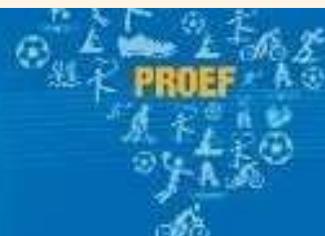




"INCLUSÃO ATIVA: ESTRATÉGIAS PARA O ENSINO DE ESPORTES ADAPTADOS PARA ALUNOS COM E SEM DEFICIÊNCIA"



Mestrado Profissional
Educação Física em Rede Nacional



UFES

unesp 

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"



BRUNO GOMES DE ARAÚJO LACERDA
ORIENTADOR: PROF. DR. LUIZ ALEXANDRE
OXLEY DA ROCHA VITÓRIA/ ES

REALIZAÇÃO

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPIRITO SANTO (UFES)
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO (CEFD)
PROGRAMA DE MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO
FÍSICA EM REDE NACIONAL (PROEF)**

SUPERVISÃO GERAL

PROFO. DR. LUIZ ALEXANDRE OXLEY DA ROCHA

COLABORADORES

ESTUDANTES DA EMEB. “PROFA MARIA DA COSTA MACHADO”

**PRODUÇÃO E ARTE BRUNO
GOMES DE ARAÚJO
LACERDA**

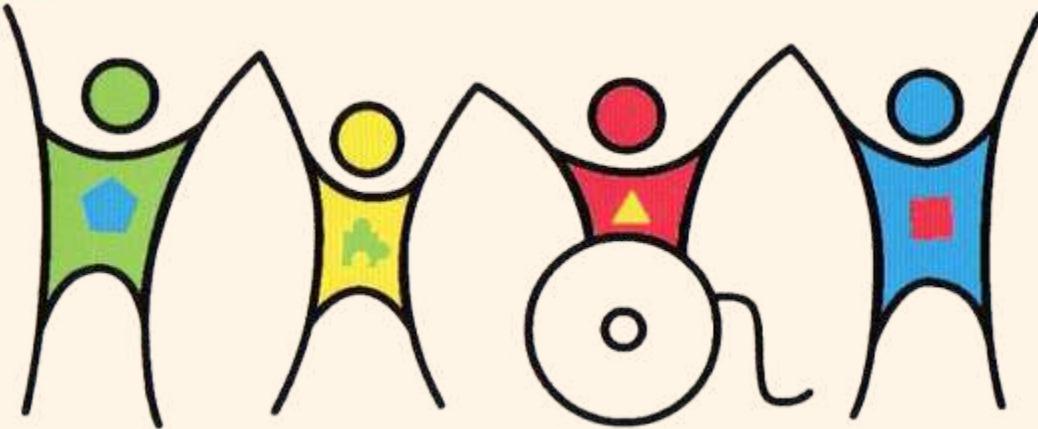
FOTOGRAFIAS E IMAGENS

**FOTOS EXTRAÍDAS DAS INTERVENÇÕES PEDAGÓGICAS
REALIZADA PELO PROFESSOR/ PESQUISADOR
DEVIDAMENTE AUTORIZADAS PELOS/AS RESPONSÁVEIS
DOS/AS ESTUDANTES**

VITÓRIA - ES

2025





Ficha catalográfica disponibilizada pelo Sistema Integrado de
Bibliotecas - SIBI/UFES e elaborada pelo autor

G633i Gomes de Araújo Lacerda, Bruno, 1976-
INCLUSÃO ATIVA: Estratégias para o Ensino de
Esportes Adaptados para Alunos com e sem Deficiência /
Bruno Gomes de Araújo Lacerda. - 2025.
45 f. : il.

Orientador: Luiz Alexandre Oxley da Rocha.
Produto Técnico-Tecnológico (Desenvolvimento de
Material didático e instrucional) (Mestrado Profissional em
Educação Física em Rede) - Universidade Federal do Espírito
Santo, Centro de Educação Física e Desportos.

1. Educação Física. 2. Inclusão. 3. Esporte Adaptado. I. Oxley
da Rocha, Luiz Alexandre. II. Universidade Federal do Espírito
Santo. Centro de Educação Física e Desportos. III. Título.

CDU: 796

GOMES, Bruno de Araújo Lacerda. PROMOVENDO A INCLUSÃO NA EDUCAÇÃO FÍSICA : Contribuições do esporte adaptado como ferramenta .Orientador: Prof. Dr. Luiz Alexandre Oxley da Rocha. 2025. 145 p. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF) – Centro de Educação Física e Desportos, Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2025.

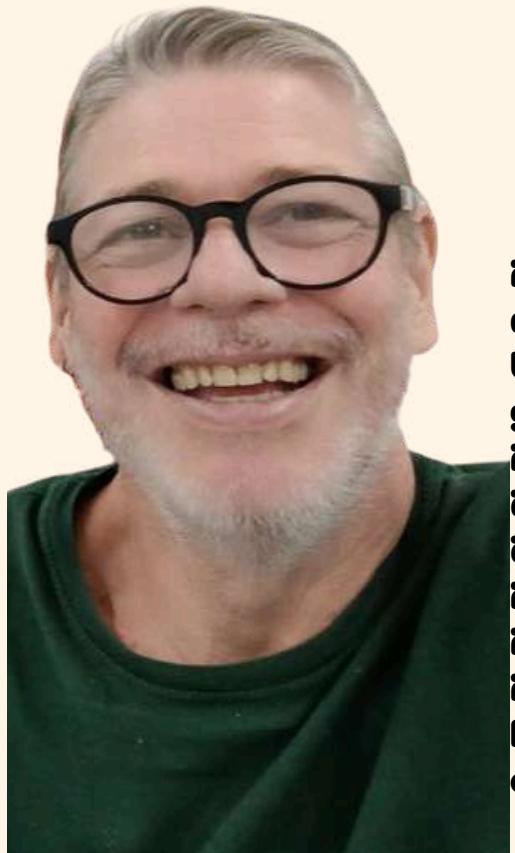
Bruno Gomes de Araújo Lacerda



Graduado em Educação Física licenciatura plena, pela Universidade Salgado de Oliveira - Universo - RJ, formado em Pedagogia pela Faculdade de Educação da Serra /ES- FASE, com especialização em Gestão Escolar pela FACEL- Faculdade de Administração, Ciências, Educação e Letras, e em Educação Inclusiva pelo Instituto Superior de Educação Ulysses Boyd. Professor de Educação Física nas redes municipais de Marataízes e Anchieta/ ES.



Profº.Dr. Luiz Alexandre Oxley da Rocha



Professor Associado III do Departamento de Ginástica do Centro de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Espírito Santo. Possui graduação em Educação Física pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (1985), Mestrado em Educação pelo PPGE/CE da Universidade Federal do Espírito Santo (1995), Doutorado em Educação pelo Programa de Pós-Graduação em Educação da FACES/UFBA (2011), Pós Doutorado pelo Programa de Pós- Graduação em Educação da FACES/UFBA (2024). Mantém estudos nas áreas de Educação Integral, currículo, política curricular e formação docente.

Sumário

1. Apresentação.....	06
2. Introdução à inclusão e participação ativa de alunos com deficiência.....	08
3. Importância do ensino de esportes adaptados na promoção da inclusão.....	09
4. Desafios enfrentados pelos professores no ensino de esportes adaptados.....	10
5. Adaptações e estratégias pedagógicas para o ensino de esportes adaptados.....	11
6. Exemplos práticos de jogos e atividades adaptadas para diferentes deficiências.....	13
7. Recursos e materiais de apoio para a implementação das estratégias propostas.....	15
8. Proposta didática.....	19
8.1 Democracia na Educação Física.....	20
8.2 Inclusão e Capacitismo: Redefinindo Limites e Construindo uma Sociedade Mais Justa.....	22
8.3 Desvendando o Mundo dos Olhos Vendados- atividade interdisciplinar.....	23
8.4 Desvendando o Mundo dos Olhos Vendados - explorando os ambientes.....	26
8.5 Goalball adaptado e flexível com 10 alunos.....	28
8.6 Quebrando Barreiras: Desvendando o Mundo do Goalbal.....	30
8.7 Futebol de 5 Adaptado: Habilidades e Inclusão.....	33
8.8 Vôlei Sentado: Inclusão e Diversidade.....	35
8.9 Basquetebol Adaptado do caranguejo: Vivenciando a Inclusão.....	37
8.10 Correndo Juntos: Atletismo para Todos.....	39
9. Considerações Finais.....	41
10. Referências.....	42



