

**unesp**



UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA  
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"



Faculdade de Ciências



**SÚSEL FERNANDA LOPES**

**"DANÇANDO NO ESCURO": UM MÉTODO DE ENSINO DAS ATIVIDADES  
RÍTMICAS E EXPRESSIVAS PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL**

**BAURU  
2017**

**Súsel Fernanda Lopes**

**“Dançando no Escuro”: Um método de ensino das atividades rítmicas e expressivas para pessoas com deficiência visual**

**Orientador: Prof. Dr. Rubens Venditti Júnior**

**Coorientadora: Profa. Dra. Andresa de Souza Ugaya**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Educação Física da Faculdade de Ciências da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” - Câmpus de Bauru, para obtenção do grau de Bacharel em Educação Física.

**Bauru  
2017**



UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA  
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"



---

Súsel Fernanda Lopes (orientanda)

---

Prof. Dr. Rubens Venditti Júnior (orientador)

---

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Andresa de Souza Ugaya (coorientadora)

---

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Marli Nabeiro (parecerista)

---

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Denise Aparecida Corrêa (parecerista)

Dedico este trabalho a todos participantes do projeto “Dançando no Escuro”: Alessandra, Bruno, Cleusa, Cristiano, Dayane, Inah, Lindomar, Maria Beatriz, Marielle, Meriellen, Nilsa, Silvia, Simone, Valdir, Valmir e Valmiro, Vocês são incríveis!

## AGRADECIMENTOS

Saravá todos os Guias e Orixás!

Agradeço imensamente a minha mãe e irmã (família Lopes), aos meus queridos orientadores (Andresa e Rubens), aos usuários e funcionários do “Lar Escola Luzia para Cegos” e as monitoras (Suelen e Laura), por todo o apoio e confiança em mim depositados. A participação de vocês foi de suma importância para concretizar meus sonhos e atingir meus objetivos.

Aos queridos, Prof. Milton (Laboratório Didático de Atividades Aquáticas - FC), Prof. Laranjeira (Laboratório Ateliê de Modelagem em Argila - FAAC) e ao amigo rotariano Benedito Luiz da Silva, por proporcionarem suporte para que as aulas fossem realizadas como planejado.

Aos parceiros:

Rotary Clube de Bauru;

Departamento de Educação Física (DEF) – UNESP Bauru;

Secretaria Municipal de Cultura – Bauru, SP;

Expresso Jade – Transportes;

Cláudio Júnior – Fotografia;

Laboratório de Atividade Motora Adaptada, Pedagogia e Psicologia do Esporte (LAMAPPE) UNESP Bauru;

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigada!

Axé!



*“A vida é uma peça de teatro que não permite ensaios. Por isso, cante, chore, dance, ria e viva intensamente, antes que a cortina se feche e a peça termine sem aplausos.”*

Charles Spencer Chaplin

## RESUMO

A educação física é a área responsável pelo conhecimento das manifestações da cultura corporal (esportes, danças, ginásticas, jogos, lutas, entre outras). Dentre elas, as atividades rítmicas e expressivas, que oferecem uma possibilidade bastante ampla de trabalho da educação física adaptada. Devido ao refinamento dos movimentos corporais, da melhora da noção de localização espacial e da interação social, que são comprovadamente proporcionadas pelas atividades rítmicas e expressivas inclusivas. Foi observada por interesse particular, uma boa oportunidade para o desenvolvimento de uma pesquisa voltada para o público deficiente visual. Com o objetivo de estimular ganhos emocionais, mentais e físicos, proporcionando estímulos que melhorem a autoconfiança, a satisfação, o ritmo, e o deslocamento, usando jogos e brincadeiras da cultura corporal. Para nortear esta pesquisa, foi elaborada uma metodologia de ensino evolutiva. Idealizada a partir de movimentos gímnicos, fundamentos da dança contemporânea, musicoterapia, arterapia e de relatos de situações vividas por pessoas com deficiência visual. Participaram da pesquisa os usuários do “Lar Escola Santa Luzia para Cegos”, sendo 17 pessoas com deficiência visual (baixa visão/cegos), ambos os sexos, adultos e idosos (20-96 anos), sedentários, com interesse em atividade física. Trazendo uma proposta de atividades com exercícios rítmico-sensoriais, para melhorar/ampliar as habilidades motoras, com práticas corporais orientadas por audiodescrição e outros estímulos sensoriais perceptivos. Houve a necessidade da criação de tecnologias assistivas para colaborar na execução das atividades gímnicas/jogos e no deslocamento no palco. Sendo desenvolvida como finalização do processo de aulas, uma composição coreográfica, concebida em grupo, que foi apresentada, com sucesso, no Teatro Municipal “Celina Lourdes Alves Neves e no “I Festival Interno de Atividades Expressivas Inclusivas” (UNESP, campus Bauru). Foram relatadas e observadas melhorias no âmbito social, automotivacional, na mobilidade e expressão corporal. Concluímos então, que os objetivos da presente pesquisa foram alcançados.

**Palavras-chave:** Atividade Motora Adaptada, Deficiência Visual, Dança, Tecnologias Assistivas.

## **ABSTRACT**

Physical education is the responsible area of knowledge of the manifestations of body culture (sports, dances, gymnastics, plays, wrestles, among others). Among them, the rhythmic and expressive movement activities, which offer a very broad possibility of work of adapted physical education. Due to the refinement of body movements, the improvement of the notion of spatial localization and social interaction, which are proven to be provided by inclusive rhythmic and expressive movement activities. It was observed by private interest, a good opportunity for the development of a research aimed at the visually impaired public. With the aim of stimulating emotional, mental and physical gains, providing stimuli that improves self-confidence, satisfaction, rhythm, and displacement, using plays and body culture games. To guide this research, an evolutionary teaching methodology was developed. Idealized from gymnastic movements, fundamentals of contemporary dance, music therapy, art therapy and reports of situations experienced by people with visual impairment. The participants of the research were users from the "Lar Escola Santa Luzia para Cegos", 13 people with visual impairment (low vision/blind), both sexes, adults and elderly (20-96 years), sedentary, and interested in physical activity. Bringing a proposal of activities with rhythmic-sensorial exercises, to improve/extend motor skills, with audio descriptive-oriented body practices and other perceptual sensory stimuli. There was a need for the creation of assistive technologies to collaborate in the execution of the gymnastic activities/plays and the displacement on the stage. Being developed as a finalization of the class process, a choreographic composition, conceived in a group, was successfully shown, in the Municipal Theater "Celina Lourdes Alves Neves" and at the "I Internal Festival of Inclusive Expressive Activities" (UNESP, Campus Bauru). Improvements have been reported and observed at the social, self-motivation, mobility and body expression domains. We conclude that the objectives of this research were achieved.

**Key-words:** Adapted Physical Activity, Visual Impairment, Dance, Assistive Technologies.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

<b>Figura 01</b> – Foto do primeiro embarque na entrada do “Lar Escola Santa Luzia para Cegos” .....	22
<b>Figura 02</b> – Desembarque dos participantes no DEF, guiando-se em grupos até a Sala de Dança .....	23
<b>Figura 03</b> – Proposta de processo evolutivo de aprendizagem das atividades rítmicas e expressivas para pessoas com deficiência visual .....	25
<b>Figura 04</b> – Participantes e monitoras do projeto “Dançando no Escuro” na sala de dança .....	28
<b>Figura 05</b> – Vivências de aulas no âmbito do trabalho corporal voltado para a estabilização muscular .....	31
<b>Figura 06</b> – A exploração das possibilidades corporais, fazendo uso dos espaços de forma plena .....	33
<b>Figura 07</b> – Vivências diversas com o uso da sonoridade e da percussão corporal como orientação de ritmo e localização espacial .....	37
<b>Figura 08</b> – Uso de instrumentos musicais em aula e na composição coreográfica .....	38
<b>Figura 09</b> – Vivências expressivas .....	40
<b>Figura 10</b> – Uma das composições coreográficas desenvolvidas em aula .....	43
<b>Figura 11</b> – “Dançando no Escuro: O espetáculo” .....	46
<b>Figura 12</b> – Lenço de medalhas, usado tradicionalmente na dança do ventre .....	48
<b>Figura 13</b> – Piso guia de palco, feito de feijões velhos e fita adesiva (DETALHE: imagem em <i>close</i> do piso) .....	49
<b>Figura 14</b> – Reportagens veiculadas na televisão .....	51

## LISTA DE TABELAS

**Tabela 01** – Descrição dos 26 encontros relatados neste trabalho ..... 29

**Tabela 02** – Listagem de reportagens realizadas no período da pesquisa ..... 52

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AVDs – Atividades de Vida Diária

CBAMAS – Congresso Brasileiro de Atividade Motora Adaptada

CNPq – Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico

DV – Deficiente Visual

“Dançando” – projeto de extensão “Dançando no Escuro”

EFA – Educação Física Adaptada

FC – Faculdade de Ciências

FAAC – Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação

GPT – Ginástica Para Todos

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

“Lar Escola” – “Lar Escola Santa Luzia para Cegos”

PCD – Pessoa com Deficiência

QV – Qualidade de Vida

RJ – Rio de Janeiro

SIC – Segundo informações colhidas

SP – São Paulo

UNESP – Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO .....	13
1.1. Educação física e a inclusão da pessoa com deficiência visual .....	13
1.2. Atividades rítmicas e expressivas inclusivas .....	18
2. OBJETIVOS .....	21
3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS .....	22
3.1. Elucidando a pedagogia de aula .....	25
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	28
4.1. Estabilização muscular .....	30
4.1.1. Mobilização articular e fortalecimento .....	30
4.1.2. Flexibilidade .....	32
4.1.3. Equilíbrio .....	32
4.2. Exploração do corpo no espaço .....	33
4.2.1. Níveis .....	33
4.2.2. Direções .....	34
4.2.3. Tablado .....	35
4.3. Sonoridade e Percussão corporal .....	37
4.4. Processo expressivo .....	39
4.4.1. Roda de conversa .....	39
4.4.2. Musicoterapia .....	41
4.4.3. Arteterapia .....	41
4.4.4. Diferentes ambientes .....	41
4.5. Processo criativo .....	43

4.6. Dança .....	45
4.6.1. Estreia no Teatro Municipal “Celina Lourdes Alves Neves” .....	46
4.6.2. “I Festival Interno de Atividades Expressivas Inclusivas” .....	47
4.7. Desenvolvimento de tecnologias assistivas .....	48
4.7.1. Jogos sonoros de flexibilidade e localização .....	48
4.7.2. Piso guia de palco .....	48
4.8. Divulgação .....	50
4.8.1. Divulgação em eventos científicos e acadêmicos .....	50
4.8.2. Divulgação nas redes sociais .....	50
4.8.3. Divulgação na mídia .....	51
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	53
REFERÊNCIAS .....	55
APÊNDICE A – Cartaz de divulgação da apresentação realizada no Teatro Municipal de Bauru “Celina Lourdes Alves Neves” .....	57
APÊNDICE B – Cartaz de divulgação da apresentação realizada no Departamento de Educação Física da UNESP Bauru .....	58

## **1. INTRODUÇÃO**

### **1.1. Educação física e a inclusão da pessoa com deficiência visual**

A educação física prioriza uma educação corporal, consciente e global, trabalhando não apenas no âmbito pedagógico, mas também psicológico, pois entre outros fins, busca melhorar o comportamento motor e emocional. Durante a evolução do ser humano, um dos ganhos biológicos mais importantes é a capacidade de se locomover com agilidade e equilíbrio na postura ereta, em bipedia (GALLAHUE; OZMUN, 2003). Isso nos deu uma maior liberdade de movimento e segurança para explorar diversas habilidades em diferentes posturas e alturas. Ao longo do desenvolvimento das habilidades motoras e locomotoras fundamentais, refinamos o nosso equilíbrio através da exploração e conhecimento do corpo, e com o auxílio da visão e o reconhecimento do ambiente melhoramos a nossa localização no espaço.

