

# OMNIA

SAÚDE

Faculdades Adamantinenses Integradas (FAI)  
[www.fai.com.br](http://www.fai.com.br)

BOAVENTURA, Roberta da Silva; CASTELLI, Michele de Souza; BARATA, Tatiana Cristina Rodrigues. Os benefícios da atividade física para a pessoa com deficiência. *Omnia Saúde*, v.6, n.1, p.51-61, 2009.

## **OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A PESSOA COM DEFICIÊNCIA**

### *THE BENEFITS OF PHYSICAL ACTIVITY FOR PEOPLE WITH DISABILITIES*

**Roberta da Silva Boaventura**  
Mestre em Educação (UNOESTE)

**Michele de Souza Castelli**  
Educadora Física (ESEFAP)

**Tatiana Cristina Rodrigues Barata**  
Educadora Física (ESEFAP)

#### **RESUMO**

O presente artigo foi desenvolvido a partir de pesquisa bibliográfica. Através de todos os elementos que envolvem a atividade física. A inclusão é para todos independente de raça ou cultura, todos tem o seu próprio talento, havendo salas de aula que sejam satisfatórias a todos. A inclusão envolve a participação nos seguimentos e eventos sociais, promovendo uma melhor qualidade de vida. Esta inclusão se refere ao processo de educar ensinar junto com crianças com ou sem necessidades especiais, durante a sua permanência na vida escolar. Esta inclusão se refere ao processo de educar ensinar junto com crianças com ou sem necessidades especiais, durante a sua permanência na vida escolar. Ressalta também as breves considerações históricas da pessoa com deficiência relatam o conceito da pessoa com deficiência, baseando em alguns momentos históricos. A educação física vem contribuir na educação através de suas práticas pedagógicas, ou seja, o corpo em movimento. A atividade física proporciona a pessoa com deficiência, efeitos positivos, tanto no bem físico como no mental, a prática da atividade física, aumentam a motivação e a integração dessas pessoas com deficiência a estar preocupadas com sua saúde e que proporcionando hábitos saudáveis. O objetivo deste trabalho foi levar a pessoa com deficiência a entender a importância do profissional da educação física e sua disciplina, assim como seus benefícios e a oportunidade de inclusão social que ela proporciona. Considera-se, portanto que a Educação física é importante para a pessoa com Deficiência, que os benefícios da atividade física vem contribuir para uma melhor qualidade de vida, fazendo com que haja a inclusão seja ela escolar e social.

**Palavras-chaves:** Benefício. Inclusão. Educação Física.

## ABSTRACT

This article was developed from literature. Through all the elements that involve physical activity. Inclusion is for all regardless of race or culture, everyone has their own talent, with classrooms that are satisfactory to all. Inclusion involves participation in the follow-ups and social events, promoting a better quality of life. This inclusion refers to the process of education to teach children with or without special needs during their stay in school life. This inclusion refers to the process of education to teach children with or without special needs during their stay in school life. Also emphasizes the brief historical accounts of people with disabilities report the concept of the disabled person, based on some historical moments. Physical education contributes in education through their teaching, i.e. the body in motion physical activity provides the person with disabilities, positive effects, both for good physical and the mental, the physical activity, increase motivation and integration of disabled people to be concerned about their health and providing healthy habits. The objective of this work was to carry the disabled person to understand the importance of the professional physical education and discipline, as well as its benefits for social inclusion and opportunity it provides. It is considered therefore that physical education is important for people with disabilities, the benefits of physical activity contribute to a better quality of life, causing here to be there including academic and social.

**Keyword:** Benefit; Inclusion; Physical Education.

## INTRODUÇÃO

O presente trabalho retrata os benefícios da atividade física para a pessoa com Deficiência. A educação física vem contribuir na educação através de suas práticas pedagógicas, ou seja, o corpo em movimento. O profissional de educação física vem interferir como um meio de aprendizagem, estimulando a prática de atividade física, trazendo benefícios para pessoas com deficiência.

