

## **Práticas esportivas e deficientes intelectuais: o Projeto de Extensão Educação Física Inclusiva em questão**

Flávia Temponi Góes;<sup>1</sup> Marcos Filipe Guimarães Pinheiro<sup>2</sup>  
Flora Botelho Oliveira;<sup>3</sup> Juliana Goulart Valente de Brito Faria<sup>4</sup>

Centro Universitário Metodista Izabela Hendrix - CEUNIH  
Associação de Pais, Amigos e Pessoas com Deficiência, de Funcionários  
do Banco do Brasil e da Comunidade - APABB

### **Resumo**

O presente estudo apresenta as possibilidades de inclusão a partir das práticas esportivas realizadas pelos deficientes intelectuais no Projeto de Extensão Educação Física Inclusiva. Para tanto, realizou-se revisão literária acompanhada de análise documental e entrevistas com os monitores e voluntários como também seus respectivos responsáveis. Verificou-se que as modalidades esportivas podem contribuir para o desenvolvimento físico e motor do deficiente intelectual. Foi constatado também maior autonomia em realizar atividades do cotidiano, melhoras no processo de socialização, maior compreensão e aplicação das regras esportivas. As adaptações realizadas nas atividades, a participação do deficiente nas aulas e em eventos apresentam-se como possibilidades de inclusão esportiva para o deficiente intelectual.

**Palavras-chave:** Educação Física; Inclusão; Deficiência Intelectual

### **Introdução**

Conforme registros do Censo Demográfico disponibilizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2010), mais de 45,6 milhões de brasileiros ou 23,9% da população, declararam possuir alguma deficiência (visual, mental, auditiva, física). Em especial, a deficiência intelectual (mental) foi relatada por 2,6 milhões de brasileiros. De acordo com esta mesma fonte, o estado de Minas Gerais possui 19.597.360 de deficientes sendo que 300.674 pessoas declararam possuir deficiência intelectual.

---

<sup>1</sup> Graduada em Educação Física; Mestre em Gestão Social, Educação e Desenvolvimento Local. E-mail flavia.goes@izabelahendrix.edu.br

<sup>2</sup> Graduado em Educação Física; Mestre em Lazer. E-mail marcos.pinheiro@izabelahendrix.edu.br

<sup>3</sup> Graduada em Educação Física; Pós-graduanda em Gestão de Saúde. E-mail flora\_botelho@yahoo.com.br

<sup>4</sup> Graduada em Educação Física; Pós-graduanda em Atividade Física em Academia. E-mail ju\_ed\_fisica@hotmail.com



Pessoas com deficiência intelectual, segundo Fonseca (2004), possuem o funcionamento cerebral significativamente inferior à média e costumam apresentar dificuldades para obedecer às regras, estabelecer relações sociais, resolver problemas, compreender ideias abstratas, compreender e realizar atividades cotidianas como, por exemplo, as ações de autocuidado.

Na busca pela melhoria da qualidade de vida, nos últimos anos, o número de pessoas com deficiência que tem procurado adentrar a prática de esportes, tem crescido consideravelmente. Melo e López (2002) dizem que como forma de ajudá-las, o esporte tem desempenhado um papel fundamental: estimula e desenvolve os aspectos físicos, psicológicos, sociais; favorece a independência, espírito competidor e melhorias nas relações com outras pessoas, que são fundamentais para a vida social. A prática de alguma atividade, seja ela física e/ou esportiva, por pessoas com deficiência pode proporcionar, a oportunidade de testar seus limites e potencialidades, prevenir as enfermidades secundárias das respectivas deficiências e promover a integração social do indivíduo.

Essa atividade esportiva inclusiva, de acordo com Azevedo e Barros (2004), é toda e qualquer atividade que, levando em consideração as potencialidades e as limitações físico-motoras, sensoriais e mentais dos seus praticantes, propicie a sua efetiva participação nas diversas atividades esportivas recreativas e, conseqüentemente, o desenvolvimento de todas as suas potencialidades.

