

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ  
CAMPUS REGIONAL DO VALE DO IVAÍ  
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS DO MOVIMENTO HUMANO  
GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

ANAIS DA VIII SEMANA DA EDUCAÇÃO FÍSICA E II CICLO DE DEBATES  
(ISBN nº 978-65-01-32230-8)

Ivaiporã  
2024



VIII Semana da educação física: atuação no esporte, lutas corporais, saúde e lazer e  
II Ciclo de Debates: História, atuação profissional e perspectivas futuras na Educação Física  
Departamento de Ciências do Movimento Humano  
Universidade Estadual de Maringá - Campus Regional do Vale do Ivaí



GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

ANAIS DA VIII SEMANA DA EDUCAÇÃO FÍSICA E II CICLO DE DEBATES  
(ISBN nº 978-65-01-32230-8)

Anais da VIII Semana da Educação Física e II Ciclo de Debates, realizada entre os dias 09 e 14 de dezembro de 2024, pelo Departamento de Ciências do Movimento Humano, da Universidade Estadual de Maringá – Campus Regional do Vale do Ivaí (DMO/UEM/CRV).  
Organizadores: Acadêmicos do curso de Educação Física, Prof. Dr. Rodrigo Lima Nunes, Prof. Dr. Júlio Cesar da Costa, Prof. Dr. Eduard Angelo Bendrath

Ivaiporã  
2024



## SUMÁRIO

<b>APRESENTAÇÃO .....</b>	<b>4</b>
<b>I RESUMOS SIMPLES .....</b>	<b>5</b>
<b>PRECONCEITO DE GÊNERO NO FUTEBOL .....</b>	<b>5</b>
<b>AS POSSIBILIDADES DE DESENVOLVIMENTO PSICOLÓGICO NO FUTEBOL DE CAMPO DE JOVENS PARTICIPANTES DO PROJETO ESCOLA DE INICIAÇÃO ESPORTIVA (PEX) .....</b>	<b>6</b>
<b>A DANÇA COMO CONTEÚDO DA CULTURA CORPORAL E PROMOÇÃO DA CRIATIVIDADE PARA CRIANÇAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL.....</b>	<b>7</b>
<b>TREINAMENTO DO VÔLEIBOL COMO FORMA DE SOCIALIZAÇÃO DE ALUNOS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA) .....</b>	<b>8</b>
<b>ESPORTE E SAÚDE NO MUNICÍPIO DE NOVA TEBAS.....</b>	<b>9</b>
<b>EXERGAMES E O ENFRENTAMENTO DO SEDENTARISMO DE JOVENS DO ENSINO MÉDIO .....</b>	<b>10</b>
<b>A IMPORTÂNCIA DO GOLEIRO DE FUTSAL: ESTUDO SOBRE A VALORIZAÇÃO DO GOLEIRO DE FUTSAL .....</b>	<b>11</b>
<b>TREINAMENTO FÍSICO PARA ATLETAS DE BALLE CLASSICO: ESTUDO SOBRE O TREINAMENTO FÍSICO PARA ATLETAS DE BALLE CLÁSSICO.....</b>	<b>12</b>
<b>RESISTÊNCIA FÍSICA PARA PRATICANTES DE BEACH TENNIS ADULTOS.....</b>	<b>13</b>
<b>ATIVIDADES FÍSICAS PARA CRIANÇAS COM OBESIDADE .....</b>	<b>14</b>
<b>TÁTICAS NO FUTSAL JUVENIL PARA MOMENTOS DE PRESSÃO .....</b>	<b>15</b>
<b>PSICOMOTRICIDADE NA EDUCAÇÃO INFANTIL: ESTUDO DA PSICOMOTRICIDADE NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR.....</b>	<b>16</b>
<b>TREINAMENTO FÍSICO PARA IDOSOS.....</b>	<b>17</b>
<b>A ANSIEDADE E O ESTRESSE PRÉ-COMPETITIVO DE ATLETAS DO VOLEIBOL .....</b>	<b>18</b>
<b>DANÇA PARA PESSOAS COM SÍNDROME DE DOWN (ADULTO) .....</b>	<b>19</b>
<b>II RESUMOS EXPANDIDOS .....</b>	<b>20</b>
<b>MODELO DE DESENVOLVIMENTO PARADESPORTIVO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA: AS FASES DE INICIAÇÃO AOS ESPORTES NO TÊNIS DE MESA .....</b>	<b>20</b>
<b>PROJETO PESSOA IDOSA EM MOVIMENTO: ATIVIDADES FÍSICAS E RECREATIVAS EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS.....</b>	<b>26</b>
<b>PROJETO PESSOA IDOSA EM MOVIMENTO: PROMOÇÃO DO LAZER E BEM-ESTAR SOCIAL EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS.....</b>	<b>31</b>
<b>INICIAÇÃO PARADESPORTIVA DA NATAÇÃO: RELATO DAS AÇÕES DO PROJETO ATIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS DO VALE DO IVAÍ.....</b>	<b>36</b>
<b>INICIAÇÃO E TREINAMENTO NA MODALIDADE DE ATLETISMO NO PROJETO DE EXTENSÃO ATIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS DO VALE DO IVAÍ.....</b>	<b>41</b>
<b>FORMAÇÃO ESPORTIVA ESCOLAR ATRAVÉS DO VOLEIBOL: ANÁLISE DO PROJETO DE EXTENSÃO ‘ESCOLA DE ESPORTES COLETIVOS DA UEM DE IVAIPORÃ’ .....</b>	<b>46</b>