Justifica-se que é possível que pessoas com deficiência participem das aulas de educação física, ressaltando sua importância e seus benefícios, principalmente com relação à construção de seu esquema corporal, organização espaço-temporal e conhecimento de seu corpo. Além disso, reforça a relevância da inclusão e do grande ganho que crianças especiais e as ditas Normais têm na convivência diária e na troca de experiências. Possibilitando que a pessoa com deficiência tenha a autoconfiança, a auto-iniciativa e a auto-estima, além de atuar como elemento facilitador de um desenvolvimento motor adequado e propiciador de situações de interação social.

## OBJETIVO

Tem-se por objetivo possibilitar a permanência e o acesso das pessoas com deficiência na atividade física escolar, levar a pessoa com deficiência a entender a importância do profissional da educação física e sua disciplina, assim como seus benefícios e a oportunidade de inclusão social e escolar que ela proporciona. Conhecer como a disciplina de Educação Física pode contribuir para a inclusão do aluno com deficiência na escola. A intervenção profissional da educação física com pessoas com Deficiência possui elevado grau de complexidade.

## **METODOLOGIA**

A metodologia utilizada para o desenvolvimento do trabalho se faz por meio de revisão bibliográfica, baseados em livros, internet e artigos científicos. O trabalho será dividido em duas partes, sendo tratada a importância da inclusão, dando ênfase à inclusão social e escolar. Através da inclusão, as pessoas com deficiência experimentam um uso do corpo e uma imaginação que transforma e estimula a sociedade a desenvolver a coragem e a confiança de ajudar e descobrir seus valores. Na segunda parte será abordada a educação física, em especial, o papel do profissional de educação física nesse processo de inclusão.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A Inclusão envolve a participação nos seguimentos e eventos sociais, promovendo uma melhor qualidade de vida.

“Esta Estrutura de Ação foi aprovada por aclamação após discussão e emenda na sessão Plenária da Conferência de 10 de junho de 1994. Ela tem o objetivo de guiar os Estados Membros e organizações governamentais e não-governamentais na implementação da Declaração de Salamanca sobre Princípios, Política e Prática em Educação Especial. Procedimentos-Padrões das Nações Unidas para a Equalização de Oportunidades para Pessoas Portadoras de Deficiências, A/RES/48/96, Resolução das Nações Unidas adotada em Assembléia Geral” (SALAMANCA, 1994, p.17).

Segundo a Declaração de Salamanca (1994) realiza-se o compromisso de oferecer educação para todos, pois antes da Declaração só havia preconceito entre as pessoas e esta declaração veio para amparar pessoas com necessidades especiais, trazendo os seus direitos como cidadão.

Todas as pessoas com necessidades tem o direito a educação fundamental, e deve ser dada a ela a oportunidade de desenvolver o máximo de aprendizagem e orientação a essas crianças, não havendo discriminação e sim acolhendo, para contribuição e uma sociedade de inclusão para todos. A inclusão é para todos independente de raça ou cultura, todos tem o seu próprio talento, havendo salas de aula que sejam satisfatórias a todos. A inclusão

envolve a participação nos seguimentos e eventos sociais, promovendo uma melhor qualidade de vida.

Segundo Pires (2008) a educação para todos reflete uma luta maior, tendo parte para o processo de luta pela igualdade valores e direitos, devendo ser assimilada pela sociedade promovendo a inclusão deficiente. Mesmo com um pouco de atraso as pessoas com necessidade especiais, vem ganhando o seu espaço na sociedade, garantindo a sua igualdade.

Dentro dessa “sociedade para todos” estão os direitos básicos de todo o ser humano que é chamado entre tanto “qualidade de vida”, essa qualidade de vida esta relacionada à felicidade, quando conseguimos realizar todos os nossos objetivos, seja uma pessoa com necessidade especiais ou não, buscando sempre a felicidade. A igualdade esta relacionada a corrida da vida onde ninguém poderia sair na frente de ninguém e sim todos saírem juntos ao mesmo tempo, buscando essa inclusão.