Os autores ainda ressaltam que, numa perspectiva inclusiva, ao se desenvolver propostas de atuação com pessoas deficientes através de atividade física, não é suficiente conhecer apenas suas características nos aspectos físicos. Também é necessário o entendimento de suas relações com os demais participantes, com as atividades físicas e/ou esportivas e o significado que tais atividades têm para eles. Em sua essência, essas perspectivas não são diferentes às propostas para as pessoas que não apresentam deficiência (AZEVEDO; BARROS, 2004).

Diante dessas ponderações, o Projeto de Extensão Educação Física Inclusiva do Centro Universitário Metodista Izabela Hendrix (CEUMIH), em parceria com a Associação de Pais, Amigos e Pessoas com Deficiência, de Funcionários do Banco do Brasil e da Comunidade (APABB), atende, até o presente momento, 15 alunos com diferentes deficiências. Entre eles, 2 alunos com Síndrome de Down, 2 com Paralisia Cerebral, 2 com Autismo, 1 com Hipoglicemia Neonatal, 1 com Encefalopatia Crônica,



1 com Oligofrenia Grave, 1 com Distúrbio Psiquiátrico e 5 com Atraso Intelectual sem causa definida.

Importante registrar que tais deficientes são pessoas carentes que necessitam de assistência em todas as esferas, a saber: saúde, educação, lazer, esporte, cultura, transporte, inserção no mercado de trabalho, dentre outros. Segundo relato dos responsáveis, antes da entrada no Projeto, os alunos nunca praticaram uma atividade física regular, com exceção de uma aluna que praticou Natação quando criança. É importante ressaltar que a prática de atividades físicas, principalmente durante a infância, possibilita um melhor desenvolvimento dos aspectos físicos do indivíduo.

A APABB é uma instituição sem fins lucrativos, com certificado de filantropia e utilidade pública, voltada à inclusão e à qualidade de vida das pessoas com deficiência e ao apoio às suas famílias. Utiliza o esporte educacional, além da dança e da capoeira, para proporcionar a inclusão social, a saúde, a educação e a melhoria da qualidade de vida dessas pessoas (APABB, 2016).

Além disso, por meio de campeonatos, torneios, festivais e apresentações com foco no esporte participativo, a parceria objetiva proporcionar vivências sócio afetivas, incentivar a aprendizagem de regras, de modo a fixar condutas éticas e sociais, além de estimular o contato com o entorno comunitário e a utilização dos espaços esportivos (APABB, 2016).

Já o Projeto de Extensão, corrobora com os propósitos do Plano Pedagógico do Curso de Educação Física (2015) ao oferecer aos seus alunos os instrumentos pedagógicos atuais para a promoção da educação e da saúde nos espaços de atuação profissional. Ademais, nas atividades de extensão e pesquisa, proporciona aos estudantes experiências variadas do exercício profissional.

Junto às famílias envolvidas, que acompanham os deficientes intelectuais, o Projeto busca nessa parceria ações que possam intervir efetivamente nas limitações e potencialidades de seus filhos. A partir da vivência de práticas esportivas os coordenadores do projeto juntamente com a APABB esperam que aconteçam melhoras nos aspectos físicos e sociais como maior mobilidade, autonomia, independência em realizar atividades do cotidiano como também melhorar as relações sociais dos mesmos. É nesse contexto que o Projeto procura atender as demandas e necessidades dos deficientes intelectuais, bem como de suas famílias.

O início efetivo do Projeto Educação Física Inclusiva se deu em fevereiro de 2015 com a captação das famílias participantes através de banco de dados da APABB, bem como divulgação das atividades em meios de comunicação de fácil acesso do público alvo, como Boletins Informativos e redes sociais. Para realização das aulas, o referido Projeto conta com a participação de estudantes do curso de Educação Física denominados de monitores bolsistas e voluntários. Ambos são orientados pelos coordenadores do CEUMIH e professores/técnicos em esporte da APABB para planejarem as práticas esportivas conforme avaliação física e motora, demandas e necessidades do público atendido.