QR CODE DOS ARQUIVOS DA PESQUISA

**DESENVOLVIMENTO DA
UNIDADE DIDÁTICA**



REFERÊNCIAS



PESQUISA COMPLETA

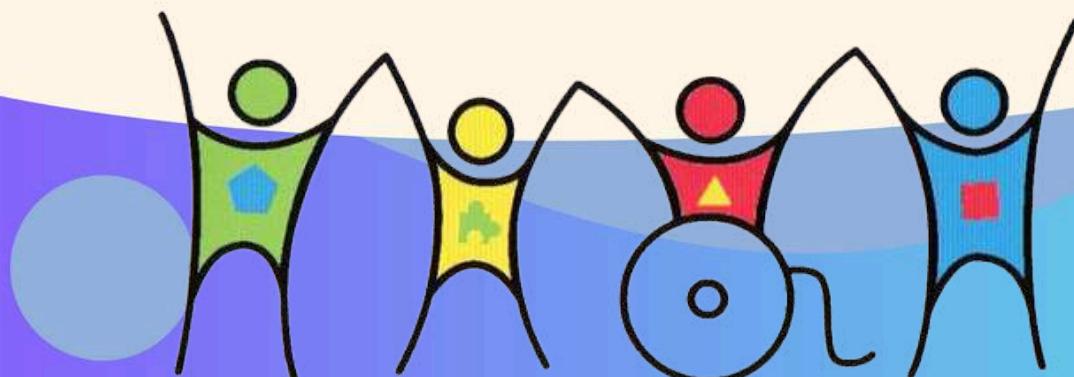


APRESENTAÇÃO

Este material didático é resultado de um estudo realizado no âmbito do Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (ProEF), conduzido pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho (UNESP), em colaboração com a Universidade Federal do Espírito Santo (UFES). Além da dissertação, elaborei este material para auxiliar os/as professores/as na prática pedagógica em escolas da Básica, principalmente aqueles/as interessados/as em explorar os esportes adaptados como recurso para uma abordagem inclusiva.. O estudo intitulado, “**PROMOVENDO A INCLUSÃO NA EDUCAÇÃO FÍSICA: contribuições do esporte adaptado como ferramenta inclusiva.**” explorou as potencialidades e possibilidades dos esportes adaptados na prática, conteúdo da cultura corporal de movimento, e que são ferramentas importantes para trabalhar a temática da inclusão no ambiente escolar além da conscientização dos alunos sobre a deficiência. O objetivo principal baseou-se em elaborar, executar, avaliar e apresentar uma unidade didática de ensino inclusivo utilizando os esportes adaptados para alunos/as com e sem deficiência do nono ano do Ensino Fundamental II. A inclusão e a participação ativa de alunos com deficiência no ambiente escolar constituem um eixo central tanto no campo da Educação Física quanto no da Educação Inclusiva. Diante dessa relevância, Desenvolvi esta pesquisa investigando as potenciais contribuições dos esportes adaptados como um instrumento de inclusão para alunos com e sem deficiência nas aulas de Educação Física, tomando como locus uma escola situada no interior do município de Marataízes, no estado do Espírito Santo. A pesquisa parte do pressuposto de que a Educação Física Inclusiva representa um caminho promissor para a valorização da diversidade humana e se fundamenta em vivências práticas de modalidades esportivas adaptadas, tais como o goalball, o futsal convencional e o futebol de 5, o voleibol convencional e o sentado, o basquetebol convencional e o adaptado, bem como o atletismo convencional e adaptado, incluindo a corrida adaptada.



O estudo foi desenvolvido em uma turma do nono ano do ensino fundamental, na qual os esportes adaptados foram tematizados durante as aulas dos dois primeiros trimestres letivos de 2024. Para tanto, elaborou-se e implementou-se uma unidade didática que possibilitou apresentar e, subsequentemente, conduzir os alunos à vivência prática dessas modalidades esportivas. Essa experiência desencadeou discussões profícuas acerca das interações estabelecidas entre os jogadores, evidenciando as convergências e divergências existentes entre os esportes convencionais e suas versões adaptadas. Adicionalmente, promoveu-se um debate sobre a percepção dos alunos em relação ao uso dos esportes adaptados e à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física, proporcionando essa vivência tanto para alunos com quanto sem deficiência. A estruturação metodológica das aulas pautou-se nas abordagens crítico-superadora e crítico-emancipatória. A coleta de dados ocorreu por meio da aplicação de entrevistas aos alunos da turma, cujas respostas foram submetidas à análise de conteúdo, complementada pelo registro fotográfico das atividades e pela aplicação de uma avaliação específica sobre o tema proposto aos estudantes. Os resultados da pesquisa demonstraram que o acesso às práticas esportivas adaptadas despertou, no grupo de alunos, reflexões notavelmente positivas acerca da inclusão. As vivências proporcionaram a oportunidade de os estudantes se colocarem no lugar do outro, ressignificando a sua percepção sobre a pessoa com deficiência, que deixou de ser vista sob a ótica da incapacidade. Dentre outras reflexões tecidas pelos alunos após a conclusão das práticas, destacam-se a valorização da diversidade, a compreensão das diferentes formas de participação e a desconstrução de estereótipos. A partir das experiências vivenciadas e das análises realizadas, a pesquisa conclui que os esportes adaptados, enquanto um componente relevante da cultura corporal de movimento, constituem ferramentas pedagógicas de significativa importância para o trabalho da temática da inclusão no ambiente escolar. Além disso, as práticas se mostraram eficazes para promover a conscientização dos alunos sobre a deficiência, fomentando o respeito, a empatia e a valorização das diferenças. Em suma, o estudo reforça o potencial dos esportes adaptados como um caminho para a construção de uma escola mais inclusiva e para a formação de cidadãos mais sensíveis e engajados com a diversidade humana.



INCLUSÃO

A inclusão é um processo dinâmico e contínuo que visa garantir a participação plena e equitativa de todas as pessoas na sociedade, independentemente de suas características individuais, como etnia, gênero, orientação sexual, deficiência, condição socioeconômica, religião ou qualquer outra diferença.

INCLUSÃO ESCOLAR

Segundo Mantean (2004), incluir significa garantir que todos os alunos, independentemente de suas características pessoais, sociais ou culturais, tenham acesso à educação de qualidade em um ambiente que respeite e valorize a diversidade. A inclusão não se limita apenas à presença física dos alunos na escola, mas envolve a participação ativa e significativa de todos nas atividades escolares.

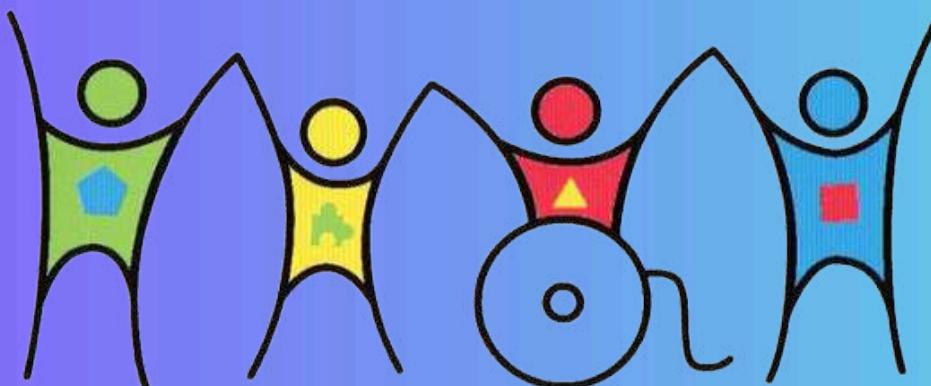


2. Introdução à inclusão e participação ativa de alunos com deficiência

A escola, em sua essência, configura-se como um terreno fértil para a germinação de saberes e para o florescimento de relações. Nesse espaço vital, a garantia do aprendizado para cada aluno, independentemente de suas particularidades, emerge como um princípio norteador. A profundidade do conceito de incluir, magistralmente capturada por Ferreira (2010, p. 93) como "[...] compreender, que por sua vez, quer dizer entender, alcançar com a inteligência", ilumina o caminho para uma convivência escolar mais humana e respeitosa. Ao exercitar essa compreensão, toda a comunidade educativa se enriquece, aprendendo a valorizar a singularidade de cada indivíduo e a construir laços genuínos com as crianças que integram o universo da inclusão.

No Brasil, a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei nº 9394/96) pavimentou o terreno para reformulações que visam garantir uma oferta de ensino capaz de acolher e promover o desenvolvimento de todas as crianças nas escolas regulares. Nesse sentido, a educação especial direciona suas ações para atender às especificidades desses alunos, articulando redes de apoio, fomentando a formação continuada e identificando recursos e práticas colaborativas (Brasil, 2007, p.9).

Entretanto, a efetivação da inclusão transcende os muros da escola. Demanda a construção de sólidas redes de colaboração que envolvam a família e a sociedade em geral, fortalecendo o combate à intolerância e desconstruindo as barreiras atitudinais que ainda persistem (Arruda; Almeida, 2004, p. 16). O princípio fundamental da inclusão reside, portanto, no respeito à diversidade. Professores, pais e alunos desempenham papéis cruciais nesse processo de aprendizado mútuo. Para tanto, a escola precisa reconfigurar sua postura diante da educação especial e da inclusão, reformulando suas ações e práticas pedagógicas. Além da contratação de profissionais capacitados, torna-se imprescindível o investimento em formações continuadas que empoderem os educadores a atender com sensibilidade e competência às necessidades educacionais especiais de cada criança. A inclusão, em sua essência mais profunda, é um ato de amor, de respeito e de crença no potencial único de cada ser humano.