De acordo com Pires (2008) a ética da inclusão deve favorecer atitudes os indivíduos com necessidades especiais, sem esconder suas competências e nem renunciar a expectativas da felicidade, por isso no ponto da vida ética, nós somos o que fazemos e fazemos o que somos fazendo a nossa marca para uma sociedade mais justa. Ainda de acordo com o autor todas as pessoas tem os mesmos direitos de ir e vir, tendo acesso a educação, saúde e entre outros, sendo assim essa atitude é denominada emulação. Só construir um espaço não basta, também é preciso haver vontade de se construir uma educação forte e comprometida com um a mudança real para toda a sociedade.

Segundo a Declaração de Salamanca (1994) só se torna realidade a adoção desta nova ética, quando as escolas estiverem aptas a atender toda a demanda de alunos especiais e oferecerem muita educação de qualidade, tornando um espaço de inclusão de todos, acolhendo e sem nem um tipo de discriminação. Esta postura ética precisa de projetos pedagógicos que buscam mudanças na organização pedagógica, trazendo esforço conjunto com toda comunidade, professores, alunos, funcionários, pais, familiares, tornando uma equipe de transformação e da oportunidade.

Segundo Pires, (2008), temos cerca de 25 milhões de brasileiros com necessidades especiais, sendo ela: física, mental, auditiva, visual, múltipla, em consequência disso, na maioria das vezes não há suporte adequado e espaço social para este individuo:

“A grande dificuldade da inclusão está no fato de que nossa sociedade, em seus sistemas sociais, não se organiza para incluir, dificultando desta forma, que as pessoas deficientes possam assumir seus papéis na sociedade” (PIRES, 2008, p. 48).

Segundo Pires (2008) a nossa sociedade ainda precisa de uma nova ética para atender as necessidades de todos e para todos os seus membros, e só inserindo esta nova ética será capaz de refletir em uma autêntica sociedade para todos. A inclusão é, portanto, algo que não se fala, mas sim algo que se vive, através da participação de todos, não sendo um

mérito de um, mas sim de todos que um dia fizeram algo, para que tudo fosse mais além do que já estava nesse processo de transformação da sociedade brasileira.

Segundo Pires (2008), o sentimento de tristeza e a inveja está associado a felicidade dos outros, o sentimento de alegria transmite a inveja para os outros, com isso cada um constrói o seu próprio sentimento transformando em valores e transmitindo em atos. A igualdade de valores entre os seres humanos, e respeito às diferenças seria muito positiva se, na vida real que vivemos hoje, a desigualdade não fosse tão premeditada e praticada para ofender algum, só teria a igualdade de valores para a ética.

Para Oliveira (2008), o processo de inclusão ocorre através de saberes, imaginários e representações e práticas para que o educador possa fazer uma auto-análise do cotidiano escolar e assim construindo esses saberes através do cotidiano. O processo de inclusão escolar da pessoa com necessidades especiais deve ser oferecida com uma prática pedagógica que traz a oportunidade de desenvolvimento cognitivo, para que ela possa raciocinar, criar; a escola inclusiva precisa do máximo de interação verbal, lúdica, motivação a participação na ação, criando situações em que o aluno possa expor seu esforço, sentir prazer na compreensão e na descoberta da convivência:

“O amanhã da inclusão é o amanhã da democracia, da convivência nas deferências, e da interação. Mas, para, é necessário fazer a transição da época das separações, da incomunicabilidade, para uma época de interações intensas e de intercomunicação” (PIRES, 2008, p. 51).

Para Pires, (2008), para que todo isso de certo é preciso vivemos, com intensidade a atitude ética do educador, sendo três virtudes: primeiro crer que vai dar certo, segundo desejar, terceiro construir, com isso a inclusão esta a um passo para a sua formação: “quando os potenciais dessas pessoas forem conhecidos e quando as pessoas não se acharem melhores do que as outras, então assim, podemos dizer que a exclusão estará por um fio” (SILVA, 2001, p.14).

Podemos dizer que a escola que inclui a todos, que não existe preconceito, que reconhece a diferença, que atenda toda a demanda que a sociedade, tem um processo educacional de outro mundo.