VIII Semana da educação física: atuação no esporte, lutas corporais, saúde e lazer e  
II Ciclo de Debates: História, atuação profissional e perspectivas futuras na Educação Física  
Departamento de Ciências do Movimento Humano  
Universidade Estadual de Maringá - Campus Regional do Vale do Ivaí



<b>POSSIBILIDADES PEDAGÓGICAS PARA O ENSINO DO BADMINTON NA ESCOLA.....</b>	<b>51</b>
<b>O ENSINO DA CAPOEIRA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.....</b>	<b>55</b>



## APRESENTAÇÃO

É com grande satisfação que apresentamos os Anais da *VIII Semana da Educação Física: atuação no esporte, lutas corporais, saúde e lazer* e do *II Ciclo de Debates: História, atuação profissional e perspectivas futuras na Educação Física*, evento organizado pelo Departamento de Ciências do Movimento Humano da Universidade Estadual de Maringá – Campus Regional do Vale do Ivaí.

Realizada entre os dias 09 e 14 de dezembro de 2024, esta edição da Semana da Educação Física reafirma seu compromisso com o desenvolvimento acadêmico e profissional da área, proporcionando um espaço para a troca de conhecimentos entre estudantes, professores, pesquisadores e profissionais da área. A programação diversificada abordou temas centrais da Educação Física e suas interfaces com sua história, com o esporte, as lutas, a saúde, o lazer, a inclusão e a formação profissional.

Os trabalhos aqui publicados representam a diversidade das pesquisas e atividades extensionistas compartilhadas nas mesas científicas do evento. Contemplam investigações científicas, relatos de experiências em projetos de extensão, projetos de pesquisa e análises que contribuem significativamente para o avanço do conhecimento na área. Entre os temas abordados, destacam-se questões como a formação esportiva, a psicomotricidade, a inclusão social, o impacto das atividades físicas na saúde nas diversas etapas da vida e a valorização das manifestações culturais no ensino da Educação Física.

Agradecemos a todos os envolvidos na realização deste evento, desde os organizadores, palestrantes e professores do curso até os acadêmicos e pesquisadores que contribuíram com seus trabalhos. Que este material inspire novas iniciativas e contribua com o fortalecimento da Educação Física como um campo do conhecimento essencial para a sociedade.

Comissão Organizadora

*VIII Semana da Educação Física e II Ciclo de Debates*  
Universidade Estadual de Maringá – Campus Regional do Vale do Ivaí

## I RESUMOS SIMPLES

### PRECONCEITO DE GÊNERO NO FUTEBOL

Eduarda Amanda Silva Lemes. Discente em Educação Física pela UEM.

Contato: [ra133344@br](mailto:ra133344@br)

**Introdução:** O futebol é um esporte coletivo amplamente conhecido, mas o futebol feminino ainda é menos valorizado. O preconceito contra mulheres no futebol é uma realidade que persiste, apesar das evidências de que mulheres são igualmente capazes (Goellner, 2000).

