e obeso. Além disso, o treinamento com exercícios resistidos (força) é extremamente importante, pois produz efetivamente o aumento da massa muscular e, conseqüentemente, do metabolismo em repouso. Devido ao estresse excessivo nas articulações dos indivíduos obesos, as atividades realizadas com sustentação de peso devem ser de baixo impacto para reduzir a possibilidade de lesão.

6) Atividades aquáticas: As atividades aquáticas podem proporcionar, em diversos contextos, oportunidades de estar incluindo pessoas com deficiência nos mesmos programas de pessoas sem deficiência. As atividades aquáticas quase sempre são realizadas em pequenos grupos o que auxilia muito na socialização com outros. Para muitos alunos as atividades aquáticas oferecem alívio da dor e espasmos musculares; manutenção ou aumento da amplitude de movimento das articulações; fortalecimento dos músculos enfraquecidos; aumento na sua tolerância aos exercícios; reeducação dos músculos paralisados; melhoria da circulação; encorajamento para atividades funcionais; manutenção e melhoria do equilíbrio e postura. Aspectos de segurança incluem saber



sobre convulsões/epilepsia, uso de fraldas. Para outros alunos, aprendizagens específicas relacionadas ao nado serão introduzidas. As atividades aquáticas ajudam a promover padrões e possibilidades de movimentos e capacidade de orientação/navegação que serão associados a estilos de nados diferentes. Os princípios e as propriedades da água refletem-se na adaptação ao meio líquido, na flutuação, na coordenação da respiração, na propulsão e coordenação de braços e pernas. As atividades como meio para atingir estas melhorias são: o nado crawl, costas, nado sincronizado, e pólo aquático. Quando alunos atingirem um aprendizado adequado, as atividades aquáticas poderão ser utilizadas em um contexto esportivo com o objetivo de melhora das funções motoras e aptidão física como: velocidade, agilidade e propriocepção; treinamento da resistência cardiovascular (proporcionando ao coração, pulmão, e sistema circulatório excelente capacidade de esforço), força muscular, potencia e flexibilidade.

7) Esportes e jogos adaptados: são atividades que incorporam as habilidades dentro do esporte em questão, desafios, orientação espacial, exploração, trabalho em equipe, e devem ser otimizadas segundo a característica do grupo. Em esportes, adaptação significa modificação, ajuste ou acomodação de contextos físicos (equipamentos, locais, material) e de procedimentos (regras, organização) de uma modalidade ou evento esportivo. O esporte para deficientes

é muitas vezes adaptado às limitações e potencialidades do indivíduo para possibilitar a experiência de novos movimentos e novas vivências, promovendo a integração total do indivíduo com a sociedade, e também dar oportunidade para mostrarem seus valores e que são indivíduos úteis e produtivos. As modalidades selecionadas nesta unidade incluem handball (normal e sentado), goalball, basquete, vôlei (normal e sentado), atletismo (campo: arremesso de pelota, saltos em distância e altura; pista: corrida de 50 m, revezamento). A equação sucesso versus desafio tem que ser monitorada pelo instrutor de acordo com a habilidade de foco na modalidade em questão. Ou seja, se uma habilidade é de difícil aprendizado, o instrutor deve ajustar a demanda na técnica/movimento ou na regra. Nos coletivos se houver a participação de poucos alunos, o instrutor deverá quebrar o grupo em sub-grupos, unir aluno com tutor (dupla), dividir a quadra em áreas menores para o coletivo.

8) Peterapia ou atividade assistida por animal: É um tipo de serviço coordenado por um profissional da saúde ou de serviço social. O animal serve de co-terapeuta. Um aluno é designado a um animal e metas específicas são traçadas na reabilitação. Os objetivos incluem melhora no funcionamento físico, cognitivo, social e emocional. AAT pode ser em grupo ou individual. Incorporando AAA em uma aula de educação física adaptada:

Contato inicial - É feito num dia separado em forma de visita. A única atividade é a apresentação dos alunos aos cães. Estes permanecem o resto da aula assistindo a atividade.

Se os cães não se conhecem é importante que algumas sessões sejam feitas com reforço do treino de obediência com todos juntos. Os alunos então podem assistir e depois participar conduzindo o seu animal. Muitos cães reagem latindo uns para os outros. Em território fora de suas residências, um cão obediente e na guia não irá ameaçar a menos que esteja sendo intimidado. Antes dos animais comparecerem, informe os alunos da visita com antecedência e conte um pouco da história e perfil de cada animal; Recepção : deve ser feita individualmente, sempre com o cão na guia;



antes do contato físico faça o animal ir ao encontro e imediatamente sentar.

Organização de atividades - Após uma ou duas sessões de observação, os cães podem ser guiados em atividades como:

- Circuitos (manobras e deslocamentos).
- Pegador (o cão na guia corre junto com o aluno ou treinador atrás de uma bola).
- Controle em atividades de equilíbrio (o cão pode ajudar o aluno a se equilibrar em apoios restritos tocando sobre o dorso—alguns cães não permitem a abordagem por detrás).
- Transporte e condução (incluindo na água).
- Socialização em jogos e outras atividades (futebol, basquete, dança).
- Contato físico (massagem, carinho, obediência, outros cuidados com o animal).

9) Esportes radicais adaptados: são atividades na natureza que incorporam desafios, orientação espacial, exploração, trabalho em equipe, e devem ser otimizadas segundo a característica do campus da Bela Vista.

10) Atividade física adaptada para os pais: Quaisquer atividades dos itens anteriores podem ser incorporadas em aulas com os pais. Estas atividades podem ser gerenciadas pelas crianças com deficiência e tutores sob supervisão dos professores e executadas pelos pais convidados.

Avaliação

A avaliação inclui as seguintes modalidades:

Médica: Os participantes têm liberação médica e informação sobre a saúde geral fornecida pelos pais e profissionais de uma equipe multidisciplinar (condições clínicas, psicológicas, físicas e cognitivas de cada aluno). O estagiário deve estar informado de qualquer mudança no histórico do aluno assim como ter competência para detectar detalhes comportamentais indicativos de evolução, regressão e inalteração de quadro. Para tanto, o estagiário deve perguntar, pesquisar e solicitar dos pais informações quando pertinentes, sempre supervisionado pela coordenadora.

Nível de capacidade física e estado nutricional: avaliações antropométricas no início e final do semestre deverão dar uma idéia sobre a eficácia do programa Proefa.

- Medidas antropométricas (circunferência do abdômen, quadril; altura total, troncocefálica; massa (Kg), dobras cutâneas: supra-ílica, abdominal, subescapular e tricípital)
- Resistência aeróbia: Teste de banco de 5 minutos com medidas de FC repouso, minuto-a-minuto e 5 após.

- Teste de flexibilidade: teste de alcançar sentado
- Potência de membro inferior: salto vertical e horizontal.
- Medidas de pressão arterial durante a unidade de condicionamento físico.

Nível de desenvolvimento motor e coordenação: É fundamental o uso de protocolos pré- e pós-participação via filmagens. Habilidades motoras filmadas podem ser baseadas em checklists e comparadas com protocolos sobre o nível de desenvolvimento do grupo num estágio inicial ou dos registros de anamnese. Idealmente checklists devem ser preenchidas ao final de cada sessão por observadores treinados. Existe um volume de dados filmados e alguns publicados sobre os participantes do Proefa nos últimos anos. Cada sessão do Proefa é filmada e fotografada desde 1990. Um volume imenso de dados tem sido computado em diversos formatos ao longo dos anos. Ainda existe um outro volume intocado que deverá ir sendo processado. O tipo de estudo gerado destes registros envolve checklists preenchidas ao final de cada sessão por observadores treinados, e também análise cinemática e comportamental de habilidades motoras em tarefas motoras específicas.

As experiências e as responsabilidades do grupo

A cada semestre, grupos de estagiários são subdivididos entre atividades de administração de aula—dois grupos de estagiários encarregados da EFA geral e da EFA individualizada—e apoio aos tutores.

O contexto teórico-prático do Proefa é direcionado a treinar os estagiários a gerenciar eficientemente grandes grupos de indivíduos com deficiências em contato com pares não-deficientes, e vice-versa. A cada sessão, trinta minutos antes do início da aula propriamente dita, os estagiários e os tutores são orientados. Discussões críticas e questionamentos são

estimulados entre estes participantes. Mensalmente uma reunião geral de duas horas de duração com estagiários é realizada para dar feedback e atualizar a programação curricular. Nestes encontros os estagiários são estimulados a adaptar com criatividade aulas de EFA segundo restrições tecnológicas, material e recursos e/ou suporte de outros profissionais. Alunos e tutores são orientados a atuar, dentro de sua capacidade de entendimento, com os princípios fundamentais no trabalho com pessoas com deficiência (nível de desenvolvimento, socialização, segurança, prazer e coerência ecológica).

Na análise do desempenho dos alunos universitários engajados no Proefa observamos: aperfeiçoamento do conteúdo teórico em EFA, otimização pelas vivências das habilidades de intervenção profissional e preparação de currículo, mudanças na consciência crítica e nas atitudes em relação ao preconceito e discriminação. Ajudar alunos universitários, tutores e outros profissionais a aprender a pensar analiticamente é uma parte dos desafios do Proefa. Estimular a pensar inclusivamente é parte da missão educacional do Proefa.