### **Inclusão Social e Escolar**

A inclusão de aluno com necessidades especiais nas escolas, tem acontecido com alguns conflitos e dificuldade. Esta dificuldade tem relação com a superação de determinados saberes, consolidado entre as atores educacionais e sociais, tendo uma visão em práticas de discriminação e de exclusão. Esta inclusão se refere ao processo de educar ensinar junto com crianças com ou sem necessidades especiais, durante a sua permanência na vida escolar.

A educação de inclusão também pode ser definida como uma educação apropriada e de alta qualidade para esses alunos com necessidades especiais. As pessoas com deficiências, tendem a ser mais sedentárias, porque o apoio social da sua família e dos amigos é considerado fundamental para que elas adotem um estilo de vida mais ativo.

Refere a Declaração de Salamanca (1994) que toda criança deve estar matriculada em escola regular, independente da suas condições sociais física ou linguagem. Para Pires (2008) a inclusão escolar do aluno com necessidades especiais também é um problema educacional no geral, sendo excluídas a educação escolar de criança de rua, dos jovens e adultos analfabetos, em todos esses grupos sociais, que se diferenciam, são classificados e sofrem de exclusão antes mesmo do processo escolar.

Para Soler (2005) o maior objetivo deve ser o desenvolvimento a partir de participação, cooperação, solidariedade, dentro disso por meio de atividades proposta, estar ampliando e diversificando a atividade motora desses alunos sem tirar o estímulo de aprender a conhecer, aprender a fazer, aprender a ser e aprender a viver junto.

Ainda encontramos a individualidade desses indivíduos, que não são respeitados e nem levados em conta pela sociedade, tendo em particular as pessoas com necessidades especiais. Já no processo cotidiano escolar está presente à diversidade e no respeito á diferença de todos que devem ter uma educação, com responsabilidade da escola, tendo toda uma adaptação e atendendo as necessidades de cada um.

O preconceito, o desrespeito contra a pessoa com necessidades especiais, vem batendo na porta, mas essa realidade esta mudando em termos de ética e sociedade. Para Pires (2008) o processo de desenvolvimento tem que ser igual para todos, mudando apenas o contexto os aspectos sociais da aprendizagem, buscando atender ao déficit intelectual de cada criança, trazendo para sala de aula uma sala homogênea em relação ao nível de inteligência.

No caso de alunos com necessidades especiais exige-se uma adaptação tanto do aluno quanto do professor. Este aluno sofre com a insegurança que altera os processos de aprendizagem, consequentemente atrapalha o rendimento do aluno:

“Crianças com necessidades especiais deveriam receber apoio instrucional adicional no contexto do currículo regular, e não de um currículo diferente. O princípio regulador deveria ser o de providenciar a mesma educação a todas as crianças, e também prover assistência adicional e apoio às crianças que assim o requeiram” (SALAMANCA, 1994, p.8).

No cotidiano da escola, também ocorre o preconceito de alguns indivíduos, produzindo pala dimensão social, não sendo herança genética e sim particular de cada individuo. Há professor que não aceita qualquer tipo de aluno em sua sala de aula afirmando não saber como lidar com a situação, tentando se livrar do aluno com necessidade especial, ocorrendo o afastamento desse aluno não somente pelo professor, mas também pelos colegas de sala e sabemos que não é isso que o professor deve fazer.

O professor tem que estar preparado fisicamente e mentalmente para lidar com esse aluno com necessidade especial, englobando na escola em seu cotidiano e na sociedade, buscando ser responsável ter paciência principalmente. Valorizando a vocação que escolheu e se dedicando no que faz:

“A escola, como espaço inclusivo, deve ter como desafio o êxito de todos os seus alunos sem exceção. Assim, ao construir seu projeto político-pedagógico, inspirado nos princípios da inclusão, devesse contemplar em sua renovação pedagógica o respeito a diferença” (PIRES, 2008, p.114).

Ainda segundo Pires, (2008), o cotidiano educacional tem que ser compartilhado, para que se construa uma história do indivíduo, no processo do cotidiano escolar, melhorando o investimento na capacidade de ação na educação, transformando benefícios, em interação com o outro, trazendo a acessibilidade nesse processo, buscando uma sociedade cada vez mais justa.

