

Potencializando a inclusão nas aulas de Educação Física no Ensino Médio Integrado do IFSul

Fernanda Maurenre Machado
Orientadora: Professora Dra. Renata Porcher Scherer

FICHA CATALOGRÁFICA

M149p Machado, Fernanda Maurente.

Potencializando a inclusão nas aulas de Educação Física no ensino médio integrado do IFSul / Fernanda Maurente Machado. — 2024.

20 f. : il.

Orientadora: Profª. Dra. Renata Porcher Scherer

Produto educacional (Mestrado) Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica em Rede Nacional - ProfEPT - Instituto Federal Sul-rio-grandense, Charqueadas, 2024.

1. Educação profissional e tecnológica. 2. Produto educacional.
I. Scherer, Renata Porcher. II. Instituto Federal Sul-rio-grandense.
III. Título.

CDD 373.246

Catálogo na publicação:

Bibliotecária Vivian Iracema Marques Ritta CRB 10/1488

SUMÁRIO

1- Apresentação.....	04
2- A Educação Física Adaptada.....	05
3- Os esportes paralímpicos.....	08
4- O jogo Goalball.....	11
5- O jogo Voleibol sentado.....	13
6- Os jogos adaptados.....	15
5- Plano de aula inclusivo.....	17
8- Para encerrar.....	19
6- Referências.....	20

APRESENTAÇÃO

O guia de orientação, exposto a seguir, é resultante de um produto educacional desenvolvido para a dissertação do Programa de Mestrado em Educação Profissional Tecnológica (ProefEPT) do Polo IFSUL - Campus Charqueadas.

Este produto educacional é direcionado a todos os professores de Educação Física que buscam aplicar aulas práticas adaptadas e adequadas a estudantes com deficiência. Buscando assim, reconhecer as dificuldades enfrentadas por Pessoas com Deficiência (PCD) enquanto valorizam o senso de inclusão social.

Portanto, o objetivo deste guia é fornecer informações sobre a Educação Física Adaptada, analisar a história dos esportes paralímpicos e, além disso, propor dois esportes adaptados para praticar durante as aulas de Educação Física. Isso enquanto é exposto dicas de leituras, cursos e atividades.

Por fim, o guia ainda aborda algumas sugestões de jogos para adaptar nas aulas de Educação Física do Ensino Médio Integrado, de modo a deixá-las mais dinâmicas e inclusivas. Finalizado com um modelo de plano de aula adaptado.

As atividades e conteúdos do guia podem também ser desenvolvida com turmas que não tenham estudantes com deficiência desenvolvendo e discutindo com os estudantes a importância da inclusão social, dos esportes adaptados e promovendo uma visão mais potente sobre a deficiência

A EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA

✓ História

A expressão Educação Física Adaptada (EFA) surgiu na década de 1950 e ficou definida como um programa diversificado de atividades, jogos e ritmos para o desenvolvimento adequado aos interesses, às capacidades e às limitações de alunos com deficiência.

✓ Objetivos

Os objetivos da EFA, como sendo uma área de estudo e intervenção, é de propiciar ferramentas e recursos para o atendimento adequado às PCD. Buscando assim, proporcionar seu desenvolvimento integral, reconhecendo suas possibilidades e necessidades, enquanto respeita suas limitações.

✓ Contextualização

Para o desenvolvimento da EFA é preciso observar as diferenças existentes entre as pessoas com deficiência e sua repercussão no seu cotidiano escolar. Para isso, sugere-se considerar quatro critérios relevantes, são eles:

Avaliar



Planejar



Adaptar



Aplicar



A EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA



Avaliar

O processo de avaliação envolve fazer uma análise sobre o tipo de deficiência do aluno, as limitações impostas pela deficiência, as capacidades individuais do aluno e os melhores meios de potencializa-las.



Planejar

O planejamento de uma aula adaptada deve ocorrer considerando a avaliação inicial realizada. De modo que o planejamento sirva para adaptar as atividades físicas nas condições e limitações do aluno.



Adaptar

Após avaliar e planejar, é o momento de buscar meios de adaptar as atividades. A adaptação pode ocorrer nos: materiais, recursos, espaços, tempo destinado a aula e nos conteúdos, por meio de criatividade e pesquisa.