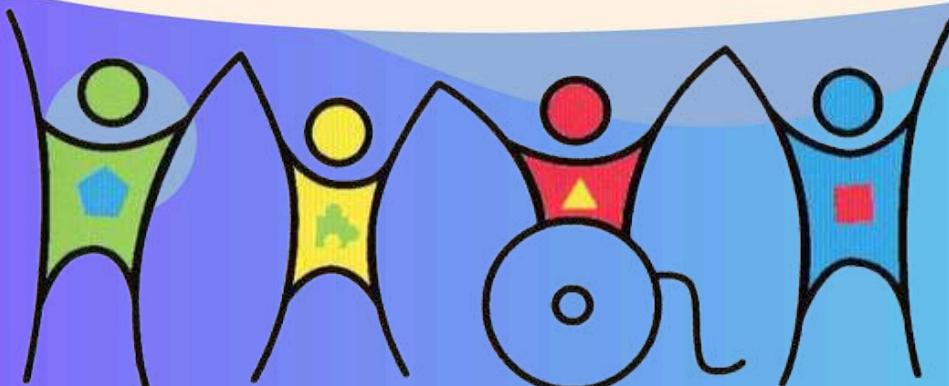
3. Importância do ensino de esportes adaptados na promoção da inclusão

A dinâmica das aulas de Educação Física frequentemente exige adaptações das atividades propostas, motivadas por fatores como limitações de espaço, materiais inadequados, tempo exíguo e variações na motivação e participação dos alunos. Diante dessa realidade constante, a compreensão do conceito de "atividade adaptada" se torna crucial. De acordo com Rodrigues (2017), a educação inclusiva se manifesta como uma proposta que transcende a mera presença física de alunos com deficiência em salas de aula regulares. Ela abrange a adoção de práticas pedagógicas diferenciadas e o compromisso das instituições de ensino em oferecer um ambiente de aprendizagem acessível e adaptado às necessidades de todos os alunos. Essa definição ressalta a natureza recorrente das adaptações nas aulas de Educação Física. Cada aula possui objetivos singulares que podem demandar ajustes em sua execução para atender às necessidades dos alunos. Essa flexibilidade é uma competência essencial do professor de Educação Física, que deve estar preparado para lidar com situações que exigem tais modificações. É fundamental enfatizar que as adaptações não devem se restringir aos alunos com deficiência. Elas representam ferramentas valiosas para promover a inclusão de todos os alunos, reconhecendo suas características individuais. Uma perspectiva inclusiva do Esporte Adaptado amplia seu alcance, reconhecendo-o como uma prática acessível a todos que desejam se envolver com o esporte. Para compreender a relevância do Esporte Adaptado, é pertinente explorar suas origens. Segundo Cunha (2013), o marco inicial da prática esportiva adaptada remonta ao final da Segunda Guerra Mundial, em 1945. O trabalho pioneiro do neurocirurgião alemão Ludwig Guttmann, utilizando o esporte na reabilitação de veteranos de guerra com lesões na coluna vertebral, deu origem ao Centro Nacional de Lesionados Medulares de Stoke Mandeville, considerado o berço do esporte paralímpico. Ao adotar uma perspectiva inclusiva, a prática do Esporte Adaptado transcende o atendimento exclusivo a pessoas com deficiência, englobando todos aqueles que desejam vivenciá-lo. Para que o esporte adaptado seja incorporado como objeto de conhecimento nas aulas de Educação Física escolar, é imprescindível que professores e alunos compreendam sua origem, definição e potencial de vivência sob uma ótica inclusiva.



4. Desafios enfrentados pelos professores no ensino de esportes adaptados

Apesar do crescente debate e da produção científica sobre a inclusão de pessoas com deficiência no ambiente escolar, a prática nas aulas de Educação Física ainda enfrenta obstáculos significativos, impactando diretamente o trabalho dos professores. A implementação efetiva da inclusão esbarra na formação docente inadequada, que gera insegurança na prática pedagógica diante da falta de preparo específico para lidar com as necessidades educacionais especiais (Duarte; Werner, 2002). Soma-se a essa dificuldade a falta de infraestrutura acessível nas escolas e a escassez de recursos pedagógicos adaptados, que limitam as possibilidades de atuação dos professores. Além das questões estruturais, a persistência de barreiras atitudinais na comunidade escolar também representa um entrave considerável. A superação do modelo tradicional da Educação Física, focado no desempenho, para a adoção de uma perspectiva inclusiva, que valoriza a diversidade, exige uma mudança de concepção pedagógica por parte dos professores. Essa transição, embora fundamental para a construção de um ambiente escolar verdadeiramente inclusivo, demanda tempo, apoio e formação continuada. Apesar do reconhecimento do papel crucial da Educação Física no desenvolvimento integral e na inclusão social dos alunos (Kunz, 2004; Aranha, 2016), os professores se deparam com a necessidade de adaptar constantemente as atividades devido às limitações existentes. A efetivação da inclusão, conforme aponta Mittler (2003), requer uma reforma radical nas escolas, abrangendo currículo, avaliação e pedagogia, o que implica um esforço conjunto de toda a comunidade escolar. A ausência desse suporte abrangente e a falta de recursos adequados dificultam a prática pedagógica inclusiva e sobre carregam os professores na busca por estratégias para garantir a participação e o aprendizado de todos os alunos.



5. Adaptações e estratégias pedagógicas para o ensino de esportes adaptados

O ensino de esportes adaptados representa um campo promissor para a efetivação da inclusão nas aulas de Educação Física. Para garantir a participação plena e engajada de todos os alunos, independentemente de suas habilidades e necessidades, é fundamental que os professores dominem técnicas de adaptação e implementem estratégias pedagógicas inovadoras. Este item visa oferecer orientações práticas para essa empreitada, abordando a adaptação de materiais, regras e atividades, bem como o fomento da colaboração e do trabalho em equipe. A adaptação no contexto dos esportes não se limita a simplificar a atividade, mas envolve uma análise criativa e intencional dos elementos do jogo para torná-lo acessível e desafiador para todos. No que tange aos materiais, a versatilidade é a chave. Bolas de diferentes tamanhos e pesos, materiais sonoros para alunos com deficiência visual, raquetes com empunhaduras modificadas, cadeiras de rodas esportivas e outros equipamentos adaptados podem abrir um leque de possibilidades. A criatividade do professor em utilizar materiais alternativos e de baixo custo também se mostra valiosa. As regras dos esportes também podem ser flexibilizadas para promover a inclusão. Permitir mais tempo para a execução de uma tarefa, reduzir o campo de jogo, alterar o número de toques na bola, criar zonas de pontuação diferenciadas e introduzir regras específicas para garantir a participação de todos são algumas estratégias. O importante é manter a essência do jogo, adaptando-o para que cada aluno possa contribuir ativamente e experimentar o prazer do movimento. No que se refere às atividades, a progressão pedagógica individualizada é essencial. Começar com atividades mais simples e gradualmente aumentar a complexidade, respeitando o ritmo de aprendizagem de cada aluno. Oferecer diferentes níveis de desafio dentro da mesma atividade permite que todos se sintam engajados e motivados. A utilização de jogos cooperativos, onde o objetivo é alcançar um resultado em conjunto, em vez da competição direta, pode ser uma excelente estratégia para promover a inclusão e o trabalho em equipe.



Para além das adaptações, a implementação de estratégias pedagógicas eficazes é crucial. A colaboração entre os alunos deve ser incentivada, com atividades que demandem a ajuda mútua, a comunicação e o respeito às diferenças. O trabalho em equipe pode ser promovido através da divisão de tarefas, da definição de papéis e da valorização da contribuição de cada membro. A utilização de metodologias ativas, como a aprendizagem baseada em problemas e a gamificação, pode aumentar o engajamento e a motivação dos alunos. A observação atenta e a avaliação formativa são ferramentas indispensáveis para o professor. Acompanhar o desenvolvimento de cada aluno, identificar suas necessidades e ajustar as estratégias pedagógicas de acordo com suas respostas é fundamental. O feedback individualizado e o reconhecimento dos progressos, por menores que sejam, fortalecem a autoestima e a motivação dos alunos.



6. Exemplos práticos de jogos e atividades adaptadas para diferentes deficiências

A transição da teoria para a prática no ensino de esportes adaptados ganha corpo com a apresentação de exemplos concretos. Este item visa fornecer sugestões práticas de jogos e atividades adaptadas, direcionadas a diferentes tipos de deficiência, com o intuito de facilitar a aplicação das estratégias pedagógicas e enriquecer o repertório do professor de Educação Física. Para Alunos

com Deficiência Visual: Futebol de Cegos (Goalball Adaptado): Utilizar uma bola sonora e adaptar as

regras para permitir a orientação auditiva. Delimitar o espaço com cordas e utilizar o tato para identificar as linhas. A comunicação verbal entre os jogadores é fundamental. Cabo de Guerra com Sinal Sonoro: Utilizar um apito ou outro sinal sonoro para indicar o início e o fim da disputa. Os alunos podem segurar a corda e seguir a orientação do som. Pega-Pega Sonoro: Um aluno com deficiência visual tenta pegar os outros, guiando- se pelos sons que eles emitem (palmas, voz). Para

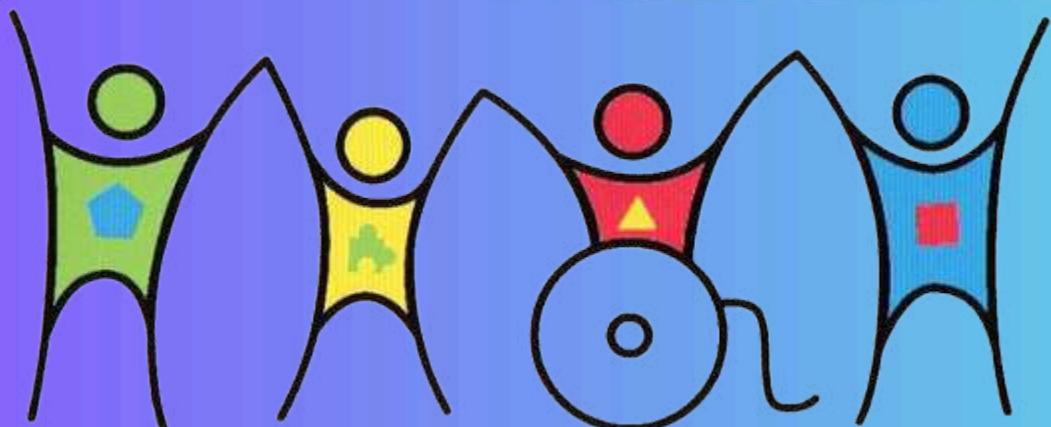
Alunos com Deficiência Física (Mobilidade Reduzida): Basquetebol em Cadeira de Rodas (Adaptado): Utilizar cadeiras de rodas esportivas e adaptar as regras para a movimentação e o contato entre as cadeiras. Reduzir o tamanho da quadra, se necessário.