**Objetivos:** Este trabalho tem como objetivo analisar o preconceito de gênero presente no futebol feminino, entender suas origens e manifestações, e investigar formas de contribuir para que esse preconceito seja combatido e erradicado. A pesquisa buscará identificar práticas e políticas que possam promover a equidade de gênero no esporte. **Metodologia:** A pesquisa será realizada por meio de uma revisão bibliográfica, utilizando fontes como livros, artigos acadêmicos e sites especializados, como o site Interativos GE. O estudo buscará compreender como o preconceito contra as mulheres no futebol se desenvolveu ao longo do tempo e identificar possíveis soluções para diminuir esse estigma. Resultados Esperados Espera-se que a revisão bibliográfica permita entender profundamente as causas e os efeitos do preconceito de gênero no futebol. O objetivo é identificar maneiras de fomentar a inclusão e a valorização das mulheres no esporte, contribuindo para o fim de estigmas e discriminações. **Conclusões Esperadas:** A pesquisa deverá destacar como o preconceito contra mulheres no futebol se manifesta e suas consequências para o desenvolvimento do esporte. Espera-se que o estudo apresente estratégias e ações concretas que possam ser implementadas para reduzir esse preconceito, promover maior aceitação e criar um ambiente mais igualitário e inclusivo para as mulheres no futebol.

#### Referências

GOELLNER, S. *Futebol e política*. Rio de Janeiro: DP&A, 2000.

HISTÓRIA do futebol feminino. Interativos.ge.globo.com, 1979. Disponível em: <https://interativos.ge.globo.com/futebol/selecao-brasileira/especial/historia-dofutebol-feminino#content-1979>. Acesso em: 01 dez. 2024.

## **AS POSSIBILIDADES DE DESENVOLVIMENTO PSICOLÓGICO NO FUTEBOL DE CAMPO DE JOVENS PARTICIPANTES DO PROJETO ESCOLA DE INICIAÇÃO ESPORTIVA (PEX)**

Adrian Fellipe Pereira de Oliveira. Discente do 2º ano de Educação física da Universidade Estadual de Maringá (UEM). Contato: ra138079@uem.br

**Introdução:** O presente projeto de pesquisa tem como objetivo explorar as possibilidades de desenvolvimento psicológico, com foco na resiliência mental, no futebol de campo entre jovens participantes do Projeto Escola de Iniciação Esportiva (PEX) da Universidade Estadual de Maringá (UEM). **Objetivo:** Visa identificar e analisar a resiliência mental dos alunos participantes do projeto através da aplicação do teste Escala de resiliência-10 de Connor Davidson para o Brasil – RISC-10-Br. **Metodologia:** Através de uma pesquisa longitudinal, inicialmente, será utilizado um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para que os pais ou responsáveis autorizem a participação dos alunos na pesquisa. Em seguida, serão escolhidos os alunos participantes da pesquisa e a aplicação do teste. Após o período de uma temporada de trabalho com esses alunos, o mesmo teste será reaplicado para medir o progresso dos alunos. Com base nas observações e análises, serão propostas novas abordagens para aprimorar o desenvolvimento psicológico dos participantes do projeto. **Consideração:** Espera-se que a pesquisa revele quais são as estratégias utilizadas pelos profissionais de educação física no contexto do futebol de campo para fomentar o desenvolvimento psicológico dos jovens atletas, especialmente no que tange à resiliência. Ao término desta pesquisa, espera-se identificar claramente quais são as estratégias de desenvolvimento psicológico empregadas no projeto PEX da UEM. No entanto, neste estágio inicial, ainda é prematuro apresentar conclusões definitivas.

### **Referências**

- GASPARETO, L. R. *Os benefícios do futebol de campo para crianças e adolescentes de 10 a 15 anos*. 2020.
- GUTERMAN, M. *O futebol explica o Brasil*. 2015.
- NIEMAN, C. D. *Exercícios e saúde: como se prevenir de doenças usando o exercício como seu medicamento*. 1999.
- SOUZA, R. A. *A importância da psicomotricidade para o desenvolvimento infantil através do futebol*. 2004.