Aplicar

Quando houver uma programação completa de como a aula de Educação Física será adaptada, de modo a incluir o aluno com deficiência, chega o momento de aplicar o plano de aula e analisar os resultados.

A EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA



Em debate

Em 2022, o Canal Professor - Formação continuada SEED/PR, criou uma Web abordando a importância da EFA nas escolas. Foi discutido como as atividades adaptadas podem promover o desenvolvimento global do estudante com deficiência. Por isso, vale a pena um click.



<https://www.youtube.com/live/zUAUcKdy2X8?si=K7zEjw3PSNIIWoxv>



Para saber mais



Leia: *Educação Física Adaptada: análise, reflexão e ação.* Um projeto de intervenção elaborado pelo Prof. Leonardo, exposto no site da BNCC.
(clique no ícone de leitura e será direcionado á página na web)



Assista: *Educação Física no Ensino Médio - Atividade Adaptada.* O vídeo no youtube, está no canal NR2 Prof Nilton (2019).
(clique no ícone de vídeo e será direcionado á página no youtube)



Ouçã: *Ensino e Prática da Educação Física para deficientes físicos.* Trata-se de um podcast do canal Arco43 (2020).
(clique no ícone de ouvir e será direcionado á página do podcast)

OS ESPORTES PARALÍMPICOS

✓ **Contextualização**

Os esportes paralímpicos caracterizam-se por adaptações nos esportes convencionais, de modo que possam ser realizados por PCD. Assim, existem normas de classificação as quais permitem o desenvolvimento das capacidades funcionais de cada atleta.

✓ **História**

Considera-se que os esportes adaptados é que foram responsáveis pela criação dos Programas Paralímpicos. Com isso, desde a primeira guerra mundial, os esportes adaptados foram ganhando crescimento global. Assim, na década de 60 o Comitê Olímpico Internancional (IPC), aproveitou dos jogos olímpicos de Roma e instituiu, pela primeira vez os Jogos Paralímpicos (Paralimpíadas).

✓ **Como é instituído**

O Sistema Paralímpico trata-se de uma estrutura organizacional que reconhece e normatiza o esporte paralímpico por meio de instituições. Logo, segundo o Comitê Paralímpico Internacional, a classificação esportiva atual, está dividida em visual, funcional e intelectual.

OS ESPORTES PARALÍMPICOS

✓ Sobre as deficiências

Segundo o IPC o Movimento Paralímpico (MP) oferece oportunidades esportivas para atletas que tenham uma deficiência que pertença a um dos dez tipos de Deficiência Elegível. A seguir, são descritas tais deficiências:

Tipo de M.P	Descrição
Potência muscular prejudicada	Atletas com potência muscular prejudicada apresentam um problema de saúde que reduz ou elimina sua capacidade de contrair voluntariamente os músculos para se mover ou gerar força.
Amplitude de movimento passiva prejudicada	Atletas com amplitude de movimento passiva prejudicada apresentam restrição ou falta de movimento passivo em uma ou mais articulações.
Deficiência de membro	Atletas com Deficiência de Membros apresentam ausência total ou parcial de ossos ou articulações como consequência de trauma, doença ou deficiência congênita de membros.
Diferença no comprimento das pernas	Atletas com diferença no comprimento das pernas apresentam diferença no comprimento das pernas como resultado de um distúrbio no crescimento dos membros ou de um trauma.
Baixa estatura	Atletas com Baixa Estatura apresentam comprimento reduzido nos ossos dos membros superiores, inferiores e/ou tronco.

OS ESPORTES PARALÍMPICOS

Tipo de M.P	Descrição
Hipertonia	Atletas com hipertonia apresentam aumento da tensão muscular e redução da capacidade de alongamento de um músculo , causada por danos ao sistema nervoso central.
Hipertonia	Atletas com Ataxia possuem movimentos descoordenados causados por danos ao sistema nervoso central.
Atetose	Atletas com Atetose apresentam movimentos involuntários lentos e contínuos.
Deficiência visual	Atletas com deficiência visual, têm visão reduzida ou nenhuma visão, causada por danos à estrutura ocular, nervos ópticos, vias ópticas ou córtex visual do cérebro.
Deficiência intelectual	Atletas com Deficiência Intelectual apresentam uma restrição no funcionamento intelectual e no comportamento adaptativo que afeta as habilidades adaptativas conceituais, sociais e práticas necessárias para a vida cotidiana.