Em 2015, foram ofertadas as modalidades de Capoeira e Dança. No primeiro semestre de 2016, foi decidido alterar o conteúdo da turma de Dança para Práticas Corporais, na tentativa de atingir e contemplar um público maior no Projeto. Com a realização dessa nova modalidade, foi percebido um maior interesse dos alunos deficientes pelas modalidades Atletismo e Futsal, o que levou os monitores e voluntários a focarem mais nessas modalidades durante o segundo semestre deste mesmo ano – 2016.

As práticas esportivas (futsal e atletismo) incluindo a capoeira tem a duração de duas horas diárias, com frequência semanal de duas vezes, sendo que a maior parte dos alunos deficientes participam de ambas atividades. Estão sendo desenvolvidas ainda, atividades para as mães e responsáveis dos deficientes, de modo a conscientizá-las dos riscos do sedentarismo e da importância da realização de atividade física regular para um bem-estar físico, psicológico e emocional.

Além disso, o Projeto tem almejado desenvolver junto aos alunos deficientes o aperfeiçoamento da coordenação motora bem como valores inerentes ao esporte, buscando não apenas a melhora no rendimento dos mesmos, mas também saber avaliar os sentimentos de “vitória e derrota”, o espírito de equipe e a superação, através das modalidades de Atletismo e Futsal. Na tentativa de alcançar seus objetivos possui em seu calendário eventos internos e externos, os quais contam com a participação de público variado, como os familiares e a comunidade em geral.

Diante desse cenário, o presente estudo apresenta as possibilidades de inclusão a partir das práticas esportivas realizadas pelos deficientes intelectuais no Projeto de Extensão Educação Física Inclusiva. Assim, faz-se necessário pontuar os mecanismos



que possibilitem o acesso da pessoa com deficiência à prática esportiva, visando sempre sua inclusão social e melhoria de qualidade de vida.

## **Metodologia**

A inclusão de pessoas com deficiência no âmbito esportivo é, concomitantemente, uma necessidade, um desafio e uma oportunidade para que os mesmos se tornem pessoas mais independentes nos processos e atividades da vida diária, aptas à prática de exercícios físicos e, conseqüentemente, mais saudáveis e com a qualidade de vida melhorada. Contudo, a falta de incentivo por parte dos familiares, escola e sociedade, em praticar alguma atividade física aumentam as chances de se tornarem sedentários e propensos a adquirir doenças como a obesidade. Nessa direção questiona-se: como as práticas esportivas realizadas pelo Projeto de Extensão Educação Física Inclusiva podem estimular a inclusão esportiva dos deficientes intelectuais? Para tanto, foi realizado um estudo de caso com intuito de investigar as possibilidades de inclusão geradas pelas atividades promovidas pelo Projeto em questão.

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi uma entrevista semi-estruturada, com 2 monitores, 4 voluntários e 6 responsáveis pelos alunos deficientes que proporciona aos mesmos a possibilidade de justificar suas respostas (GIL, 2010). Para evitar suas identificações, foram denominados simplesmente como monitor 1 e 2 (M1, M2), voluntário 1 e 2 (V1, V2) e responsável 1, 2, 3, 4, 5 e 6 (R1, R2, R3, R4, R5, R6).

As perguntas foram abertas, dando liberdade aos entrevistados de falarem a vontade sobre o assunto a ser respondido. Todavia, durante as entrevistas, buscou-se focar nos pontos de interesse da pesquisa, evitando-se a dispersão e, ao mesmo tempo, procurando identificar aspectos relacionados aos objetivos do estudo que pudessem não ter sido contemplados no roteiro. A entrevista restringiu-se a três perguntas sobre: a importância do Projeto para o público atendido, conceitos de inclusão esportiva e principais resultados ou produtos obtidos pelas atividades realizadas pelos deficientes.

A pesquisa adotou uma abordagem qualitativa descritiva, que segundo Silva, Menezes (2001, p. 20) “considera que há uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito, isto é, um vínculo indissociável entre o mundo objetivo e a subjetividade do sujeito que não pode ser traduzido em números”. Além disso, tratou-se de uma análise



da literatura específica que segundo Gil (2010, p. 21) é “elaborada a partir de material já publicado, constituído principalmente de livros, artigos de periódicos” e atualmente com material disponibilizado na internet. Tratou-se também de uma análise Documental, que de acordo com Gil, (2010, p. 21) é “elaborada a partir de materiais que não receberam tratamento analítico”.

