



9º Seminário de Extensão

ATIVIDADES MOTORAS PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL

Autor(es)

CECILIA ROUGIER ROCHA

Orientador(es)

Eline Tereza Rozante Porto

Apoio Financeiro

FAE

1. Introdução

A visão é um sentido de grande importância no que diz respeito à captação de estímulos e projeções espaciais facilitando o relacionamento do homem na sociedade (SANTOS, 1998). A pessoa com deficiência visual possui uma grande perda de informações sobre o meio, prejudicando sua relação social e possíveis oportunidades de uma participação plena nos diversos aspectos da vida cotidiana. Diante disso surgem todos os preconceitos e falta de compreensão à respeito da deficiência, ou seja, a sociedade cria um estereótipo para o indivíduo deficiente e este serve como parâmetro para a elaboração e a construção de atitudes perante essa população. Pierucci (1999 apud Rodriguez, 2006) relata que, a invenção da categoria de deficiente e a designação dela como um problema é produto de uma construção social em que a sociedade estabelece os atributos considerados como comuns, os quais são característicos e pertencentes a cada grupo e aos seus membros. Assim, a opinião e os valores da sociedade a respeito das pessoas com deficiência estão muito voltados à incapacidade e menos valia. Esses e outros aspectos contribuem para a intolerância e a falta de aceitação social dessas pessoas. Ao observamos a realidade da população com deficiência visual na cidade de Piracicaba, constatamos que esse público não participa do mundo social, a maioria dessas pessoas são completamente dependentes da família, prejudicando as relações sociais e a sua possível autonomia. Essas pessoas passam muito tempo dentro de suas casas, e estão acostumadas a receberem ajuda o tempo todo, devido a falta de independência. Desta forma essa população necessita de chances e possibilidades para se tornarem cidadãos participativos na sociedade. Diante dos novos padrões científicos e culturais, nota-se uma mudança no modo de pensar e tratar o ser humano. As pessoas com deficiência estão surgindo em ambientes sociais, o que implica em mudanças no modo de pensar e tratar essas pessoas. Nesse contexto, surgiu o projeto junto com a ONG AVISTAR-Associação de Assistência aos portadores de necessidades especiais - Visão, alicerçado na missão de realizar com seus alunos, atividades motoras para que futuramente tornem-se menos dependentes e vivam com maior participação em todos os

setores da sociedade, de modo a quebrar os paradigmas sociais e culturais. A independência atingida por essas pessoas, será responsável pelo desenvolvimento da autoconfiança, valorização das próprias capacidades e desenvolvimento no círculo social, provocando uma atitude que favorece a pessoa com deficiência perante a sociedade. Com a execução do projeto será possível analisar, dialogar, e propor ações que possam mudar o panorama deste grupo na cidade de Piracicaba, já que há a necessidade desta população resgatar seu estado de cidadão.

2. Objetivos

Alguns dos objetivos do projeto foram: - Contribuir com o atendimento de pessoas com deficiências visuais atendidas na AVISTAR, enfatizando a autonomia e a efetivação da cidadania destas pessoas. - Propiciar condições para o aprimoramento das capacidades e potencialidades físicas, a partir de uma compreensão do ser humano enquanto corpo em movimento, conquistando e descobrindo a corporeidade e a inclusão; - Valorizar e revelar a importância da atuação interdisciplinar para a compreensão e transformação de um determinado conjunto de relações culturais e sociais que permeiam a existência da pessoa com deficiência visual, vislumbrando a emancipação desses sujeitos. - Promover a discussão sobre os preconceitos e valores sobre a questão das deficiências, estimulando as capacidades preservadas e a reflexão crítica sobre a diversidade humana.

