



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"



“ATLETISMO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA, DA INICIAÇÃO AO ALTO RENDIMENTO E SUAS PRINCIPAIS CONQUISTAS”.

Prof. Ms. Paulo Roberto Brancatti - Departamento de Educação – UNESP- Presidente Prudente

Silmara Cristina Luiz – Departamento de Educação Física – UNESP – Presidente Prudente - bolsista

Proex

Eixo: O Número 01

Resumo:

O projeto de extensão “Atletismo para pessoas com deficiência: da iniciação ao alto rendimento”, é caracterizado por propiciar a pessoas com deficiência uma oportunidade de iniciação ao atletismo adaptado, para que o indivíduo usufrua dos benefícios do desporto. A partir de treinamentos que respeitam a individualidade de cada atleta, busca-se levar cada indivíduo a conquistar bons resultados em competições, bem como promover melhor qualidade de vida a este através da combinação de fatores sociais, psicológicos e físicos.

Palavras Chave: *Atletismo adaptado, deficiências e qualidade de vida.*

Introdução

Muito se sabe a cerca dos benefícios da prática de exercícios físicos, que além de promotor de saúde é um meio de e auto-reconhecimento e interação social.

O atletismo reúne diversas provas de pista e campo, e se divide em convencional e adaptado. O esporte adaptado ganha força no contexto pós-guerra, onde são implantados programas de exercício para soldados lesados, com intuito de oferecer melhor qualidade de vida.

O desporto adaptado atua como um meio de reabilitação física, psicológica e social, pois abrange diferentes adaptações e específicas

Abstract:

The extension project “Athletics for people with disabilities: from initiation to high performance”, is characterized by providing people with disabilities with a chance to initiate adapted athletics, so the individual can enjoy the benefits of sport. Based on training that respects the individuality of each athlete, trying to get them to achieve good results in competitions as well as promoting better quality of life to the athlete through a combination of social, psychological and physical factors.

Key words: *Disability; Adapted Athletics; Quality of Life.*

modificações para oportunizar a todos, a participação nas mais variadas modalidades esportivas. (DUARTE; WERNER, 1995)

Segundo censo do IBGE (2010), no Brasil existem cerca de 45,6 milhões de pessoas com deficiência, sendo que algumas delas possuem mais de um tipo.

Sendo assim, o esporte adaptado caracteriza-se como uma oportunidade para que o indivíduo supere a si mesmo e busque grandes conquistas, como: os jogos Olímpicos e Paralímpicos, que são a expressão máxima de um atleta no esporte (COSTA.; SOUSA, 2004).

Nessa vertente, o projeto busca incentivar e oportunizar a pratica de uma modalidade desportiva



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"

Realização:

unesp

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JULIO DE MESQUITA FILHO"

PROEX
PROGAMA DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

as pessoas com deficiência, para que possam usufruir dos benefícios do esporte adaptado e superar as adversidades que possa encontrar no dia-a-dia.

Na FCT/UNESP, o projeto foi implantado no ano de 2005, com objetivos de promover o envolvimento de pessoas com deficiência em modalidades desportivas do atletismo.

Inicialmente integraram o projeto duas pessoas com deficiência física, amputadas de um membro inferior, que realizavam as provas do arremesso de peso. Atualmente, o projeto trabalha as provas de pistas 100m, 200m, e 400m rasos com pessoas deficientes visuais, e uma pessoa com deficiência física nos 100 e 200 metros, específico para cadeirantes. Já as provas de campos são: arremesso de peso, lançamento de disco e de dardo, que abrange deficientes físicos e visuais.

Nos primórdios do projeto haviam apenas atletas oriundos do basquetebol sobre Rodas, depois a equipe fora crescendo e neste ano de 2015, o projeto comemora dez anos de sua existência e atende oito pessoas, dentre elas deficientes físicos e visuais, todos do sexo masculino.

Atletismo Adaptado

Embora a literatura traga relatos do atletismo adaptado desde 1870 (WINNICK, 2004), no início do século XX, nos Estados Unidos, foram realizadas as primeiras práticas sistematizadas de atletismo entre escolas, sob forma de competição para pessoas com deficiência visual, na cidade de Watertown, em 1908, segundo Mello e Winckler (2012 apud MCGINNITY, SEYMOUR-FORD, ANDRIES, 2004, p.65). Já na Europa, ocorreu dois anos depois, em 1910 na Alemanha, também com

pessoas cegas (MELLO E WINCKLER, 2012 apud PALACIO, 2004, p.65).