Bocha Paralímpica (Adaptado): Utilizar bolas nas cores vermelha e azul com bolim branco, podendo utilizar materiais adaptados como bola de areia produzidas com sacola, balão e fita crepe permitindo o uso de calhas ou auxiliares para o lançamento. Focar na estratégia e na precisão. Arremesso de Peso Adaptado: Permitir diferentes posições de arremesso (sentado, em pé com apoio) e utilizar pesos adequados à capacidade de cada aluno. Para Alunos com Deficiência Intelectual:

Jogos Sensoriomotores: Utilizar atividades que envolvam diferentes texturas, cores e sons, explorando o movimento de forma lúdica e simples (ex: circuito com diferentes materiais para pisar, arremesso em grandes alvos).



Para Alunos com Deficiência Auditiva: **Voleibol com Sinais Visuais:** Utilizar sinais visuais claros e combinados para indicar o inicio do jogo, as jogadas e as faltas. **Cartões coloridos ou gestos específicos** podem ser utilizados. **Basquetebol com Intérprete de Libras (se necessário):** Utilizar um intérprete de Libras para transmitir as instruções e a comunicação durante o jogo. **Priorizar demonstrações visuais das técnicas.** **Jogos de Imitação e Ritmo Visual:** Realizar atividades que envolvam a imitação de movimentos e a reprodução de ritmos através de sinais visuais. **Jogos de Regras Simples:** Adaptar jogos conhecidos, simplificando as regras e utilizando recursos visuais para auxiliar na compreensão (ex: amarelinha com números grandes e cores vibrantes). **Atividades com Foco na Cooperação:** Priorizar jogos cooperativos onde o objetivo é alcançar um resultado em conjunto, sem a pressão da competição direta. **Tarefas Divididas e Sequenciadas:** Dividir atividades complexas em etapas menores e mais fáceis de serem compreendidas e executadas. A apresentação dessas sugestões práticas serve como ponto de partida para a criatividade do professor. A adaptação deve ser um processo contínuo e flexível, moldado pelas características e necessidades específicas de cada turma e de cada aluno. Ao explorar essas possibilidades, o professor de Educação Física se torna um agente fundamental na promoção de uma cultura inclusiva e no desenvolvimento integral de todos os seus alunos.



7. Recursos e materiais de apoio para a implementação das estratégias propostas

Durante a condução das aulas, busca-se explorar a pluralidade de sentidos corporais inerentes aos esportes adaptados, almejando a promoção de um processo de aprendizagem eficaz e o estabelecimento de uma relação dialógica profícua entre professor e aluno. A sala de aula foi intencionalmente concebida como um espaço dinâmico de mútuo intercâmbio de conhecimentos e experiências. Nesse contexto pedagógico, o ponto de partida metodológico consistiu em estabelecer uma aproximação inicial dos alunos com a temática, visando despertar seu interesse intrínseco e, por conseguinte, viabilizar a participação efetiva e engajada de cada um. Considerando que o esporte adaptado representava um conteúdo curricular inédito para o universo discente, foram empregadas estratégias e atividades criativas com o propósito primordial de fomentar a motivação e o envolvimento ativo nas propostas. Diante da realidade da maioria das escolas públicas, que carecem tanto de espaço físico adequado quanto de materiais em quantidade suficiente, a superação das limitações exigiu a adoção de estratégias inovadoras. Nesse sentido, materiais alternativos foram concebidos e desenvolvidos em colaboração ativa com os alunos, e espaços existentes foram adaptados de maneira criativa para a realização das aulas. Essa abordagem engenhosa permitiu a continuidade das intervenções pedagógicas sem que a qualidade do processo fosse comprometida, evidenciando o potencial da criatividade como um recurso pedagógico valioso, tanto para os alunos quanto para o professor. A descrição detalhada do desenvolvimento das aulas, apresentando de forma sistemática as metodologias pedagógicas empregadas, os recursos didáticos utilizados e as adaptações que foram implementadas para atender às necessidades específicas dos alunos. Adicionalmente, será realizada uma análise da recepção das atividades propostas pelos estudantes, considerando suas reações manifestadas, os níveis de participação observados e o grau de engajamento demonstrado ao longo das aulas.





PROPOSTA DIDÁTICA

EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA

→ HISTÓRIA

A expressão Educação Física Adaptada (EFA) emergiu na década de 1950 e consolidou-se como um programa diversificado de atividades, jogos e ritmos, concebido para promover o desenvolvimento adequado aos interesses, às capacidades e às limitações de alunos com deficiência.

→ OBJETIVOS

Os objetivos da EFA, enquanto área de estudo e intervenção, consistem em propiciar ferramentas e recursos para o atendimento adequado às Pessoas com Deficiência (PCD). Busca-se, assim, proporcionar seu desenvolvimento integral, reconhecendo suas potencialidades e necessidades, ao mesmo tempo em que se respeitam suas limitações.

→ CONTEXTUALIZAÇÃO

Para o desenvolvimento eficaz da EFA, torna-se imprescindível observar as diferenças existentes entre as pessoas com deficiência e sua respectiva repercussão no cotidiano escolar. Nesse sentido, sugere-se a consideração de quatro critérios relevantes:

- **Avaliação:** O processo de avaliação implica uma análise abrangente acerca da natureza da deficiência do aluno, das limitações inerentes a essa condição, de suas capacidades individuais e dos meios mais eficazes para potencializá-las. **Planejamento:** O planejamento de uma aula adaptada deve ser elaborado em consonância com a avaliação inicial realizada. Dessa forma, o planejamento terá como propósito adequar as atividades físicas às condições e limitações específicas do aluno. **Adaptação:** Concluídas as etapas de avaliação e planejamento, torna-se necessário buscar estratégias para a adaptação das atividades. A adaptação pode incidir sobre os materiais, os recursos, os espaços, o tempo destinado à aula e os conteúdos, mediante o emprego de criatividade e pesquisa. **Aplicação:** Elaborado um planejamento integral acerca da adaptação da aula de Educação Física para a inclusão do aluno com deficiência, segue-se a aplicação do plano de aula e a subsequente análise dos resultados.

QUESTINÁRIO DIAGNÓSTICO

Nome: _____

Idade: _____

Bairro ou localidade: _____

Cidade: _____

1 - No seu tempo de lazer, costuma praticar algum jogo ou esporte?

- Sim
 Não

2 - Se você respondeu sim na pergunta acima, com que frequência pratica jogos e esportes?

- Uma vez por semana
 Mais do que uma vez por mês
 Mais do que uma vez por semana
 Uma vez a cada dois meses
 Uma vez por mês
 Uma vez a cada três meses

3 - Das atividades abaixo, marque aquela(s) que você não conhece ou nunca ouviu falar:

- Bocha paralímpica ou (adaptada)
 Basquete em cadeiras de roda
 Goal ball
 Queimada adaptada
 Vôlei sentado
 Atletismo: corrida adaptada
 Futebol de 5
 Golf adaptado
 Ciclismo adaptado
 Rúgbi adaptado

4 - Das atividades abaixo, marque aquela(s) que você conhece e sabe o que significa, mas nunca teve a oportunidade de experimentar/ praticar:

- Bocha paralímpica ou (adaptada)
 Basquete em cadeiras de roda
 Goal ball
 Queimada adaptada
 Vôlei sentado Atletismo corrida adaptada
 Futebol de 5 Golf adaptado
 Ciclismo adaptado Rúgbi adaptado



5 - Das atividades abaixo, marque aquela(s) que você já teve oportunidade de observar sendo praticada na sua cidade.

- Bocha paralímpica ou (adaptada)
- Basquete em cadeiras de roda
- Goal ball
- Queimada adaptada
- Vôlei sentado
- Atletismo corrida adaptada
- Futebol de 5
- Golf adaptado
- Ciclismo adaptado
- Rúgbi adaptado

6 - Das atividades abaixo, marque aquela(s) que você já teve a oportunidade de experimentar/praticar:

- Bocha paralímpica ou (adaptada)
- Basquete em cadeiras de roda
- Goal ball
- Queimada adaptada
- Vôlei sentado
- Atletismo corrida adaptada
- Futebol de 5
- Golf adaptado
- Ciclismo adaptado
- Rúgbi adaptado

7 - Você tem alguma deficiência? (Se sim, por favor, especifique o tipo de deficiência)

8 - Você já participou de aulas de jogos e esportes adaptados na escola?