Para saber mais



Acesse: Comitê Paralímpico Internacional. No site há todas as informações sobre as Paralímpiadas.

<https://www.paralympic.org/>



Assista: Todos os Esportes Paralímpicos (parte 1 e 2). O vídeo no youtube está no canal Educação Física em Pauta.

<https://www.youtube.com/watch?v=o-L5jzAlQqk>

O JOGO GOALBALL

✓ História

O jogo *goalball*, representado na figura a baixo, surgiu no ano de 1946, após a Segunda Guerra Mundial, com o intuito de auxiliar na reabilitação dos veteranos que haviam perdido a visão durante a guerra.

✓ Como funciona?

Trata-se de um jogo intenso, em que uma equipe de três jogadores com deficiência visual lançam a bola no gol do time oponente. A bola, por sua vez, possui guizos em seu interior para, assim, guiar o curso do jogo. Desta forma, é um esporte praticado em um ambiente fechado, e as linhas demarcatórias têm dimensões parecidas com as da quadra de voleibol.



O JOGO GOALBALL

As regras

Regras: O jogo é dividido em dois tempos de 12 minutos cada, com três minutos de intervalo. Todos os jogadores exercem, ao mesmo tempo, as funções de ataque e defesa. Há um guizo no interior da bola para emitir sons.

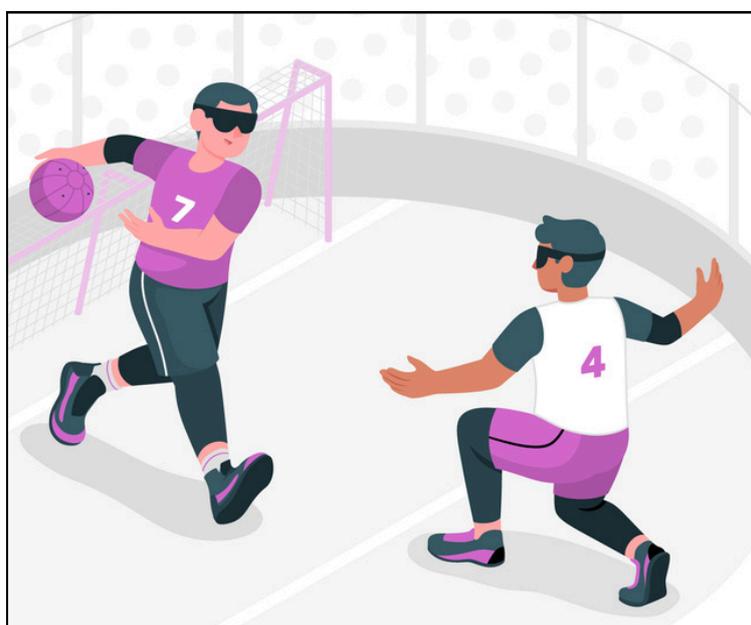
Quadra: Ela mede 9m X 18m, e a rede tem 9m X 1,3m

Time: São 6 jogadores em cada time. Sendo 3 titulares e 3 reservas.

Adaptação

Por se tratar de um jogo voltado a jogadores com deficiência visual, o goalboll pode ser facilmente adaptado.

Basta que o professor faça as adaptações necessárias no espaço (demarcação de território), na bola (usar com guizos) e nos jogadores (utilizar vendas nos olhos).