A atividade física prazerosa leva a hipófise a liberar endorfina na corrente sanguínea e aos poucos a sensação de bem-estar se instala no indivíduo, ocorre durante toda a realização da atividade e permanece por vários minutos após o término da mesma. Isso acontece seja relaxando com uma brincadeira num momento de lazer ou causando alegria/euforia através de jogos e atividades lúdicas. Sendo a educação física uma área com inúmeras possibilidades de adaptação de esportes e atividades para um atendimento adequado do público com deficiência em geral.

Durante toda a graduação em educação física, seja no bacharelado ou na licenciatura, o discente é colocado em diversas situações onde é necessário introduzir alguém a uma atividade física específica. E é bastante comum o ensino/refinamento de uma habilidade motora e para isso é necessária, em muitas situações, a adaptação de explicações ou até da própria atividade para uma melhor compreensão do movimento necessário ou da finalidade do jogo. Como, por exemplo, o uso de brincadeiras e atividades lúdicas para explicar as regras de um esporte ou o uso/desenvolvimento de implementos facilitadores da ação, como usar uma colher de pau para substituir a maça nas aulas de iniciação a ginástica rítmica ou a ponteira da bocha adaptada. Essas adaptações/variações servem como auxílio tanto para indivíduos com deficiência, quanto para indivíduos sem deficiência, mas que não possuem tantas habilidades com a modalidade a ser realizada. Essa força de vontade de orientar o movimento corporal e ensinar a atividade/modalidade para o maior número de pessoas que for possível, fazem parte da raiz inclusiva que devemos desenvolver na educação física do século XXI. Tentando tornar os esportes e as

atividades físicas acessíveis para a população aceitando suas diferenças. Usando a inclusão como ferramenta de estímulo motivacional, tanto para o aluno quanto para o profissional da educação física, tentando proporcionar o maior número de benefícios ao indivíduo, sejam físicos, psicológicos e até, por que não, financeiros (por exemplo, patrocínio e salário no esporte de alto rendimento).

“...os homens são diferentes e é na diferença que ocorre a compreensão dos seus limites e possibilidades, é preciso redimensionar o tempo e o espaço do trabalho escolar, flexibilizar os conteúdos rompendo com a compartimentalização dos saberes, e ainda aprender a lidar com o uno e o diverso simultaneamente, que é, no nosso entendimento, o grande desafio para a educação/educação física neste século XXI” (COSTA; SOUSA, 2004, p. 39).

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) realizou no ano de 2013, em parceria com o Ministério da Saúde e outras instituições, a “Pesquisa Nacional de Saúde”, apresentando indicadores de saúde e mercado de trabalho da população brasileira (BRASIL, 2013). E uma das informações que se destacaram para esta pesquisa, foi a que aponta a deficiência visual como a que atinge a maior parte população brasileira (baixa visão/cegueira; congênita/adquirida) para pessoas com quatorze anos ou mais de idade. O indivíduo deficiente visual, muitas vezes, passa por um processo traumático, seja na situação de aquisição da deficiência, por meio de situações impactantes por ele vividas ou mesmo pelo desuso do corpo (falta de estímulos). Fatores que podem desestabilizar física e emocionalmente, podendo prejudicar o seu reconhecimento corporal, seu equilíbrio estático e dinâmico, em virtude de alterações em seu sistema sensorio-perceptivo, esquema corporal e imagem corporal. Isso afeta conseqüentemente sua marcha e atividades comuns do dia a dia. Análises realizadas por diversos profissionais da saúde comprovam o déficit pré existente e os benefícios adquiridos após a realização de protocolo de exercícios de estabilização voltados para a reabilitação motora (SÁ; BIM, 2012).

Diversos projetos foram criados para proporcionar a inclusão social dos deficientes visuais na sociedade e em seus espaços comuns, como a valorização da comunicação e da locomoção autônoma: com a inserção de informações em Braille em espaços públicos e a adição de pisos sensoriais para auxiliar na localização (VENDITTI, 2014). Quando não é oferecido um referencial espacial adequado, o deficiente visual se utiliza de outros artifícios, como a bengala. Mas não basta uma bengala, se não há estabilidade adequada na locomoção. Tampouco, de nada esta adianta, se o indivíduo, que utiliza e desfruta desse acessório inclusivo, não souber

as técnicas de orientação e maneiras de utilização do instrumento. Algumas danças ou práticas corporais rítmicas e expressivas que usam em sua maioria posturas eretas, como o Forró e a Dança de Salão são capazes de melhorar significativamente o equilíbrio de pessoas deficientes visuais, como é exemplificado na pesquisa de Silva, Ribeiro e Rabelo (2008):

“A dança estimula as pessoas mostrar suas capacidades e potencialidades, através da prática da mesma, os deficientes visuais podem apresentar uma melhora no domínio de suas capacidades físicas, cognitiva, intelectuais e emocionais, proporcionando sua auto-independência e domínio do próprio corpo” (SILVA; RIBEIRO; RABELO, 2008, p. 4).

Deste modo, analisamos na perspectiva das atividades rítmicas e expressivas, utilizando elementos da Dança Contemporânea, da Ginástica para Todos e dos Esportes Adaptados, trabalhando os diversos níveis e direções, pois estes podem oferecer uma possibilidade de prática corporal orientada aos indivíduos com deficiência visual, de maneira inclusiva e que respeite o paradigma da Diversidade Humana (GORGATTI; COSTA, 2008, cap. 1). Além dos ganhos com interação social, a proposta trouxe diversas possibilidades de melhoria na qualidade de vida e interação social destes indivíduos (VENDITTI, 2014).

Arqueólogos e historiadores apontam para a prática das atividades físicas/esportivas adaptadas para pessoas com deficiências, mesmo que reabilitativas, desde 2.500 a. C. na China. Antes da cunhagem da expressão educação física adaptada (EFA), em meados da década de 50, era chamada de *ginástica médica*, sendo uma modalidade médica de reabilitação por meio de movimentos corporais orientados por um clínico. Com o passar dos anos, a EFA foi sendo lapidada, deixando de lado o aspecto médico reabilitativo e assumindo o caráter esportivo/recreacional, e se tornando parte das práticas corporais da educação física em geral (COSTA; SOUSA, 2004). Nos dias atuais a EFA encontra-se em destaque mundial e em crescente evolução.

São diversas as modalidades esportivas adaptadas, seja de recreação ou de alto rendimento. As possibilidades de competições estão aumentando, de acordo com criação e evolução das instituições e federações esportivas, paralímpicas ou não. Aulas em grupo, como ocorre na maior parte das propostas de atividades físicas/esportivas, com a exposição e exploração das experiências vividas pelos participantes oferecem entrosamento e ganhos emocionais que não podem ser quantificados. Segundo o artigo de Moraes (2007), participantes deficientes visuais

(baixa visão e cegos), membros da Oficina de Expressão Corporal do Instituto Benjamin Constant no Rio de Janeiro (RJ), inseridos em uma proposta de atividades cênicas encontraram formas verbais de explicar como realizar movimentos iguais aos de uma bailarina, para que uma aluna deficiente visual congênita pudesse interpretar seu personagem de forma satisfatória.

São diversos os relatos de pessoas com deficiência visual em relação a falta de atendimento especializado, sendo muitas vezes necessárias viagens para as grandes capitais brasileiras, apenas para conseguir um diagnóstico preciso (informações coletadas por meio das conversas realizadas com os usuários do Lar Escola Sta. Luzia). Quando se trata de atividade esportiva, a reclamação é ainda maior, pela falta de espaços esportivos adaptados e profissionais capacitados. Muitos dos projetos de esporte/atividade física adaptada atuais estão relacionados a projetos de extensão das universidades brasileiras e pesquisas (informação coletada por pesquisa *online* e durante participação em congressos e eventos científicos). E muitas vezes essas atividades são divulgadas com maior ênfase em congressos e simpósios, esquecendo-se da divulgação para o grande público, para aumentar o número de frequentadores e estimular a criação de projetos similares. Nas pesquisas *online* foi observado baixo número de reportagens, sites e páginas nas redes sociais acerca dos projetos universitários. Sendo que durante a participação da autora em eventos científicos, e durante o voluntariado nos Jogos Parapanamericanos de Jovens 2017 em São Paulo, foram encontrados muitos projetos universitários, porém a maioria sem publicações e/ou divulgação em massa. Item observado não apenas no Brasil, pois a Associação Esportiva de Cegos do Quebec (CANADÁ, 2009), fez uma pesquisa sobre o desconhecimento da população sobre os projetos esportivos para deficientes visuais na cidade e dessa pesquisa nasceu um guia das possibilidades de atividades físicas e esportes voltados para o público deficiente visual e as informações de onde são realizadas essas atividades:

“...pesquisas revelaram falta de atividade física entre esses jovens, tanto na escola como em casa. [...] Os pais que completaram a pesquisa observaram que a falta de recursos e informações sobre esportes para jovens com deficiência visual constituíam uma grande barreira para a participação de seus filhos em vários esportes” (CANADÁ, 2009, p. 3).

Melhorar a autonomia de um deficiente visual é aumentar a população ativa, tanto no âmbito físico, onde o deficiente visual estará inserido nas atividades de vida diária (AVD's), quanto no âmbito profissional, pois esse indivíduo estará melhor

preparado para entrar no mercado de trabalho e autoconfiante que realizará o mesmo de forma satisfatória já que ele possui conhecimento e domínio acerca do seu corpo. No âmbito da deficiência visual (DV), as propostas de atividades necessitam de uma adaptação de certa forma simples, como adaptar a atividade ao tato ou a audição (MORAES, 2007).

A associação de deficiências físicas e/ou intelectuais à DV podem tornar essas adaptações um tanto quanto mais complicadas. A parte complicada, se é que pode ser chamada assim, é o trabalho do profissional da educação física em se dispor a estabelecer/desenvolver uma metodologia pedagógica do ensino da atividade proposta, sequenciando e explanando com qualidade verbal, acerca da biomecânica do movimento solicitado. E estando disposto a demonstrar repetidas vezes, caso necessário, com calma e atenção ao participante, até a total compreensão do movimento. Fazendo uso de auxiliares/guias para dar suporte, desenvolvendo implementos auxiliares (tecnologias assistivas) para sanar possíveis déficits. Mas sempre focando na execução de um movimento satisfatório ao indivíduo que o realiza, para lhe proporcionar bons momentos, e se possível, ganhos motores.

“Talvez o resultado mais importante do esporte de alto rendimento para o portador de deficiência seja a construção da percepção da identidade de atleta ao invés da identidade de “pessoa deficiente.” É importante ser visto não como uma pessoa portadora de deficiência, mas como um nadador, ou um corredor, por exemplo. Para alguns atletas, o esporte, embora exponha a diversidade das habilidades—comparativamente com os atletas não deficientes—, permite a consagração de um corpo habilidoso” (BRAZUNA; MAUERBERG-DECASTRO, 2001, p. 118).

O guia de atividades físicas para deficientes visuais da Associação Desportiva de Cegos de Quebec (CANADÁ, 2009), cita mais de quarenta modalidades esportivas possíveis voltadas para o público DV. Exemplificando locais onde elas podem ser realizadas na província canadense (clubes, grêmios e associações). Dentre as modalidades adaptadas citadas pelo guia, encontramos algumas já conhecidas, como golbol e o atletismo, sendo observadas também, modalidades muitas vezes desconhecidas para o público brasileiro como hockey, o esqui no gelo e o curling adaptados. As atividades rítmicas e expressivas se apresentam no guia, no âmbito da dança, sendo considerada como uma atividade sempre divertida, que pode ser inserida para públicos com diferentes níveis de dificuldade. Havendo uma valorização da modalidade pelos seus conhecidos ganhos motores, espaciais e rítmicos.

