

**BEM-ESTAR AMPLIADO: Explorando os Impactos Positivos e Orientações Especiais da Educação Física Escolar na Qualidade de Vida de Indivíduos com Deficiência Intelectual e Motora**

Larissa Ribeiro Ferreira da Silva<sup>1</sup>

Bianca Freitas Rocha Macario<sup>2</sup>

**RESUMO**

Tendo em vista a necessidade de inclusão de pessoas com deficiência nas aulas de educação física, pesquisa-se sobre análise e orientação da educação física em ambiente escolar regular. Para tanto, é necessário revisar estudos de inclusão e desafios em escolas regulares, revisar pesquisas de benefícios de atividades físicas para pessoas com deficiência e analisar estudos de posicionamento do professor de educação física adaptada. Diante disso, verifica-se que são poucos os professores que incluem alunos com deficiência, os professores precisam de formação continuada, e a educação física inclusiva traz autonomia, prevenção de enfermidades secundárias, estímulo de convívio externo entre outros, o que impõe a constatação de que é preciso um esforço maior por parte de todos os envolvidos para garantir qualidade de vida para alunos com deficiência.

**Palavras chave:** Inclusão. Educação Física Escolar. Lei. Benefícios. Formação Continuada.

**1 INTRODUÇÃO**

Este estudo reside na análise e orientação da Educação Física adaptada no ambiente escolar, focando na promoção da autonomia, no desenvolvimento de habilidades motoras e na melhoria da qualidade de vida de estudantes com deficiência intelectual e motora.

O problema de pesquisa central questiona como otimizar estratégias e abordagens inclusivas para a participação efetiva de indivíduos com deficiência intelectual e motora em ambientes educacionais. Perante os desafios dessas pessoas, faz-se necessário compreender estratégias para inserção dos alunos. Esta problematização visa orientar profissionais da área

---

<sup>1</sup> Graduanda em Licenciatura em Educação Física pelo Centro Universitário do Sul de Minas.

de Educação Física escolar com as melhores práticas inclusivas para promover a participação e socialização, garantindo equidade em escolas regulares e inclusivas.

Hipoteticamente, alunos regulares que convivem socialmente com deficientes desenvolvem maior empatia e altruísmo. Além disso, a pesquisa considera que alunos com deficiência física e motora apresentam maior desenvoltura em atividades cotidianas quando as atividades motoras são bem trabalhadas na escola.

A fim de otimizar estratégias e abordagens inclusivas para a participação efetiva de indivíduos com deficiência intelectual e motora em ambientes educacionais e, propõem-se os seguintes objetivos específicos: revisar estudos de inclusão e desafios em escolas regulares, revisar pesquisas de benefícios de atividades físicas para pessoas deficientes, analisar estudos de posicionamento do professor de educação física adaptada.

Este estudo busca trazer todo conhecimento necessário para a atuação do professor de educação física dentro de escolas, para que encontrem a melhor forma de executar seu trabalho de forma responsável e inclusiva, mostrando a importância da inserção destes alunos e os benefícios que serão acrescentados em suas vidas posteriormente.

## **2 MATERIAL E MÉTODOS**

Esta pesquisa será de caráter bibliográfico para investigar os impactos positivos e orientações específicas relacionadas ao bem-estar ampliado de indivíduos com deficiência intelectual e motora por meio da Educação Física escolar. Conforme apontado por Frossard (2023), a metodologia bibliográfica é um dos mais utilizados em trabalhos de TCC, onde será realizado uma revisão de materiais bibliográficos já existentes e que condizem com o tema proposto pelo acadêmico.

Para a elaboração deste estudo, foram consultados recursos como livros eletrônicos, Google Acadêmico, artigos disponíveis no banco de dados do Scielo, revistas e leis brasileiras. O critério principal de seleção foi a busca por artigos que incorporassem palavras-chaves como inclusão, educação física escolar, lei, benefícios, formação continuada. Artigos que não abrangiam o tema PCD, deficiência motora, educação física escolar, eram excluídos da pesquisa.

Para melhor atender os alunos e orientar professores, gestores e profissionais da área da educação, buscou-se a utilização de artigos mais recentes, partindo do ano 2019 até o ano

de 2023. Esta escolha visa garantir que as informações e diretrizes fornecidas sejam baseadas em descobertas recentes e relevantes no campo da inclusão e da Educação Física escolar.