- Sim
- Não

Se você já participou de aulas de jogos e esportes adaptados, com que frequência?

- Uma vez por semana
- Mais do que uma vez por mês
- Mais do que uma vez por semana
- Uma vez a cada dois meses
- Uma vez por mês
- Uma vez a cada três meses



9 - Qual é a sua percepção sobre a importância das aulas de jogos e esportes adaptados para promover a inclusão de alunos com deficiência na escola?

- Muito importante
- Importante
- Neutro
- Pouco importante

10 - Você sente que as aulas de jogos e esportes adaptados incentivam a participação ativa de todos os alunos, independentemente de suas habilidades?

- Sim

- Não

- Parcialmente

11 - Quais benefícios você acredita que as aulas de jogos e esportes adaptados oferecem aos alunos com deficiência?

12 - Quais desafios você percebe nas aulas de jogos e esportes adaptados e termos de inclusão?

13 - Você tem interesse em participar de aulas de jogos e esportes adaptados? Por quê?

14 - Você sente que as aulas de jogos e esportes adaptados promovem a interação e a amizade entre os alunos com e sem deficiência? Justifique sua resposta.

- Sim
- Não

15 - Você tem alguma sugestão ou comentário adicional relacionado às aulas de jogos e esportes adaptados na escola que gostaria de compartilhar?



PLANO DE AULA

DISCIPLINA: Educação Física

CARGA HORÁRIA: 2 aulas de 50 minutos (totalizando 1 hora e 40 minutos)

TEMA DA AULA/CONTEÚDO: Democracia na Educação Física

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:

Introduzir o conceito de democracia aos alunos.

Promover a discussão acerca da importância da democracia na sociedade e no contexto esportivo.

Proporcionar a aplicação prática do conceito de democracia em uma atividade.

Estimular a reflexão crítica sobre a experiência de tomada de decisões de forma democrática.

DESENVOLVIMENTO:

A aula será estruturada em etapas que visam a construção do conhecimento de forma progressiva e participativa: 1. Discussão inicial: O professor iniciará a aula promovendo uma discussão sobre o conceito de democracia, explorando os conhecimentos prévios dos alunos e apresentando definições e exemplos relevantes. 2. Exibição de vídeo: Será exibido um vídeo com conteúdo explicativo sobre democracia, com o objetivo de aprofundar a compreensão do tema e fornecer um estímulo visual para a discussão. 3. Discussão em grupos: Os alunos serão divididos em pequenos grupos para discutir a aplicação dos princípios democráticos no âmbito do esporte. Serão propostos questionamentos que os incentivem a refletir sobre como as decisões são tomadas em diferentes modalidades esportivas e como a participação de todos pode ser garantida. 4. Compartilhamento e reflexão: Cada grupo apresentará suas conclusões para a classe, gerando um debate coletivo sobre as diferentes perspectivas e ideias. O professor mediará a discussão, relacionando os pontos levantados com os conceitos teóricos apresentados. 5. Revisão e aprofundamento: Será realizada uma revisão dos principais conceitos abordados na aula anterior, com o intuito de consolidar o aprendizado. 6. Atividade prática e reflexão: Os alunos participarão de uma atividade prática (a ser definida) que envolva a tomada de decisões de forma democrática. Ao final da atividade, será promovida uma reflexão sobre a experiência, com foco nos desafios, nas dificuldades e nos benefícios da tomada de decisões coletivas. **RECURSOS:** Vídeo conceitual sobre democracia Quadro branco para anotações Equipamento para a atividade prática (ex: bola de futsal, coletes, apito)

AVALIAÇÃO: A avaliação será contínua e formativa, considerando os seguintes aspectos:

Participação ativa e pertinente nas discussões em sala de aula, demonstrando compreensão do conceito de democracia. Engajamento e colaboração na atividade prática, aplicando os princípios democráticos na tomada de decisões. Capacidade de reflexão crítica sobre a experiência de participação democrática, expressando ideias e opiniões de forma clara e fundamentada. **REFERÊNCIAS:** BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2017.



PLANO DE AULA

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA

CARGA HORÁRIA: 2 AULAS DE 50 MINUTOS, DE 1 HORA E 40 MINUTOS.

TEMA DA AULA/CONTEUDO: Inclusão e Capacitismo: Redefinindo Limites e Construindo uma Sociedade Mais Justa

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:

Proporcionar aos alunos uma aula reflexiva e engajadora sobre os conceitos de inclusão e capacitarismo, com foco na promoção da empatia, do respeito à diversidade e na construção de uma sociedade mais justa e inclusiva para todos. Apresentar e discutir os conceitos de inclusão e capacitarismo de forma clara e acessível, utilizando linguagem adequada ao público-alvo. Estimular a reflexão crítica sobre os estereótipos e preconceitos relacionados às pessoas com deficiência, promovendo a compreensão da diversidade humana e o combate à discriminação. Enfatizar a importância da diversidade humana e da inclusão de todos os indivíduos na sociedade, independentemente de suas características físicas, sensoriais, intelectuais ou sociais.

DESENVOLVIMENTO:

Roda de Conversa apresentação com slides o projeto de pesquisa “O ensino de jogos e esportes adaptados a inclusão do deficiente na educação física” explicando como aconteceria nossas aulas com esportes tradicionais futsal, vôlei, basquetebol, atletismo corrida e esportes adaptados goalball, futebol de 5, vôlei sentado, basquetebol adaptado, atletismo corrida adaptada. Assinatura do termo de assentimento. Iniciar a aula com uma pergunta motivadora: “O que vocês entendem por inclusão e capacitarismo? Quais experiências ou conhecimentos vocês já possuem sobre esses temas?” Professor orientando e mediando a discussão de forma democrática e respeitosa. Apresentação de slides com conteúdo informativo sobre inclusão e capacitarismo, utilizando linguagem clara e acessível, imagens e vídeos para ilustrar os conceitos.

RECURSOS:

Apresentação de slides, possibilidade de utilizar outros recursos.

Vídeos informativos e inspiradores.

Artigos e notícias sobre o tema.

AVALIAÇÃO:

Observação da participação dos alunos nas atividades.

Engajamento e entusiasmo durante a aula.

Cooperação e trabalho em equipe.

Reflexão crítica sobre os aprendizados da aula.

REFERENCIAS:

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2017.

Fonte: Autor, 202



PLANO DE AULA

DISCIPLINAS: Educação Física / Arte

CARGA HORÁRIA: 2 aulas de 50 minutos (totalizando 1 hora e 40 minutos)

TEMA DA AULA/CONTEÚDO: Interdisciplinaridade entre Arte e Educação Física: Desvendando o Mundo dos Olhos Vendados.

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM Geral: Promover a inclusão e a empatia através da vivência e da reflexão sobre as dificuldades enfrentadas por pessoas com deficiência visual. **Específicos:** Vivenciar as dificuldades e desafios enfrentados por pessoas com deficiência visual em atividades físicas e artísticas. Desenvolver a empatia e o respeito pela diversidade humana. Compreender e aplicar as regras e estratégias de esportes adaptados, como o Goalball. Praticar jogos e esportes adaptados, com foco no Goalball, de forma inclusiva e colaborativa. Explorar a criatividade e a expressão artística na confecção de materiais adaptados.

DESENVOLVIMENTO: A aula será dividida em etapas que integram atividades de Arte e Educação Física, promovendo a participação ativa dos alunos e a reflexão sobre a temática da inclusão. **Etapa 1: Confecção das Máscaras de Dormir (Arte)** Apresentação: Os professores de Arte e Educação Física apresentarão a proposta da aula, contextualizando a importância da inclusão, da empatia e do planejamento participativo. Será ressaltada a relevância de compreender as vivências de pessoas com deficiência visual para a promoção de práticas inclusivas em diferentes contextos. Explicação: A professora de Arte explicará os materiais necessários e as etapas da confecção das máscaras de dormir, que serão utilizadas nas atividades práticas de Educação Física. Confecção: Os alunos, sob a orientação da professora de Arte, confeccionarão suas próprias máscaras de dormir, seguindo os passos descritos abaixo: Delimitação do molde: Os alunos utilizarão um molde (opcional) ou desenharão o contorno da máscara diretamente no EVA. Recorte do EVA: O EVA será recortado cuidadosamente ao longo da linha traçada. Preparação do TNT: Uma tira de TNT será cortada com a largura adequada para contornar a máscara. Fixação do TNT: A tira de TNT será fixada nas bordas do EVA com cola quente, cobrindo toda a borda da máscara. Fechamento da máscara: As duas partes do EVA serão unidas com cola quente, fechando a máscara. Personalização: Os alunos serão incentivados a personalizar suas máscaras com elementos decorativos, como fitas, botões ou glitter (opcional).