As atividades de socialização são a base do Proefa, e incluem: a. ensino cooperativo entre os pares em grupos heterogêneos, b. integração de crianças não-deficientes para atuar como tutores dos pares com deficiência, c. desenvolvimento das habilidades de indivíduos com



deficiência para atuar como tutores de outros grupos com deficiência. Ocasionalmente o Proefa inseriu o contato com animais como veículos de redução de stress e ferramenta motivacional (Pet terapia), e como um contexto para redirecionar a tutoria entre aluno com deficiência para um par de outra espécie, o cachorro.

Todo final do primeiro semestre, alunos do terceiro ano de graduação que frequentam a disciplina educação física adaptada organizam o Festival de Atividade Física Adaptada (FAFA). Este evento é apoiado pelo Proefa, e durante o seu encerramento é entregue o prêmio Paulão ao melhor aluno estagiário do Proefa, bem como ao melhor tutor. O prêmio Paulão foi inspirado no aluno com deficiência mental conhecido como Paulão. Paulo Pamplona, o Paulão é um de nossos tutores e alunos mais antigos do Proefa. Quando o Proefa foi iniciado em 1989, o Paulão fazia parte do grupo e de todos os semestres dos anos em que foi oferecido. Paulão inspirou e continua inspirando nossos modelos de inclusão e de tutores (ou auxiliar) de aula. Paulão é conhecido no campus por sua simpatia, bondade e sociabilidade. Paulão é um exemplo de participação, de vontade de aprender e ensinar. Ele é um colega, amigo e incentivador de nossas ações pedagógicas e humanitárias. Os critérios para o recipiente do prêmio incluem: assiduidade; inovação e coerência didática; liderança; conhecimento; popularidade e carisma com o grupo; habilidade em resolução de problemas; inspirar os colegas. A escolha é baseada nas fichas de avaliação individual e indicação pelos pares. O prêmio é constituído de menção pública junto ao Departamento e IB através de ofício encaminhado ao conselho departamental e diretoria do IB. Além disso, indicação biográfica e de feitos do escolhido na home page do Proefa e cerimônia pública no Festival de Atividade Física Adaptada com entrega de certificado. O prêmio é entregue pelo Sr. Paulo Pamplona. O prêmio teve início em 2003.

Conclusão



Se de fato, estar desenvolvido e fisicamente apto, são condições e hábitos precocemente estimulados e, se de fato, intervenção precoce com aqueles que sofreram atrasos é uma condição para o sucesso no desenvolvimento, com quem fica a responsabilidade profissional de garantir educação em saúde e promoção da inclusão entre as crianças pequenas e adolescentes deficientes e seus pares? É lamentável que a educação física adaptada ainda esteja restrita aos ambientes segregados. O investimento e apoio em projetos e idéias como o Proefa podem apontar para soluções em reverter esta situação ou não teremos um modelo de inclusão de sucesso.

Não é fácil para os estagiários e também tutores identificar a mensagem estereotipada de que o aluno com deficiência tem um defeito, é incapaz, difícil de lidar, um peso na família. Esta é a marca cultural que desvia a noção de diferença, de diversidade para a noção de incapacidade, dependência, insanidade, retardo, etc. É extremamente difícil mudar esta percepção das pessoas, mesmo grupos privilegiados educacionalmente, como alunos universitários. Durante o semestre advogamos sobre a necessidade de um modelo educacional, holístico, baseado nas diferenças individuais e na premissa dos direitos fundamentais do ser humano. Nós nos preocupamos em remover da área a influência do modelo médico que permeia a prática profissional e o entendimento da identidade da pessoa com deficiência. O modelo médico, embora originalmente assumido como neutro, ao longo da história, mudou para um caráter parcial, segregacionista. Este modelo instalou estigmas nas pessoas, ou seja, uma sistemática rotulação mesmo com a justificativa de intervenção.

O Brasil, embora, com um longo percurso a seguir com relação à igualdade e oportunidades irrestritas quanto à educação física e o esporte para todos, já deu os primeiros passos há muito tempo. Desde os anos 80 vemos iniciativas de ministérios, secretarias estaduais em aprovar legislações mais modernas, publicar material especializado para acesso aos profissionais, e engajar-se em campanhas e programas de apoio ao esporte, saúde e educação do indivíduo com



deficiência. O Proefa é um resultado de iniciativa voluntária dentro da universidade, apoiada parcialmente com recursos da mesma, e que reflete a filosofia da inclusão social na área de educação física.

Como educadores somos responsáveis por disseminar entre alunos, entre a comunidade acadêmica, e a de profissionais, uma filosofia de inclusão do indivíduo deficiente em vários contextos, por ex., no esporte, na escola, na comunidade. No Proefa, a meta social da inclusão é decidida e materializada não só em conjunto com os estagiários participantes, mas fundamentalmente com os alunos tutores, a escola e a família, e, sempre em sintonia com o que a pessoa com deficiência quer e pode fazer. Nossa preocupação com o desenvolvimento do profissional que atua em contextos multidisciplinares é a de que este tenha uma clara visão sobre saúde, bem estar e diversidade.

Nota sobre a autora

Eliane Mauerberg-deCastro é livre-docente no DEF da UNESP de Rio Claro. Doutora em psicobiologia, coordena o Laboratório da Ação e Percepção. Autora do livro *Atividade Física Adaptada*. É a atual presidente da Sociedade Brasileira de Atividade Motora Adaptada. É a primeira professora brasileira visitante junto ao Master Europeu em atividade física adaptada promovido pelo Erasmus Mundus (<http://www.erasmusmundus.be/>)

Para maiores informações sobre a autora, visitem:
http://www.rc.unesp.br/ib/e_fisica/hpefa/abertura.htm
E-mail: mauerber@rc.unesp.br
Apoio: PROEX-UNESP

Natação para pessoas com deficiência mental leve

Milton Vieira do Prado Junior

A natação para pessoa com deficiência (PCD) é considerada como uma atividade física adaptada e vem sendo desenvolvida em instituições que tem por objetivo estimular esta população. A inclusão de atividades no meio líquido possibilita um ambiente diferenciado, desafiador, rico em estímulos e favorável ao desenvolvimento dos participantes. As habilidades aprendidas quando significativas e com persistência temporal geram alterações motoras, afetivas e cognitivas.

O ambiente aquático possibilita ao indivíduo descobrir e explorar suas capacidades, potencialidades e ser eficiente na realização dos movimentos que garantem sua locomoção com segurança na água. Como consequência, além de dominar a respiração, flutuação e propulsão, fundamentais na adaptação e execução dos estilos da natação, desenvolvem também, a melhora na coordenação motora, a lateralidade, a ampliação dos movimentos articulares, bem como o fortalecimento dos músculos que circundam estes grupamentos; ocasionando uma significativa melhora em suas capacidades funcionais como resistência, flexibilidade, equilíbrio, postura.

Entendendo os benefícios da prática da natação é que idealizamos um projeto para incluir na vida da PCD a prática regular da natação. A intenção inicial era propiciar uma vivência motora para usuários da SORRI em Bauru (Sociedade de Reabilitação e Reintegração do Incapacitado) que trabalha com pessoas com deficiência mental, sendo que, alguns usuários também possuíam deficiência física ou auditiva. Instituição essa que não possuía o profissional de educação física. Portanto, não era contemplada a estimulação motora no planejamento das atividades. A visão que prevalecia na instituição é a da ação da fisioterapia, visando à reabilitação e o preparo da PCD para incluir no mercado de trabalho.



Buscando mudar essa rotina, valorizar a prática da atividade motora para a PCD e comprovar a necessidade da contratação de um profissional de educação física na SORRI-Bauru é que oferecemos o projeto de extensão universitária, vinculado ao Laboratório de Pesquisas em Educação Física (LAPEF) do Departamento de Educação Física da Unesp de Bauru.



Projeto este que tem por objetivo o ensino da natação, com ênfase na adaptação ao meio líquido, inicialmente projetado para ser desenvolvido dentro da própria instituição que possuía uma piscina, porém, sempre trancada e sem nenhuma utilização.

O primeiro desafio foi convencer que as aulas de natação não ofereciam nenhum risco aos usuários da instituição, já que, o medo de um acidente durante a atividade na água imperava entre os responsáveis, professores e funcionários da instituição. O início do projeto em 1994, só foi autorizado ser realizado com 2 usuários na piscina da instituição. Porém, nesta etapa enfrentamos muitas dificuldades devido ao fato da piscina não ser aquecida, o que atrapalhou muito o andamento das aulas, mesmo assim, conseguimos demonstrar a importância das atividades na água e despertar o interesse nos demais usuários da instituição.

Na continuidade do projeto, conseguimos que as aulas fossem ministradas em duas academias da cidade, as quais possuem piscina coberta e aquecida, possibilitando a ampliação no número de participantes e na regularidade das aulas, fundamental para possibilitarmos os benefícios desta prática para PCD. Hoje, o projeto conta com dois grupos de 10 usuários, que têm aula uma vez por semana.

O estágio atual e a consequente ampliação do projeto foram influenciados por dois motivos: a mudança do local (Foto 4) e a participação numa competição “Olimpíadas Especiais.” O primeiro possibilitou a regularidade nas aulas e a mudança de comportamento da PCD. Já a segunda, sem ser



esta a intenção da atividade gerou motivação nos participantes e colocou a instituição na mídia. Isto porque participamos com sucesso, em provas adaptadas (caminhada na água, flutuação, locomoção com auxílio) e nas provas oficiais (25m e 50m) no estilo livre e no nado costa; nas fases: municipal, regional, estadual, brasileira, mundial.