## **1.2. Atividades rítmicas e expressivas inclusivas**

As práticas corporais voltadas para as atividades rítmicas e expressivas permitem a inclusão da população com deficiência visual não apenas em situações de jogos, brincadeiras e danças (SILVA; RIBEIRO; RABELO, 2008). Essas atividades têm como fundamento básico, o deslocamento no espaço, fazendo uso concomitantemente das possibilidades de planos (alto, médio e baixo), direções (direita, esquerda, frente, atrás e diagonais), além de giros, rolamentos, saltos e outras habilidades motoras, consagradas pela literatura como fundamentais ao ser humano. Porém, quem não recebe esse tipo de estímulo pelos meios mais comuns, como por exemplo: a própria experimentação do corpo durante a infância, geralmente muito relacionada a observação e imitação das pessoas a sua volta (neurônio-espelho); e a exploração do ambiente que o cerca, atitude comumente evitada pela maior parte dos pais ou responsáveis, devido os “riscos” que uma casa despreparada pode representar para uma pessoa com deficiência visual e sem as orientações necessárias para uma boa deambulação e deslocamento pela casa, por exemplo. Ou no caso da pessoa que perde a visão e precisa reaprender a se movimentar no ambiente e se localizar no espaço sem esse sentido. A perda da visão implica na diminuição da mobilidade, como por exemplo, nas atividades de vida diária. E para qualquer indivíduo, se tornar independente é uma grande conquista, sendo que para isso a pessoa com deficiência (PCD) necessita de uma equipe interdisciplinar atuando para auxiliá-la. E no caso do profissional da educação física a parcela que cabe a ele, é auxiliar na educação e valorização corporal desse indivíduo (GORGATTI; COSTA, 2008, cap. 2)

As atividades rítmicas e expressivas não se limitam apenas ao aspecto da dança. Englobam jogos, brincadeiras e atividades lúdicas da cultura corporal, usando o ritmo, o tempo e o espaço para se expressar. Essa liberdade de movimento proporcionada pelas atividades rítmicas e expressivas, vão fluidificando o movimento, trabalhando a musculatura, proporcionando movimentos mais precisos, com a ajuda da variação de ritmos musicais, levando a dança pela simples expressão do movimento corporal, podendo ser aplicada em uma composição coreográfica. Com a melhora da função motora, a interação positiva com um grupo de pessoas, e as sensações que músicas variadas podem florescer na memória, formamos um conjunto de fatores bastantes positivos para se trabalhar com o público com deficiência. Proporcionando diversos benefícios no que se refere aos aspectos físicos,

emocionais, sociais e intelectuais em diversas áreas de trabalho (ALMEIDA et al., 2013):

“As atividades rítmicas utilizadas como intervenção em paciente atáxico podem influenciar positivamente o tratamento convencional. Uma vez que as atividades trabalhadas estejam voltadas a uma tarefa específica, o paciente pode desenvolver habilidades relacionadas à performance rítmica contribuindo indiretamente para o seu desempenho motor” (ALMEIDA et al., 2013, p. 78).

De acordo com o coreógrafo Rudolf Laban (1978), considerado o maior teórico de dança: “A qualidade da vida está diretamente relacionada à sofisticação do movimento”. Por intermédio de práticas sistematizadas, adaptadas, orientadas e dirigidas ao público selecionado de pessoas com deficiência visual, conseguimos proporcionar atividades integrativas rítmicas e expressivas; além de exercícios dinâmicos, para explorar movimentos diferentes dos que compõem os protocolos de reabilitação e avaliar a execução do movimento e desenvolvimento de habilidades motoras e sensoriais perceptivas dos participantes. São atividades que podem ser realizadas por todos que assim quiserem. Por meio das atividades rítmicas conseguimos abordar exercícios funcionais de forma lúdica e recreativa, removendo o véu de protocolo de reabilitação, muitas vezes frio e pré estabelecido, impedindo a participação do aluno na escolha das atividades, além de também oferecer possibilidades de contato social e interação (ALMEIDA et al., 2013).

“A dança, em seu papel educacional, visa além dos benefícios estéticos e artísticos, um amplo desenvolvimento físico, emocional e social. Através de um programa consciente e integrado, o professor consegue orientar as atividades para que esse fim seja atingido. Contudo, cada criança tem seu processo e sua individualidade que devem ser respeitados. Por isso a importância de se avaliar, nesta questão, quais as habilidades e as dificuldades que as crianças, nessa faixa etária, apresentam no início do curso” (SANTOS; LUCAREVSKI; SILVA, 2005, p. 8).

As atividades, jogos e brincadeiras propostas no projeto, foram pensadas para que todos participantes, independente de idade, tipo de deficiência visual (baixa visão/cego), com deficiência associada ou não, pudessem participar, mas em alguns casos não aconteceu como previsto. Ao perceber a resposta negativa, a proposta sofria uma alteração. A base da inclusão na educação física é adaptar, sem constranger ninguém, para que a atividade possa continuar com todos participando do exercício. E para momentos onde a atividade não fluía bem, já haviam sido previstas algumas variações possíveis, para assim conseguir compreender um maior número de participantes satisfeitos consigo e com a atividade realizada. Sendo que em muitas das vezes, como o próprio participante destacava a dificuldade por ele

encontrada, a proposta feita pela monitora responsável, era de que o mesmo propusesse uma variação adequada. Estimulando que o próprio indivíduo encontre as possíveis saídas para os problemas do dia a dia.

Atender o coletivo pensando no uno é um trabalho árduo, mas para se trabalhar com a variedade de pessoas encontradas na população em geral, sejam elas deficientes ou não, o profissional da educação física deve estar preparado para a pluralidade que o mundo globalizado nos proporciona. Saindo do treino/atividade “receita de bolo”, onde usa-se um protocolo pré definido para todos os participantes, tentando encaixá-los num molde, muitas vezes inalcançável. E atendendo de uma forma adequada, observando e conversando com o seu aluno, procurando entender seus objetivos, aceitando suas possibilidades e motivando-o acerca de suas habilidades, seus ganhos e suas possibilidades (SANTOS; ZANATA, 2014).

A educação física tem evoluído para atender o público de forma individualizada, melhorando didática e pedagogicamente, buscando desenvolver novas e melhores metodologias, como é a proposta do projeto “Dançando no Escuro”. E como é possível observar no caso da Ginástica Para Todos (GPT), que tem como objetivos atender a todos, respeitando suas habilidades, capacidades e deficiências. Sendo uma modalidade de demonstração, e não competitiva. Para o adequado aproveitamento da atividade física, pelo movimento e prazer a elas relacionados, sem a preocupação com perfeição exagerada do movimento ou pontuação. A evolução da didática e da metodologia da educação física deve levar cada vez mais os profissionais ao atendimento pluralizado, respeitando o indivíduo (ACÁCIO, 2017). Observando os alunos acerca de suas habilidades e dificuldades, procurando sanar, de maneira agradável, possíveis quedas no rendimento devido a essas dificuldades, valorizando as habilidades pré existentes e auxiliando na maturação e no desenvolvimento de novas.

## 2. OBJETIVOS

O principal objetivo desta pesquisa foi estimular benefícios físicos, que o conhecimento e controle do corpo, adquiridos através da atividade gímnica e da dança, podem vir a proporcionar, bem como nos aspectos emocionais, psicossociais e de interação social dos praticantes da atividade. Apresentando as propostas e atividades aplicadas, por meio de relato das experiências vivenciadas durante a aplicação da metodologia desenvolvida no projeto de extensão (em execução) intitulado “Dançando no Escuro”. Metodologia essa que propõe que através de exercícios rítmico-sensoriais, podemos ampliar as habilidades motoras e expressivas, além de estimular a autoconfiança e valorização da pessoa com deficiência (PCD). Promovendo a inclusão social dos participantes, com práticas corporais orientadas com os elementos da dança, ginástica para todos (GPT) e musicoterapia. Os procedimentos e atividades propostos também visam a melhoria da lateralidade, ampliação da mobilidade corporal, da orientação espacial e influência positiva na qualidade de vida.

Como objetivos secundários podemos apontar:

- Sistematizar e experimentar uma metodologia adaptada de ensino de práticas corporais expressivas, propondo inovações metodológicas e utilização de tecnologias assistivas para o ensino de atividades rítmicas inclusivas (dança adaptada) para uma população de indivíduos deficientes visuais;
- Elaborar e desenvolver ferramentas didáticas e estratégias de ensino (tecnologias inovadoras de inclusão e acessibilidade), usando as atividades rítmicas e expressivas de forma lúdica e prazerosa, através da dança, música e da interação corpo/espço em seus diversos níveis, para assim orientar alunos a partir de técnicas pedagógicas específica;
- Divulgar e compartilhar o conhecimento adquirido: relatos das experiências vividas; atividades desenvolvidas e suas possíveis variações; tecnologias assistivas criadas; além da metodologia evolutiva proposta para o desenvolvimento do trabalho. Afim de estimular a criação de novos projetos inclusivos (universitários ou não) e estimular também o interesse da população com deficiência visual a buscar atividades físicas variadas.

### 3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Para que fosse possível a realização desta pesquisa, foram estabelecidas algumas parcerias essenciais. Inicialmente contatamos o “Lar Escola Santa Luzia para Cegos” (figura 01), com sede na Avenida Castelo Branco, nº 24-9, em Bauru. Entidade que atende cerca de 70 pessoas com deficiência visual (sendo alguns com outras deficiências associadas), todos maiores de idade (18-98 anos de idade), de ambos os sexos, proporcionando atendimento clínico adequado, atividades pedagógicas e socioeducativas para deficientes visuais. Sendo indicada como a única instituição de atendimento especializado para adultos com deficiência visual do município de Bauru, cidade que conta atualmente com mais de 370 mil munícipes. É uma entidade que recebe apoio da Prefeitura Municipal de Bauru, mas não é uma entidade municipal. É mantida com dinheiro de leis e programas governamentais e privados de financiamento de instituições sem fins lucrativos, além de doações de pessoas físicas e empresas de Bauru e região. Desde o primeiro contato, foram bastante solícitos e preocupados em colaborar com o desenvolvimento da proposta.



**FIGURA 01** – Foto do primeiro embarque na entrada do “Lar Escola Santa Luzia para Cegos”.

Trabalhamos por meio da figura do rotariano Benedito Luiz da Silva, com o “Rotary Club de Bauru”, organização internacional que presta serviços humanitários, promovendo a boa vontade e a paz mundial. Grupo que patrocinou o transporte seguro e adequado dos usuários do “Lar Escola” até o local das aulas, atividades e apresentações do projeto “Dançando no Escuro” durante toda esta pesquisa. E fechamos parceria também com a empresa “Expresso Jade”, que proporcionou um transporte para o público alvo, em uma van que atendia as necessidades dos mesmos, além de fechar um acordo financeiro com valor fixo abaixo do comercial, e de “doar” mais dois dias de transporte.



**FIGURA 02** – Desembarque dos participantes no DEF, guiando-se em grupos até a Sala de Dança.

O Departamento de Educação Física da UNESP Bauru (figura 02), cedeu a Sala de Dança, para a realização das aulas às segundas-feiras, das 9am às 11am horas. Espaço amplo, com corrimão por toda a extensão das paredes, portas amplas, equipamento de som, além de materiais diversos (instrumentos, tecido, bolas, pesos, colchonetes, aros, entre outros). Foi divulgado para todos os discentes da UNESP, por meio convite enviado por *e-mail*, as vagas para monitores-guias. Os interessados, participaram de um workshop antes do início das aulas do projeto. Com informações sobre o método a ser desenvolvido, dicas para guiar uma pessoa com deficiência visual e vivências das atividades que posteriormente seriam passadas aos participantes do projeto e guiadas por eles.

