

## PROGRAMA ATIVIDADE MOTORA ADAPTADA

**Angela T. Zuchetto**

Departamento de Educação Física , Centro de Desportos  
Universidade Federal de Santa Catarina

Fone: 3318558

[zuchetto@cds.ufsc.br](mailto:zuchetto@cds.ufsc.br)

### Introdução

- O **programa de Atividade Motora Adaptada**, vem sendo oferecido através do Departamento de Educação Física do Centro de Desporto da Universidade Federal de Santa Catarina desde março de 1995, oferecendo a comunidade de Portadores de Necessidades Especiais da grande Florianópolis um Programa de Atividade Motora Adaptada, adequado as suas necessidades e interesses. O curso de Educação Física oferece área de aprofundamento, onde são oferecidas as disciplinas: 1- Educação Física Especial onde são ministrados os fundamentos básicos sobre as deficiências e procedimentos metodológicos, mas apesar de existir a possibilidade de aprofundamento nesta área, a pratica pedagógica não é contemplada no estágio; 2-Atividades Físicas para Grupos Especiais, tem como objetivo conhecer como se trabalha com populações especiais, vivenciar experiências.
- Devido a estes fatos este trabalho possibilita desenvolver, neste centro, uma sistemática de oferta de atividade motora adaptada à comunidade de Florianópolis, bem como possibilita aos alunos da graduação em educação física vivências praticas com este tipo de população. Este programa é durante o ano letivo, local de observação dos procedimentos pedagógicos, desenvolvimento de pesquisas e trabalhos monográficos de conclusão de curso, não só dos acadêmicos do curso de graduação em Educação Física, mas também de outras áreas de conhecimento . Acadêmicos da Pedagogia, Psicologia, e Enfermagem estiveram de alguma forma envolvidos em trabalhos com o Grupo, bem como Professores da Rede Publica de Ensino.
- São oferecidas Atividades de Dança, Recreação e Atividades Aquáticas, em dois horários pela manhã e dois horários à tarde nas segundas e quartas feiras. Participam destes grupos crianças, jovens e adultos, que apresentam uma ou mais deficiência (mental, auditiva, visual e física), com comprometimento variado. As turmas são formadas de acordo com seus interesses e possibilidades motoras. Ao ingresso fazemos a adaptação com o grupo de bolsistas e um deles fica de ponto referencia para cada individuo até sua completa adaptação.

Ao ingressar um novato o procedimento inicia em forma de rodízio, ou seja, a cada participante novo um bolsista responsável, a variabilidade da faixa etária de 01 a 44 anos, exige dos professores e acadêmicos um grande desprendimento e capacidade de trabalho, principalmente na fase de adaptação do participante ao Programa.

- Participam deste trabalho bolsistas do DAEX e bolsistas voluntários, que freqüentavam diferentes fases do Curso de Educação Física vinculados as disciplina Educação Física Especial, Atividade Física para Grupos Especiais, e Seminário de Monografia, Psicologia e Pedagogia, selecionados a partir da análise do currículo e da disponibilidade de horário, estes têm como ponto de partida interesse em trabalhar com deficientes. Bem como a formação de um grupo multidisciplinar para atender a variedade de situações que ocorrem quando se trabalha com esta população.

- Aos Acadêmicos bolsistas compete elaborar e ministrar as atividades orientados pelo coordenador os bolsistas voluntários trabalharam no auxílio durante as aulas e descrição do comportamento dos sujeitos na aula, semanalmente além de realizarem atividades variadas como elaborar material pedagógico alternativo, leitura de livros, tradução de artigos e apresentar ao grupo em horários pré estabelecidos na forma de seminários. Aos alunos da graduação vinculados a disciplina Educação Física para Grupos Especiais compete elaborar as atividades para o grupo da tarde e ministra-las com auxílio dos bolsistas. Os alunos da Graduação (sexta fase) trabalham com o grupo da segunda-feira de manhã. Todos os alunos participam de cursos de formação e seus desempenhos estão surpreendendo, tanto no curso como na elaboração das tarefas propostas no programa.

- Estudos desenvolvidos no AMA foram apresentados em Congressos Nacionais e Internacionais e publicados na íntegra e/ou em forma de resumos ( trabalhos de conclusão de curso e estudos), em revistas e anais de Congressos.

- O AMA tem como objetivos: oferecer um programa de atividade motora adaptada aos portadores de necessidades especiais (visuais, mentais, físicos e auditivos); Oportunizar vivências praticas aos alunos do CDS, com esta população; Estimular processos de educação continuada; Desenvolver pesquisas na área de atividade motora adaptada; Elaborar material didático.