Nesta competição a PCD era agrupada a partir do nível da deficiência, sendo que para cada categoria os melhores tempos eram classificados e paralelamente havia um sorteio com todos os demais participantes, buscando a participação e inclusão de todos. Com este regulamento, tivemos a classificação de todos para a fase regional realizada no litoral sul de São Paulo; dois participantes para a etapa brasileira, na cidade de Votorantim-SP; e uma menina para a fase mundial, realizada em 2003, na Irlanda do Norte.

Vale ressaltar que muitos participantes do projeto nunca haviam saído sozinhos da cidade de Bauru; ficado em um alojamento com mais de 2 mil participantes do evento; e claro participado de competição. A ida de uma usuária para a fase mundial despertou o interesse da imprensa estadual, regional

e da cidade, o que divulgou o projeto, a Instituição e o mais importante, o reconhecimento de todos que com a estimulação podemos desenvolver o potencial da PCD e tornando ainda mais eficiente nas atividades motoras e nas ações de seu dia-a-dia.

Mesmo com este pico no projeto mantivemos nossos pressupostos iniciais que era o ensino da natação de forma individualizada, respeitando as características dos participantes, evoluindo cada um em seu ritmo e incluindo esta prática motora na sua rotina de vida. Portanto, da mesma maneira que verificamos participantes do projeto realizando os estilos da natação, possuímos também, outros na fase de adaptação ao meio líquido necessitando ainda dominar: a capacidade de flutuar e, principalmente, dominar com eficiência o controle respiratório. Habilidades estas determinantes para a propulsão com eficiência no meio líquido. Além disso, temos como meta que a própria instituição contrate um profissional da área para tentarmos incluir esta prática para todos os usuários.



Um aspecto importante na execução do projeto é a tentativa de trabalhar nas aulas de forma individualizada com a PCD, ou no máximo em uma relação de 2 usuários por professor (estagiário). Assim, semestralmente tivemos a aprovação de um ou dois bolsistas dentro do projeto; porém, devido ao interesse dos alunos do curso de licenciatura em educação física da Unesp de Bauru, sempre tivemos a colaboração de voluntários que integravam a equipe que planejava e aplicava as atividades.



Outro fator importante durante este período foi desenvolver de forma sistemática estudos com diferentes enfoques, tendo como referência os participantes, a estrutura das aulas e o processo de aprendizagem da natação. Isto porque possuímos poucas referências sobre a PCD e as mudanças de comportamento com a prática de atividades na água. Verificamos que:

- a) Houve mudança no perfil antropométrico dos usuários, com diminuição do peso corporal nos indivíduos com excesso de peso e fortalecimento da musculatura corporal nos sujeitos ectomórfos, com conseqüente melhora na postura corporal;
- b) Todos os alunos, dentro do seu nível, evoluíram no domínio corporal no meio líquido;
- c) Através de um teste de desempenho na água realizado no final do semestre, observamos melhoras no comportamento motor, tais como: equilíbrio, propulsão, respiração, coordenação, força e lateralidade.

d) Ficou evidente a melhora na auto-estima o que é evidenciado no desejo em permanecer no projeto, demonstrando que as aulas foram significativas para os usuários e conseguiram superar o medo e adquirir confiança no contato com a água;

Estes são alguns exemplos dos resultados obtidos durante a execução do projeto. Paralelamente, os alunos participantes relatam a importância da vivência no projeto

com a PCD o que contribuiu para a sua formação profissional e acadêmica, sendo que vários bolsistas realizaram seus trabalhos de conclusão de curso enfocando a natação e a PCD, bem como divulgaram os resultados em eventos científicos da área. Consideramos portanto, que além de possibilitar os benefícios e a aprendizagem dos estilos da natação pela PCD, conseguimos articular na prática do projeto o ensino, a pesquisa e a extensão; objetivo maior de uma instituição que busca a formação de profissionais qualificados em educação física e no trabalho com a PCD.



Nota sobre o autor

Coordenador:

Prof. Dr. Milton Vieira do Prado Junior
Laboratório de Pesquisas em Educação Física (LAPEF) –
Departamento de Educação Física – Faculdade de Ciências –
Unesp-Bauru

Graduandas:

Priscila Julia Garavello
Daniella Camilla Cordão
Luciana Gonçalves Casemiro
Thalita Fernanda de Oliveira

Projeto “Eficientes”

Um programa de intervenção englobando diferentes tipos de deficiências

*Cícero Campos
Valter Brighetti
Júlio César Takehara
Lucas Portilho Nicoletti
Denise Ferraz Lima Veronezi*

Pessoas portadoras de deficiência muitas vezes ficam impossibilitadas de realizar exercícios físicos, principalmente por falta de oportunidades, além das dificuldades próprias da deficiência. No caso das pessoas portadoras de deficiência auditiva, essas dificuldades estão ligadas principalmente aos processos perceptuais e de comunicação, além de dificuldades com o controle do equilíbrio corporal. Já as pessoas portadoras de deficiência física apresentam problemas principalmente no que se refere à locomoção independente. A paralisia cerebral e a paralisia decorrente de poliomielite dificultam tarefas da vida diária como andar, correr, manipular objetos, transportar pesos, entre outras tarefas fundamentais. Pessoas portadoras de deficiência mental apresentam um déficit cognitivo, que pode dificultar o entendimento de algumas informações importantes para a realização de certas tarefas motoras. Baseado nessas informações, fica clara a importância de um trabalho específico de atividade física envolvendo essa população.

O projeto “Eficientes,” desenvolvido pelo curso de educação física do Centro Universitário de Votuporanga, teve como principal objetivo proporcionar um programa de exercícios físicos para indivíduos portadores de deficiência física, mental e auditiva da comunidade. As atividades do projeto buscavam satisfazer suas necessidades motoras, psicológicas e sociais, além de servir como fonte de experiência aos alunos de graduação, onde os mesmos tiveram contato direto com a prática docente relacionada à educação especial. O projeto teve início em maio de 2002 e, até novembro de 2005 atendeu um total de 60 jovens e adultos, de ambos os sexos, que se deslocavam até as dependências do Centro Universitário de Votuporanga para realizarem atividades esportivas e pré-desportivas.



Exercícios visando a melhora do equilíbrio e da locomoção.



Atividades que envolvessem ritmo e expressão, com o objetivo de desenvolver a criatividade e a desenvoltura



Atividades recreativas, visando a socialização e promovendo momentos de descontração por parte dos alunos.

Durante todo o período de realização do projeto pudemos perceber que as atividades realizadas promoveram melhoras tanto em relação a aspectos físicos como afetivos e sociais, principalmente por se tratar de um trabalho que teve como principal filosofia a visão de um indivíduo que apresenta algumas limitações, mas nem por isso deixa de ser um indivíduo participativo na sociedade, um indivíduo eficiente.



Exercícios resistidos, com a utilização de aparelhos de musculação e halteres.

Nota sobre os autores

Cícero Campos, Valter Brighetti, Júlio César Takehara, Lucas Portilho Nicoletti e Denise Ferraz Lima Veronezi são do Centro Universitário de Votuporanga (UNIFEV).

Dança de salão para pacientes com transtornos mentais

Ana Clara de Souza Paiva
Sandra Regina Garijo de Oliveira
Catia Mary Volp

Resumo—Este estudo vem mostrar a necessidade da atuação do profissional de educação física em instituições de saúde mental, juntamente com os outros profissionais da saúde. Primeiramente, relata a situação da saúde mental atual e descreve os benefícios que a atividade física pode proporcionar aos pacientes. Traz também as pesquisas recentes da área e incentiva para que muito mais possa ser feito. Demonstra como é fundamental perceber como as atividades com música e dança atuam sobre as pessoas, sendo imprescindível levar em conta as necessidades intelectuais e emocionais de cada um. Por fim, mostra como está sendo a participação dos pacientes do Centro de Atenção Psicossocial nas oficinas de dança de salão.

Palavras-chaves: atividade física, dança de salão, saúde mental.

Abstract—“Ballroom dance for psychiatric patients.” This study shows the importance of professionals of physical education working on mental health institutions together with other health professionals. First, it reports the actual mental health situation in Brazilian institutions and describes the physical activities benefits that can be added to the patients’ routine. Second, shows some recent studies on the area claiming the much needed attention on the body and the expressive movement. Third, it demonstrates how important is to include activities exploring music and dance so that emotional and intellectual needs of patients are fulfilled. Last, it reports the participation of patients of the Psychosocial Care Center in workshops about ballroom dance.

Keywords: physical activity, ballroom dance, mental health.

Introdução

Há três anos são ministradas aulas de danças de salão a pacientes com transtornos mentais. Logo no primeiro ano surgiu a idéia de transformar esta experiência em um projeto unindo dança, música e movimento, para auxiliar no programa desenvolvido pelo Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) da Fundação/Secretaria Municipal de Saúde de Rio Claro. O CAPS atende pessoas com diferentes tipos de transtorno e, especificamente, os pacientes que participam das atividades de dança apresentam transtorno afetivo bipolar, esquizofrenia, esquizofrenia residual, dependência de benzodiazepínicos, transtorno esquizotípico, depressão, episódio depressivo grave/sintomas psicóticos, transtorno de personalidade tipo histriônico e outros transtornos mentais orgânicos não especificados.