A evolução do atletismo torna-se constante, desde a sua primeira aparição nos jogos de 1960, em Roma, e não sendo comprovada apenas por resultados atléticos, mas através de resultados expressivos em eventos Olímpicos e Paralímpicos, bem como pela representatividade dos números de participantes da modalidade nos Jogos Paralímpicos.

O atletismo assim como as outras modalidades do esporte adaptado, atende as mais diversas patologias tais como: deficientes físicos, deficientes visuais e deficientes intelectuais, porém os deficientes auditivos competem separadamente dos outros três grupos citados acima.

Basicamente essa modalidade é dividida em dois grupos: os de pista e de campo, utilizando-se da nomenclatura da língua inglesa T (Track) e F (Field).

A principal diferença entre o atletismo convencional e o atletismo adaptado é que o segundo apresenta um sistema de divisão dos atletas através da classificação funcional (MELLO E WINCKLER, 2012). Essa classificação é feita para que não haja desvantagens entre os competidores, priorizando a igualdade; no que difere o grau de dificuldade quanto à lesão, as potencialidades e funcionalidades, apresentadas na tabela a seguir:

Tabela 01. (Mello e Winckler, 2012). Provas de pista e campo: apresentamos a seguir a classificação da nossa equipe.

Deficientes Visuais	Deficientes Intelectuais	Deficientes Físicos
T11 e F11 – Nessa classe estão os atletas que não	T20 e F20 – Para ser elegível nessa classe, o atleta deve apresentar	T38 e F38 – Atleta com o mínimo comprometimento motor,



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

Realização:

unesp
UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JULIO DE MESQUITA FILHO"

PROEX
PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"

apresentam percepção luminosa. T12 e F12, T13 e F13 – Atletas com baixa visão, que tenham acuidade visual. Por classe 13 – atletas com baixa visão, que apresentam acuidade visual variando entre LogMar 1.5 e 1.0 ou campo visual de até 20 graus.	valor igual ou inferior a 75 pontos nos testes de QI reconhecidos pela INAS-FID, como a Escala de Inteligência de Wechsler – WISC, para crianças entre 6 e 16 anos, as WAIS para adultos de 16-90 anos.	diplegia, hemiplegia ou monoparesia. T42 e F42 – Amputação unilateral acima do joelho ou sequela similar. T44 e F44 – Amputação unilateral abaixo do joelho ou sequela similar. T54 ao T58 e F54 ao F58 – Atletas com lesão medular, amputações, ou outras deficiências que levem ao uso de cadeiras de roda.
---	---	---

Nota: *T (Track) e F* (Field)

Objetivos

Incentivar e oportunizar as pessoas com deficiência à prática do esporte adaptado e a partir da modalidade trabalhada fomentar ações que desenvolvam melhor qualidade de vida, bem como habilidades técnicas e táticas aos participantes.

Material e Métodos

O projeto atende atualmente a 08 atletas, cuja classificação se dá de acordo com a tabela acima, e divididos pelo grau de funcionalidade.

Os treinamentos acontecem diariamente na pista de atletismo da FCT-UNESP, e são trabalhados de maneira geral e específica, de acordo com as fases do treinamento, períodos de competição e individualidade de cada atleta, tendo uma duração média de duas a três horas cada encontro, e são desenvolvidos e elaborados por

dois graduandos do curso de Educação Física e orientados pelo professor Ms. Paulo Roberto Brancatti, coordenador do projeto.

Os treinamentos respeitam a individualidade de cada atleta de maneira integral, e busca levá-los a conquistar bons resultados em competições, como: Etapas do Circuito Paralímpico Brasileiro (nos níveis regional, estadual e nacional), nos Jogos Regionais do Interior Paulista, nos Jogos Abertos do Interior Paulista e até mesmo em competições a nível internacional.

No caso dos atletas com deficiência visual, os mesmos necessitam de guias para a realização das atividades.

As atividades vão de acordo com a especificidade e de cada modalidade do atletismo, e visam trabalhar objetivos específicos, sendo eles: força muscular, agilidade, resistência física e aperfeiçoamento técnico. Para isso, utilizamos de banco desportivo, cadeira de rodas e outros equipamentos semelhantes aos do atletismo convencional.