Dos dezessete participantes encaminhados ao projeto, três pessoas se desligaram. Sendo dois indivíduos por motivo de saúde: 1) após a 1ª aula o participante Valmir se afastou devido a infecção com internação; 2) a participante Ana Beatriz (diabética) se afastou após a 8ª aula devido a feridas nos pés. E uma participante (Lindomar) se desligou por motivo religioso, “excesso de movimento corporal” (SIC). Participaram da proposta treze pessoas com deficiência visual (baixa visão/cegueira completa), alguns com deficiências associadas, como física e intelectual. Todos adultos com idade entre 20 e 96 anos de idade, ambos os sexos, e interessados em participar de atividades físicas, tendo sido orientados sobre a pesquisa e a importância da participação, empenho e frequência. Foram realizadas um total de vinte e duas aulas práticas, mais duas atividades extra na piscina e duas apresentações da coreografia (vide tabela 1, página 29) envolvendo a metodologia e as atividades descritas a seguir. As informações apresentadas foram coletadas por meio de rodas de conversa sobre a aula do dia, inquérito verbal individual acerca de assuntos específicos, e análise de vídeos e fotografias das aulas.

### 3.1. Elucidando a pedagogia de aula



**FIGURA 03** - Proposta de processo evolutivo de aprendizagem das atividades rítmicas e expressivas para pessoas com deficiência visual.

A metodologia proposta pelos autores consiste em uma sequência de atividades em grupo e individuais, derivadas das atividades rítmicas e práticas corporais expressivas, identificadas em elementos dos conteúdos da ginástica para todos (GPT) e da dança contemporânea, adaptadas para serem conduzidas por um professor guia, por meio da audiodescrição e realizadas por pessoas com deficiência visual. Onde através dos movimentos gímnicos, jogos rítmicos, brincadeiras da cultura corporal e danças, visamos aprimorar a mobilidade, a lateralidade, o equilíbrio, expressão corporal e promover a interação social dos participantes. Seguindo uma proposta pedagógica evolutiva, adicionando diferentes fundamentos gímnicos e da dança a cada fase proposta.

A proposta foi dividida em 6 fases (figura 03) com diferentes técnicas de expressão. Em cada fase se introduz uma nova proposta, adicional as que foram

propostas anteriormente, fazendo combinado das atividades, tentando levar o participante a assimilar, refinar e até automatizar alguns movimentos, que antes representavam um desafio. A proposta apresentada para esta pesquisa constituiu um total de vinte e cinco encontros, representando aproximadamente cinquenta horas de imersão nas atividades rítmicas e expressivas orientadas. Sendo que os participantes foram estimulados a propor a realização das atividades e dos jogos aprendidos no projeto, em reuniões com amigos e eventos familiares, além da realização de algumas atividades diariamente no âmbito da estimulação motora/sensorial.

As aulas de cada fase apresentam elementos e objetivos específicos a serem trabalhados. Propondo inicialmente algumas formas de trabalho direcionais para o elemento desenvolvido, prosseguindo na aula com atividades que combinem os elementos e objetivos já desenvolvidos, estimulando o corpo e o cérebro. Numa proposta de assimilação, aprendizagem, refinamento e automatização do movimento corporal para a pessoa com deficiência visual, sendo:

Estabilização muscular: Exercícios de flexibilidade, mobilidade articular, treino funcional proprioceptivo e fortalecimento muscular global, de maneira lúdica, fazendo uso de músicas propostas pelos participantes;

Exploração do corpo no espaço: Treino de fundamentos da ginástica rítmica e expressiva, como giros, rolamentos, planos, níveis e deslocamentos e saltos nas atividades;

Sonoridade e Percussão corporal: Adição de sons produzidos com o corpo para enfatizar o movimento realizado, colaborar no ritmo e auxiliar na própria localização e dos colegas, como palmas, estalos, pisadas e assobios;

Processo expressivo: Atividades que permitam o indivíduo se expressar de diferentes formas, como por exemplo: rodas de conversa; uso de instrumentos musicais e canto; artes plásticas e trabalhos manuais; diferentes ambientes, como piscina e ar livre;

Processo criativo: Desenvolvimento de pequenas composições coreográficas, musicais ou variações possíveis criadas pelos participantes dentro das aulas, em todas as fases, por meio de jogos e desafios, sem âmbito competitivo, ressaltando a colaboração interpessoal e criatividade;

Dança: Desenvolvimento em grupo e apresentação de uma composição coreográfica como produto final do processo de aulas.

Para o desenvolvimento adequado das atividades rítmicas para pessoas com deficiência visual, foi escolhido o método da audiodescrição. Verbalizando de maneira

clara e bem articulada toda a situação a ser experimentada: o ambiente; as pessoas que ali se encontram; o material que será usado; a finalidade da atividade; a atividade em si; e como o corpo pode se movimentar para realizá-la. Para somente após conhecimento verbal da atividade e o posicionamento adequado do grupo com o apoio dos monitores auxiliares, seja realizada uma tentativa experimental sem música. Caso haja necessidade o participante com maior dificuldade na atividade pode receber apoio individual de um monitor (fazendo uso da audiodescrição juntamente com a reprodução do movimento e do toque) ou de outro participante melhor adaptado que se disponibilize. Após as correções/adaptações necessárias, a atividade é realizada com música. A demonstração por toque é mútua, sendo um guia apto demonstrando e o participante sentindo o movimento através do toque, depois o participante reproduz, recebendo a orientação ou correção postural através do toque de quem o guia. Sempre informando que o indivíduo será tocado, em qual parte do corpo, e por quem.

As músicas usadas nas aulas foram divididas em temas, sendo que alguns temas foram propostos pelos participantes de acordo com o seu gosto musical (todos participantes do projeto participaram da proposta). No início das aulas, os participantes foram estimulados a relatar as experiências motoras e sociais vividas fora da aula. E ao término, dar o feedback da vivência ou da atividade realizada em aula. Nesses momentos foram colhidas as propostas de temas musicais individuais. Os outros temas, mais específicos, foram escolhidos pela autora. Sendo que todas as músicas apresentadas em aula sempre estavam relacionadas com o elemento proposto, por exemplo, numa aula sobre tempos de movimento, é esperado músicas com ritmos que se enquadrem na proposta, como por exemplo, um rap (rápido), um reggae (moderado) e uma música romântica (lenta).

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As possibilidades e sugestões de atividades que são descritas neste capítulo, envolvem as propostas das atividades rítmicas e expressivas de uma maneira inclusiva, com adaptações voltadas para um melhor aproveitamento da participação das pessoas com deficiência visual. Podendo ser desenvolvidas em espaços amplos, para um melhor deslocamento espacial (figura 04), porém sem fazer uso de materiais caros ou didáticas muito complicadas. Nesta proposta, o profissional que aplica a atividade, deve se esforçar para passar através da verbalização, a maior quantidade de informações possíveis, para que o ouvinte das instruções consiga assimilar o maior número de informações, criando um programa mental das informações coletadas e reproduzindo da melhor maneira possível. Para isso é recomendado que esse profissional sempre realize as atividades previamente, para um conhecimento corporal ativo da situação a ser descrita. Estando preparado para fazer as alterações que forem necessárias, observando o grupo de participantes e se possível se adiantando as possíveis dificuldades que possam ser encontradas por alguns dos participantes. Como no caso do “Dançando no Escuro”, onde não houve exclusão de participantes por associação de outras deficiências, sendo necessário estar sempre preparados para propor variações relacionadas também a outras situações possíveis, como uso de prótese, dificuldade de audição, entre outras. Foram ministradas vinte e duas aulas presenciais, duas atividades extra na piscina e duas apresentações coreográficas (tabela 1), sendo que o grupo realizou atividades e ensaios por iniciativa própria (sem acompanhamento), tanto em domicílio, quanto no “Lar Escola”.



**FIGURA 04** – Participantes e monitoras do projeto “Dançando no Escuro” na sala de dança.

**TABELA 01** - Descrição dos 26 encontros relatados neste trabalho e as principais temáticas de aula.

<b>Encontro</b>	<b>Proposta de atividades e objetivos.</b>
1	Flexibilidade e fortalecimento.
2	Treino direções e alturas – flexibilidade e equilíbrio.
3	Tempos – flexibilidade e fortalecimento.
4	Deambulação e deslocamento no salão (direções, alturas e tempos).
5	Deslocamento (Rosa dos Ventos) – Associação de movimentos.
6	Equilíbrio e deslocamento (com manipulação de objetos e pesos).
7	Equilíbrio e deslocamento no tablado (com manipulação de objetos).
8	Percepção sensorial (introdução ao meio líquido)
9	Percepção sensorial (introdução ao meio líquido)
10	Musicoterapia com som ao vivo no violão (visitante) e construção musical com instrumentos variados (participantes).
11	Jogos de deslocamento – Percepção e agilidade.
12	Jogos de deslocamento – Percepção e agilidade.
13	Representação tátil em argila – Percepção e expressão.
14	Jogos musicais e possibilidades de composição coreográfica.
15	Jogos musicais e possibilidades de composição coreográfica.
16	Jogos musicais e possibilidades de composição coreográfica.
17	Jogos musicais e possibilidades de composição coreográfica.
18	Flexibilidade global – Ensaio.
19	Flexibilidade global – Ensaio.
20	Flexibilidade global – Ensaio.
21	Flexibilidade global – Ensaio.
22	Flexibilidade global – Ensaio.
23	Ensaio geral.
24	Tarde de ensaio e apresentação no Teatro Municipal.
25	Feedback da estreia, ensaio geral, jogos.
26	Apresentação no Festival na UNESP.

## **4.1 Estabilização muscular**

Para um controle corporal adequado e um deslocamento espacial com qualidade e segurança de movimento, o indivíduo necessita de uma preparação muscular, com exercícios que proporcionem uma melhora na flexibilidade e no tônus muscular, colaborando na estabilização postural (equilíbrio estático e dinâmico), como representado na figura 05.

### **4.1.1. Mobilização articular e fortalecimento**

Membros inferiores: Agachamentos realizados no ritmo da música, prestando atenção na postura, e nos comandos verbais da professora.

Variações do movimento:

- A cada troca de música, a posição é mudada: duas mãos e de frente para a barra ou uma mão e com o corpo lateralizado, bilateral;
- Deitado em decúbito dorsal, no chão e os pés na barra, levantar o quadril do chão (ponte) mantendo o ritmo da música;
- Vivo ou morto, substituindo o comando verbal comum por uma palma, uma pisada ou um assovio, encaixando o comando na música.

Membros superiores: Flexões de cotovelo, deitado em decúbito ventral no chão, realizadas seguindo o padrão rítmico musical e comandos verbais da professora.

Variações do movimento:

- “Chamada”, deitados em decúbito ventral ao ser pelo nome, estende os cotovelos, mantendo o quadril no chão e pernas estendidas, permanece na posição por três segundos (contando mentalmente), em seguida flexiona;
- Supino, em decúbito dorsal, na barra de dança;
- Imitando lobos (ao som de “*Thriller*” – Michael Jackson), em 4 apoios, sendo antes de uivar todo “lobo” deve “mergulhar” o tronco (flexionando os cotovelos) e em seguida estender o tronco, apontando o “focinho” para a lua;
- Na parede da piscina, segurando na borda, com o rosto na água soltando bolhas.

Tronco: Abdominais simples, em decúbito dorsal, no ritmo da música. Soltando o ar e contraindo abdome e glúteos, em seguida, inspirando profundamente, estendendo o corpo e relaxando.



**FIGURA 05** - Vivências de aulas no âmbito do trabalho corporal voltado para a estabilização muscular.

Variações do movimento:

- “Morto muito louco”, deitado em decúbito dorsal no chão, quando o som for aumentado, levanta-se, se possível sem apoio das mãos, imitando um zumbi, quando o som diminui deita-se novamente;

- “Travessia da minhoca”, deve-se atravessar a sala de dança, sem auxílio dos membros, usando apenas os movimentos do tronco;
- *Russian Twist* com *medicine ball* de 2 kg, em grupo, sentados em roda, passando a bola para a lateral.