No início, o único objetivo era ensinar os passos da dança de salão, objetivo este que foi descartado logo na segunda aula, pois foram encontradas pessoas que permaneciam sentadas durante horas sem se mover ou dizer uma palavra,

sem expressar emoções (“afeto inadequado”), e outras, perturbadas, agitadas, irrequietas e às vezes até violentas. Fatores biológicos, psicológicos e sociais, aliados à predisposição genética, são agentes causadores das doenças mentais. Muitos pacientes com transtornos mentais não somente sofrem de distúrbios emocionais e do pensamento com também são deficientes em habilidades físicas, sociais e profissionais. O tratamento e a atenção psicossocial constante são especificamente úteis para estes tipos de problemas, principalmente para pacientes com sintomas menos graves ou cujos sintomas estejam sob controle, ajudando-os a melhorar a atuação como ser social. Por isso há necessidade de se ter, além do conjunto de profissionais especializados, o profissional da educação física para o desenvolvimento psicomotor.

Desta forma, as aulas passaram a conter alongamentos, movimentação pelo espaço e passos básicos dos ritmos da dança de salão. Dançar significa trabalhar todo o corpo de maneira integrativa e natural, individual ou coletivamente, sincronizado ou aleatoriamente seguindo um ritmo determinado pelas próprias emoções, mostrando o lado belo

e expressivo, proporcionando ao ser humano desenvolver seu potencial e aprimorar suas capacidades funcionais (Paiva, 1998). E porque, então, escolher a dança de salão? Para Deutsch (1997), a dança de salão baseia-se nos movimentos naturais do ser humano. Ao andarmos para frente e para trás, para um lado e para o outro e ao girarmos, estamos executando movimentos semelhantes ao que utilizamos nos salões de danças.

Com o passar do tempo, aumentou o interesse e a necessidade de saber em que estas aulas estariam influenciando os participantes. Na profissão e de acordo com este interesse, é fundamental perceber como as atividades com música e dança atuam sobre as pessoas, sendo imprescindível levar em conta as necessidades intelectuais e emocionais.

Situação da saúde mental

Uma das grandes preocupações atuais é a crise da saúde mental e a efetivação da reforma psiquiátrica. O processo de reforma da assistência psiquiátrica no Brasil nasceu na década de 80, quando surgiram as primeiras críticas ao modelo de assistência mais comum: internações hospitalares. No livro de Capra (1988), no capítulo “A busca do equilíbrio,” é relatado que a abordagem mecanicista da medicina convencional, que vê o corpo humano como uma máquina, é a principal fonte da crise contemporânea no campo da saúde, com críticas ao sistema de assistência médica baseado em hospitais e drogas. Seu relato deixa claro que, no futuro, a assistência à saúde terá de ir muito além da medicina convencional, passando a lidar com toda a rede de fenômenos que influenciam a saúde. Além dos aspectos biológicos das doenças devem-se relacionar as condições físicas e psicológicas de seres humanos em seu ambiente natural e social. Em 2001, a Organização Mundial de Saúde (OMS) decidiu dedicar três de suas principais atividades à saúde mental. José Manoel Bertolote da Equipe de Controle de Transtornos Mentais e Cerebrais do Departamento de Saúde Mental e Toxicomania (OMS), disse:

“Das autoridades, esperamos políticas sociais e de saúde mental que não apenas respondam às necessidades e aos problemas da população, mas também contribuam de forma positiva ao desenvolvimento pleno e saudável dos cidadãos e eliminem os fatores de risco e as ameaças mais imediatas à saúde (geral e mental) da população. Dos profissionais, esperamos que sua dedicação para incorporar ou intensificar uma atenção especial a certos aspectos que, ao longo dos últimos anos, passaram a ser parte integrante da boa atenção psiquiátrica: (1) os direitos humanos dos pacientes; (2) os anseios de pacientes e familiares de participar

ativamente nos processos de tratamento propostos; (3) os progressos técnicos recentes, tanto na área das neurociências, quanto na das ciências sociais, da psicologia e da saúde pública” (Bertolote, 2000, p.1).

Sobre os direitos humanos dos pacientes a lei nº 10.216, de 6 de abril de 2001 (Brasil, 2001) dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial. Dentre os itens solicitados por ela destacamos, no parágrafo único, do Art. 2º item II - “...o direito da pessoa portadora de transtorno mental, ser tratada com humanidade e respeito e no interesse exclusivo de beneficiar sua saúde, visando alcançar sua recuperação pela inserção na família, no trabalho e na comunidade”(p.15). No Art. 3º fica explícito que

“... é responsabilidade do Estado o desenvolvimento da política de saúde mental, a assistência e a promoção de ações de saúde aos portadores de transtornos mentais, com a devida participação da sociedade e da família, a qual será prestada em estabelecimento de saúde mental, assim entendidas as instituições ou unidades que ofereçam assistência em saúde aos portadores de transtornos mentais” (p. 15 e 16).

Com o interesse da sociedade cada vez maior em relação à prevenção de doenças, ao prolongamento da vida e à promoção da saúde física e mental, cresce a consciência que as enfermidades mentais estão se tornando cada vez mais proeminentes como projeção dos problemas de saúde.

Benefícios da atividade física na saúde mental

Uma das medidas consideradas importantes para o cotidiano do ser humano com certeza é a adoção de um estilo de vida ativo. A prática da atividade física regular seria uma medida a ser adotada como reguladora da saúde e também como agente motivador que possibilita a participação social. Ela é entendida como uma característica inerente ao ser humano com dimensões biológicas, comportamental e social, representando um tema interdisciplinar que tem atraído a atenção de pesquisadores, da mídia e de administradores públicos em todo o mundo nos últimos tempos. Pelos benefícios que a prática de atividade física pode oferecer, os usuários da rede de saúde mental, principalmente, deveriam ter acesso a ela, o que representaria melhora nas condições de vida e mudanças de atitude favoráveis à sua própria recuperação. Por outro lado escrever sobre a intervenção corporal na saúde mental, principalmente relacionada aos transtornos mentais, é um desafio, considerando a falta de bibliografia sobre o tema. A medicina e as ciências do movimento vêm aperfeiçoando-se na experimentação da

atividade física, como procedimento eficaz tanto na prevenção, quanto no tratamento e reabilitação dos transtornos mentais que, em virtude de vários fatores decorrentes dos sinais e sintomas, levam o indivíduo ao isolamento, ao sedentarismo e ao desregramento dos hábitos de vida (Roeder, 1999).

Segundo Roeder (1999), no contexto da saúde mental, qualidade de vida significa muito mais do que melhora dos sintomas, consiste num conjunto de medidas necessárias ao bem estar do indivíduo, como resgate das habilidades sociais, moradia, trabalho, educação, apoio comunitário e lazer, dentre tantos fatores. A adoção de um estilo de vida mais ativo atua como agente preventivo da saúde mental.

Agressões exógenas, como abuso de álcool e drogas, e causas psíquicas provocadas por desgostos, abalos morais, perdas e outros, também prejudicam a sanidade mental. Além destes, fatores de ordem social desempenham assinalada ação sobre o funcionamento psíquico, pois o homem sendo um ser social, recebe numerosas e constantes influências da sociedade. Excesso de trabalho e de preocupações estafa física e psíquica, instabilidade de vida, insegurança permanente, barulho, poluição urbana e tantos outros problemas da vida civilizada, devastam o equilíbrio mental do homem contemporâneo, tornando-o muitas vezes inquieto, intranquilo, angustiado, deprimido, nervoso e neurótico. Estes fatores aliados à predisposição genética podem ser desencadeantes de transtornos mentais (Gomes apud Roeder, 1999).

A educação física na saúde mental, através de atividades sensório-motoras, poderá favorecer o desenvolvimento da capacidade do indivíduo para sintetizar suas funções psicológicas e atributos pessoais. É notória a falta de pesquisas na área e ímpar a necessidade de se saber mais sobre o assunto. Uma das pesquisas encontrada enfatiza a relação da atividade física e saúde mental durante o processo de envelhecimento. Matsudo, Matsudo e Barros Neto (2000), verificaram os efeitos do exercício físico, atividade física e treinamento nas variáveis antropométricas, neuromotoras e metabólicas da aptidão física, juntamente com os principais aspectos psicológicos associados à saúde mental durante o processo de envelhecimento. Foi encontrado que, em relação ao aspecto neuromotor, o treinamento específico da força muscular leva à hipertrofia das fibras musculares, aumento da força muscular dos membros superiores e inferiores, melhora na flexibilidade e diminuição de quedas. Da mesma forma a atividade física apresenta efeitos benéficos nos aspectos psicológicos, sociais e cognitivos, sendo assim um aspecto fundamental do estilo de vida na promoção de um envelhecimento saudável e bem sucedido. Outro estudo de Roeder e Farias (2000), mostra que o estresse é um dos fatores de precipitação de doença mental e que através da Teoria da Tensão e da Adaptação pode-se compreender como se dá os mecanismos de adaptação do indivíduo ao ambiente e assim dispor de um conjunto de dispositivos que promova a saúde

e o bem estar gerais. Dentre esses dispositivos estão as rotinas de movimentação moderada consideradas como um forte estímulo à melhoria da qualidade de vida da população acometida por transtorno mental.

Outro trabalho interessante de ser citado é o trabalho realizado por Nise da Silveira. Apesar de não ser na área da atividade física é um trabalho não-verbal que envolve pintura e modelagem com psicóticos e esquizofrênico. Das primeiras experiências e da compreensão do processo psicótico e valor terapêutico das seções de terapia ocupacional, nasceu o Museu de Imagens do Inconsciente. Nise conta, que no início foi reunindo todo um grupo de esquizofrênicos—tirados do pátio do hospício para a Seção de Terapia Ocupacional, desta para o atelier, do atelier para o convívio, onde passou a gerar-se o afeto e, o afeto a estimular a criatividade. Atualmente, o acervo do museu possui cerca de 300.000 documentos plásticos, incluindo telas, cartolinas, papéis e modelagens. O método de trabalho do museu consiste principalmente no estudo de séries de imagens. Isoladas, parecem indecifráveis, mas se verificadas com esmero, elas permitem acompanhar o desdobramento de processos intrapsíquicos (Silveira, 2001).