## **Resultado e Discussão**

É importante salientar que a prática corporal e esportiva, é vital para os indivíduos com deficiência intelectual. Traz benefícios não só para o corpo, como também para seu estado emocional, visando estimular suas potencialidades e possibilidades para reduzir os sintomas de ansiedade e depressão. Bem como prevenir as enfermidades secundárias em prol de seu bem-estar físico, psicológico e conseqüentemente promover a socialização e reabilitação dessas pessoas, melhorando sua qualidade de vida (MELO; LOPEZ, 2002; AZEVEDO; BARROS, 2004).

Nessa direção, foi questionado aos entrevistados sobre a importância do Projeto para o público atendido. No geral, todos concordam que o Projeto é uma forma de promover a prática esportiva e, conseqüentemente, a inclusão social pelo esporte. Este, por sua vez, busca aprimorar a coordenação motora dos alunos deficientes, aproximá-los dos gestos técnicos, entendimento e aplicação das regras. Com isso, possibilita a inclusão do deficiente, pois incentiva a participação em eventos esportivos.

Além disso, favorece a socialização a partir do momento que o mesmo convive com outras pessoas deficientes ou não. Para o monitor 2 “as práticas esportivas são instrumentos de promoção da saúde e bem estar físico e emocional dos alunos. Ao saírem para as competições permitem aos mesmos maior inclusão esportiva”. Do ponto de vista do voluntário 3, “as atividades permitem ao deficiente expressarem seus sentimentos. No momento do gol, eles ficam tão alegres que perdendo ou ganhando o importante é participar”, realizar as atividades e atingir os objetivos propostos pelas aulas. Interessante destacar que para o responsável 4,

O Projeto entrou na vida do meu filho como uma coisa muito boa, fez ele sair de casa, fazer amigos, conhecer pessoas, receber carinho de outras pessoas. É muito importante porque eles fazem esportes e com isso meu filho fica feliz e satisfeito. Chega em casa cansado. Nossa, é bom de mais as atividades daqui. Meu filho que possui o Transtorno



do Espectro Altista passou a “ver” jogos de futebol na televisão. Isso foi um acontecimento lá em casa (R4).

Nota-se, portanto, que o Projeto contribui de forma significativa no desenvolvimento intelectual, na inclusão esportiva e social de cada participante. No caso específico relatado por R4, houve uma perceptível melhora da atenção do deficiente participante do Projeto. Fica evidenciado que as práticas esportivas realizadas permitem aos alunos deficientes ultrapassarem os próprios limites e expressarem sentimentos através da linguagem corporal, facilitando sua independência e autonomia, em busca de uma aceitação social (SOUTO *et al.* 2010).

Nesta pesquisa, buscou-se também apontar os conceitos de inclusão esportiva compreendida ou adotada pelos envolvidos. Verificou-se que para os entrevistados, a inclusão é percebida por diferentes formas. Os monitores e voluntários caracterizam-na como uma das maneiras de obter maior participação dos deficientes em práticas esportivas, estas sendo adaptadas ou não, na qual tudo dependerá do grau de dificuldade e potencialidade do aluno deficiente.

De acordo com o voluntário 1, “quanto maior for o entendimento do jogo pelo deficiente, mais rápida será a inclusão do mesmo nas atividades esportivas”. Nesse caso, o entrevistado associa a inclusão ao fato do aluno entender e participar das aulas. De acordo com Moça (2009 apud COSTA; SOUSA, 2004, p. 36-37), para se desenvolver uma prática esportiva inclusiva aos alunos deficientes, “não é importante conhecer apenas suas características físicas, mas também o entendimento de suas relações com os demais participantes e o significado dessas atividades para eles”. Pode-se concluir que a participação do aluno deficiente nas aulas ocorre por meio do seu interesse e entendimento das atividades promovendo assim a inclusão esportiva.