#### 4.1.2. Flexibilidade

Foram realizados alongamentos globais simples, e usando equipamentos como a barra fixa de dança, bolas suíças, e brincando de “batata quente”, substituindo a tradicional bola por um lenço de medalhas (usado em dança do ventre) para facilitar a localização:

- Sentados em roda, com as pernas estendidas e pés afastados, seu pé direito deve tocar o pé esquerdo do vizinho à sua direita, e seu pé esquerdo deve tocar o pé direito do vizinho à sua esquerda. O lenço é colocado em um dos pés de um dos participantes, que deve pegá-lo, sem fletir os joelhos, e colocar no pé oposto, tocando no pé do vizinho a se passar a “batata”.
- Deitados no chão, em decúbito dorsal, em roda, com os braços estendidos e as mãos dadas, formando um círculo. O “lenço batata” sai da mão de um dos participantes, que segue com o braço estendido, até ser colocado na mão oposta do mesmo, tocando a mão do vizinho, que segue com a brincadeira;

#### 4.1.3. Equilíbrio

As atividades que beneficiam o equilíbrio, por meio da melhora do padrão de recrutamento de fibras musculares, foram realizadas na maioria das aulas, como: deslocamento anteroposterior e lateral; posicionar-se ou deslocar-se com o apoio de apenas um dos pés; e caminhar em linha reta. Sendo que algumas, foram destacadas pela interação do grupo e suas possibilidades:

- Equilíbrio sentado na bola suíça, fazendo a variação do apoio dos pés como um jogo (bipodal, monopodal);
- Equilíbrio em um pé só, “avião”, com e sem auxílio da barra fixa;
- “Andar sobre a trave”, colocando um pé na frente do outro, usando como “trave” a guia da calçada, fita áspera colada no chão, ou guia/borda do jardim;

## 4.2. Exploração do corpo no espaço

Com o intuito de melhorar a localização espacial e o controle corporal, o indivíduo deve estar disposto a explorar as possibilidades que o ambiente e seu corpo, oferecem. Nesta fase, foram adicionados alguns implementos gímnicos, como arcos, bolas e tecidos, além de atividades voltadas para as habilidades fundamentais e da dança, como níveis, direções, dimensões, fluidez e deslocamento, como representado na figura 06.



**FIGURA 06** - A exploração das possibilidades corporais, fazendo uso dos espaços de forma plena.

### 4.2.1. Níveis

Foram desenvolvidas algumas propostas de atividades para trabalhar com os diferentes níveis, sempre tentando encaixar o movimento no ritmo da música e prestando atenção nas orientações verbais da professora. Algumas atividades descritas anteriormente, trabalham esse elemento de forma natural, como o ato de

deitar, levantar e saltos. Algumas das atividades favoritas do grupo estão destacadas a seguir:

- “Cabeça, ombro, joelho e pé”, após a introdução da brincadeira comum, tocar com as mãos as partes do corpo solicitadas na música. Foi proposta que com a palavra cabeça, os participantes deveriam saltar com os braços juntos ao corpo, evidenciando a cabeça. Na palavra ombro, deveriam tocar os dois ombros com as mãos e elevando os cotovelos (“xícara de duas alças”). Na palavra joelho, deveriam fletir os joelhos a 90° graus, como se estivessem sentados em uma cadeira e tocar os joelhos com as duas mãos. E na palavra pé, deveriam sentar-se no chão, estender as pernas a frente e tentar tocar os pés. Após a compreensão da atividade, as palavras foram faladas por ordem aleatória a já conhecida.
- Apresentação surpresa do tecido (tecido em cetim azul, 6x6m). Os participantes foram convidados a deitar em decúbito dorsal no chão, com pernas e braços estendidos, para uma proposta de relaxamento, após uma atividade extenuante. Foi colocada uma música suave (Shimbalaiê – Maria Gadú), orientamos uma respiração profunda e lenta, e acima de tudo pedimos silêncio dos participantes. Após um minuto de música, puxamos o tecido, que estava previamente posicionado, cobrindo todos os participantes. Com auxílio dos monitores, o tecido foi movimentado, e solicitamos que os participantes citassem o que aquilo poderia representar. Quem falava, “nadava” pra fora do tecido e se posicionava para movimentá-lo também. Sendo que, deveriam ondular o tecido desde o plano baixo, até o plano alto (do joelho até acima da cabeça). Após todos saírem, um a um foi conduzido a passar em pé ou com tronco levemente fletido, por baixo do tecido ainda sendo movimentado. Em seguida todos foram novamente posicionados segurando no tecido, devendo ondular novamente desde o plano baixo, mas o plano alto deveria ser alcançado com um salto, e em seguida uma passada lateral.

#### 4.2.2. Direções

As direções foram trabalhadas desde o primeiro dia, com o reconhecimento da sala de dança, sendo orientados apenas por orientação verbal acerca das direções de posicionamento de detalhes da sala, portas, barra fixa e etc. Esse elemento teve contribuição fundamental para a introdução de coreografias mais complexas, sempre

tentando seguir o ritmo da música e se orientando pelos comandos verbais. Dos jogos as coreografias, algumas atividades estão destacadas abaixo:

- “Campo minado”, foi uma atividade realizada para orientação de direita e esquerda, frente e trás, sendo proposto que os participantes se posicionassem na barra fixa, distantes um do outro, por toda a volta da sala. Os participantes deveriam dar um passo para a direção que fosse chamada. Quem errou “pisou na mina” e deve substituir a professora, chamando as direções, até que alguém erre novamente.
- Estafeta “com cola”, é uma atividade, onde os participantes se posicionaram em fila indiana, com a distância de um braço. Eles deveriam manter a mão direita no ombro da pessoa a sua frente, e a mão esquerda na cintura, pés paralelos e ouvidos atentos. O primeiro da fila, “chama” a direção e dá um passo para o mesmo lado, em seguida o de trás repete o movimento na mesma direção, como um “dominó”. Quem erra, assume a liderança da fila. Se ninguém errar, o primeiro na fila segue para a última posição após cinco movimentos, deixando o participante seguinte assumir.
- Estafeta com bola, com os participantes ainda em fila indiana, foi solicitado que mantivessem a distância máxima de um braço dos colegas. Cada pessoa recebeu um movimento a realizar para passar a bola para o colega de trás (pela direita, pela esquerda, por cima da cabeça e por baixo das pernas. O último a receber a bola, retorna o movimento oposto ao que fez anteriormente, quem passou a bola na ida pela direita, na volta passa pela esquerda, e quem passou por cima da cabeça na ida, passa por baixo das pernas na volta. Antes de passar para o próximo, a pessoa que está com a posse da bola, deve falar em voz alta por onde vai fazer a passagem, assim todos podem se orientar para receber e ajudar a corrigir. A cada um minuto de passagem de bola, os participantes eram misturados na fila e recebiam o movimento na mesma ordem, sendo que a partir do primeiro da fila seguia a passagem de bola na seguinte sequência: por cima; pela direita; por baixo; e pela esquerda.

#### 4.2.3. Tablado

Uma das vivências mais proveitosas, foi a realizada no tablado de ginástica do Departamento de Educação Física. Devido a “maciez” do piso, os participantes tiveram maior confiança em realizar movimentos como giros, rolamentos, saltos (com

trampolim e queda no colchão), cambalhotas e também devido ao uso de implementos, como arcos, bolas e tecidos. Sendo que essa proposta levou a confiança no movimento realizado no tablado, para as aulas na sala de dança e outros espaços. A aula no tablado foi dividida em quatro partes:

- Chegada dos participantes, apresentação e reconhecimento do espaço e implementos (bolas, arcos, colchão, trampolim, trave, entre outros), e uma explanação sobre a ginástica de solo e experimentação de alguns elementos gímnicos supracitados.
- “Caça ao Tesouro”, foi o nome dado a uma brincadeira de reconhecimento do tablado, onde os participantes deveriam circular pelo espaço, com passadas firmes e sem o uso das mãos como “radar”, presentando atenção no som dos companheiros de caçada para não trombar. Os participantes com baixa visão foram convidados a usar vendas, para uma “caçada” justa. Os implementos foram espalhados pelo espaço, no mesmo número de participantes. Quem achasse um implemento deveria sinalizar verbalmente e aguardar ao lado do tablado. Nesse momento a pessoa deveria aproveitar para experimentar o implemento encontrado.
- Após todos possuírem implementos em mãos, eles foram divididos em três grupos, de acordo com o implemento que cada um encontrou. E foi feita uma proposta, que cada grupo deveria criar, ensaiar e apresentar uma composição coreográfica, utilizando o implemento na coreografia e os elementos gímnicos realizados anteriormente. Os três grupos aceitaram e cada grupo recebeu um monitor auxiliar para colaborar na atividade. Após alguns minutos para conversa e ensaio, houve a apresentação e audiodescrição da proposta de cada coreografia.
- A pedido dos participantes (unânime) o trampolim foi novamente posicionado próximo do colchão para que eles experimentassem novamente os saltos e cambalhotas.
- Como finalização foi inserida a proposta de música minimal, onde cada um deveria escolher um som para emitir (palma, pisada, estalo, vocalização e etc.). Em sequência, um a um recebia um toque para dar início a sua parte na música. O primeiro dá o tom e os que são adicionados em sequência devem se encaixar, com todos introduzidos no jogo é produzida uma música.

### 4.3. Sonoridade e Percussão corporal

O uso da sonoridade e da percussão corporal vem como uma proposta de atenção ao ambiente, como forma de localizar o colega. Estar atentos a sons de pisadas, palmas, assobios, voz e até o som da respiração, pode colaborar para evitar encontrões e até localizar um amigo conhecido. Esses elementos foram utilizados também para dar compreensão ao ritmo necessário nas atividades, como por exemplo, na explicação de um exercício com quatro passadas, cada passada era acompanhada de uma palma para dar ênfase também ao tempo do movimento de acordo com o tempo do som. Esse elemento foi levado em diversas das atividades e coreografias desenvolvidas durante esta pesquisa e em toda a proposta (figura 07):

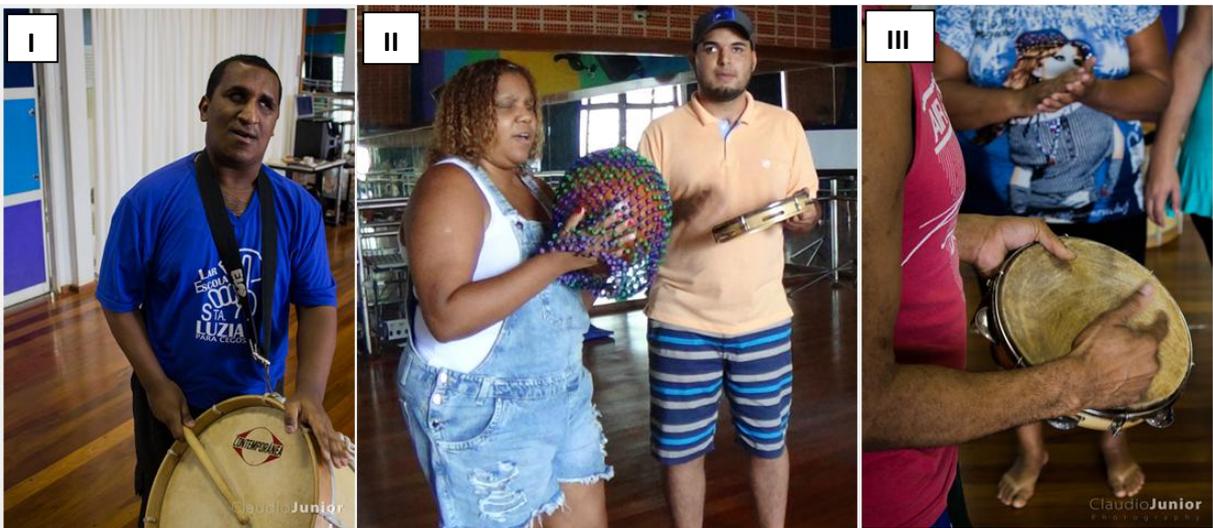


**FIGURA 07** - Vivências diversas com o uso da sonoridade e da percussão corporal como orientação de ritmo e localização espacial.

- “Encontro às escuras”, é uma atividade que consiste em se deslocar pela sala, em silêncio absoluto, emitindo som apenas com as passadas. Participantes com baixa visão foram convidados a fazer uso de venda. Sem orientação verbal da

professora, eles deveriam percorrer um espaço amplo sem trombar com os colegas.