3. Desenvolvimento

O Projeto surgiu a partir de uma parceria com a ONG AVISTAR. A proposta deste trabalho está diretamente ligada ao projeto de política de extensão da UNIMEP e aos projetos Pedagógicos dos cursos de Educação Física e Filosofia desta universidade, pelas suas características de intervenção crítica e reflexiva associada ao ensino e a pesquisa. O tempo de desenvolvimento para o trabalho foi de 12 meses – agosto/2006 a julho/2007. O trabalho foi desenvolvido com 7 pessoas com deficiência visual adquirida, com idade entre 24 a 68 anos, de ambos os sexos, freqüentadores da AVISTAR. Este número de pessoas refere-se ao número total de alunos adeptos a este programa. A metodologia utilizada foi: - Pesquisa bibliográfica e estudos de intervenção e investigação/ação, durante todo o processo do trabalho, seguindo as normas de execução de um trabalho científico. - Implantação e avaliação de propostas de atividades motoras e exercícios físicos. - Sessões de intervenção: aconteceram duas vezes por semana, duas horas por encontro, realizados em academia da cidade de Piracicaba, compreendendo a seguinte estrutura: · Aula de musculação, durante a primeira hora, enfatizando o trabalho de aprimoramento das capacidades físicas e, · Aula de atividades motoras na hora seguinte, em que as habilidades motoras básicas foram o alvo das propostas. - Coleta dos dados: foram realizados dois testes de avaliação física, no início e final do projeto para constatar as mudanças ocorridas com os praticantes. Foi usado um determinado tipo de protocolo que está estruturado e discutido em outro estudo, por outro bolsista o qual é responsável por essa parte do projeto. No final do projeto foi realizada uma entrevista aberta, com uma questão geradora: Pensando em você, o que as atividades praticadas no projeto significaram pra você? Esta será analisada seguindo a Análise de Conteúdo: técnica de elaboração e análise de unidades de significados (MOREIRA, SIMÕES e PORTO, 2005). Antes de iniciar a aula eram aferidas a freqüência e a pressão dos alunos, caso houvesse alguma irregularidade, o aluno não faria aula naquele dia. Após feita uma rápida anamnese, eles seguiam para o alongamento, enfatizando membros superiores e inferiores. Em seguida realizavam um aquecimento na esteira para iniciar os exercícios de musculação. Terminada a fase seguíamos para o tatame onde eram realizadas atividades motoras diversas que focavam as habilidades motoras básicas, as capacidades físicas, o ritmo, entre outros aspectos do movimento. As atividades eram feitas individualmente e em grupo, foram utilizadas diversos procedimentos pedagógicos para o desenvolvimento das propostas trabalhadas, a cooperação foi enfatizada em quase todos os encontros, os materiais utilizados foram bolas, arcos, cordas, cones, jornais, tiras de tecidos, e outros. Todo final das aulas conversávamos com os alunos a respeito das propostas apresentadas, para que junto com eles avaliássemos as aulas para darmos prosseguimento aos conteúdos e procedimentos a serem utilizados a posteriori.

4. Resultados

Quando iniciamos o projeto percebemos uma grande dependência dos alunos, eles estavam habituados a receberem ajuda o tempo todo, a questão da locomoção e da orientação não era muito explorada por eles influenciando e limitando sua independência e autonomia. Portanto, o papel da educação física neste sentido foi muito válido, o desenvolvimento das atividades motoras engloba uma gama de possibilidades que envolvem ritmo, coordenação, equilíbrio, memória, habilidades motoras, agilidade, velocidade, atenção, entre outros aspectos que influenciam diretamente no desenvolvimento dessas pessoas. Todos esses fatores são de extrema importância para que o indivíduo tenha consciência do corpo em movimento e possa dessa maneira interagir com o mundo em que vive. A educação física pode contribuir e promover inúmeras possibilidades na vida do deficiente visual. Melo (2004) aponta que “o ensino da educação física com deficientes visuais deve ser plural e conduzir o aluno a um universo em que as relações corporais sejam bem estabelecidas e as descobertas motoras sejam fomentadas.” Ao vivenciar experiências através das atividades físicas, o movimento é enfatizado, porém além do ato motor, o movimento abrange a dimensão social, afetiva, cognitiva, possibilitando ao ser humano mais autonomia, independência, segurança e confiança em si mesmo. Foi importante identificar as necessidades e capacidades de cada aluno ao iniciar o programa de exercícios físicos, para adequarmos os objetivos do trabalho com a realidade da população atendida e com as propostas elaboradas e desenvolvidas. As propostas proporcionaram aos alunos com deficiências visuais possibilidades de desafios e autonomia, as propostas respeitaram sempre suas limitações e enfatizaram as capacidades e potencialidades de cada aluno individual e coletivamente. Esses procedimentos são observados nas palavras de Castro (2005) que acredita que um programa de educação física adaptada ao cego deva possibilitar a identificação das necessidades e capacidades dos alunos, assim como proporcionar o incentivo e permitir a participação de todos, promovendo dessa forma desafios e autonomia. O respeito deve ser mantido diante das limitações, enfatizando sempre o potencial do aluno. Adequando os materiais e observando o desempenho no processo. O projeto proporcionou um maior entrosamento e uma melhor convivência entre os próprios deficientes visuais, isso possibilitou a ampliação de suas relações sociais. Além de um maior contato com pessoas videntes que trabalharam no projeto. O convívio e a confiança obtida possibilitaram mais liberdade e créditos para trabalhar com os alunos, eles adquiriram maior interesse e respeito para com o trabalho proposto, acreditando nele e se interessando cada vez mais. Perceberam que o trabalho possibilitava melhoras e que isso contribuía para vários aspectos da sua vida, dessa forma adquiriram gosto pela prática da atividade física. Estas eram realizadas com prazer e satisfação, tornando-se visível a evolução e o progresso de todos. O dia-a-dia dos alunos, e o contato constante entre eles possibilitaram a construção de um círculo social, que ia além das aulas realizadas, as relações também passaram a ser mantidas fora do ambiente de aula. A relação entre os alunos e os estagiários do projeto melhorou a cada dia, esse convívio deu espaço a uma relação que ia além do vínculo profissional. As dúvidas, as descobertas, as tristezas e as alegrias, eram compartilhadas, essa convivência com algo novo ofereceu um maior entendimento sobre pessoas com deficiência, assim como o modo de vê-las e de julgá-las. Essas pessoas tão sensíveis nos ensinaram muitas coisas como o respeito e a aceitação para com o diferente são algumas delas. Marques (1997) diz que a dificuldade de aceitar a diferença surge do confronto do indivíduo normal com a deficiência alheia. Na realidade, o que o homem vê e receia é a sua própria fragilidade perante a vida. As dúvidas surgidas do confronto do que ele é e com o que ele pode vir a ser provoca no ser humano toda relutância em relação a diferença. Portanto, percebemos a importância de não limitar as oportunidades dessas pessoas, deixando que elas vivam e mostrem que são pessoas como todas as outras, capazes de realizar transformações. Além delas terem vivenciado todas essas atividades e relações sociais, descobriram também a prática da musculação, vivenciaram seus benefícios físicos e mentais diariamente. Passaram desta forma a se aceitar melhor como pessoas com deficiência visual devido às descobertas corporais de auto-superação que realizaram.