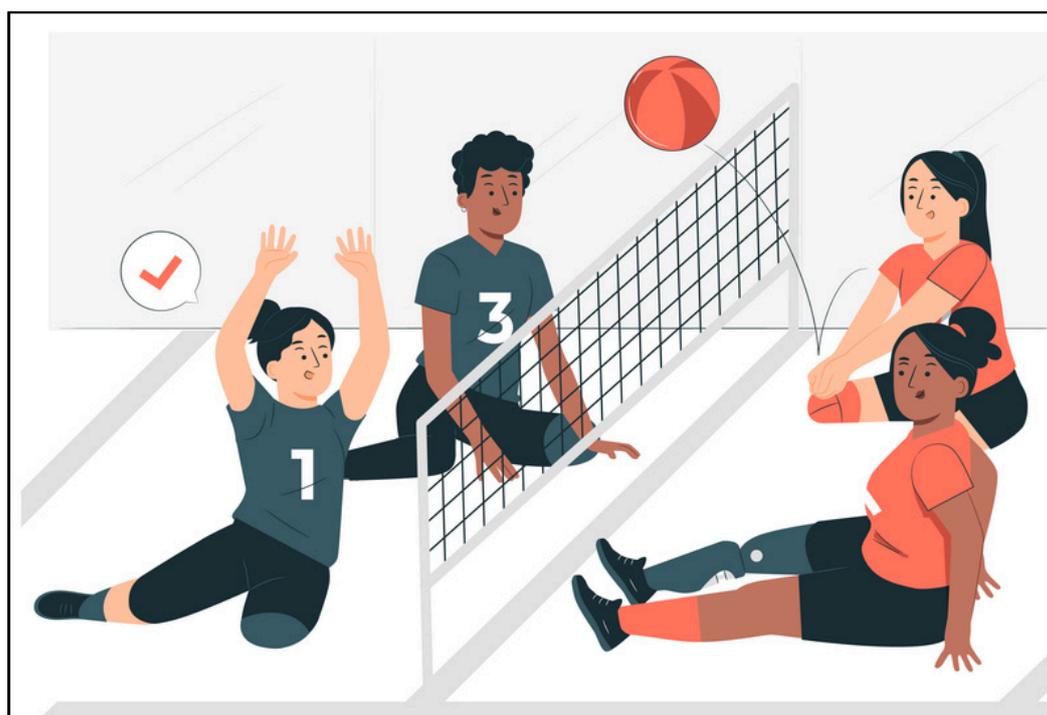
O JOGO VOLEIBOL SENTADO

✓ História

O jogo do voleibol sentado surgiu no ano de 1956 a partir da junção de dois esportes já existentes, sendo o voleibol convencional e um esporte alemão chamado *sitzbal*, o qual não tinha rede e era direcionado a pessoas com mobilidade reduzida.

✓ Como funciona?

O esporte de voleibol sentado condiz com diferentes regras para homens e mulheres, quando trata-se da altura da rede. Além disso, como o próprio nome diz, deve ocorrer sentado, pois o jogo é voltado a pessoas com diminuição de força muscular ou de movimento, com deficiência de membros, com diferença de comprimento de membros, que tenham hipertonia, ataxia ou atetose.



O JOGO VOLEIBOL SENTADO

As regras

Regras: Mesmas do vôlei olímpico (melhor de 5 sets). A exceção é que se pode bloquear o saque.

Quadra: Ela mede 10m x 6m, e a rede fica a 1,15m do chão no masculino e a 1,05m no feminino.

Time: São 6 jogadores em cada time.

Adaptação

Por se tratar de um jogo voltado a jogadores com deficiência motoras, a adaptação deste esporte também é de fácil desenvolvimento.

Basta que o professor faça a adaptação do espaço da quadra e rede, e que os alunos fiquem sentados para praticar o esporte.



OS JOGOS ADAPTADOS

✓ Sugestões

Ainda sobre os jogos adaptados, apresentam-se algumas sugestões práticas de outras atividades que podem ser adaptas com a finalidade de incluir alunos com deficiência. Isso, enquanto sensibiliza os demais alunos para os desafios e limitações existentes nesse contexto.

Adivinhe pelo tato (deficiência visual)	Material: Vendas, objetos variados Descrição da dinâmica: Os alunos devem ser divididos em grupos e cada participante terá a oportunidade de sentir, com os olhos vendados, os objetos selecionados. O grupo que mais objetos acertar, em um determinado tempo, será o vencedor.
Mímica (deficiência auditiva/fala)	Descrição da dinâmica: O professor deve reunir os alunos e sugerir um tema para cada, por exemplo, diferentes profissões. Cada aluno deve usar a expressão corporal para representar sua profissão ou tema, sem usar palavras, apenas com gestos. Assim, os demais alunos precisam adivinhar qual é a representação.
Arremesso de cesta sentado (deficiência física)	Material: Cadeira, bola, cesta. Descrição da dinâmica: Propor aos alunos a vivência da falta de deslocamento, proporcionando um basquete adaptado em que os alunos precisam arremessar a bola na cesta, mas sentados em uma cadeira.