### **3 EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E INCLUSÃO**

A deficiência historicamente carrega o estigma da incapacidade na prática de atividades físicas. No entanto, as práticas desenvolvidas nessa área demonstram que, ao promover a prática física, é possível despertar a motivação para uma vida ativa, independentemente das limitações impostas pela deficiência. Pessoas com deficiência vivenciam abusos e violência em seu dia a dia vindos da sociedade, igreja, Estado e até mesmo da família, o que dificulta a inserção do indivíduo como um membro ativo da sociedade, pois não se sentem acolhidos. (MACEDO E ROCHA, 2021)

A Lei nº 12.796, de 4 de abril de 2013, estabelece no Art. 4, incisos I e III que a educação básica é gratuita e obrigatória dos quatro aos dezessete anos de idade, e deverá ser ofertado atendimento educacional especializado gratuitamente aos educandos com deficiência, transtornos globais do desenvolvimento e altas habilidade dentre outros (BRASIL, 2013). Este atendimento especializado também é assegurado pela Lei de Diretrizes e Bases (LDB) de nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, Art. 58, inciso I. Cipriano (2022) cita que a inclusão não se dá somente em inserir o estudante com deficiência no ambiente escolar, é preciso também garantir sua permanência e aprendizado.

Entende-se que a educação física não tem como objetivo somente o desenvolvimento das capacidades físicas e motoras, mas também consolidar a socialização de todos de forma que aprendam e respeitem limites e diferenças dos colegas. Antigamente essas pessoas eram vistas como inválidas e dignas de pena, hoje se fazem integrantes de suma importância na sociedade, que devem ser incluídas, pois todos possuem direito de aprender juntos. (LEITE, 2021)

Quanto antes a educação intervir, melhores serão os resultados no decorrer dos anos, caso a deficiência ainda não tenha sido desvendada, porém já tenha sido observada pelo professor, ele poderá realizar alguns testes simples para sanar sua dúvida e repassar à um profissional adequado. A formação de recursos humanos capacitados para oferecer atendimento apropriado às instituições especializadas aos alunos especiais, está direcionada

ao Plano Nacional de Educação. Para um melhor desenvolvimento e aprendizagem, são necessários professores capacitados e materiais pedagógicos adequados. (BRASIL, 2001).

### **3.1 Estudos de Caso e Análise**

Em uma entrevista a um estudante com Deficiência Intelectual (DI), o discente demonstra não se interessar muito pelas aulas de Educação Física devido a realização de alguns exercícios em que ele não gosta, como corridas e práticas esportivas, principalmente pela falta de compreensão das atividades aplicadas pelo professor. Neste caso, pode-se criar uma visão negativa acerca da disciplina, e também é perceptível a não utilização de outras estratégias para a melhor compreensão. (CIPRIANO, 2022)

Da Cunha Júnior e Costa (2021), realizaram uma pesquisa sobre Educação Física Escolar na Ilha do Combu localizada no município de Belém do Pará, com uma estudante de 16 anos na época, que continha limitações físicas e intelectuais, relatando não conseguir realizar as aulas, pois sua cadeira de rodas havia quebrado e seu professor não conseguia lhe dar assistência. Assim, ela permanecia em sala com a professora. Seus colegas de classe possuíam grande respeito e empatia, por isso, insistiam para que participasse das aulas e até mesmo a auxiliavam na locomoção, porém havia limitação para práticas esportivas, e também sentia vergonha e muita dificuldade para se locomover por não ter mais o auxílio da cadeira de rodas. Como resultado, sempre permanecia em sala. (CUNHA JÚNIOR E COSTA, 2021)

Os pesquisadores afirmaram que o espaço não era adequado, pois as rampas, inicialmente, não possuíam corrimão, sendo instalados apenas após a queda de duas alunas. Além do problema com a acessibilidade, as estratégias metodológicas utilizadas eram ineficazes, prejudicando a inclusão nas aulas de educação física.

### **3.2 Benefícios da Educação Física Inclusiva no Desenvolvimento**

Toda criança precisa ser estimulada constantemente, seu processo de criatividade, imaginação e conhecimento são provenientes das brincadeiras, do lúdico. O ato de brincar proporciona experiências cognitivas, sociais, emocionais e corporais, incentivando a socialização, empatia, respeito e compreensão. Levando em consideração que a criança com deficiência sente mais dificuldade no aprendizado, a brincadeira é um ótimo meio para

facilitar este caminho até a compreensão, os jogos e brincadeiras são um excelente meio de inclusão. (ARAÚJO et al. 2019)