5. Considerações Finais

A proposta do projeto vem mostrar a importância de enfatizar a autonomia dessas pessoas, assim como propiciar oportunidades para que elas se tornem cidadãos mais ativos e participativos na sociedade. A relação vivida nas aulas, no dia a dia era muito intensa, passávamos duas horas com o grupo de alunos,

tínhamos contato direto com essa população, presenciávamos e participávamos de conversas que mostravam a realidade de cada um, e o modo de viver com a deficiência. Ao conviver com essas pessoas tão sensíveis, pudemos perceber a maneira como elas percebem o mundo, esta percepção vai além do olhar com os olhos, eles enxergam com o corpo inteiro e com a alma. Eles são capazes de ver coisas que nós não conseguimos ver nesse mundo totalmente visual em que vivemos, elas não vêem com os olhos mas “vêem” com todos os outros sentidos. Ao iniciarmos o trabalho não imaginávamos o quanto eles eram capazes de fazer, no decorrer do projeto esse conceito estabelecido mudou, percebemos então que a capacidade de superação delas só depende do incentivo e das oportunidades promovidas. Através da vivência, da observação, da boa vontade, do interesse e do desejo em fazer algo melhor, podemos contribuir para que esta parcela da população tenha condições de se desenvolver plenamente em todos os aspectos da vida. Certamente, esta vivência servirá como experiência em futuras atuações profissionais, já que ela promoveu descobertas e aprendizagens do novo e do diferente que é trabalhar com esse grupo de pessoas. Portanto, nesse trabalho houve um processo de troca, ensinamos e aprendemos uns com os outros.

Referências Bibliográficas

CASTRO, E.M.; **Atividade física Adaptada**. São Paulo: Editora Tecmed, 2005.

MARQUES, C.A. Integração: Uma via de mão dupla na cultura e na sociedade. In: MANTOAN, M.T.E; e colaboradores; A Integração de pessoas com deficiência: **Contribuições para uma reflexão sobre o tema**. São Paulo: Ed Senac, 1997. Cap 3, p. 18-21.

MELO, J.P.; O ensino da educação física para deficientes visuais. **Revista Brasileira de Ciências e Esporte**. Campinas, v. 25, n. 3, p. 117-131, maio 2004.

RODRIGUES, D. **Atividade Motora Adaptada: a alegria do corpo**. São Paulo: Artes Médicas, 2006.

SANTOS, A. O cego, o espaço, o corpo e o movimento: uma questão de orientação e mobilidade. **Revista Benjamin Constant** . Rio de Janeiro, Ano 5, n.11, p.9-11, março.1998.