- A mesma atividade foi repetida, substituindo a proposta de apenas o som das passadas, pelo som de palmas durante o deslocamento. Em seguida substituímos as palmas por gargalhadas.
- O uso em várias atividades de música minimal, como musicalização e descontração em grupo, e até como ritmo para deslocamento corporal (citados nos tópicos a seguir) A música minimal, vem de minimalista, e nesta proposta usa apenas de vocalizações e da percussão corporal para compor uma música.



**FIGURA 08** – Uso de instrumentos musicais em aula e na composição coreográfica.

- Parte dos equipamentos da Sala de Dança do DEF são instrumentos musicais, em sua maioria de instrumentos de percussão, como: bumbo (I); afoxé (II); pandeiro (III); surdo; atabaque; chocalho de lata; castanholas; caxixi; tantan; triângulo; e guizos. Em diversas propostas foi dado aos participantes o acesso aos instrumentos para uso na aula (figura 08). Com a proposta de dar ritmo a uma atividade.
- O canto e vocalizações também fizeram parte de várias propostas de atividades, também como forma de ditar ritmo para um movimento e guiar jogos.

#### **4.4. Processo expressivo**

Por meio desta temática foram relatados e observados diversos acontecimentos na vida diária dos participantes, para que em grupo pudéssemos dar o apoio e motivação necessários para continuarmos com as atividades e a evolução dos participantes. Para alcançar a melhora da expressão corporal foram utilizadas algumas temáticas diferentes, para atender a diferentes tipos de pessoas e estímulos, com diferentes propostas de atuação da expressão. Desde a expressão verbal, passando pela experimentação corporal, até a expressão artística (figura 09). Para algumas atividades desta proposta, foi necessário solicitarmos o apoio de dois docentes da UNESP Bauru, sendo eles os responsáveis pelas disciplinas e pelos laboratórios das respectivas propostas (atividades aquáticas e modelagem em argila). A solicitação foi prontamente atendida por ambos, e as atividades puderam ser orientadas por profissionais docentes experientes, proporcionando novos conhecimentos para todos envolvidos na proposta.

##### **4.4.1. Roda de conversa**

Realizada em todas as aulas, no início e no fim. Ao chegar, o bate papo começa pela professora, com explanações sobre as músicas, atividades e finalidade das mesmas para o dia, além de orientações quanto as próximas aulas. Aos participantes sendo solicitado que relatem alguma experiência com as atividades propostas na aula e sua aplicação na vida diária e social. Ao término da aula, durante o lanche, num formato mais descontraído, professora e monitores, conversam individualmente ou em pequenos grupos, acerca das atividades do dia e assuntos variados. Essa atividade deu abertura para que os participantes procurassem tanto a professora, como os monitores, para relatar situações vexatórias vividas no dia a dia, dificuldades pessoais e até para desabafar sobre acontecimentos passados. Como foi o caso de dois participantes, que relataram fatores muito pessoais, acontecidos anteriormente a sua participação no projeto, que se tornaram pontos a se trabalhar ou pensar para evitar que ocorra novamente:

Aluna do sexo feminino, com deficiência visual congênita completa associada a deficiência física e intelectual: “Passaram a mão em mim um dia, e eu não gostei, me senti mal. Deu polícia na escola, mas eu que tive que mudar de escola. Aí eu saí de vez...”. Devido esse fator o contato físico sempre foi esclarecido previamente e

conversado com todos envolvidos na proposta para que houvesse respeito entre todos, a não colaboração implica no desligamento do indivíduo.

Valdir, 51 anos de idade, deficiência visual completa adquirida: “...a gente não sabe criar coisas, a gente faz o que os outros mandam, cego não tem opção”. Essa fala foi esplanada durante as conversas sobre o desenvolvimento em grupo de uma composição coreográfica final, e as possibilidades de se apresentar no Teatro Municipal de Bauru. A partir desse fato, foram relatados aos participantes, pela professora e pela monitora auxiliar sobre as vivências das mesmas no âmbito dos esportes paraolímpicos e sobre o voluntariado das mesmas em jogos e competições de esporte adaptado, seja recreativo ou alto rendimento. E as possibilidades que um cego possui, como correr no atletismo, lutar no judô e etc. ganhando medalhas pelo seu país, ou dançar um ballet clássico nos palcos de fora do país (Cia. Ballet de Cegos – SP). E os resultados foram bastante positivos no âmbito motivacional e autorreflexivo dos participantes.



**FIGURA 09** - Vivências expressivas.

#### 4.4.2. Musicoterapia

O uso de instrumentos musicais (figura 08) e instrumentos improvisados em sala de aula, vem na forma de experimentar o ritmo e os tempos musicais, diretamente com a produção do mesmo. Foram utilizados instrumentos musicais como: castanholas, afoxés, atabaques, chocalhos, pandeiros, violão, bumbo e berimbau. Além de instrumentos improvisados como: guizos em uma sacola, lenço de medalhas, bola de tênis quicando no piso de madeira, entre outros, além de muita percussão corporal.

#### 4.4.3. Arteterapia

Em parceria com o professor de artes plásticas José Laranjeira, da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação (FAAC) da UNESP Bauru, tivemos acesso a uma aula guiada pelo mesmo sobre argila e modelagem, que aconteceu no laboratório e ateliê didático do departamento de artes, com música de fundo para ambientar os participantes ao relaxamento e lazer.

“...o ensino de arte propicia o desenvolvimento do pensamento artístico e da percepção estética, possibilitando ao aluno desenvolver sua sensibilidade, imaginação e percepção” (SANTOS, ZANATA, 2014, p. 13).

Eles receberam do professor Laranjeira, orientações sobre a argila, sua história de uso, evolução juntamente com o ser humano e sua manipulação. Cada participante recebeu uma peça de um quilo de argila para manipular de forma livre. A professora e monitores, conversaram com os participantes, um a um, colhendo informações sobre a manipulação e aproveitando para pedir que se possível, eles modelassem posturas corporais, materiais ou possibilidades que se encaixassem numa coreografia. A partir dessa coleta, iniciou-se o processo de “costura” das ideias dos participantes de música e movimento, com uma composição coreográfica final.

#### 4.4.4. Diferentes ambientes

Proporcionar a variação do ambiente de aula, vem para agregar possibilidades para conhecimento motor dos participantes (deambulação, localização, e até uso da bengala) e auxiliar os ganhos de autoconfiança, para com o deslocamento corporal e seu domínio. Atividades realizadas na água, podem colaborar na realização de movimentos sem a gravidade imposta no solo, aumentando a confiança em experimentar possibilidades pelo indivíduo que o realiza, como uma cambalhota, por

exemplo, que faz parte do desenvolvimento motor básico. Foi essa a proposta trabalhada na aula de introdução ao meio líquido, realizada no laboratório aquático do DEF, sob a tutela do professor Milton Vieira do Prado Júnior, com apoio dos discentes da disciplina de “atividades aquáticas avançadas”.

“Com base nos resultados podemos afirmar que a prática e a aprendizagem da natação pela pessoa com deficiência provocam modificações tanto para o praticante como para os outros ambientes vivenciados por ela” (FREGOLENTE e PRADO, 2015, p. 36).

Durante o processo desta pesquisa foram realizadas atividades em espaços públicos, como por exemplo:

- Sala de dança do Departamento de Educação Física (DEF), na UNESP Bauru;
- Área externa a sala de dança, calçadas e gramado;
- Tablado de ginástica do DEF, na UNESP Bauru;
- Laboratório aquático (piscina) do DEF, na UNESP Bauru;
- Ginásio (quadra poliesportiva) do DEF, na UNESP Bauru;
- Laboratório Ateliê de modelagem em argila, do Departamento de Artes, na UNESP Bauru;
- Teatro Municipal “Celina Lourdes Alves Neves” em Bauru;
- Além de estímulo ao uso independente de sanitários e vestiários, fornecendo apenas auxílio básico.

#### 4.5. Processo criativo

O processo criativo foi desenvolvido em todas as fases da metodologia, estimulando a liberdade de expressão, desde a inclusão de uma variação de atividade citada por um participante, passando pela valorização dos movimentos realizados por eles, até o desenvolvimento de composições coreográficas (figura 10) em aula e na finalização de aulas.



**FIGURA 10** - Uma das composições coreográficas desenvolvidas em aula.

A todo o momento os participantes foram estimulados a dar sua opinião e agregar novas ideias as aulas e atividades, usando da imaginação, criatividade e experiências anteriores. A sequência de atividades abaixo descritas, citam algumas das atividades e composições coreográficas desenvolvidas em aula.

- O primeiro trabalho de composição coreográfica, foi desenvolvido a partir da proposta da “Rosa dos Ventos” de Laban. Dispostos lado a lado de mãos dadas, participantes e monitores foram orientados quanto a proposta, sendo se deslocar quatro passos para a direção indicada, seguidos de quatro passos de volta para a posição de partida. Primeiramente usando o norte e sul (para frente e para trás), em seguida leste e oeste (direita e esquerda), até os pontos colaterais ou

diagonais, sendo nordeste, noroeste, sudeste e sudoeste (diagonal direita a frente, diagonal esquerda a frente, diagonal direta atrás e diagonal esquerda atrás). Após a compreensão de todos os pontos cardeais com deslocamento simples e de mãos dadas, foi introduzida uma música (“*It’s time*” – Imagine Dragons).

- Desenvolvimento de composição coreográfica em grupos, fazendo uso dos implementos oferecidos na aula realizada no tablado, atividade anteriormente esplanada.
- Os jogos de música minimal, foram uma proposta bem aceita pelo grupo, inicialmente realizada na aula no tablado e repetida posteriormente em outras aulas, adicionando movimentos corporais rítmicos a música criada.
- “Qual é a música?” é um jogo musical. Onde divididos em três grupos, os participantes deveriam escolher uma música conhecida e reproduzi-la, fazendo uso de instrumentos variados, previamente experimentados pelo grupo. Sem uso canto com a letra da música, a voz poderia ser utilizada apenas como instrumento, ou seja vocalizações, assobios e etc. Após a apresentação de cada grupo, a plateia (participantes dos outros grupos e monitores) deveriam “chutar” qual foi a música cantada.
- A ideia de uma finalização com a apresentação de um espetáculo de dança foi conversada desde o primeiro dia, sendo desenvolvida e amadurecida por todos. Nas rodas de conversa, fomos debatendo as possibilidades, desejos e realidades da ideia. E após várias coletas de propostas, a professora montou um *composé*, com uma história análoga a vida de uma das alunas, costurando várias músicas escolhidas pelos participantes e juntos foram discutindo os movimentos e deslocamentos adequados a composição.

#### **4.6. Dança**

A manifestação da dança esteve presente em todas as aulas e a cada momento das atividades. Melhorando dia a dia o domínio do movimento, a motivação e o contato interpessoal dos participantes do projeto. O processo de desenvolvimento de uma composição coreográfica final, foi um trabalho árduo, que envolveu todos participantes do projeto. Durante esse processo foi necessário o desenvolvimento de um “piso guia de palco”, para melhor orientar os participantes com relação as dimensões do palco. Essa composição recebeu o nome de “Dançando no Escuro: O espetáculo” (figura 11). Ela narra a vida de uma mulher, desde sua infância, passando pela adolescência até a idade adulta. A história, foi baseada na vida da integrante mais velha do grupo, a “vó” Inah, 96 anos de idade, deficiente visual adquirida (baixa visão) devido a uma doença degenerativa relacionada a idade.