## **Metodologia**

- As atividades são oferecidas, duas vezes pôr semana com duração de 40 min., em turmas com 10 a 15 componentes.
- As modalidades oferecidas são dança, recreação e atividades na água.

## **Módulo Dança**

- A Dança possibilita ao indivíduo através de experiências extensivas de movimentos criativos e expressivos, comunicar-se e manifestar-se variada e amplamente, trabalhando aspectos de caráter físico (força, ritmo, equilíbrio, noção espaço temporal) e caráter psíquico (prontidão, coragem, autoestima e segurança ) e, expressão. Foram oferecidos para os deficientes visuais e mentais.
- A dança tem sido utilizada neste programa abrangendo atividades rítmicas que desenvolvam habilidades neuromotoras, psico-afetivas e sociais dos educandos, assim como proporcionar através da dança a integração social, alegria e prazer de viver, aumento da autoestima, favorecer a independência moral, afetiva, social e cognitiva. Como resultados, pode-se observar ganhos nos seguintes aspectos: ritmo, equilíbrio, coordenação, noção espaço-temporal e expressão.

## **Módulo Atividades na Água para Deficientes**

- As atividades na água levam o portador de necessidades especiais a executar movimentos e/ou posturas muitas vezes impossíveis no solo que contribuem para a estruturação da imagem corporal. A água provoca uma pré-disposição ao exercício, não só da musculatura, mas de toda a pessoa, que se surpreende com a sua capacidade de realizar movimentos. A água oferece oportunidades individuais para interação, realização, sucesso e aumento da auto-estima; vivências das noções perceptivas de intensidade, velocidade e orientação espacial; melhora da capacidade cardiovascular e das funções fisiológicas em geral; e, ainda o prazer e a alegria de estar e brincar na água.
- Nesta atividade tivemos trabalhos diferenciados.
- Para os deficientes mentais, físicos e visuais as atividades estiveram relacionadas à aquisição de habilidades motoras relacionadas à água tais como, ambientação e adaptação ao meio líquido, imersão e respiração, flutuação, propulsão - o nado propriamente dito, e a

capacitação técnica. Para os deficientes visuais os exercícios na água são mais eficientes pela amplitude de área e facilitam a melhor mobilidade da pessoa cega. Principalmente porque em função da flutuação terá maior equilíbrio, respondendo adequadamente aos estímulos do instrutor. Os sujeitos com limitações físicas são beneficiados nestas atividades, pois a água favorece a realização de movimentos muitas vezes impossíveis no solo, auxiliando na amplitude de movimento, relaxando a musculatura e melhorando todas as funções fisiológicas. Para os deficientes mentais a água possibilita inúmeras atividades recreativas, este o grupo conseguiu os melhores resultados (aprendendo a nadar).

- AMA -baby - é um programa especial do projeto AMA que trabalha especificamente com crianças com Paralisia Cerebral. Nesta turma, que este ano foi composta por 5 crianças, cuja faixa etária compreende de 9 meses a 3 anos trabalha-se no solo por 20 minutos e 20 minutos na piscina .

Tem como objetivo

- 1) desenvolver habilidades motoras;
- 2) aquisição de padrões motores ( controle de cabeça, controle do tronco, habilidades para rolar, pegar objetos, movimentar-se com alguma independência etc);
- 3) redução da espasticidade;
- 4) manutenção da capacidade respiratória. e,
- 5) DIVERTIR-SE.

*OBSERVAÇÃO: para desenvolverem-se as atividades no ama-baby é indispensável à proporção de um acadêmico por criança*

### **Módulo Atividades Recreativas e Esportes**

- As Atividades Recreativas e Esportes ajudam a restaurar as capacidades individuais, estimula o desenvolvimento de habilidades motoras, o condicionamento físico, o movimento e a destreza física, e o faz trabalhar o mais independente possível e integrado aos seus companheiros e vivenciando experiências de sucesso.

## CONCLUSÃO

- Este programa vem atingindo os objetivos propostos:
  - 1) oferece à Comunidade um Programa de Atividade Motora Adaptada de qualidade e os resultados obtidos pelos indivíduos no que se refere ao conjunto de habilidades motoras, desenvolvimento da linguagem e expressão bem como socialização e satisfação da família com o trabalho desenvolvido foram os esperados;
  - 2) o programa oportuniza aos acadêmicos do Curso de Graduação em Educação Física e Psicologia vivências práticas com esta população;
  - 3) oportuniza a realização de investigações e estudos na área de atividade motora adaptada e práticas pedagógicas alternativas.
  - 4) elabora material didático, entre outros.