Danças de salão

Para Deutsch (1997), tanto a dança como a dança de salão, baseiam-se nos movimentos naturais do ser humano. Ao andarmos para frente e para trás, para um lado e para o outro e ao girarmos, estamos executando movimentos semelhantes ao que utilizamos nos salões de danças.

Outra definição dada à dança de salão, também denominada dança social ou popular, é de que ela é normalmente dançada por casais que reproduzem passos pré-determinados e variações, com objetivo de entretenimento ou competição em ambientes particulares ou públicos (Encyclopaedia Britannica apud Deutsch, 1997). Através da dança, podemos expressar nossas emoções, tradições, rituais de vida, atitudes e crenças; comunicar idéias, imagens, símbolos, personalidade e sentimentos em forma de movimento, atuar, concomitantemente, com processos físicos e mentais; desenvolver o corpo adquirindo novas habilidades; integrar aspectos mentais, físicos, emocionais e espirituais da educação através de um processo criativo; melhorar o auto-conceito, a auto estima e a identidade, através do uso de movimentos corporais, fornecendo condições para a aquisição de confiança ao indivíduo e ao grupo. Desde que praticada freqüentemente e adequada às características do praticante, a dança de salão pode se tornar uma atividade para melhorar o condicionamento físico. É, assim, uma atividade física de intensidade leve a forte dependendo do ritmo e da execução associada a ela, e podemos ainda dizer que ela seria como uma terapia de grupo ajudando nas relações pessoais. Ela pode auxiliar nos problemas de níveis mentais, como tensões, depressões leves e ansiedades.

A pesquisa

No primeiro ano a curiosidade em saber como os participantes do programa de dança de salão do CAPS estavam recebendo as aulas levou a estruturar a seguinte questão: Como você se sente depois de fazer aulas de dança? De um grupo de 20 participantes foram obtidas 14 respostas onde à maioria dizia sentir-se bem. Outras respostas foram que a dança deixava-os descontraídos, felizes, com mais ânimo, satisfeitos, alegres, relaxados, com um bem estar de espírito muito grande. Um participante respondeu que se sentia muito cansado, mas muito leve também e outro respondeu que não gostava de dançar, mas achava boa aula de dança. O grupo foi convidado a participar da abertura de um evento da APAE de Rio Claro - Prevenção Eficiente - onde apresentou uma dança circular. A apresentação para eles foi muito importante, pois ocorreu a integração dos familiares com a sociedade. Com essas manifestações e observações feitas das expressões quando estão dançando, pode-se concluir que a atividade física colabora para reabilitação psicossocial, auxiliando na sociabilidade, na manifestação das emoções, aumentando a consciência corporal, uma vez que ajuda o praticante a entrar em contato com suas possibilidades, experimentando ao mesmo tempo, suas emoções. Portanto, este trabalho reforça a importância de integrar ao CAPS, o trabalho do profissional de educação física.

Considerações finais

Pensar em novas perspectivas para a saúde mental e como o profissional da educação física situado na área da saúde pode estar contribuindo, trabalhando e proporcionando uma melhora na qualidade de vida desses pacientes é o que visa-se deixar como reflexão aos leitores. Partindo do princípio que o indivíduo é um ser biopsicossocial, e que alguns cuidados podem ser tomados para proporcionar uma melhor condição de vida, juntando-se a isso o modelo comunitário proposto pela OMS que diz, que os serviços hospitalares e extra-hospitalares devem ser integrados, entende-se que o paciente precisa de medicamentos, moradia, resgate das habilidades sociais, apoio comunitário, educação, lazer, resgate da auto-estima e percepção de bem-estar psicológico. Neste contexto, o estímulo a práticas de ensino, pesquisa e extensão que favoreçam novas atitudes dos profissionais de educação física em relação à promoção da saúde mental são bem vindas e locais como os CAPS que otimizam a saúde numa perspectiva preventiva devem proliferar-se.

Referências

- Bertolote, J. M. (2002). *A saúde mental em pauta* - Psiquiatria - Unifesp/EPM. Disponível em: <http://www.unifesp.br/dpsiq/polbr/ppm/editorial05.htm>. Acesso em 30 ago.2002
- Capra, F. (2000). *Sabedoria Incomum*. São Paulo: Editora Cultrix, 2000.
- Deutsch, S. (1997). *Música e Dança de Salão: Interferências da audição e da dança nos estados de ânimo*. 165fls. Tese (Doutorado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1997.
- Brasil, Lei Nº 10.216, de 6 de abril de 2001. Disponível em: http://www.saude.sc.gov.br/programas_e_projetos/saude_mental/legislacao. p. 15,16 e 17.
- Matsudo, S. M.; Matsudo, V. K. R.; Neto, T. L. B. (2000). Efeitos benéficos da atividade física na aptidão física e saúde mental durante o processo de envelhecimento. *Revista Brasileira Atividade Física & Saúde*. v. 5, n. 2, p. 70-76.
- Paiva, A. C. S. (1998). *Prática randômica e em blocos. Qual a melhor maneira de aprender uma coreografia?* 1998. 33fls. Monografia – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro.
- Roeder, M. A.; Farias, S. F. (2000). Rotinas de Movimentação Moderada: uma perspectiva terapêutica na saúde mental. *Revista Paraense de Educação Física*. v. 1, n. 2, p. 71-87.
- Roeder, M. A. (1999). Benefícios da atividade física em pessoas com transtornos mentais. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde* v.4,n2, p.62-76.
- Silveira, N. (2001). *O mundo das Imagens*. São Paulo: Editora Ática, 2001.

Nota sobre as autoras

Ana Clara de Souza Paiva é mestre em ciências da motricidade pelo Instituto de Biociências da UNESP de Rio Claro e docente da Faculdades Integradas FAFIBE Bebedouro e Faculdade de Filosofia Ciências e Letras de São José do Rio Pardo. Sandra Regina Garijo de Oliveira é Professora Ms. da Faculdade de Filosofia Ciências e Letras de São José do Rio Pardo e da FAFIBE - Bebedouro. Catia Mary Volp é professora assistente doutora do Departamento de Educação Física da UNESP de Rio Claro.

Endereço:

Ana Clara de Souza Paiva

Laboratório de Comunicação Corporal Expressão e Música (LACCEM)

Departamento de Educação Física, I.B. UNESP/ Rio Claro.

Av. 24A, n.1515, Rio Claro, SP 13 506-900

Fone: (19) 3526 43 29

Fax: 3534 0009

E-mail: acspaiva@rc.unesp.br

A importância da inserção dos profissionais da educação física adaptada nas equipes multidisciplinares da educação municipal

Maria Luisa da Costa Fogari

Etimologicamente a palavra deficiência significa “defeito,” “imperfeição,” do ser humano. Estes termos agregam outros como “barreira,” ou um ser “anormal” para os padrões de estética e beleza prementes na sociedade, entre outros rótulos. A autora Maria Elisa G. Fonseca Tulimoschi, (2004, p. 01), constatou através do pensamento dos autores Peranzoni e Freitas, que: *Através da história, o portador de necessidades educacionais especiais recebeu diferentes nomes, tratamentos e considerações sempre relacionados aos valores sociais, filosóficos, éticos e religiosos de cada período, nas diferentes culturas.*

No Brasil, os indivíduos “defeituosos” começaram a ser segregados nas instituições totais com a criação do Hospício Pedro II (1841), do Imperial Instituto dos Meninos Cegos (1854) e do Instituto de Surdos-Mudos (1856).

No início do século XX, foi inaugurado no Rio de Janeiro “o primeiro pavilhão escola para crianças anormais,” o Pavilhão de Bourneville, e o método utilizado era o de Séguin, isto é, a domesticação. Na década de 20 ocorre a generalização dos testes psicológicos nas escolas.

Aqui a evolução do direito à educação e à escola decorreu da Constituição de 1988 no (art. 208), onde esta preconiza o “atendimento educacional especializado preferencialmente na rede regular de ensino.”

A família é considerada o primeiro grupo social, e a educação é a segunda etapa na formação do indivíduo, sendo importantíssimas para a criança adotar vínculos sociais.

Em se tratando de educação especial, esta divide-se em: primeira fase, anterior ao século XX (exclusão); segunda fase, no século XX, (segregação); terceira fase, a integração; e a última, a inclusão.

Na elide da educação inclusiva, os alunos “normais” frequentam classes comuns com colegas “portadores de necessidades especiais,” minimizando o preconceito que os separavam antes. “Assumimos que o conhecimento da sociedade implica o conhecimento da vida cotidiana e que o conhecimento da vida cotidiana implica o conhecimento da sociedade.” (Penin, 1989, p.35).

Segundo a cartilha: “O acesso de alunos com deficiência nas escolas e classes comuns da rede regular, da Procuradoria Federal dos Direitos do Cidadão, a meta da inclusão será o atendimento ao aluno ‘especial’ a partir da Constituição e da Convenção de Guatemala:

- adaptação dos estabelecimentos de ensino, eximindo as barreiras arquitetônicas, e adaptando os métodos pedagógicos, mediante a diversidade do seu alunado.
- os serviços de apoio especializado como os professores de educação especial, intérpretes de língua de sinais, instrutores de Libras, professores do ensino braile e de outros recursos de ensino e aprendizagem.