Conclusões

O movimento Paralímpico Brasileiro vem conquistando a atenção de milhões de pessoas, tanto do nosso país quanto de outros países. Assim fazendo com que cada vez mais o Brasil invista nos paratletas e nos Jogos Paralímpicos.

Nos dez anos do projeto "Atletismo para pessoas com deficiência" tornou-se visível a evolução dos atletas, através de notáveis resultados que a equipe vem obtendo em competições das quais disputa, bem como pelo rendimento destes durante os treinamentos.

Dentre os atletas, três já atingiram o nível internacional. Estes conquistaram medalhas em participações de jogos Paralímpicos e Mundiais.



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"

Realização:

unesp
UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JULIO DE MESQUITA FILHO"

PROEX
PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

Os demais têm boas participações em etapas do circuito Paralímpico Brasileiro nos níveis regional, estadual e nacional, onde podemos evidenciar um atleta, pelo destaque que vem conquistando devido a campanha de bons resultados que acumula, sendo medalhista em varias competições e nos jogos escolares, também a nível regional, estadual e nacional, cujo a conquista lhe proporcionou a contemplação de uma "Bolsa estudantil do Estado de São Paulo" no ano de 2012.

Considerando que "A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade", segundo definição da OMS, é possível definir o exercício como um "remédio" para o corpo e a mente, pois só esse é capaz de combinar fatores fisiológicos, psicológicos e sociais na busca por maior qualidade de vida. (SANTOS MACHADO, 2004).

Pensando nisso, o projeto "Atletismo para pessoas com deficiência: da iniciação ao alto rendimento" tem por finalidade possibilitar que o individuo usufrua dos benefícios do esporte adaptado e supere as adversidades que possa encontrar no dia-a-dia, sob aspectos sociais, psicológicos e físicos.

Concluimos assim, que o projeto vem de encontro com o atual cenário de inclusão, cumprindo com os seus objetivos, ou seja, incentivando e oportunizando as pessoas com deficiência a pratica de uma modalidade desportiva,

na qual as mesmas possam vivenciar experimentar, crescer e viver com mais dignidade a sua vida social, bem como obter melhor qualidade de vida, alem de saúde através da prevenção de doenças secundarias derivadas da inatividade física, que por sua vez estão intimamente ligadas à saúde.

Referências

- BENFICA, D. T. - ESPORTE PARALÍMPICO: ANALISANDO SUAS CONTRIBUIÇÕES NAS (RE)SIGNIFICAÇÕES DOS ATLETAS COM DEFICIÊNCIA, Viçosa, MG, 2012.
- BRASIL, Comitê Paralímpico Brasileiro. MANUAL DE ORIENTAÇÃO PARA PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA. Brasília, DF, 2006.
- CARDOSO, V. D - THE REHABILITATION OF PERSONS WITH DISABILITIES THROUGH ADAPTED SPORT - Rev. Bras. Ciênc. Esporte (Impr.) vol.33 no.2 Porto Alegre Apr./June 2011
- COSTA, A. M.; SOUSA, S. B - EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE ADAPTADO: HISTÓRIA, AVANÇOS E RETROCESSOS EM RELAÇÃO AOS PRINCÍPIOS DA INTEGRAÇÃO/INCLUSÃO E PERSPECTIVAS PARA O SÉCULO XXI, Rev. Bras. Cienc. Esporte, Campinas, v. 25, n. 3, p. 27-42, maio 2004.
- DUARTE, E.; WERNER, T. - CONHECENDO UM POUCO MAIS SOBRE AS DEFICIÊNCIAS. In: Curso de atividade física e desportiva para pessoas portadoras de deficiência: educação à distância. rio de janeiro, 1995.
- MELLO, Marco Túlio; WINCKLER, Ciro. ESPORTE PARALÍMPICO. São Paulo, Atheneu, 2012.
- SANTOS MACHADO, D. M. dos - AUTOPERCEPÇÃO E BEM-ESTAR PSICOLÓGICO NAS POPULAÇÕES ESPECIAIS, Estudo exploratório entre praticantes e não praticantes de natação com e sem deficiência motora, Coimbra, Maio 2004
- SEGRE, M.; FERRAZ, F. C. - THE HEALTH'S CONCEPT, Rev. Saúde Pública vol. 31 no. 5 São Paulo Oct. 1997
- WINNICK, J. P. EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTES ADAPTADOS. 3. ed. Barueri: Manole, 2004.