Exposição: As máscaras confeccionadas serão reunidas e expostas na sala de aula, valorizando a produção dos alunos e estimulando a troca de experiências. **Etapa 2: Vivenciando o Mundo dos Olhos Vendados (Educação Física)** Roda de Conversa: O professor de Educação Física iniciará uma roda de conversa para explorar os sentimentos e expectativas dos alunos em relação à vivência com os olhos vendados. Serão abordados temas como: Quais são os desafios enfrentados por pessoas com deficiência visual no dia a dia? Como a ausência da visão afeta a percepção do espaço e do movimento? Qual a importância da confiança e da comunicação na interação com pessoas com deficiência visual? Atividades Sensoriais: Os alunos, utilizando as máscaras confeccionadas na etapa anterior, participarão de atividades sensoriais que estimulem a percepção tátil, auditiva e olfativa. Exemplos: Percurso com obstáculos: Os alunos, vendados, deverão percorrer um trajeto com obstáculos, guiados por um colega ou por comandos verbais. Identificação de objetos: Os alunos, vendados, deverão identificar objetos por meio do tato. Jogo dos sons: Os alunos, vendados, deverão identificar diferentes sons produzidos na sala de aula. Vivência do Goalball: Apresentação do Goalball: O professor de Educação Física apresentará as regras, os objetivos e os materiais utilizados no Goalball, um esporte adaptado para pessoas com deficiência visual. Prática do Goalball: Os alunos, divididos em equipes, vivenciarão a prática do Goalball, utilizando as máscaras de dormir. O professor adaptará as regras e o espaço de jogo para garantir a participação de todos, com e sem deficiência visual. Reflexão sobre o Goalball: Ao final da atividade, os alunos participarão de uma roda de conversa para refletir sobre a experiência de jogar Goalball, abordando temas como: Quais as principais dificuldades encontradas ao jogar Goalball com os olhos vendados? Qual a importância da comunicação e da confiança entre os jogadores? Como o Goalball pode contribuir para a inclusão de pessoas com deficiência visual?

RECURSOS: TNT (tecido não tecido), EVA, Cola quente, Tesoura, Lápis ou caneta. Moldes de máscara de dormir (opcional) Vendas (ou máscaras de dormir confeccionadas pelos alunos) Bolas de Goalball (ou bolas de meia adaptadas) Materiais para atividades sensoriais (ex: objetos com diferentes texturas, instrumentos musicais, alimentos com aromas distintos) Espaço físico adequado para as atividades práticas.

AVALIAÇÃO: A avaliação será contínua e formativa, considerando os seguintes aspectos: Participação e colaboração na confecção das máscaras. Engajamento e envolvimento nas atividades sensoriais e na prática do Goalball. Compreensão das regras e estratégias do Goalball. Capacidade de comunicação, cooperação e respeito durante as atividades em grupo. Reflexão crítica sobre a experiência vivenciada e sobre a importância da inclusão de pessoas com deficiência visual. Contribuições nas discussões em sala de aula e na roda de conversa.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2017.



PLANO DE AULA

DISCIPLINA: Educação Física

CARGA HORÁRIA: 2 aulas de 50 minutos (totalizando 1 hora e 40 minutos)

TEMA DA AULA/CONTEÚDO: Educação Física Inclusiva: Desvendando o Mundo dos Olhos Vendados - explorando os ambientes.

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: Desenvolver a empatia e a compreensão dos desafios enfrentados por pessoas com deficiência visual. Estimular a comunicação e a colaboração entre os alunos. Promover a inclusão social e o respeito à diversidade. Desenvolver a percepção espacial e a propriocepção. Aperfeiçoar o senso de audição e o desenvolvimento da atenção. Estimular a criatividade e a resolução de problemas.

DESENVOLVIMENTO: A aula será organizada em torno de atividades práticas e reflexivas, que permitam aos alunos vivenciar e compreender os desafios da deficiência visual, promovendo a inclusão e o respeito às diferenças.

1.Exploração com Máscaras: Os alunos colocarão as máscaras de TNT e EVA, previamente confeccionadas, sobre os olhos. Em fila indiana, segurando o ombro do colega à frente, percorrerão um trajeto pela escola e/ou áreas próximas, como a comunidade escolar e ruas da localidade, sempre que o espaço e a segurança permitirem. Durante a atividade, os alunos serão incentivados a comunicar suas sensações e dificuldades, explorando a percepção do espaço por meio de outros sentidos. O professor orientará o percurso, garantindo a segurança dos alunos e mediando as interações.

2.Atividade em Dupla: Guia e Acompanhante: Os alunos se organizarão em duplas, onde um utilizará a máscara e o outro atuará como guia. O guia será responsável por orientar o colega vendado, utilizando comandos verbais e táteis, auxiliando-o na locomoção e na realização de tarefas simples. Após um período determinado, os papéis serão invertidos, permitindo que ambos os alunos experimentem as duas perspectivas. Ao final da atividade, a dupla se reunirá para discutir as sensações vivenciadas, os desafios encontrados e as estratégias de comunicação utilizadas.

Percepção Sonora com Chocalhos: Nesta atividade, alguns alunos utilizarão as máscaras, enquanto outros estarão com chocalhos, emitindo sons. Os alunos vendados deverão localizar os colegas com chocalhos, utilizando apenas a percepção auditiva. Após um tempo, os papéis serão trocados, permitindo que todos experimentem as diferentes funções na atividade. Ao final, será realizada uma reflexão coletiva sobre a importância da audição e da percepção sensorial na orientação espacial e na comunicação.

RECURSOS: Máscaras de TNT e EVA, produzidas pelos alunos TNT, EVA, cola quente (para a confecção das máscaras) Chocalhos Espaço amplo e seguro para a realização das atividades.



AVALIAÇÃO: A avaliação será contínua e formativa, com o objetivo de acompanhar o desenvolvimento dos alunos ao longo da aula. Serão considerados os seguintes aspectos: Observação da participação e do envolvimento dos alunos nas atividades propostas. Análise da capacidade de cooperação, comunicação e respeito demonstrada durante as interações com os colegas. Reflexão individual e coletiva sobre os desafios enfrentados e os aprendizados obtidos com a experiência, expressa por meio de relatos, comentários e discussões.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2017



PLANO DE AULA

DISCIPLINA: Educação Física

CARGA HORÁRIA: 2 aulas de 50 minutos (totalizando 1 hora e 40 minutos)

TEMA DA AULA/CONTEÚDO: Goalball Adaptado e Flexível com 10 Alunos

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: Desenvolver a autonomia e a proatividade dos alunos na construção de um jogo adaptado. Promover a inclusão e a participação de todos os alunos nas atividades. Desenvolver habilidades motoras, sociais e cognitivas. Estimular a criatividade e a resolução de problemas.

DESENVOLVIMENTO: A aula será estruturada para promover a experimentação do Goalball de forma adaptada, considerando um contexto de 10 alunos e utilizando recursos alternativos. Retomada da aula anterior: O professor iniciará a aula relembrando as atividades realizadas anteriormente e as sugestões dos alunos para a construção do campo de Goalball adaptado. O objetivo é resgatar o conhecimento prévio e dar continuidade ao processo de aprendizagem. Prática do Goalball adaptado: Os alunos serão divididos em equipes para vivenciar o jogo de Goalball adaptado. O professor explicará as regras do Goalball adaptado para 10 alunos por equipe, ressaltando as adaptações realizadas: As traves estarão posicionadas na direção da linha de fundo da quadra de vôlei. Os cones serão colocados sobre a linha lateral da quadra de futsal, delimitando a área de arremesso (do cone até a linha de fundo da quadra de vôlei). Durante a prática, o professor incentivará a colaboração, a comunicação e o respeito às regras, mediando as interações e auxiliando os alunos na adaptação às novas condições do jogo. Regras do Goalball adaptado: O professor apresentará as regras do Goalball adaptado, enfatizando as modificações para acomodar o número de alunos e o espaço disponível. As regras adaptadas serão: Número de jogadores: 10 alunos por equipe. Posicionamento das traves: Na linha de fundo da quadra de vôlei. Área de arremesso: Da linha lateral do futsal até a linha de fundo da quadra de vôlei. Demais regras: Serão utilizadas as regras oficiais do Goalball, com adaptações no tempo de jogo e nas dimensões da quadra, se necessário. Roda de conversa: Ao final da prática, será realizada uma roda de conversa para que os alunos compartilhem suas experiências e reflexões sobre a aula. O professor estimulará o debate, abordando temas como: As dificuldades encontradas na prática do Goalball adaptado. As estratégias utilizadas para superar os desafios. A importância da comunicação e da confiança na prática do Goalball. A relação entre o Goalball adaptado e a inclusão de pessoas com deficiência visual.

RECURSOS: Bola de guizo adaptada (bola de isopor oca com chocalho de brinquedo infantil e guizo dentro, revestida com fita crepe). Máscaras para os olhos de TNT e EVA Apito Bola de vôlei Chapeuzinhos chineses ou cones.



AVALIAÇÃO: A avaliação será contínua e formativa, considerando os seguintes aspectos: Participativa: Observação do envolvimento dos alunos na construção do campo de jogo e nas atividades práticas. Processual: Avaliação do desenvolvimento das habilidades motoras, sociais e cognitivas dos alunos ao longo das atividades. Reflexiva: Análise das contribuições dos alunos durante a roda de conversa, verificando a compreensão dos conceitos abordados e a capacidade de reflexão crítica sobre a experiência.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2017. .