As aulas de educação física têm grande influência na vida de PCD 's, ajudando no desenvolvimento de atividades cognitivas, motoras e prevenção de doenças, tornando-os pessoas ativas e capazes da realização de tarefas diárias. A Educação Física possibilita ao deficiente compreender suas limitações e capacidades, encaminhando-os ao melhor percurso para realizar suas atividades, tornando-os pessoas autônomas e aptas a executar suas tarefas. (CIPRIANO, 2022)

Em estudos ministrados por Domingos (2023), constatou-se que a Educação Física Escolar Inclusiva permite a diminuição e prevenção de doenças, a sensação de competição justa, melhoria da qualidade postural, benefícios para a saúde física e mental, aprimoramento da força, equilíbrio, agilidade, prevenção de enfermidades secundárias e estímulo de convívio externo, obtenção de melhores resultados acadêmicos, vontade, prazer, otimismo, construção de atitudes dignas e respeitadas. A convivência com pessoas com necessidades especiais viabiliza a solidariedade, respeito e aceitação.

### **3.3 Desafios de Professores na Educação Física Adaptada**

Martins et al. (2019) entrevistou 32 professores de educação física buscando entender suas dificuldades, ele ressalta em sua pesquisa que 69% dos professores entrevistados não se sentem preparados para atuarem na Educação Física Adaptada (EFA) apesar do conhecimento adquirido na faculdade, onde seus maiores desafios são “falta de conhecimento; inclusão de alunos da diversidade; estrutura; frustração; motivação do grupo de educadores e preconceito”. Os 31% dos entrevistados, já tem o preparo necessário para atuar com PCD 's, tendo dificuldades com a estrutura escolar, seja física, material ou de recursos humanos. (MARTINS et al. 2019, p.4-5)

Os professores da pesquisa ressaltam que o meio de acesso a conteúdos, informações e pesquisas para trabalhar com PCDs é ampla e fácil de ser encontrada, fazendo-se necessário somente o interesse do docente em procurá-lo. Essa informação se torna contraditória quando dizem não estarem preparados para atuar na Educação Física Adaptada. (MARTINS et al. 2019). A falta de interesse e procura dos docentes atrasam o processo de amadurecimento da

escola no quesito inclusão, afinal, o docente deve sempre atualizar e aprimorar seus conhecimentos em busca da melhoria do bem-estar do aluno.

Neste seguimento, Leite (2021) destaca que os professores mais antigos obtiveram matérias de inclusão somente por matéria optativa, enquanto nos mais atuais havia ao menos uma matéria para estudo. Essa matéria linkada ao curso de educação física, não se tornou suficiente para muitos professores na hora da prática, pois a educação inclusiva é algo amplo e complexo.

Ao realizar uma pesquisa prática em uma escola, Santos et al. (2021) mostrou em seu artigo a importância de se interessar e conhecer seu aluno, suas experiências aproximavam os demais, e suas atitudes eram um grande exemplo para os que observavam. Os professores devem mediar e criar ambientes que sejam propícios para uma boa interação, diferenciando apenas a forma organizacional e não a metodologia pedagógica. Apesar de grandes avanços na inclusão, ainda há muito a ser aprendido sobre a inclusão, pois até mesmo os professores mais experientes e ativos na inclusão sentem dificuldades ao se programarem.

Um método muito utilizado por professores na inclusão, é colocá-los como árbitros em práticas esportivas coletivas, gerando a exclusão da atividade, não participando diretamente do exercício. Abordagens esportivas podem ser um grande empecilho na inclusão dos estudantes, pois é onde só se colocam os mais habilidosos, não abrangendo a oportunidade de experimentação de todos. Observando este ponto, não são as atividades físicas as principais causadoras da exclusão, mas sim a forma metodológica aplicada pelo educador, o professor que busca melhoria em suas aulas deverá compreender a individualidade de seus alunos para sua integração, pois o professor deve focar suas aulas no desenvolvimento de todos, fazendo com que seus conteúdos sejam significativos e diversificados. (SANTOS et al. 2020)

Alguns professores de educação física de escolas inclusivas preferem o improvisado em cima de conhecimentos que já haviam adquirido anteriormente, adaptando de forma arranjada aulas para deficientes, apesar da criatividade, isto mostra o desinteresse de muitos para buscar novos meios metodológicos e específicos de aprimorar suas aulas. (LEITE, 2021)

### **3.4 Estratégias de Comunicação e Formação**

A comunicação entre professor e aluno é de essencial importância, suas falas, gestos, tratamento, e explicações devem ser adaptáveis. Sendo assim, é necessário o aprimoramento dos professores, para que criem planos de aula visando o aprendizado de estudantes com e sem deficiência, a socialização e valorização das individualidades. Também é importante a participação de alunos sem deficiência quando houver a falta de um segundo profissional na aula, algo que deve ser observado de perto pelo professor podendo ou não dar certo. As atividades deverão ser mantidas em um ritmo adaptável e agradável para todos os educandos. (SANTOS et al. 2020)