Fagner é um exemplo da educação inclusiva. Este garoto, portador de deficiência visual, quando foi transferido para uma classe regular da E.M.E.F Pedro de Oliveira fez amizade com um aluno “não deficiente,” o Natan. Eles jogam futebol juntos, e sua bola tem um guizo dentro para orientar o movimento. Que criatividade tudo para que o amigo possa ter momentos agradáveis de lazer, podemos considerar este fato, uma “amizade inclusiva.”

A amizade, antes de tudo, é mágica, é mistério e milagre. Há algumas estratégias concretas que as pessoas podem usar para ajudar a construir as amizades nas vidas das pessoas, mas não apenas estratégias. Não há soluções simples que funcionem o tempo todo para construir amizades entre as pessoas. Manter essas amizades requer trabalho árduo e energia, especialmente se as pessoas em questão têm longas histórias de segregação, isolamento, solidão profunda e poucas oportunidades. (Stainback, 1999, p.169)

Segundo a cartilha Direito à Educação, lançado em 2004 pelo Mec em parceria com a SEESP – Secretaria de Educação Especial, em se tratando de direitos dos portadores de necessidades especiais, a cultura do desporto, do turismo e do lazer, estes rezam desta forma:

Art. 46. Os órgãos e as entidades da administração pública federal direta e indiretamente responsável pela cultura, pelo desporto, pelo turismo, pelo lazer dispensarão tratamento prioritário e adequado aos assuntos objeto deste Decreto, com vista a viabilizar, sem prejuízo de outras, as medidas:

- I – Promover o acesso da pessoa portadora de deficiência aos meios de comunicação social;
- II – criar incentivos para o exercício de atividades criativas, mediante:
 - a) participação da pessoa portadora de deficiência

em concursos de prêmios no campo das artes e letras;

b) exposições, publicações e representações artísticas ;

c) incentivar a prática desportiva formal e não-formal como direito de cada um e o lazer como forma de promoção social.

Art. 47. Os recursos do Programa Nacional de Apoio à Cultura financiarão, entre outras ações, a produção e a difusão artístico cultural de pessoa portadora de “deficiência.”

Parágrafo único. Os projetos culturais financiados com recursos federais, inclusive de programas especiais de incentivo à cultura, facilitando o acesso da pessoa portadora de “deficiência,” possibilitando o exercício dos seus direitos. Para o autor Sasaki (1999), a sociedade desconhece as habilidades artísticas, intelectuais e culturais do portador de necessidades especiais. Na sua concepção:

A) Pessoa “deficiente” que possui habilidades artísticas e literárias é melhor que atuem em conjunto com profissionais ou grupos sem deficiência, para não ficarem segregados.

B) Portadores de “deficiência” se envolvendo com a cultura, para o seu desenvolvimento pleno, valorativo, na totalidade social.

Assim, as abordagens incentivam o educador a utilizar-se da interdisciplinaridade, das expressões artísticas através de jogos, brincadeiras, proporcionando atividades sociais e motoras. Iniciativas mostram que a educação, o esporte, a cultura e o lazer, são de primordial importância para que a inclusão social ocorra não somente em âmbito estudantil, mas no restante da comunidade.

Os portadores de necessidades especiais geralmente são subestimados, e para mostrarem o contrário, necessitam de experiências bem sucedidas, um passeio ao campo de futebol, concerto, cinema, teatro, isso é, mostrar que o outro interessa por seus desejos, histórias ou planos. Esta contextualização histórica mostra a importância da arte/educação para que se abram espaços em museus, centros culturais, ginásios de esportes, e em âmbito escolar, através de exposições comunitárias, reforçando a experiência que a arte, o esporte e o lazer, trazem na vida destas pessoas.

Assim, o esperado será a introdução de profissionais da educação física, especificamente adaptada, para fazerem a coesão: aluno-comunidade-escola, alunos não portadores de necessidades especiais e os ditos portadores.

Os profissionais não estão preparados para a inclusão, e nem as famílias estão devidamente informadas sobre os direitos adquiridos na Constituição de 1988. As equipes multidisciplinares devem oportunizar a coesão aluno-escola-comunidade através de ações profissionais que incluam arte, lazer e esporte. Porém, é importante lembrar que estas ações serão confrontadas pela falta de adaptação dos espaços físicos, tanto em âmbito estudantil como os logradouros públicos e privados.

Considerações finais

A filosofia divergente, em âmbito escolar, enriquece os projetos inclusivos. Várias pesquisas estão em fomento e este é o momento adequado para que se busquem espaços em todos os sentidos, na cultura, no lazer, e especificamente nos esportes.

A mudança depende de recursos financeiros. Os educadores e profissionais envolvidos com a questão devem erguer a bandeira inclusiva, já que no bojo da história foram esquecidos e desmerecidos.

Será primordial o profissional assistente social se envolver com esta camada societária, usando de projetos sociais inclusivos, garantindo a “cidadania plena,” através dos profissionais do esporte, junto dos outros membros integrantes das equipes multidisciplinares.

Referências

- Brasil (1988). Constituição da República Federativa do Brasil, promulgada em 05 de outubro de 1988. Organização do texto: Juarez de Oliveira. 29ª ed. Saraiva, 2002.
- Ministério da Educação (2004). Secretaria da Educação Especial Educação Inclusiva. Direito à educação: subsídios para a gestão dos sistemas educacionais. Brasília: Ministério da Educação.
- Ministério da Educação (2004). Secretaria da Educação Especial Educação Inclusiva: O acesso de alunos com deficiência às escolas e classes comuns da rede regular. Brasília: Ministério da Educação.
- Penin, S. (1989). Cotidiano e escola A obra em construção – São Paulo: Cortez, vol. 2.
- Sasaki, R. K. (2003). As escolas inclusivas na opinião mundial. 2003, disponível em: (<http://www.entreamigos.com.br/Semimagem/textos/xeduca>) 11 de set. 2003.
- Stainback, S. W. (1999). Inclusão Um Guia Para Educadores – Porto Alegre: Artes Médicas Sul.
- Tulimoschi, M.E.G.F. (2004) Algumas Notas Sobre a Contextualização Histórica da Educação Especial no Brasil: um retrato das tendências e suas funções na dinâmica e na estrutura dos serviços aos portadores de deficiência nas APAES. São Paulo: Dezembro 2004. (<http://www.netpsi.com.br/projetos/incluir algumas notas>) Acesso em 30 dez 2004.

Nota sobre a autora

Maria Luisa da Costa Fogari é assistente social, formada no ‘Centro Universitário Barão de Mauá.’ Este trabalho foi desenvolvido para o Programa de Iniciação Científica. E-mail: luisafogari@terra.com.br

Incidência de hiper mobilidade articular em meninas praticantes de ginástica artística

Marisilda Viúdes
Adriana Inês de Paula

A presença de hiper mobilidade articular entre a população tem sido reconhecida desde a antiguidade. Inúmeros estudos investigam desde seus fatores predisponentes, tais como síndromes hereditárias, diferenças étnicas, defeitos genéticos e bioquímicos até os variados sistemas de avaliação utilizados na detecção dessa desordem. As conseqüências da hiper mobilidade articular podem ser benéficas para alguns atletas, contorcionistas e bailarinos, mas também há possíveis conseqüências negativas, como lesões ligamentares e desgaste exagerado da cartilagem articular.

A hiper mobilidade articular é caracterizada pela facilidade de movimentar as articulações além do limite normal. É também conhecida como hiper lassidão e por frouxidão articular e as pessoas com essa desordem apresentam grande elasticidade articular, conseguindo realizar muitas contorções do corpo (incluindo articulações com grandes limitações, como as da coluna, das pernas e das mãos) sem dores, entusiasmando muito os professores de educação física e os treinadores esportivos (Figura 1). Essas pessoas têm uma alteração nos tecidos que formam os músculos, ossos, articulações, ligamentos e tendões. Essa alteração é de origem genética e pode variar de intensidade, que pode ser benigna, moderada ou radical. A hiper mobilidade articular é uma condição que afeta mais de 10% da população mundial e, portanto, esse quadro merece a atenção dos alunos e dos profissionais que atuam na área de atividade física.



Figura 1. Ilustração da posição de ponte acompanhada de hiperextensão da coluna.

O movimento articular

O movimento numa articulação ocorre como resultado do movimento de uma superfície articular em relação a outra superfície. O termo artrocinemática é empregado como referência aos movimentos das superfícies articulares. Comumente uma das superfícies articulares está mais estável que a outra, servindo como base para o movimento, enquanto a outra superfície se desloca nesta base relativamente fixa. Os termos rolagem, deslizamento e rotação são empregados na descrição do tipo de movimento realizado pela parte considerada. O tipo de movimento que ocorre numa determinada articulação depende da forma das superfícies articulares. Em sua maioria, as articulações se enquadram numa categoria ovóide ou selar.

Numa situação ótima, uma articulação tem uma quantidade suficiente de jogo para permitir a movimentação normal. Se as estruturas de sustentação da articulação estiverem frouxas, a articulação poderá ter jogo ou folga demais, tornando-se instável. Se as estruturas estiverem apertadas, a articulação terá um movimento demasiadamente pequeno entre as superfícies articulares, e a quantidade de movimento sofrerá restrição.