PLANO DE AULA

DISCIPLINA: Educação Física CARGA HORÁRIA: 2 aulas de 50 minutos (totalizando 1 hora e 40 minutos) TEMA DA AULA/CONTEÚDO: Quebrando Barreiras: Desvendando o Mundo do Goalball

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: Compreender as regras e o objetivo do Goalball, vivenciando as dificuldades do jogo. Construir o próprio equipamento de jogo (traves, campo, bolas). Participar de jogos de Goalball, respeitando as regras e os colegas. Desenvolver empatia e respeito à diversidade através do Goalball. Construir os materiais necessários para a prática do Goalball de forma colaborativa. Adaptar as regras do Goalball para a realidade da turma. Desenvolver habilidades motoras e sociais através da prática do Goalball. Promover a inclusão e o respeito às diferenças. Refletir sobre a importância da atividade física para a saúde e o bem-estar.

DESENVOLVIMENTO: A aula será estruturada para proporcionar uma experiência completa de aprendizado sobre o Goalball, desde a construção dos materiais até a prática do jogo, com foco na inclusão e na reflexão. 1. Discussão inicial sobre o Goalball: O professor iniciará a aula com uma discussão sobre o Goalball, abordando suas regras, objetivos e os equipamentos necessários para a prática. Serão apresentados vídeos e imagens do esporte, se possível, para ilustrar a dinâmica do jogo e contextualizar a atividade. 2. Construção das traves: Os alunos, divididos em grupos, serão responsáveis pela construção das traves de Goalball, utilizando os seguintes materiais: Anilhas de 5kg de academia Cabos de vassoura As traves deverão ter as seguintes dimensões: 9 metros de largura por 1,30 metro de altura. 3. Construção do campo de jogo: Os grupos também construirão o campo de jogo, demarcando as linhas em alto relevo com os seguintes materiais: Fios de telefone ou de antena parabólica Fita crepe larga. 4. Confecção das bolas de Goalball: Os alunos confeccionarão as bolas de Goalball, utilizando os seguintes materiais: Bolas de isopor ocas Chocalhos infantis e guizos Fita crepe 5. Realização dos jogos de Goalball: Com os materiais construídos, os alunos participarão de jogos de Goalball. Cada grupo jogará contra os demais por um período de três minutos por partida. Os alunos utilizarão máscaras individuais, confeccionadas em aulas anteriores, para simular a deficiência visual. 6. Discussão final e reflexões: Ao final da aula, será realizada uma discussão coletiva para que os alunos compartilhem suas experiências, reflitam sobre os desafios enfrentados e a importância do Goalball como ferramenta de inclusão. O professor mediará a discussão, relacionando a prática com os conceitos teóricos apresentados e estimulando a reflexão crítica sobre a temática da inclusão e do respeito às diferenças.

RECURSOS:

Anilhas de 5kg de academia, Cabos de vassoura, Fios de telefone e de antena parabólica, Barbante, Fita crepe larga, Bolas de isopor oca, Chocalhos infantis, Guizos, Máscaras de TNT e EVA (confeccionadas pelos alunos em aulas anteriores).

AVALIAÇÃO:

A avaliação será contínua e formativa, considerando os seguintes aspectos:

Participação ativa e colaborativa na construção dos equipamentos de jogo.

Compreensão e respeito às regras do Goalball durante a prática do jogo.

Reflexão crítica sobre a experiência de jogar Goalball e trabalhar em equipe, expressa por meio de relatos, comentários e discussões.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2017.





PLANO DE AULA

DISCIPLINA: Educação Física

CARGA HORÁRIA: 2 aulas de 50 minutos (totalizando 1 hora e 40 minutos)

TEMA DA AULA/CONTEÚDO: Futebol de 5 Adaptado: Desenvolvendo Habilidades e Inclusão.

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: Introduzir os alunos ao futebol de 5 adaptado, promovendo a prática esportiva e o desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e socioemocionais, com foco na inclusão e na adaptação das regras para atender às necessidades de todos os alunos.

DESENVOLVIMENTO:

A aula será dividida em duas partes principais: explicação e adaptação das regras, seguidas por atividades práticas que culminarão em um jogo de futebol de 5 adaptado.

1. Explicação e Adaptação das Regras: Roda de conversa: O professor iniciará a aula com uma roda de conversa para apresentar o futebol de 5 adaptado, explicando suas regras e as adaptações que serão implementadas para a aula. Confecção de materiais adaptados: Os alunos participarão da confecção de materiais adaptados, que serão utilizados nas atividades práticas: Guia de garrafa PET: O professor demonstrará como confeccionar uma guia utilizando garrafas PET, barbante, tesoura e rolo de papel toalha interfolhado. Linhas de alto relevo: Serão utilizados fios de telefone e antena parabólica, fixados com fita crepe larga, para demarcar as linhas do campo em alto relevo.

Chamador: Será utilizado um pedaço de cano de ferro para demonstrar a função do chamador e a importância da comunicação da equipe. Demonstração da utilização da guia: O professor demonstrará como utilizar a guia de garrafa PET, simulando situações de um aluno guiando o outro, primeiro sem a bola e depois com a bola. Explicação sobre a bola: O professor explicará que a bola de futebol de 5 possui guizos internos, permitindo que os jogadores a localizem através do som, e como a bola pode bater na parede e o jogo continuar. Explicação do papel do chamador: O professor explicará o papel do chamador e a importância da comunicação da equipe, utilizando o pedaço de cano de ferro para simular a emissão de sons que orientam os jogadores.

2. Atividades Práticas: Passe com a mão na bola de guizo: Os alunos se organizarão em círculo e realizarão passes da bola de guizo com as mãos, balançando-a para ouvir o som e, em seguida, passando-a para o colega ao lado. Esta atividade visa desenvolver a coordenação motora e a atenção auditiva. Passe com os pés na bola de guizo: Os alunos se organizarão em círculo e realizarão passes da bola de guizo com os pés, dominando-a e ouvindo o som antes de passá-la para outro colega. Esta atividade também visa desenvolver a coordenação motora e a atenção auditiva.



Dominando a bola com os olhos vendados: Os alunos se revezarão tentando controlar a bola com os pés enquanto utilizam as máscaras produzidas em aulas anteriores. Esta atividade tem como objetivo aprimorar a percepção tátil e auditiva, além do equilíbrio. Jogo de futebol de 5 adaptado: O professor dividirá a turma em equipes equilibradas para a realização de um jogo de futebol de 5 adaptado, utilizando as regras e os materiais adaptados. Roda de conversa: Ao final das atividades práticas, será realizada uma roda de conversa para que os alunos compartilhem suas experiências, discutam as dificuldades enfrentadas, o que mais gostaram e o que aprenderam sobre o futebol de 5 adaptado e a inclusão de pessoas com deficiência visual.

RECURSOS: Bolas de futebol de 5 Máscaras produzidas pelos alunos em aulas anteriores Fio de telefone e antena parabólica Fita crepe larga Dois pedaços pequenos de cano de ferro Apito Barbante Duas garrafas de 500ml vazias Tesoura Rolo de papel toalha interfolhado.

AVALIAÇÃO:

A avaliação será contínua e formativa, baseada na observação da participação dos alunos nas atividades, no feedback fornecido durante a roda de conversa e em um questionário ao final da aula.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2017.



PLANO DE AULA

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA

TEMA DA AULA/CONTEUDO: Vôlei Sentado: Inclusão e Diversidade

CARGA HORÁRIA: 2 aulas de 50 minutos (totalizando 1 hora e 40 minutos)

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: Introduzir os alunos ao vôlei sentado, promovendo a prática esportiva e o desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e socioemocionais, com foco na inclusão e na adaptação das atividades para atender às necessidades de todos os alunos. Compreender a história e as regras do vôlei sentado adaptado. Promover a inclusão e o trabalho em equipe.

DESENVOLVIMENTO: Roda de Conversa Inicial e apresentação das regras básicas do jogo adaptado. Explicação dos fundamentos: saque, manchete, toque e rotação. Destacar a importância da inclusão e do respeito às diferenças. Montagem a rede e linhas demarcatória do campo de jogo com fita crepe todos juntos. Alongamento dinâmico sentado, incluindo movimentos de braços, pernas e tronco. Exercícios de respiração e relaxamento. Com a participação de todos, marcar a quadra de vôlei sentado utilizando fita crepe. A turma se dividida pelos alunos em equipes de forma equilibrada, considerando as habilidades de cada aluno. Saque: Prática do saque por baixo e por cima, sentado. Um aluno de frente para outro. Manchete: Exercícios de recepção da bola com os braços, sentado. Um aluno de frente para o outro. Toque: Exercícios de toque para cima, sentado. Um aluno de frente para o outro. Rotação: Prática da rotação dos jogadores na quadra, trocando de posições. Realizar um jogo de vôlei sentado, adaptando as regras para garantir a participação de todos e facilitar a aprendizagem. Roda de conversa: Feedback sobre a aula, dificuldades enfrentadas, o que gostaram e o que a prenderam. Planejamento participativo: Discutir com os alunos as atividades para a próxima aula, com o basquetebol tradicional e sugestões dos alunos sobre atividades e conteúdos a serem abordados.