Professores com formação continuada conseguem estar mais preparados e seguros para a realização de suas aulas, porém ainda existem lacunas presentes nessas formações, pois apesar de específicas para uma determinada deficiência, ainda não apresentam a realidade encontrada nas escolas. Seriam necessárias formações que levam o discente para a aula prática, reuniões, palestras e cursos oferecidos pela secretaria da educação visando compreender as dificuldades vivenciadas e as melhorias a serem realizadas. (SANTOS et al. 2020)

## **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Quando iniciou-se o trabalho de pesquisa, constatou ser necessário estudos para direcionar o professor de educação física dentro das escolas, mostrando-lhes os benefícios que as atividades trarão para a vida de alunos com deficiência, sendo preciso análises e orientações sobre a educação física incluída e adaptada no ambiente escolar.

Diante disto, a pesquisa teve como objetivo potencializar estratégias e abordagens inclusivas para a participação efetiva de alunos com deficiência, constata-se que o objetivo geral foi parcialmente atendido, pois o trabalho conseguiu destacar os benefícios que a inclusão e atividades trazem para os deficientes, trazendo exemplos significativos de duas vivências diferenciadas, porém não encontrou-se artigos com atividades específicas que pudessem ser trabalhadas em aula e seus respectivos resultados, artigos com experimentações práticas de atividades esportivas ou lúdicas, pois somente eram citados as dificuldades que os professores sentem, o desinteresse pela formação continuada e as frustrações vivenciadas.

Os objetivos específicos foram atendidos, pois conseguiu observar os desafios enfrentados em escolas regulares, os benefícios das atividades físicas foram devidamente apresentados como a melhoria postural, aprimoramento da força, equilíbrio, dentre outros. Foram diversos estudos sobre os posicionamentos metodológicos de professores perante a educação física inclusiva e adaptada, onde se faz necessário a procura de professores de educação física com formação continuada, interessados em fazer diferente.

A pesquisa partiu da hipótese de que os alunos regulares que mantêm um convívio social com deficientes apresentam maior empatia e altruísmo. Esta hipótese foi confirmada ao ser apresentado o artigo pesquisado, em que os colegas de classe sentem falta da presença do aluno em aula, oferecendo auxílio para locomoção. A hipótese de que os alunos com deficiência física e motora têm maior desenvoltura em atividades cotidianas quando as atividades motoras são bem desenvolvidas na escola foi confirmada nos estudos de Domingos (2023), onde é apresentado todos os benefícios físicos e motores adquiridos pelas atividades, benefícios que trarão uma melhor qualidade de vida.

A pesquisa foi realizada com conteúdos disponibilizados no google acadêmico, revistas, artigos disponíveis no banco de dados do Scielo e leis brasileiras, excluindo das pesquisas artigos que não estivessem entre o período de 2019 e 2023 e não estivessem relacionados com deficiência física, intelectual e motora e educação física escolar. Todos esses dados foram coletados em um período de seis meses de forma virtual, analisando artigos que pudessem expressar o que melhor este artigo precisava.

Diante da metodologia proposta, percebe-se que o trabalho poderia ter sido realizado presencialmente nas escolas regulares, recolhendo dados mais precisos sobre a educação inclusiva, observando quais atividades estavam sendo realizadas e como estavam sendo realizadas. Já que este trabalho é de revisão bibliográfica, recomenda-se encontrar uma escola regular com professores dedicados a incluírem todos, observando a forma como cada atividade física é realizada, trazendo dicas de como incluir os deficientes em suas aulas para que os educandos não se sintam mais excluídos e entendam a importância da atividade física em suas vidas.

## **ABSTRACT**

Considering the need to include people with disabilities in physical education classes, research is being carried out on the analysis and guidance of physical education in a regular school environment. To this end, it is necessary to review studies on inclusion and challenges in regular schools, review research on the benefits of physical activities for people with disabilities, and analyze studies on the positioning of adapted physical education teachers. Because of this, it appears that few teachers include students with disabilities, teachers need continued training, and inclusive physical education brings autonomy, prevention of secondary illnesses, and stimulation of external coexistence, among others, which requires the verification of that a greater effort is needed on the part of everyone involved to guarantee quality of life for students with disabilities.

## REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, R. M.; SOUSA, A. V; FONTENELE, L. M. S.; MOURA, A. M. P. **Os Jogos e Brincadeiras no Processo de Inclusão Escolar**. VI CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, 2019. Disponível em: [https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2019/TRABALHO\\_EV127\\_MD4\\_SA11\\_ID6249\\_19092019232356.pdf](https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2019/TRABALHO_EV127_MD4_SA11_ID6249_19092019232356.pdf) Acessado em: 02/06/2024
- BRASIL, Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. **Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional** Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/19394.htm#:~:text=L9394Text=Estabelece%20as%20diretrizes%20e%20bases%20da%20educa%C3%A7%C3%A3o%20nacional.&text=Art.,civil%20e%20nas%20manifesta%C3%A7%C3%B5es%20culturais](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19394.htm#:~:text=L9394Text=Estabelece%20as%20diretrizes%20e%20bases%20da%20educa%C3%A7%C3%A3o%20nacional.&text=Art.,civil%20e%20nas%20manifesta%C3%A7%C3%B5es%20culturais). Acessado em: 01/06/2024
- BRASIL, Lei nº 12.796, de 4 de abril de 2013. **Que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional, para dispor sobre a formação dos profissionais da educação e dar outras providências**. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2011-2014/2013/lei/112796.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2013/lei/112796.htm). Acessado em: 01/06/2024
- CIPRIANO, Samuel de Lima. **O olhar do aluno com deficiência intelectual sobre as aulas de educação física na escola**. Departamento de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/46543>. Acessado em: 13/09/2023
- CUNHA JUNIOR, Eldemberg Souza; COSTA, Wagner César Pinheiro. À margem das margens: Relato de uma estudante com deficiência sobre Educação Física Escolar na Ilha do Combu-PA. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 16, p. e57101623100-e57101623100, 2021. Acessado em: 08/06/2024

DOMINGOS, J. IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA PORTADORES DE NECESSIDADES ESPECIAIS NA ESCOLA MOÇAMBICANA. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, [S. l.], v. 2, n. 1, 2023. Disponível em: <https://revista.unipacto.com.br/index.php/multidisciplinar/article/view/1229>. Acesso em: 10 jun. 2024.

FROSSARD, Fábio. Metodologia para TCC que utilizam pesquisa bibliográfica - 10 exemplos prontos. **Aluno Expert**, 2023. Disponível em: <https://alunoexpert.com.br/metodologia-de-pesquisa-bibliografica-pronta/#:~:text=bibliogr%C3%A1fica%20e%20documental-,O%20que%20%C3%A9%20uma%20metodologia%20de%20revis%C3%A3o%20bibliogr%C3%A1fica%20e%20documental,ao%20tema%20a%20se%20estudar>. Acessado em: 31/09/2023

LEITE, Marco Filipe Xavier. **A Formação inicial do professor de educação física e sua implicação na construção pedagógica frente a inclusão de alunos com deficiência intelectual**. Departamento de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/39343> Acessado em: 13/09/2023

MACEDO, Elisângela de Fátima; ROCHA, Paula de Lourdes. **Estímulos motivacionais para pessoas com deficiência adquirida: contribuições da educação física**. 2021. 39 f. Monografia (Graduação em Educação Física) - Escola de Educação Física, Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2021. Disponível em: <http://www.monografias.ufop.br/handle/35400000/4449> Acessado em: 19/09/2023

MARTINS, L. T. VENDITTI JUNIOR, R. TERTULIANO, I. W. BRUM, A. N.; LIMA, M. E.; ROCHA, T. C. A. Inclusão de pessoas com deficiência na educação física escolar: um desafio possível ou utopia?. **Caderno de Educação Física e Esporte**, Marechal Cândido Rondon, v. 17, n. 2, p. 185–192, 2019. DOI: 10.36453/2318-5104.2019.v17.n2.p185. Acesso em: 18 set. 2023.

SANTOS, Luciana dos; COELHO, Vanessa Canuto. Educação Inclusiva: na prática, a teoria é outra!. **Revista Educação Pública**, v. 21, nº 10, 23 de março de 2021. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/21/10/educacao-inclusiva-na-pratica-a-teoria-e-outra> Acessado em: 01/06/2024

SANTOS, Francianne Farias dos; MATOS, Maria Almerinda de Souza; SANTOS, João Otacilio Libardoni dos. Fatores Potencializadores e/ou Dificultadores do Processo de Inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física. **Educação. Santa Maria**, Santa Maria, v. 45, e 42654, 2020. acessos em 08 jun. 2024. Epub 04-Set-2023. <https://doi.org/10.5902/1984644442654>.