Como o trabalho nesta pesquisa foi também de inclusão social, a plateia não poderia ficar de fora. O espetáculo recebeu uma narrativa da história, juntamente com uma audiodescrição simples do palco, dos elementos usados e manipulados, além das entradas e saídas de palco dos integrantes. Esses áudios foram gravados de forma a intercalar narrativa e músicas. A audiodescrição não recebeu todos os detalhes de movimentos realizados, respeitando a proposta do grupo de “deixar rolar a imaginação” do público deficiente visual, convidando-os a imaginar-se no palco e refletir acerca das suas possibilidades, sabendo agora que cegos dançam. Para a parcela da plateia deficiente auditiva, foi adicionada uma apresentação em vídeo, exibida em um telão acima dos participantes, com cenas relacionadas a história contada e legenda da narração. Em um momento da coreografia, os participantes usam a Libras (Língua brasileira de sinais) para repetir o refrão da música “eu amei te ver” (“Eu amei te ver” – Tiago Iorc), como aparece na figura 11.

Muitas pessoas acompanharam o trabalho, seja observando de longe as aulas do projeto, seguindo a rede social, ou por meio das discussões em sala de aula acerca das extensões desenvolvidas no Departamento. Algumas delas nos apoiaram muito, outras citavam o projeto de forma jocosa, mas todos se surpreenderam quando anunciamos a estreia do espetáculo no palco do Teatro Municipal. Essa reação aconteceu não só dentro da universidade, mas também nas famílias dos participantes, atuando diretamente numa resposta social de aproximação de familiares e amigos.



**FIGURA 11** - “Dançando no Escuro: O espetáculo”.

#### 4.6.1 Estreia no Teatro Municipal “Celina Lourdes Alves Neves”

No quinto dia de Maio de 2017, foi a data mais importante da proposta. Logo após o almoço reuniram-se no Teatro Municipal, os participantes e monitores do projeto, além de diversos discentes da graduação em Educação Física da UNESP, que haviam sido previamente convidados a auxiliar, atuando como guias e colaborando para a realização do evento (portaria, caixa, cenografia e etc.). A Secretaria Municipal de Cultura de Bauru, cedeu o espaço gratuitamente e permitiu que fosse cobrado ingresso no valor de R\$ 5,00 (cinco reais). Dos quatrocentos e cinquenta lugares do Teatro, cinquenta ingressos foram destinados a usuários do Lar Escola Santa Luzia e SORRI Bauru, dez ingressos foram oferecidos como cortesia aos funcionários da Secretaria Municipal de Cultura e cinquenta e nove ingressos foram vendidos pelo valor de R\$ 5,00. Durante a venda, a bilheteria recebeu doações (pessoas que doaram sem levar os ingressos). Onde totalizamos o valor de R\$ 346,00.

Valor esse, que foi revertido para a Sala de Artes do “Lar Escola Santa Luzia para Cegos”.

A tarde foi reservada para o reconhecimento do palco, ensaios e atividades lúdicas para descontração e relaxamento. Após o jantar, todos foram encaminhados para os camarins, onde vestiram o figurino, se maquiaram e aqueceram. O espetáculo teve como abertura, uma apresentação do grupo de taiko Muguenkyo Bauru Wadaiko. Em seguida os participantes do “Dançando” subiram ao palco. Devido a ansiedade, alguns se distraíram um pouco, mas os monitores estavam lá para dar o suporte necessário. Ao término, foram aplaudidos de pé pelo público e se mostraram extasiados com a situação.

#### 4.6.2 “I Festival Interno de Atividades Expressivas Inclusivas”

O festival aconteceu no ginásio do DEF (local já familiar aos participantes) no décimo dia de Maio de 2017. Recebemos novamente o apoio dos discentes da graduação em Educação Física. Foi solicitado ingresso facultativo de um quilo de alimento não perecível ou um quilo de ração, alimentos que foram doados ao “Esquadrão do Bem” que atua diretamente nas comunidades carentes de Bauru. Se apresentaram no Festival, o grupo “Dançando no Escuro” e o grupo de GPT da Escola Estadual Professor Ayrton Busch. Na plateia estavam os usuários do “Lar Escola”, alunos da “SORRI Bauru”, discentes da UNESP Bauru, familiares e duas equipes de TV (TV Unesp e TV Record). Com mais segurança que na estreia, as apresentações transcorreram com sucesso e novamente foram aplaudidos de pé.

#### **4.7. Desenvolvimento de tecnologias assistivas**

A audiodescrição do movimento que é feita pela professora, por si só não é eficaz quando se fala na questão de tempo e ritmo do movimento pessoal do participante com deficiência visual e na orientação dele para com os parceiros de grupo. Para isso foram desenvolvidas atividades utilizando da vocalização, percussão corporal, implementos sonoros e piso tátil. Duas técnicas, bastante proveitosas, que foram desenvolvidas para auxiliar nas aulas estão descritas abaixo:

##### **4.7.1. Jogos sonoros de flexibilidade e localização**

O uso de um simples lenço de medalhas (figura 12) associado a diversas propostas de atividades, foi bem recebido e teve resultados bastante proveitosos, sendo divulgada dentro da comunidade com deficiência visual de Bauru, através dos participantes do projeto. E também nos congressos, simpósios e reuniões científicas, onde os autores atuaram. Podendo ser usado como um “coringa” barato e versátil (aproximadamente R\$ 10,00 a unidade) sendo adaptável a diversas propostas para atividades para pessoas com deficiência visual.



**FIGURA 12** - Lenço de medalhas, usado tradicionalmente na dança do ventre.

##### **4.7.2. Piso guia de palco**

O piso guia de palco (figura 13), surgiu da dificuldade de localização espacial em ambientes em que não houve o tempo adequado para assimilação do espaço, como por exemplo no caso de uma apresentação fora da sala de dança comum as aulas. A partir disso, usamos um punhado de feijões velhos e fita adesiva, para traçar no piso uma delimitação do espaço de cena, por onde os participantes poderiam andar pelo palco, se guiando pelo toque dos pés descalços, focando apenas no deslocamento

em si, e não no risco de sair de cena, ou até cair do palco, como citado por alguns deles.



**FIGURA 13** - Piso guia de palco, feito de feijões velhos e fita adesiva (DETALHE: imagem em *close* do piso).

O resultado como guia foi surpreendente, e facilitou muito a orientação do deslocamento no palco, não importando o local que o piso foi aplicado, pois foram mantidas as mesmas medidas em todas as montagens. A proposta do piso guia foi repassada, para ser utilizada por outros projetos de atividades rítmicas e expressivas, não apenas no âmbito da deficiência visual, mas também para pessoas com deficiência intelectual e idosos.

#### **4.8. Divulgação**

Um dos objetivos deste trabalho é a propagação das possibilidades para a pessoa com deficiência visual, atividades propostas, erros e acertos encontrados neste método, além de estimular o interesse na educação física adaptada nos discentes. Foram realizadas para isso atuação em três frentes: participação em eventos científicos e acadêmicos; divulgação jornalística; e uso rede social própria. Além da divulgação das apresentações por meio de cartazes (anexos A e B).

##### **4.8.1. Divulgação em eventos científicos e acadêmicos**

Desde o início da proposta participamos de eventos científicos que aconteceram no estado de São Paulo, como o “X CBAMAS” (Congresso Brasileiro de Atividade Motora Adaptada) em Campinas. E o “19º Simpósio Internacional de Atividades Motoras Adaptadas” em São Carlos. A participação em eventos acadêmicos, veio por meio do convite de docentes e discentes da UNESP. O presente trabalho foi pauta de reportagens, debates e seminários, nas graduações em Educação Física, Psicologia, Artes, Jornalismo entre outras. Sempre trocando informações com os colaboradores e interessados na proposta, para analisarmos visões de diferentes áreas, recebendo críticas e elogios, que contribuíram para o bom desenvolvimento da proposta.

##### **4.8.2. Divulgação nas redes sociais**

Desde o início do projeto, foi desenvolvida uma página na rede social *Facebook* (<https://www.facebook.com/dancandonoescuro/>), que foi alimentada pela autora com informações, fotos, compartilhamento das reportagens e outros dados relacionados à proposta. Essas postagens foram compartilhadas pelos usuários que “curtiram” a página, ajudando na divulgação do projeto. Por meio dessa mesma página, um graduando em Educação Física da Universidade Nacional de Mar del Plata na Argentina entrou em contato conosco. Foram solicitadas informações sobre o método e as atividades por nós desenvolvidas, para aplicação num projeto similar da universidade, material que foi prontamente fornecido (vídeos, textos e fotos de aula). O contato será mantido para possíveis futuras publicações.

#### 4.8.3. Divulgação na mídia

A mídia bauruense deu bastante apoio ao projeto, ajudando a motivar os participantes por meio dos depoimentos e entrevistas (figura 14). Fator que proporcionou a valorização dos participantes entre familiares, amigos, vizinhos e até desconhecidos. Trouxe também uma grande divulgação do trabalho dentro da UNESP, o que proporcionou o contato com discentes de diversos cursos e unidades, levando o tema do “Dançando no Escuro” para discussão em sala de aula de diferentes disciplinas. Todo o processo foi de certa forma “acompanhado” pela mídia bauruense, desde o início das aulas até a finalização do processo (apresentações), como exemplificado na tabela 2.



**FIGURA 14** – Reportagens veiculadas na televisão.

TABELA 02 – Listagem de reportagens realizadas no período da pesquisa.

Meio de Comunicação	Nome	Observação	Data
TV Unesp	Unesp Informa	Chamada de divulgação do início das aulas.	12 e 13/10/16
TV Tem	Bom Dia Cidade	Chamada de divulgação do início das aulas.	18/10/16
TV Unesp	Unesp Notícias	Reportagem sobre o projeto com depoimentos.	25/11/16
<a href="https://www.youtube.com/watch?v=OPKMh_0_Ruc&amp;feature=youtu.be">https://www.youtube.com/watch?v=OPKMh_0_Ruc&amp;feature=youtu.be</a>			
Portal MaisBauru	Destaque	Reportagem sobre o projeto.	04/12/16
<a href="http://maisbauru.com.br/projeto-dancando-no-escuro">http://maisbauru.com.br/projeto-dancando-no-escuro</a>			
Portal Unesp	Destaque	Repercussão da reportagem da TV Unesp.	05/12/16
<a href="http://www.unesp.br/portal#!/noticia/24786/projeto-dancando-no-escuro">http://www.unesp.br/portal#!/noticia/24786/projeto-dancando-no-escuro</a>			
Portal FC Unesp	Destaque	Repercussão da reportagem da TV Unesp.	20/12/16
<a href="http://www.fc.unesp.br#!/noticia/290/projeto-dancando-no-escuro">http://www.fc.unesp.br#!/noticia/290/projeto-dancando-no-escuro</a>			
TV Record	Balanço Geral	Reportagem sobre o projeto com depoimentos.	13/02/17
<a href="https://www.youtube.com/watch?v=1FOY-SLZqyo">https://www.youtube.com/watch?v=1FOY-SLZqyo</a>			
Portal Social Bauru	Cultura	Reportagem sobre o projeto com depoimentos.	24/04/17
<a href="https://www.socialbauru.com.br/2017/04/24/aluna-da-unesp-de-bauru-realiza-espetaculo-com-deficientes-visuais-de-bauru/">https://www.socialbauru.com.br/2017/04/24/aluna-da-unesp-de-bauru-realiza-espetaculo-com-deficientes-visuais-de-bauru/</a>			
Portal MaisBauru	Cultura	Divulgação das apresentações.	26/04/17
<a href="http://maisbauru.com.br/espetaculo-dancando-no-escuro/">http://maisbauru.com.br/espetaculo-dancando-no-escuro/</a>			
TV Tem	Agenda Cultural	Divulgação da apresentação de estreia.	03/05/17
<a href="http://g1.globo.com/sp/bauru-marilia/tem-noticias-1edicao/videos/t/edicoes/v/confira-as-atracoes-da-agenda-de-lazer-e-cultura-com-fernanda-ubaid/5843722/">http://g1.globo.com/sp/bauru-marilia/tem-noticias-1edicao/videos/t/edicoes/v/confira-as-atracoes-da-agenda-de-lazer-e-cultura-com-fernanda-ubaid/5843722/</a>			
Jornal da Cidade	Cultura	Divulgação da apresentação de estreia.	05/05/17
<a href="http://m.jcnet.com.br/Cultura/2017/05/a-arte-inclusiva-do-lar-santa-luzia-em-bauru.html">http://m.jcnet.com.br/Cultura/2017/05/a-arte-inclusiva-do-lar-santa-luzia-em-bauru.html</a>			
TV Unesp	Unesp Notícias	Divulgação da apresentação no Festival com depoimentos.	11/05/17
<a href="https://www.youtube.com/watch?v=XnYW8zamluQ">https://www.youtube.com/watch?v=XnYW8zamluQ</a>			
TV Record	Balanço Geral	Divulgação da apresentação no Festival com depoimentos.	11/05/17
<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Q_SArt8vSVM">https://www.youtube.com/watch?v=Q_SArt8vSVM</a>			

Disponível pelo link:

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O método foi aplicado com empenho e os resultados aos poucos foram destacados pelos participantes e monitores durante as rodas de conversa. Objetivos como, melhorias no convívio e interação social, na autoestima, no equilíbrio e na mobilidade corporal foram evoluindo positivamente e sendo relatados durante todo o processo desta pesquisa. Dados que apontam para reflexões acerca dos benefícios da inclusão, do convívio com a diversidade humana e a importância da interação social. Apontamentos observados pelas profissionais do “Lar Escola” e por familiares dos participantes, acerca de melhorias na autoestima e na autoconfiança dos participantes; da compreensão dos movimentos e dos benefícios nas AVDs, indicam que a metodologia adaptada permitiu diversas conquistas inclusivas sociais e de aspectos neuromotores dos sujeitos.