Ressalta-se que tais atividades dinâmicas são ótimas para trabalhar questões de relação interpessoal entre estudantes com e sem deficiência, já que são bastante recreativas.

OS JOGOS ADAPTADOS

✓ Para saber mais

Os jogos observados anteriormente são ótimas sugestões de atividades adaptadas. Além disso, a seguir é possível destacar mais uma sugestão que serve para aperfeiçoar os métodos utilizados nas aulas de Educação Física.



Acesse: *Impulsiona*. Clique no link: <https://impulsiona.org.br/>
No site é possível encontrar, de forma gratuita:



WEBNÁRIOS

Onde encontram-se todos os bate-papos online sobre Educação Física. Sempre com a visão dos professores e dos especialistas sobre temas importantes relacionados ao esporte escolar.



AULAS DIGITAIS

O site desenvolve PDFs pedagógicos que podem ser usados como fonte de inspiração pelos professores no desenvolvimento de suas aulas.



CURSOS

Os cursos online trazem sugestões práticas e teóricas para levar mais esporte e valores positivos aos alunos. O material é feito por especialistas em Educação Física ou pelas Confederações Esportivas, para garantir relevância e qualidade técnica.



FAÇA VOCÊ MESMO

Na série “Faça você mesmo!”, o professor de Educação Física Luiz Junior apresenta dicas para construir equipamentos esportivos com materiais recicláveis ou de baixo custo.

PLANO DE AULA INCLUSIVO

Disciplina:	Tempo:
Educação Física	3 aulas (50 minutos cada)

Tema:

Esportes adaptados

Objetivos geral:

- Compreender o desenvolvimento do esporte Futebol de 5 e o modo como adaptá-lo de maneira inclusiva

Objetivos específicos:

- Estimular o senso de inclusão de pessoas com deficiência por meio do esporte adaptado;
- Oportunizar aos alunos com deficiência a vivência de atividades físicas;
- Discutir sobre as adaptações e desafios no jogo que se relacionam as limitações impostas pela deficiência;
- Vivenciar o desenvolvimento do esporte sem a orientação visual;
- Promover adaptações para possibilitar experiências inclusivas aos demais alunos por meio das vendas nos olhos;

Conteúdo:

- Regras básicas sobre o Futebol de 5 (quadra, número de jogadores, posicionamento, tempo de jogo e comandos na partida);
- Aula prática de maneira adaptada;

Metodologia

- 1º Momento

Aula explicativa e expositiva sobre as regras acerca do jogo Futebol de 5, também conhecido como futebol para cegos. Usar um vídeo para demonstrar as regras sobre:

Quadra: Mede 20m X 40m (padrões do futsal) e tem barreiras (bandas) laterais

Tempo da partida: O jogo é dividido em dois tempos de 15 min, com 10 min de intervalo

Número de jogadores: 5 jogadores em cada time (quatro jogadores vendados e o goleiro, com visão total)

Posicionamento: Os atletas possuem três guias para orientá-los (o goleiro, o chamador e o técnico). Há um guizo no interior da bola para emitir sons

PLANO DE AULA INCLUSIVO

Metodologia

- 2º Momento

Reconhecimento do jogo, ambiente e regras por meio de atividades práticas.

Exercício 1: Levar os alunos até a quadra, organiza-los em fila, utilizar venda nos olhos e, em conjunto, circular pelo ambiente para fazer o reconhecimento da quadra.

Exercício 2: Trabalhar o domínio e o chute da bola com os olhos vendados.

Exercício 3: Desenvolver autonomia e confiança de deslocamento com os olhos vendados, com o auxílio dos guias de orientação.

- 3º Momento

Desenvolvimento do jogo. Momento de separar as equipes e usar as vendas para simular a deficiência visual. Durante o processo, orientar utilizar os sentidos de audição e tato para auxiliar na pratica do esporte.

- 4º Momento

Após todos participarem do jogo é possível discutir sobre os desafios que foram impostos devido a limitação visual, bem como, debater sobre os novos conhecimentos adquiridos.

Avaliação:

Os alunos podem ser avaliados com base em sua participação tanto no jogo prático, quanto nas discussões teóricas sobre o jogo e a inclusão.