RECURSO:

Bolas de vôlei; Rede de vôlei; Mastro de madeira; Fita crepe; Quadra para a prática do vôlei sentado .

AVALIAÇÃO: A avaliação será realizada de forma contínua, observando a participação, o empenho e o desenvolvimento das habilidades motoras, cognitivas e sociais dos alunos durante as atividades.

REFERENCIAS: BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2017.:





PLANO DE AULA

DISCIPLINA: Educação Física

CARGA HORÁRIA: 2 aulas de 50 minutos (totalizando 1 hora e 40 minutos)

TEMA DA AULA/CONTEÚDO: Basquetebol Adaptado do caranguejo: Vivenciando a Inclusão

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM:

Promover o trabalho em equipe, o respeito às regras e aos colegas, e o desenvolvimento do respeito à diversidade com espírito esportivo, empatia e inclusão. Compreender as regras do basquetebol adaptado, elaborar estratégias de jogo e analisar as próprias ações e as dos colegas.

Adaptar regras e materiais para a prática inclusiva de basquetebol adaptado.

DESENVOLVIMENTO: A aula será dividida em atividades teóricas e práticas, buscando a compreensão e a vivência do basquetebol adaptado de forma inclusiva. 1. Discussão Conceitual (Sala de Aula): Roda de conversa para introduzir o basquetebol adaptado. Discussão sobre as diferenças entre o basquetebol convencional e o adaptado. Destaque para a importância da inclusão e da empatia no contexto esportivo. 2. Atividades Práticas (Quadra): Aquecimento: Círculo grande com rotação de punhos para um lado e para o outro. Rotação de ombros para frente e para trás. Rotação de tronco para um lado e para o outro. Mobilidade Adaptada: Em círculo, sentados no chão, movimentação com as mãos e a sola dos pés, mantendo o glúteo fora do chão. Ao sinal do professor, deslocamento conjunto para o centro do círculo e retorno à posição inicial. Repetição da atividade algumas vezes. Queimada Adaptada: Divisão da turma em duas equipes. Adaptação da queimada com deslocamento apenas com as mãos e a sola dos pés (glúteo fora do chão). Arremesso no oponente sentado, com o glúteo no chão. Delimitação de um campo de jogo menor com chapeuzinhos chineses (quatro metros a partir da linha central da quadra). Jogo dos Dez Passes: Divisão da turma em duas equipes. Objetivo de completar dez passes consecutivos sem erro ou interceptação da equipe adversária. Utilização de meia quadra como campo de jogo. Treino de Fundamentos (Sentados): Em três fileiras, os alunos praticarão os seguintes fundamentos sentados no chão, deslocando-se para o final da fila após a execução: drible com a bola de basquete. Passe de peito e passe picado. Arremesso à cesta.

Adaptação das Cestas: Utilização de um aro de ferro de basquetebol adaptado com 1,30m de altura, amarrado com corda em uma coluna da quadra. Utilização de uma lixeira de plástico furada e sem fundo como cesta alternativa (sugestão dos alunos). Jogo de Basquetebol Adaptado: As equipes jogarão basquetebol sentadas no chão, adaptando as regras, o campo de jogo e os materiais conforme necessário. Utilização das cestas adaptadas (aro de basquete de ferro e lixeira furada). Redução do campo de jogo com chapeuzinhos chineses para facilitar a movimentação e a participação de todos.

RECURSOS:

Bolas de basquetebol, chapeuzinhos chineses, aro de cesta de basquete de ferro, cesta de lixo com defeito doada pela escola, cordas, quadra para a prática da atividade.

AVALIAÇÃO : A avaliação será contínua e formativa, considerando os seguintes aspectos: Observação da participação, do empenho e do desenvolvimento das habilidades motoras, cognitivas e sociais dos alunos durante as atividades. Roda de conversa e feedback dos alunos sobre a experiência. Observação da colaboração em equipe e do respeito às regras. Questionário ao final da aula para verificar o aprendizado e as impressões sobre a atividade.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2017.



PLANO DE AULA

DISCIPLINA: Educação Física

CARGA HORÁRIA: 2 aulas de 50 minutos (totalizando 1 hora e 40 minutos)

TEMA DA AULA/CONTEÚDO: Correndo Juntos: Atletismo para Todos. Atletismo corrida convencional e adaptada com máscara.

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: Introduzir os alunos ao atletismo, promovendo a prática esportiva e o desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e socioemocionais, com foco na inclusão e na adaptação das atividades para atender às necessidades de todos os alunos.

DESENVOLVIMENTO: A aula será estruturada em etapas que combinam teoria e prática, visando a inclusão e a participação ativa dos alunos.

1. Roda de conversa e apresentação do atletismo adaptado: Breve histórico do atletismo. Apresentação das regras básicas das corridas. Explicação sobre o atletismo adaptado e a importância da inclusão. Demonstração da utilização da máscara e da guia para a corrida em dupla. Corrida leve com diferentes ritmos e intensidades. Alongamento dinâmico, incluindo exercícios de membros inferiores e superiores. Pique sensorial: os alunos correm pegando chocalhos espalhados pelo espaço do campo.
2. Preparação da pista e divisão das equipes: Os alunos confeccionarão as raias com barbante e as guias para as duplas. Dividir a turma em duplas, onde um aluno será o guia e o outro representará o deficiente visual.
3. Corrida convencional: Corrida rasa no campo de grama, com saída da linha de fundo e chegada na linha do meio do campo. Enfatizar a importância da segurança e atenção na corrida e na partida.
4. Corrida adaptada em dupla: Corrida em dupla, com o guia segurando a guia de TNT e conduzindo o aluno com a máscara. Após a bateria, inverter as posições para que todos vivenciem os dois papéis.
5. Roda de conversa: Feedback sobre a aula, dificuldades enfrentadas, o que gostaram e o que a prenderam. Planejamento participativo da próxima aula com sugestões dos alunos.



RECURSOS: Barbante Apito Cronômetro Ficha para anotações e apurações dos tempos Caneta Máscaras de TNT e EVA Guias de TNT Chocalhos Campo de futebol (espaço amplo para a prática das corridas)

AVALIAÇÃO: A avaliação será contínua e formativa, considerando os seguintes aspectos: Observação da participação dos alunos nas atividades, da colaboração em equipe e do respeito às diferenças. Questionário ao final da aula para verificar o aprendizado e as impressões sobre a atividade.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2017.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

A atividades desenvolvidas ressaltam a importância do esporte adaptado como ferramenta de inclusão na Educação Física, promovendo valores de respeito, empatia e solidariedade. Inicialmente, os alunos possuíam conhecimento limitado sobre o tema, mas a vivência com o esporte adaptado ampliou sua percepção e conscientização, demonstrando maior empatia e interesse em interagir com pessoas com deficiência. A experiência despertou o engajamento dos alunos, que participaram ativamente das atividades e organizaram um festival de esportes adaptados na escola. A participação do professor de Educação Física de outras turmas foi fundamental para ampliar o alcance do projeto, apesar das dificuldades iniciais, como a insegurança em aplicar as adaptações e a preocupação com a reação dos alunos. O professor superou esses desafios, observou o entusiasmo dos alunos e passou a incluir o esporte adaptado em suas aulas. Ademais, as práticas revelaram-se eficazes na promoção da conscientização dos alunos acerca da deficiência, ao estimular o respeito, a empatia e a valorização das diferenças. Em síntese, o estudo ratifica o potencial dos esportes adaptados como instrumento para a construção de um ambiente escolar mais inclusivo e para a formação de cidadãos mais sensíveis e comprometidos com a diversidade humana.



REFERÊNCIAS

ARRUDA, Marco Antônio; ALMEIDA Mauro de. **Cartilha da inclusão escolar: Inclusão Baseada em Evidências Científicas.** Rio Preto: ABDA, 2014 BRASIL. Ministério da Educação e Secretaria de Educação Especial. Grupo de trabalho. Política Nacional de Educação Especial na Perspectiva da Educação Inclusiva. MEC/SEESP, 2007. CUNHA, Leonardo Miglinas. **O Esporte Adaptado como Conteúdo nas aulas de Educação Física.** 2013. 176f. Dissertação. Mestrado em Educação Física. Programa de PósGraduação em Educação Física. Universidade Federal do Espírito Santo. Vitória- ES, 2013. DUARTE, E.; WERNER, T. **Esporte adaptado: Construindo uma nova história.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. FERREIRA, F. **Educação Inclusiva: quais os pilares e o que a escola precisa fazer.** PROESC. 2018. Disponível em: <https://www.proesc.com/blog/educacao-inclusiva-o-que-a-escola-precisa-fazer>. Acesso em 20 de mar. 2025 KUNZ, E. **Transformação didática-pedagógica do esporte** 7.ed. Ijuí: Unijuí, 2006. MITTLER, P. J. Educação inclusiva: contextos sociais. Porto Alegre: Artmed, 2003. Movimento, Porto Alegre, v. 14, n. 01, p. 13-38, jan./abr. 2008. Mantoan. Maria Teresa Eglér **Inclusão escolar : o que é? por quê? como fazer?** / Maria Teresa Eglér Mantoan. — São Paulo : Moderna , 2003.

RODRIGUES, P. R. E. **Educação Inclusiva: Significados e Sentidos Configurados a partir de uma Experiência Formativa Docente.** Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Alfenas, 2017.