Para os responsáveis, os esportes possibilitam a inclusão a partir do momento em que seus filhos conseguem realizar as atividades e há o desejo de retornar às aulas. Segundo a responsável 5 “acredito que a inclusão do meu filho ocorre no esporte quando ele é respeitado pelas outras pessoas, quando a diferença não faz diferença”. Para o responsável 1 a inclusão esportiva acontece “quando ele consegue fazer as aulas de atletismo e futsal. Ele sai chutando a bola e, é isso mesmo, fico emocionada!”. No caso da responsável 6, o fato do filho gostar das aulas acontece a inclusão, “não sei ao certo, mas acho legal a forma que minha filha é tratada aqui. Talvez a inclusão seja isso, conseguir fazer e ir às competições”.



A palavra inclusão é colocada em diversos momentos e em diferentes contextos, seja no âmbito social, político, econômico ou educacional, sempre como alternativa para quebra de um paradigma que se impõe sobre os demais. Por isso, é importante conhecer e refletir sobre seu real significado. Inclusão deve ser entendida como o ato ou efeito de incluir, deve se ter em mente o sentido de pertencimento, inter-relação entre duas partes ou pessoas (MANTOAN, 2003).

Por fim foi solicitado aos entrevistados que pontuassem os principais resultados ou produtos obtidos pelas atividades realizadas pelos deficientes. As respostas se dividiram em concepções diferentes. Os monitores destacaram 1) maior independência dos deficientes em realizar e obedecer as regras, 2) melhora na concentração das atividades, ficando menos dispersivos e 3) melhora no relacionamento entre professor-aluno e aluno-aluno.

Já os responsáveis foram unânimes em registrar que os participantes apresentam melhor desempenho nas atividades do cotidiano e no quadro de saúde geral. Como aponta a responsável 5 “minha filha que sofreu de paralisia cerebral, hoje consegue andar melhor. Sinto que ela consegue realizar as atividades em casa com mais segurança”. O maior benefício do Projeto para “meu filho que possui a Síndrome de Down foi e está sendo a realização dos esportes e aula de capoeira. Ele agora está mais calmo, as convulsões diminuíram demais”, relata a responsável 1.

Por fim, foi solicitado aos entrevistados que relatassem algo que gostariam de registrar, em especial, os pontos negativos ou que precisam ser melhorados no Projeto. Obteve-se os seguintes depoimentos:

Não tenho nada a dizer de ruim. Só tenho a agradecer. Os monitores e voluntários são muito carinhosos com nossos filhos. Esses esportes trouxeram alegria para nossos filhos. Minha filha fala para todos que encontra em casa ou na rua ou até mesmo no ônibus que aqui ela é muito feliz. (R3)

O ideal seria ter aulas mais vezes na semana, pelo menos mais uma. Duas são pouco para conseguirmos acelerar a aprendizagem. Quando há um feriado longo e fica um período maior sem aula, alguns alunos esquecem o que aprendeu anteriormente. Percebo que a inclusão acontece efetivamente quando o aluno frequenta regularmente as aulas. (M1).



Diante de tais resultados pode-se afirmar que o Projeto de Extensão Educação Física Inclusiva busca promover a inclusão por meio das práticas corporais e dos esportes. Nota-se que todos estão satisfeitos com as aulas. Os entrevistados acreditam que as possibilidades de inclusão acontecem, principalmente, na participação do aluno nas práticas esportivas. Entendeu-se que para tanto são necessárias adaptações ou não nas regras dos jogos. Outra possibilidade de inclusão refere-se ainda a participação dos alunos com deficiência em eventos (festivais, torneios, competições), promovidos pelo Projeto e por instituições parceiras. Esses são momentos em que eles têm a oportunidade de conviver e vivenciar emoções que são peculiares ao jogo propriamente dito.

### **Considerações Finais**

O presente Projeto de Extensão, em virtude de seus objetivos entende que por meio de suas práticas esportivas o público atendido desenvolve hábitos de vida saudáveis e os alunos monitores e voluntários a entende como um fenômeno social de interesse coletivo capaz de promover a inclusão e melhorar a qualidade de vida dos alunos envolvidos. Sob a ótica dos monitores as atividades de planejamento estimulam pensar em práticas pedagógicas criativas e inovadoras que garantam cumprir os objetivos propostos pelo plano de aula e do Projeto. Do mesmo modo, as ações realizadas são capazes de promover espírito de liderança desenvolvendo nos mesmos habilidades e competências que os motivem a conduzir e realizar práticas esportivas inclusivas.