Cada articulação possui uma Amplitude de Movimento (ADM) e lesões ocorrem com frequência quando uma articulação ultrapassa sua ADM. Em geral a ADM articular é determinada pelos efeitos combinados: a) do formato das superfícies articulares e sua interação geométrica (grau de congruência óssea); b) da contenção proporcionada por ligamentos, cápsula articular e outras estruturas periarticulares; e c) da ação dos músculos ao redor da articulação. Quando os limites impostos por esses fatores estabilizadores são ultrapassados, a ADM normal é violada e os tecidos podem ser submetidos a forças capazes de produzir lesões.

Em geral, as articulações podem ser classificadas ao longo de um *continuum* entre mobilidade-estabilidade, o qual especifica que as articulações que possuem uma congruência óssea compacta, numerosas estruturas de apoio ligamentares ou que são circundadas por grandes grupos musculares, serão muito estáveis e relativamente imóveis. Por outro lado, as articulações com uma congruência óssea incompleta, apoio extrínseco limitado ou musculatura circundante mínima, tendem a ser muito móveis e instáveis.

Avaliação da hipermobilidade articular

Cada articulação no corpo possui uma ADM que é permissível e específica tanto para cada articulação como para cada pessoa. A mensuração individual é o método mais seguro para determinar a ADM de cada articulação. Ela pode variar de testes clínicos simples, até métodos mais sofisticados que usam avaliação radiológica, técnicas fotográficas e aparelho de mensuração da torção fixa.

O primeiro sistema de avaliação que estabeleceu os critérios para a hipermobilidade foi planejado por Carter e Wilkinson no início da década de 60 e avaliou os seguintes movimentos articulares: a) oposição passiva do polegar para a face flexora do antebraço; b) extensão passiva dos dedos a fim de que eles estendam-se em paralelo com a face extensora do antebraço; c) a habilidade para estender os cotovelos mais que 10°; d) a habilidade para hiperestender os joelhos mais que 10°; e) uma excessiva amplitude de dorsiflexão passiva do tornozelo e eversão do pé. Eles definiram a hipermobilidade articular generalizada quando três dos cinco testes de movimento foram positivos e encontrados em ambos os membros, superiores e inferiores.

Avaliações mais complexas foram elaboradas no início da década de 60 por Kirk, Ansell e Bywater; Carter e Wilkinson, com tudo esses procedimentos de teste consumiam muito tempo para o uso rotineiro. Beighton e Horan reexaminaram os teste no final dos anos 60 e estabeleceram um método que avalia a mobilidade articular a partir de uma escala crescente variando de 0 a 9 pontos, sendo que a somatória de 5 ou mais pontos (4 bilaterais e 1 unilateral) permite o diagnóstico de hipermobilidade. Esse teste, conhecido como teste dos nove pontos é ilustrado e descrito a seguir.

Teste dos nove pontos

Alguns processos de doença produzem flexibilidade excessiva, tais como a síndrome de Ehlers Danlos, a síndrome de Marfan e a osteogênese imperfeita. Os indivíduos com doenças do metabolismo de aminoácido, como homocistinúria e hiperlisinemia, também podem ter hipermobilidade articular. Não existe um limite nítido entre a elasticidade normal e a síndrome de Ehlers Danlos genuína, entretanto, é comum nesses casos a presença da hipermobilidade de nível radical.

A hipermobilidade benigna, por sua vez, consiste num padrão generalizado da hipermobilidade, desacompanhado da incidência de queixas músculo esqueléticas e é mais comum em pessoas do sexo feminino. Já a hipermobilidade moderada refere-se a um padrão generalizado de hipermobilidade associado a queixas musculoesqueléticas. Muitas dessas pessoas apresentam um desenvolvimento muscular fraco.



Figura 2. Dorsiflexão passiva e hiperextensão da quinta articulação metacarpo falangiana. Dedo mínimo além de 90 graus - 1 ponto para cada mão e dois pontos para ambas.



Figura 3. Aposição passiva do polegar à fase flexora do antebraço - 1 ponto para cada polegar.



Figura 4. Hiperextensão do cotovelo além de 10 graus - 1 ponto para cada cotovelo.



Figura 5. Hiperextensão do joelho além de 10 graus - 1 ponto para cada joelho.



Figura 6. Flexão do tronco com joelhos completamente estendidos para que as palmas das mãos repousem facilmente sobre a superfície de suporte (1 ponto).

A título de ilustração, apresentaremos abaixo os resultados (Figura 7) da utilização do teste dos nove pontos na quantificação e classificação do grau e da incidência de hiper mobilidade articular em 78 meninas com idade variando entre 5 e 12 anos, participantes do curso de ginástica olímpica oferecido pela Prefeitura Municipal da cidade de São José do Rio Preto - SP.

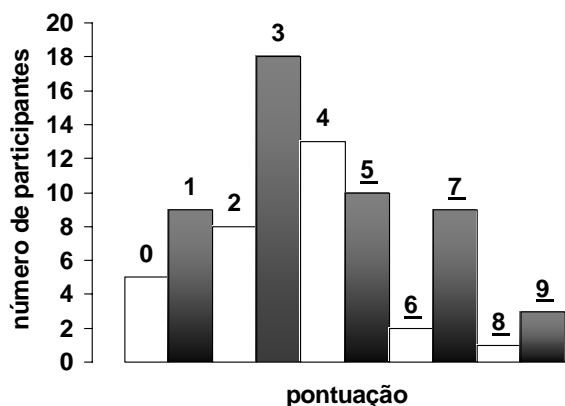


Figura 7. Escore do teste dos nove pontos das 78 participantes. A partir dos 5 pontos é diagnosticada a hiper mobilidade.

A análise dos resultados indicou uma incidência de 32% de hiper mobilidade articular no grupo de meninas ginastas. Esses resultados salientam a importância com a qual a

hiper mobilidade articular deve ser considerada e o teste dos nove pontos é viável e de fácil aplicação para tal detecção, podendo ser adotado na rotina de avaliação dos profissionais de educação física e auxiliando num acompanhamento mais atento e específico aos seus alunos e atletas com hiper mobilidade articular.

Referências

- Alter, M.F. *Ciência da flexibilidade*. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed, 1999.
- Dantas, E.H.M. *Flexibilidade, alongamento e flexionamento*. 5ª ed. Rio de Janeiro: Shape, 2005.
- Fronteira, W., Dawson, D.M., Slovik, M. *Exercício físico e reabilitação*. Porto Alegre: Artmed, 2001.
- Hall, S. *Biomecânica básica*. 3ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2000.
- Norkin, C.C., Levangie, P.K. *Articulações, estrutura e função*. 2ª ed. Rio de Janeiro: Artes Médicas, 2001.
- Rasch, P.J. *Cinesiologia e anatomia aplicada*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1991.
- Smith, L.K., Weiss, E.L., Lehmkuhl L.D. *Cinesiologia Clínica de Brunnstrom*. 5ª ed., São Paulo: Manole, 1997.
- Whiting, W.C., Zernicke, R.F. *Biomecânica da lesão musculoesquelética*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001.

Nota sobre as autoras

Marisilda Viudes Arali Vieira
Especialista em bases fisiológicas do movimento humano pelo Centro Universitário de Rio Preto e professora do curso de ginástica olímpica da SMEL/ São José do Rio Preto.

Adriana Inês de Paula
Licenciada em educação física UNESP de Bauru. Mestre e doutoranda em ciências da motricidade na UNESP de Rio Claro. É docente das Faculdades Integradas de Bauru. É a atual tesoureira da Sobama.

E-mail: depaula@rc.unesp.br

ISAPA 2007 no Brasil

Web site: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/isapa/welcome.htm>



BRAZIL
welcomes you to the

2007 International Symposium of Adapted Physical Activity (ISAPA)

July 24-28, 2007



Every two years ISAPA selects a country around the world to host ISAPA (the International Symposium of Adapted Physical Activity). Brazil is your next ISAPA host.

We hope you, your students, and your colleagues are planning to attend ISAPA Brazil in July 2007, organized by São Paulo State University (UNESP) at Rio Claro, and promoted by the Brazilian Society of Adapted Physical Activity (SOBAMA).

Brazil is the largest country in Latin America, occupying most of the continent, and is the fifth largest country in the world. Plan to meet some of its 170 million warm, friendly, diverse inhabitants, to eat fantastic food, to experience exotic music and dance, to practice your Portuguese, and to see some of the most beautiful geographical sights on earth.

ISAPA 2007's theme

Adapted Physical Activity and Health for All.
A Political, Cross-Disciplinary, and Lifespan Perspective on Human Diversity

If you have already included Brazil in your conference plans, don't forget that deadlines for abstract submissions are coming up soon.

Contact

Dr. Eliane Mauerberg-deCastro
Department of Physical Education
São Paulo State University (UNESP) at Rio Claro [or State University of São Paulo (UNESP) at Rio Claro]
Av. 24-A, 1.515, Bela Vista, Rio Claro 13506-900 SP Brazil
Phone: (55) 19-3526-4333 (office)
Fax: (55) 19-3534-0009
Email: mauerber@rc.unesp.br
ISAPA2007 official webpage:
<http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/isapa/welcome.htm>
ISAPA2007 e-mail: isapabr@rc.unesp.br



In cooperation with:



Organizer:
São Paulo State University,
UNESP

Adapted physical activity (APA) is not only an opportunity for individuals with disability to be fit, healthy and included,
but...
through APA, all individuals can have an opportunity to be part of a context that emphasizes human beings as diverse and unique.