Recursos:

- Vendas;
- Quadra de esportes;
- Bola de futebol com guizos ou bola de futebol adaptada;

Referências:

CBCV. Confederação Brasileira de Desportos de Deficiências Visuais, 2024. Disponível em: <https://www.cbdiv.org.br/modalidades/futebol-de-cegos/regras> . Acesso em: 05, fev., 2024.

CANALGOV. Conheça as regras do Futebol de 5. YouTube, 7 de abr., 2016. Duração 3m31s. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=PsNeLDIN2Pg&t=59s> Acesso em: 05, fev., 2024.

PARA ENCERRAR

Todas as sugestões que foram apresentadas nesse produto educacional, com a finalidade de potencializar as aulas de Educação Física no Ensino Médio Integrado, tem sua premissa no respeito a diversidade.

Portanto, por meio dessa produção, espera-se que seja despertado, em você leitor, a vontade de descobrir novas formas de ensinar, bem como, o desejo em explorar e valorizar as possibilidades e o potencial de cada aluno. Isso de um modo em que as diferenças se tornem a maior motivação para novas oportunidades de aprendizado.

Logo, os conceitos de Gariglio (2013, p.23) ressaltam sobre “o ato pedagógico, ao ser reconhecido na sua complexidade, incerteza, instabilidade, contextualidade e singularidade, exige do professor práticas reflexivas que buscam responder as múltiplas necessidades das situações de ensino”.

Assim, encerramos este debate com um lembrete de que, para proporcionar aulas de Educação Física inclusivas, basta que o professor se atente aos recursos disponíveis. Com isso, as especializações acadêmicas, as pesquisas didáticas, as novas tecnologias inovadoras, a utilização de materiais recicláveis e a criatividade, são exemplos de recursos e ações pedagógicos, indispensáveis, para promover aulas mais inclusivas.

REFERÊNCIAS

CBCV. **Confederação Brasileira de Desportos de Deficiências Visuais**, 2024. Disponível em: <<https://www.cbdv.org.br/modalidades/futebol-de-cegos/regras>>. Acesso em: 05, fev., 2024.

CANAL DO PROFESSOR - FORMAÇÃO CONTINUADA SEED PR. **Educação Física adaptada Atividades para todos**. YouTube, 11 de out., 2022. Duração 47m34s. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=zUAUcKdy2X8>>. Acesso em: 14, jan., 2024.

CANALGOV. **Conheça as regras do Futebol de 5**. YouTube, 7 de abr., 2016. Duração 3m31s. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=PsNeLD1N2Pg&t=59s>>. Acesso em: 05, fev., 2024.

CONTEÚDOS. **Impulsiona**, 2024. Disponível em: <<https://impulsiona.org.br>>. Acesso em: 05, fev., 2024.

EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA: ANÁLISE, REFLEXÃO E AÇÃO. **Base Nacional Comum Curricular**, 2024. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/implementacao/praticas/caderno-de-praticas/ensino-medio/80-educacao-fisica-adaptada-analise-reflexao-e-acao>>. Acesso em: 14, jan., 2024.

EDUCAÇÃO FÍSICA EM PAUTA. **Todos os Esportes Paralímpicos - parte 1 - Aula de Educação Física**. YouTube, 23 de ago., 2021. Duração 14m30s. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=o-L5jzAlQqk>>. Acesso em: 23, jan., 2024.

ENSINO E PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA DEFICIENTES FÍSICOS. **Marcos Keller; regiane Taveira. Arco 43 #54**, 02 de set., 2020. PodCast. Disponível em: <<https://deezer.page.link/xboDxYDpLxXihPw59>>. Acesso em: 14, jan., 2024.

GARIGLIO, José Angelo. **Fazeres e saberes pedagógicos de professores de educação física**. Ijuí, RS: Ed. Unijuí, 2013.

NR2 PROF NILTON. **Atividade Adaptada - 02/04 - Deficiência Visual / Educação Física - Ensino Médio**. YouTube, 26 de out., 2019. Duração 4m06s. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=nasXJb_xsnc>. Acesso em: 14, jan., 2024.

VARA, Maria de Fátima Fernandes; CIDADE, Ruth Eugênia. **Educação física adaptada**. 1. ed. Curitiba: Intersaberes, 2021.