Os problemas sociais, não são impossíveis de serem solucionados, mas sabemos que para sonhar nada é impossível e são esses sonhos que nós fazemos acreditar que somos capazes de transformação em algo melhor para a sociedade.

### **Deficiências: Breves considerações**

As breves considerações históricas da pessoa com deficiência relatam a evolução do conceito. Baseado em Rosita (2007) a educação especial tem sido vista como uma educação voltada para a pessoa com deficiência, seja ela visual, mental, motora, auditiva e física. De acordo com Boaventura (2011) a expressão “pessoas com deficiência” é uma nomenclatura usada em momentos históricos.

“Nas cruzadas-século XI até o fim da Idade Média entre o século VIX - eram chamados “leprosos”, ou seja, os pobres, as prostitutas, as pessoas com deficiência. Essas pessoas eram afastadas da sociedade, pois representavam uma ameaça para a ordem pública. Tal afastamento se dava com a saída do deficiente da cidade ou da comunidade em que estivesse. Além disso, ainda nesse período aconteceram apedrejamentos, torturas e perseguições” (BOAVENTURA, 2007, p.138).

Antigamente a pessoa com deficiência era discriminada, poderia apresentar qualquer grau de deficiência sejam metais, deficiências físicas e sensoriais, era tratada com um mal para a sociedade, a convivência com essas pessoas que apresentavam a deficiência eram vistos como um perigo.

Do século XI até o século XVI, o preconceito existia de forma bruta, aconteciam casos de apedrejamentos, tortura e a exclusão social, eram afastados da cidade e deixavam a comunidade para viver excluído da sociedade. Segundo Carlo (2006) a exclusão era



direcionada para as prostitutas, loucos, vagabundos, pois eram vistos como incapazes de estar se relacionando com a sociedade, eram vistos como pessoas anormais.

As pessoas com deficiência eram levadas a asilos, eram abandonados, vistos como uma pessoa anormal devido ao fato de ter alguma deficiência; o objetivo era excluir essas pessoas da sociedade.

Após o fim da segunda guerra mundial, houve o surgimento da lei dos direitos humanos, com isso as pessoas com deficiência tiveram a valorização do direito de ser cidadão como qualquer outro. Segundo a Declaração de Salamanca (1994) o termo a pessoa com deficiência esta ligada a inclusão, ao direito de todos viverem numa sociedade.

Através destas breves considerações da historia que a pessoa com deficiência veio vivenciando no seu dia-a-dia, pode se constatar que houve uma trajetória para chegar ao caminho, onde a inclusão dessas pessoas é uma perspectiva maior de vida:

“O termo pessoa é característica do individuo dotado de personalidade. Às pessoas, como sujeitos de direitos, é que são reconhecidas as faculdades ou poderes de ação. Pessoa é ente a que se atribuem direitos e deveres. Todo ente humano é pessoa. Toda pessoa é capaz de direito e deveres na ordem civil” (BOAVENTURA, 2007, p.139).

A partir da década de 1990 até o século XXI houve eventos mundiais, através de uma organização de pessoas com deficiência para lutar pelos seus direitos e conscientizar as pessoas que são seres humanos e que devem zelar pelo mundo melhor, onde todos vivem com o respeito ao próximo.

Nos aspectos gerais sobre deficiência na contemporaneidade, observa-se cada vez mais estudos e métodos de trabalho que favorecessem oportunidade de estar incluso no âmbito escolar e na sociedade.

## **O Aluno com Deficiência na Escola Regular**

Para o ponto de partida a escola é a base educacional para o individuo sendo ele, a pessoa com deficiência, melhorando suas condições ou participações práticas esportivas e sociais:

“O Educador desta escola deve ser muito bem preparado para assumir tal tarefa, que não é das mais fáceis, portanto é necessária uma ampla capacitação desses profissionais” (SOLER, 2005, p.19).

A escola recebe todas as diferenças fazendo que haja inclusão social onde sabemos que é possível um atraso no desenvolvimento dessas crianças, mas hoje estamos um pouco mais preparado para prevenir a entender essas necessidades que são atribuídas nas escolas.

De acordo com Ribeiro (2001) as pessoas com deficiência perpassaram durante algum tempo vivenciando o desprezo, a exclusão e assim fica possível compreender algumas situações que geram conflitos.