Podemos apontar também benefícios pessoais para a autora, argumentativos e acadêmicos, como: discussões em sala de aula acerca da implementação das políticas públicas e inclusão da PCD; discussões com o grupo do projeto (participantes, monitores e orientadores), em relação as expectativas e satisfação pessoal, e os pontos positivos e negativos das aulas. Essas discussões puderam mostrar novos horizontes para a proposta e para aqueles que dela participaram. No âmbito do desenvolvimento pessoal, como discente e futura profissional da Educação Física, o trabalho com o “Dançando”, desde a fase de projeto de extensão voluntário, trouxe contribuições de grande valia. Como por exemplo, boas avaliações em eventos científicos, qualificação como bolsista CNPq, e o interesse na continuidade dos estudos com o mestrado acadêmico, seguindo também com o projeto. A possibilidade de trabalhar o grupo como um todo (planejamento, aulas dadas, contato social, e etc.) estando atenta as necessidades e capacidades individuais, contribuiu muito para a formação de uma visão pessoal da importância da sistematização e preparação de aula. O estudo da pedagogia e da metodologia de ensino, não apenas da dança, mas das práticas corporais inclusivas em si.

A boa divulgação do projeto, proporcionou respostas sociais positivas para os participantes do projeto, como a valorização da PCD no círculo familiar e nos círculos de amizade. E auxiliou no contato com outros pesquisadores, para que os mesmos possam reproduzir e testar algumas das propostas apresentadas por esta pesquisa. Assunto que possivelmente, deverá ser tratado em publicações futuras.

Apontamos que grande parte dos objetivos desta pesquisa foram atingidos, porém ainda achamos necessário, uma melhor estruturação das propostas de atividades, habilidades e fundamentos. Além da quantificação dos resultados obtidos, por meio da realização de testes e avaliações físicas para uma validação adequada da proposta. Concluimos então que é necessário dar continuidade na pesquisa, nos âmbitos quantitativo, como já citado acima, e no comparativo, por meio da reprodução da proposta por outros grupos de PCDs.

## REFERÊNCIAS

- ACÁCIO, Marcos Gabriel Schuindt. **Possibilidade na formação docente com a ginástica para todos: vivências expressivas inclusivas**. 2017. 46 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Estadual Paulista - Unesp, Bauru, 2017.
- ALMEIDA, Bianca M. de et al. **Efeito das atividades rítmicas nas habilidades motoras de paciente atáxico: um estudo de caso**. 2013. Disponível em: [https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/3900/2753]. Acesso em: 15 ago. 2017.
- BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Ministério da Saúde. **Pesquisa Nacional de Saúde: Indicadores de saúde e mercado de trabalho**. 2013. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv97329.pdf>. Acesso em: 10 jul. 2016.
- BRAZUNA, Melissa Rodrigues; MAUERBERG-DECASTRO, Eliane. **A Trajetória do Atleta Portador de Deficiência Física no Esporte Adaptado de Rendimento: Uma Revisão da Literatura**. 2001. Disponível em: [http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/07n2/Brazuna.pdf]. Acesso em: 10 fev. 2017.
- CANADÁ. L'Association Sportive des Aveugles du Québec. **L'activité physique et la déficience visuelle**. 2009. Disponível em: <http://sportsaveugles.qc.ca/wp-content/uploads/2014/09/guide-activites-physiques.doc>. Acesso em: 10 nov. 2016.
- COSTA, Alberto Martins da; SOUSA, Sônia Bertoni. **Educação física e Esporte adaptado: história, avanços e retrocessos em relação aos princípios da integralização/inclusão e perspectivas para o século XXI**. 2004. Disponível em: [http://www.revista.cbce.org.br/index.php/RBCE/article/viewFile/236/238]. Acesso em: 15 ago. 2017.
- FREGOLENTE, Giseli; PRADO JÚNIOR, Milton Vieira do. **A Inclusão da Nataçao na Vida da Pessoa com Deficiência: Uma Análise a Partir da Teoria Ecológica do Desenvolvimento**. 2015. Disponível em: [http://www2.marilia.unesp.br/revistas/index.php/sobama/article/view/4969]. Acesso em: 05 jul. 2016.
- GALLAHUE, David L; OZMUN, John C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2003.
- GORGATTI, Márcia Greguol; COSTA, Roberto Fernandes da. **Educação Física Adaptada: Introdução ao Universo das Possibilidades**. In: GORGATTI, Márcia Greguol; COSTA, Roberto Fernandes da. **Atividade Física Adaptada: Qualidade de Vida Para Pessoas Com Necessidades Especiais**. 2. ed. São Paulo: Manole, 2008. Cap. 1.
- GORGATTI, Márcia Greguol; COSTA, Roberto Fernandes da. **Atividade Física e Deficiência Visual**. In: GORGATTI, Márcia Greguol; COSTA, Roberto Fernandes da. **Atividade Física Adaptada: Qualidade de Vida Para Pessoas Com Necessidades Especiais**. 2. ed. São Paulo: Manole, 2008. Cap. 2.
- LABAN, R. **O Domínio do Movimento**. São Paulo: Summus, 1978.
- MORAES, Márcia. **Modos de intervir com jovens deficientes visuais: dois estudos de caso**. Revista Semestral da Ass. Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE) Vol. 11. Nº 2, pág. 311-322, Julho/Dezembro, 2007.
- SÁ, Carolina Gomes de; BIM, Cíntia Raquel. **Análise estabilométrica pré e pós exercícios fisioterapêuticos em crianças deficientes visuais**. Fisioterapia em Movimento, Curitiba, v. 25, n. 4, p. 811-819, out./dez. 2012.
- SANTOS, Josiane Tavares dos; LUCAREVSKI, Juliana Araújo; SILVA, Renata Moreira da. **Dança na escola: benefícios e contribuições na fase pré-escolar**.

Centro Universitário Filadélfia – Unifil, 2005. Disponível em  
[<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0046.pdf>]

SANTOS, Amanda Theodoro dos; ZANATA, Eliana Marques. **Aula de Artes: Recursos didáticos para a inclusão do deficiente visual em sala de aula.** 2014. 69 f. Monografia (Especialização) - Curso de Artes, Departamento de Artes e Representação Gráfica, Universidade Estadual Paulista - Unesp, Bauru, 2014.

SILVA, Cristiane Ap. Carvalho; RIBEIRO, Grazielle Machado; RABELO, Ricardo José. **A influência da dança no equilíbrio corporal de deficientes visuais.** *Movimentum*, Ipatinga - MG, Unileste, v.3, n.1, Fev./Jul. 2008.

VENDITTI JÚNIOR, Rubens. **Autoeficácia docente e Motivação para a Realização de Profissionais de Educação Física Adaptada.** Curitiba: CRV, 2014.

## APÊNDICE A

Cartaz de divulgação da apresentação realizada no Teatro Municipal de Bauru “Celina Lourdes Alves Neves”

Espectáculo inclusivo com audiodescrição e legenda

# Danzando no Escuro

Atividades rítmicas e expressivas  
para pessoas com deficiência visual

**Dia 5/maio**  
**às 20H**  
**no Teatro**  
**Municipal**  
**de Bauru**  
**Ingresso**  
**R\$ 5,00**

Renda revertida para o Lar  
Escola Santa Luzia para Cegos

PATROCÍNIO

BAURU  
SÃO PAULO

EXPRESSO  
jadc

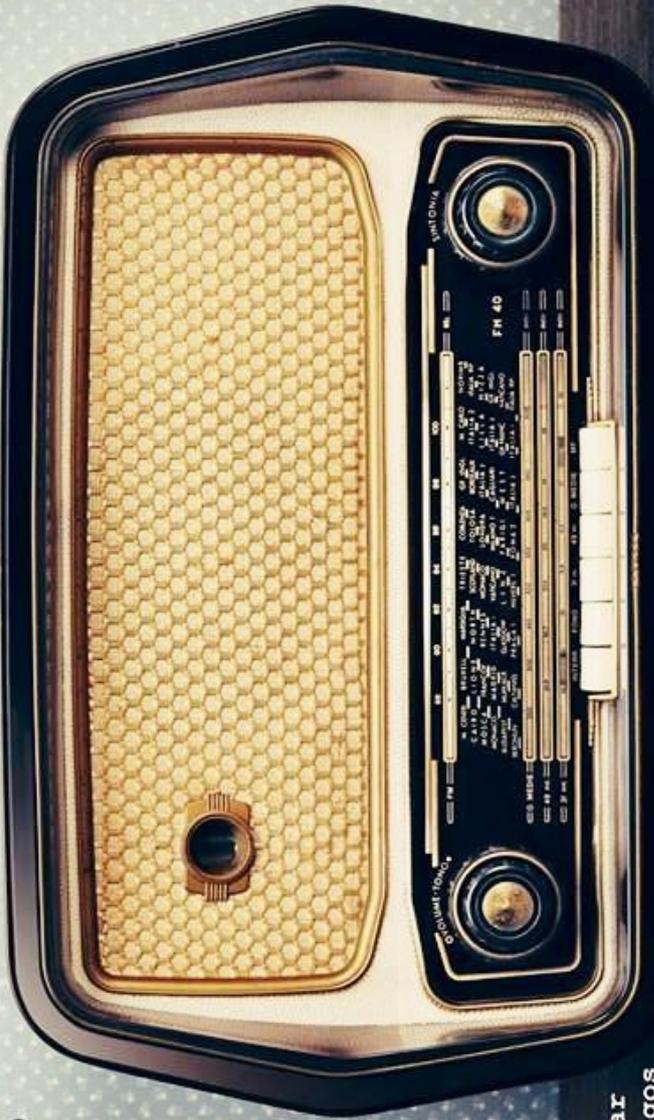
APÓIO

LABORATÓRIO  
ESCOLA  
SANTA  
LUZIA  
PARA CEGOS

Faculdade de Ciências

Departamento de  
Educação Física  
DEF

TANGER



## APÊNDICE B

Cartaz de divulgação da apresentação realizada no Departamento de Educação Física da UNESP Bauru.

**I Festival Interno de Atividades Expressivas Inclusivas**

UNESP - FC - DEF  
Bauru

**Data: 10/maio/2017**  
**Horário: das 14 às 16 horas**

**Local: Ginásio coberto da Praça de Esportes**

**Ingresso Beneficente: 1L de leite longa vida  
OU 1Kg de ração (cachorro OU gato)**  
**Revertidos para grupos assistenciais de Bauru.**

**Realização:**

**LAMAPPE**  
Laboratório de Atividade Motora Adaptada,  
Pedagogia e Psicologia do Esporte