ISAPA 2007 no Brasil
Web site: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/isapa/welcome.htm>

unesp

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"

Conferences

- Português
- Main Page
- About the event
- Submitting your work
- Committees
- Dates
- Program
- Registration
- IFAPA
- ISAPA 2009
- Links
- Mail to: Webmaster

16th International Symposium of Adapted Physical Activity ISAPA 2007
Adapted Physical Activity and Health for All
A Political, Cross-Disciplinary, and Lifespan Perspective on Human Diversity
July 24-28, 2007

Endorsement by

ICSSPE



CIEPSS

IFAPA



Text only page

SOBAMA 7th Brazilian Congress of Adapted Motor Activity

[Click here to check the status of your registration](#) (remember: fees paid in US dollars appear already converted into Brazilian currency, i.e. reais)

Results of abstracts acceptance will be announced by the end of January

Text only page

- [Scholarship Program](#)
- [Lodging](#)
- [About your host](#)
- [About Brazil](#)
- [Traveling in Brazil](#)
- [Brazilian Congress](#)
- [Contact](#)
- [Sobama](#)
- [Portal UNESP](#)
- [Portal UNESP at Rio Claro](#)

Want to travel after the conference?



IMPORTANT
[Visa Application information](#)

Welcome to Brazil!

Email: isapabr@rc.unesp.br

Erasmus Mundus faz sua chamada para inscrições no mestrado europeu em atividade física adaptada 2007-2008

Prazo final: 31 de janeiro de 2007

Web site: <http://www.erasmusmundus.be/noneu/deadline.htm>

Erasmus Mundus Master in Adapted Physical Activity

The Erasmus Mundus Master in Adapted Physical Activity is a postgraduate university programme that provides state-of-the-art research and teaching methodology in Adapted Physical activity (APA), as well as the social, pedagogical, and technical aspects of physical activity adapted to the needs of disabled persons.

Students coming from non-EU countries

- [Objectives of the master's programme](#)
- [Acquired competencies](#)
- [How is the programme organised?](#)
- [Mobility models](#)
- [Admission requirements and selection of the students](#)
- [Application](#)
- [Registration fee](#)
- [Deadline for applications](#)
- [Diploma](#)
- [Scholarships](#)
- [Facilities and services offered by the Consortium](#)
- [Contact information](#)

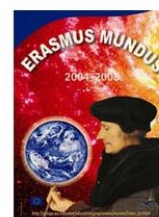
Students coming from EU countries *

- [Objectives of the master's programme](#)
- [Acquired competencies](#)
- [How is the programme organised?](#)
- [Mobility models](#)
- [Admission requirements and selection of the students](#)
- [Application and enrollment](#)
- [Deadline for applications](#)
- [Diploma](#)
- [Scholarships](#)
- [Facilities and services offered by the Consortium](#)
- [Contact information](#)

* Information for students coming from EU countries, the countries of the European Economic Area / European Free Trade Association (Iceland, Liechtenstein and Norway), and the candidate countries for accession to the EU (Bulgaria, Romania, and Turkey).

MUNDUS ACTIVITIES

[Brochure Erasmus Mundus \(pdf\)](#)



[Students of the Erasmus Mundus programme 2005 - 2006](#)



KATHOLIEKE UNIVERSITEIT
LEUVEN

Para Pan Americano
 Web site: <http://www.brasilnopan.com.br/>

The screenshot shows the website interface for the Parapan Americano 2007. At the top, there is a yellow navigation bar with the 'Esportes' logo and 'Ministério do Esporte'. Below this is a banner featuring the Christ the Redeemer statue and a smiling athlete. A secondary navigation bar includes links for 'Data dos Jogos', 'Locais e Calendário', 'Sala de Imprensa', 'Galeria de Fotos', and 'Pratique Esporte'. The main content area is divided into several sections:

- Left Sidebar:** Contains navigation menus for 'Pan-Americano 2007' (Modalidades, Países que disputam, Retrospectiva PAN, Nossos atletas) and 'Parapan-Americano 2007' (Modalidades, Atletismo, Basquete em Cadeira de Rodas, Futebol de 5, Futebol de 7, Judô). It also includes 'Países que disputam', 'Retrospectiva Parapan', 'Nossos atletas', and 'Governo Federal e o Pan' (Realizações, Investimentos, Legado para o Brasil, Formação de atletas, Inclusão social).
- Main Content:** Titled 'Países que disputam', it features a dropdown menu set to 'América Central'. Below, it lists countries with their flags and key statistics:
 - Costa Rica (CRC):** América Central, Área: 51.100 km², População: 4.000.000, Capital: São José, Moeda: colón, Língua: espanhol.
 - Cuba (CUB):** América Central, Área: 114.524 km², População: 11.800.000, Capital: Havana, Moeda: peso, Língua: espanhol, URL: <http://www.cubagob.cu/>
 - El Salvador (ESA):** América Central, Área: 21.040 km², População: 6.000.000, Capital: São Salvador, Moeda: colón, Língua: espanhol.
 - Guatemala (GUA):** América Central, Área: 108.890 km², População: 13.000.000, Capital: Cidade da Guatemala, Moeda: quetzal, Língua: espanhol.
 - Honduras (HON):** (Partially visible)
 - Nicaragua (NCA):** (Partially visible)
- Right Sidebar:** Includes a 'Faltam 189 dias para o Pan 2007' counter, a search bar, an 'Arquivo' dropdown set to 'Janeiro de 2007', an 'Agenda' section for preparatory events, and an 'Enquete' (poll) asking if the 2014 World Cup should be held in Brazil, with 739 votes and a 'Votar' button.

SOBAMA Sociedade Brasileira de Atividade Motora Adaptada



Bem-vindos



[Visite o site do ISAPA Brazil 2007](#)

[Congresso Brasileiro de Atividade Motora Adaptada \(CBAMA\) 2006](#)
(veja o que aconteceu)

[O que é a Sobama?](#)

[Objetivos](#)

[Como associar-se](#)

[Estatuto da Sobama](#)

[Diretoria da Sobama](#)

[Revista da Sobama](#)

[Revista Virtual](#)

[Boletim da Sobama](#)

[Congresso Brasileiro](#)

[Links](#)

[IFAPA](#)

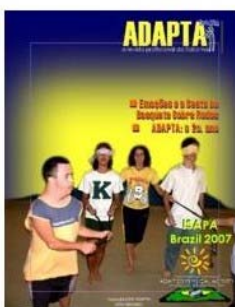
[ISAPA 2005](#)

[ISAPA 2007 - Brasil](#)

[English Version](#) 

[Início](#)

[Mail to: Webmaster](mailto:Webmaster)



Em breve! Edição 2006 da revista profissional da Sobama ADAPTA

Para informações como submeter artigos, contate: depaula@rc.unesp.br

Normas para publicação

Apresentação

A revista *Adapta* é a revista profissional da Sobama. É um outro órgão de divulgação da Sociedade Brasileira de Atividade Motora Adaptada que foi criada para atender às necessidades de divulgação e discussão da prática profissional em atividade física adaptada. A revista *Adapta* aceita a submissão de manuscritos de profissionais, pesquisadores e interessados em diferentes áreas como educação física e esportes, fisioterapia, educação especial, psicologia e outras cujos manuscritos tenham perfis direcionados à área de atividade física adaptada ou pertinentes aos interesses dos leitores da revista *Adapta*. Cabe ao Conselho Editorial da revista *Adapta* decidir sobre a pertinência da colaboração.

Apreciação pelo Conselho Editorial

O manuscrito é aceito para análise pressupondo-se que: (a) o mesmo não foi publicado e nem está sendo submetido para publicação em outro periódico; (b) todas as pessoas listadas como autores aprovaram o seu encaminhamento à revista *Adapta*; (c) qualquer pessoa citada como fonte de comunicação pessoal aprovou a citação; (d) fotos e ilustrações têm autorização para serem publicadas.

Os trabalhos enviados serão apreciados pelo Conselho Editorial e os autores serão notificados da aceitação ou recusa de seus manuscritos.

Pequenas modificações no texto poderão ser feitas pelo Editor ou pelo Conselho Editorial da Revista. Quando este julgar necessárias modificações substanciais, o(s) autor(es) será(ão) notificado(s) e encarregado(s) de fazê-las, devolvendo o trabalho reformulado no prazo máximo de três semanas.

Forma de Apresentação dos Manuscritos

Os manuscritos deverão ser encaminhados com identificação completa dos autores, digitados em espaço duplo, fonte tipo Courier, tamanho 12. Para estimar a equivalência considere que uma página impressa da publicação corresponde a 3 páginas do manuscrito e portanto, recomendamos que o manuscrito tenha no mínimo 6 páginas considerando as fotos e/ou ilustrações. As fotos deverão ser indicadas numericamente ao longo do texto e enviadas em arquivo separado. O encaminhamento de arquivos

eletrônicos das figuras em formato JPG é recomendado aos autores para assegurar a qualidade de reprodução.

A apresentação dos trabalhos deve seguir a seguinte ordem:

- Título em português;
- Nome de cada autor, seguido por uma afiliação institucional;
- Indicação do autor a quem o leitor do artigo deve se corresponder seguido de endereço eletrônico;
- Nota sobre autores, que deve conter informações tais como: nome completo; titulação; filiação profissional, acadêmica ou esportiva; endereço para correspondência; link pessoal ou institucional, etc.
- Texto propriamente dito

Para outros detalhamentos tais como citações de obras, referências bibliográficas ou casos omissos, as normas de instruções da Revista da Sobama deve ser consultado: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/sobama/sobamaorg/inicio.htm>

Endereço para Encaminhamento

Adriana Inês de Paula
E-mail: depaula@rc.unesp.br
Revista *Adapta* - ISSN 1808-8902