Finalmente, trata-se de um Projeto com viés educativo também, que se preocupa em atender aos interesses coletivos, realizar atividades esportivas que estimulam a inclusão e diminuição da desigualdade social, a conscientização em cada participante da importância do trabalho desenvolvido promovendo momentos de reflexão sobre suas contribuições nas atitudes, comportamentos, mudanças de hábitos e atividades cotidianas dos alunos deficientes e de seus pais e/ou responsáveis. Preocupa-se ainda em formar cidadãos mais justos, participativos, criativos e preparados para atuar no mercado de trabalho.

No tocante a problematização proposta: como as práticas esportivas realizadas pelo Projeto de Extensão Educação Física Inclusiva podem estimular a inclusão



esportiva dos deficientes intelectuais? Constatou-se que as modalidades esportivas podem contribuir para o desenvolvimento físico e motor do deficiente intelectual e uma melhora geral da saúde percebida pelos responsáveis.

Verificou-se também maior autonomia em realizar atividades do cotidiano, melhoras no processo de socialização, maior compreensão e aplicação das regras esportivas. As adaptações realizadas nas atividades, a participação do deficiente nas aulas e em eventos apresentam-se como possibilidades de inclusão esportiva para o deficiente intelectual.

Novos estudos e abordagens sobre as diferentes deficiências dos alunos, sobre os processos de inclusão social e de formação profissional em um Projeto de extensão universitário continuam a despertar futuros trabalhos.

## Referências

APABB. **Cartilha Informativa da APABB (2016)**. Belo Horizonte, 2016.

AZEVEDO, P.H., BARROS, J.F. O nível de participação do Estado na gestão do esporte brasileiro como fator de inclusão social de pessoas portadoras de deficiência. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 12, n. 1, p. 77-84, 2004.

COSTA, A.M.; SOUSA, S.B. Educação física e esporte adaptado: história, avanços e retrocessos em relação aos princípios da integração/inclusão e perspectivas para o século XXI. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**, Campinas, v. 25, n. 3, p. 27-42, maio 2004.

FONSECA, V. **Dificuldades de aprendizagem**: abordagem neuropsicológica e psicopedagógica. Lisboa: Âncora Editora, 2004.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5ª edição, São Paulo: Atlas. 2010

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **CENSO DEMOGRÁFICO 2010**. Características gerais da população, religião e pessoas com deficiência. Rio de Janeiro: IBGE, 2010. Disponível em: [http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/caracteristicas\\_religiao\\_deficiencia/default\\_caracteristicas\\_religiao\\_deficiencia.shtm](http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/caracteristicas_religiao_deficiencia/default_caracteristicas_religiao_deficiencia.shtm) . Acesso em: 23 mar. 2017.

MANTOAN, Maria Teresa Égler. **Inclusão escolar**: O que é? Por quê? Como fazer? São Paulo: Moderna, 2003.

MELO, A.C.R; LÓPEZ, R.F.A. O Esporte Adaptado. **Revista Digital, Buenos Aires**, v.8, n.51, jul. 2002. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd51/esporte.htm> . Acesso em: 23 mar 2017.



PPC - EF. **Projeto Pedagógico do Curso de Educação Física (2015)**. Centro Universitário Metodista Izabela Hendrix, Belo Horizonte, 2015.

SILVA, Edna Lúcia; MENEZES, Estera Muszkat. **Metodologia da Pesquisa e Elaboração de Dissertação**. Florianópolis: Laboratório de Ensino a Distância da UFSC. 3ª Ed. Florianópolis, 2001.

SOUTO, Maria da Conceição Dias, *et al.* Integrando a Educação Física ao Projeto Político Pedagógico: perspectiva para uma educação inclusiva. **Revista de Educação Física**, jul./set 2010. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S198065742010000300025&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S198065742010000300025&script=sci_arttext)>. Acesso em 23 mar 2017.