Para Soler (2005) o papel fundamental no processo de aprendizagem pode modificar uma cultura por meio de suas atividades práticas ou teóricas. Recentemente a pessoa com deficiência vem ganhando espaço, fazendo com que a sociedade tenha uma nova visão, As escolas entram na perspectiva de inclusão, buscando reduzir o preconceito. Os alunos com deficiência, hoje não são vistos como pessoas que inspiram medos e constrangimentos, são respeitados e valorizados participando de sua vida cotidiana:

“Hoje o grande desafio é a elaboração de uma política educacional voltada para o estabelecimento de uma escola realmente inclusiva, acessível a todos, independentemente das diferenças que apresentam, dando-lhe as mesmas possibilidades de realização humana social” (SOLER, 2005, p.23).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo buscou analisar o acesso das pessoas com deficiência nas práticas de atividade física desenvolvidas na escola. Destacou-se que é possível que pessoas com deficiência participem das aulas de educação física, ressaltando sua importância e seus benefícios, principalmente com relação à construção de seu esquema corporal, organização espaço-temporal e conhecimento de seu corpo. Além disso, possibilita as trocas afetivas na convivência diária e na troca de experiências.

Dentro da disciplina de educação física, enfatiza-se a promoção da qualidade de vida das pessoas com deficiências, possibilitando o desenvolvimento da autoconfiança, da iniciativa e da auto-estima, além de atuar como elemento facilitador do desenvolvimento motor. Espera-se que este estudo possa contribuir com a formação profissional do educador físico, despertando a atenção para métodos de ensino que contribuam para a educação inclusiva nas escolas.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, D. O. *Sala de recursos multifuncionais: espaços para atendimento educacional especializado* Brasília: Ministério da Educação, 2006.

BOAVENTURA, R. S. Inclusão: entre avanços e impasses. *Estudos: Revista da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais aplicadas da Unimar*. São Paulo: Arte e Ciência, p.137-150 2007.

DECLARAÇÃO de Salamanca. *Sobre Princípios, Políticas e Práticas na Área das Necessidades Educativas Especiais*. Espanha: UNESCO, 1994. Disponível em: <[http://redeinclusao.web.ua.pt/files/fl\\_9.pdf](http://redeinclusao.web.ua.pt/files/fl_9.pdf)>. Acesso em 12/11/2010.

LIMA, T. M. S.; DUARTE, E. Educação Física e a Escola Inclusiva. In: *Temas em Educação Física Adaptada*. [S.L.]: SOBAMA, p.38-46, 2001. Disponível em: <<http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/sobama/sobamaorg/inicio.htm>> Acesso em 10/11/2010

MATTA, D. F. A Educação Física no Brasil: com uma visão transformadora na educação básica, transpirando menos e pensando mais. *Lato & Sensu*, v.2, n.3, p.30-33, 2001.

RIBEIRO, M. S. Inclusão e Esporte: Um Caminho a Percorrer. In: *Temas em Educação Física Adaptada*. [S.L.]: SOBAMA, p.33-37, 2001. Disponível em: <<http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/sobama/sobamaorg/inicio.htm>> Acesso em 10/11/2010

ROSADAS, S. C. *Atividade física adaptada e jogos esportivos para o deficiente: Eu posso. Vocês duvidam?* São Paulo: Atheneu, 1989.

ROSITA, E. C. *Removendo barreiras para a aprendizagem: educação inclusiva*. Porto Alegre: Mediação, 2000.

SABA, F. *Mexa-se: atividade física, saúde e bem estar*, São Paulo: Takano, 2003.

SILVA, da Teresa Maria, A Educação Física e os esportes adaptados na política de atendimento comunitário nas universidades. In: *Temas em Educação Física Adaptada*. [S.L.]: SOBAMA, p.14-19, 2001. Disponível em: <<http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/sobama/sobamaorg/inicio.htm>> Acesso em 10/11/2010

SOLER, R. *Educação Física Inclusiva: em busca de uma escola plural*. Rio de Janeiro: Sprint, 2005.