## A DANÇA COMO CONTEÚDO DA CULTURA CORPORAL E PROMOÇÃO DA CRIATIVIDADE PARA CRIANÇAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL

Adrielle de Assis. Acadêmica do Curso de Educação Física da  
UEM/CRV. Contato: [ra135153@uem.br](mailto:ra135153@uem.br)

Taynara Augusta dos Santos. Acadêmica do Curso de Educação Física da  
UEM/CRV. Contato: [ra136678@uem.br](mailto:ra136678@uem.br)

**Introdução:** A dança, enquanto conteúdo da cultura corporal, possibilita às crianças da Educação Infantil a expressão de emoções e reações, como alegria ou tristeza, sendo um espaço privilegiado para a observação de seu desenvolvimento mental, cognitivo, controle corporal e equilíbrio. Nesse contexto, o ensino da dança promove uma diversidade de compreensões, possibilitando que as crianças descubram conceitos e ideias. Essa manifestação artística atua como uma ponte entre educação e sociedade, desempenhando papel central na formação infantil. **Objetivos:** O presente estudo tem como objetivo destacar que, ao realizar movimentos de dança, as crianças fortalecem a consciência corporal, amadurecem, compreendem sentimentos e desenvolvem habilidades motoras. A dança é percebida pelas crianças como uma atividade lúdica, que permite demonstrar emoções e liberar energia acumulada, superando medos, limitações e dificuldades de expressão e movimento. **Metodologia:** A pesquisa, de abordagem qualitativa, utilizou fontes como Google Acadêmico e SciELO, empregando palavras-chave como "Educação Infantil", "Dança", "Importância", "Movimentos" e "Artigos Científicos". Os resultados demonstram que a dança desempenha um papel fundamental no desenvolvimento infantil ao proporcionar vivências diversificadas. Essas vivências permitem às crianças explorarem formas de movimento, construir conceitos e ideias, reconhecer o próprio corpo e suas limitações, enfrentar desafios, interagir com outras pessoas, expressar sentimentos e comunicar-se por meio da linguagem corporal. **Considerações:** Além disso, a dança contribui para o desenvolvimento de capacidades físicas e intelectuais, constituindo um meio educacional para a formação de indivíduos conscientes e críticos. Conclui-se que a dança fomenta a alegria e o prazer nos movimentos, ampliando as capacidades individuais e promovendo o autoconhecimento, fortalecendo a convivência em sociedade e a busca pelo bem-estar.

### Referências

- LABAN, Rudolf. *Dança educativa moderna*. São Paulo: Ícone, 1990.
- NANNI, Dionísia. *Dança educação: da pré-escola à universidade*. 5. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2008.



## TREINAMENTO DO VÔLEIBOL COMO FORMA DE SOCIALIZAÇÃO DE ALUNOS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA)

Kauan Andrei Vaz da paixão. Discente do 2º ano de Educação física da Universidade Estadual de Maringá (UEM). Contato: ra133402@uem.br

**Introdução:** A socialização de indivíduos com transtorno do espectro autista (TEA), apresenta desafios significativos, especialmente no contexto escolar, onde a interação social é fundamental para o desenvolvimento. Com isso em mente, este trabalho busca identificar metodologias eficazes para utilizar o treinamento de Voleibol como forma de socialização para alunos com TEA, de escolas públicas. **Objetivos:** O objetivo deste trabalho é identificar métodos de treinamento do Voleibol, que ajudem a melhorar a socialização de alunos com TEA, e aplicar os métodos identificados para testar a eficácia de cada um. **Metodologia:** Inicialmente pretendesse identificar se a escola com classe especial possui algum método de ensino de voleibol para alunos com TEA, caso não haja será proposto alguns métodos para iniciar o treinamento destes alunos, a cada 5 meses será realizado, testes para identificar o progresso na área da socialização dos alunos. **Considerações:** Com este projeto de pesquisa, pretende-se conseguir diminuir a dificuldade que os alunos de escolas públicas de classes especiais com TEA, têm em socializar, através do treinamento de Voleibol.

### Referências

PETERSEN, S. R., ZINK, K. The impact of physical activity on social skills in children with autism spectrum disorder: A systematic review. *Physical Education and Sport Pedagogy*, v. 20, n. 3, p. 295-311, 2015.



## ESPORTE E SAÚDE NO MUNICÍPIO DE NOVA TEBAS

Leonardo Vinicius do Couto Schiavo. Graduando/a em Educação na UEM.  
Contato: schiavofficial@gmail.com

**Tema De Pesquisa:** Analisar o nível de aptidão física dos moradores de Nova Tebas que praticam esportes em comparação aos que não praticam. **Problema de pesquisa:** Por que a prefeitura de Nova Tebas oferece poucos projetos esportivos, considerando que iniciativas municipais podem democratizar o acesso ao esporte e contribuir significativamente para a saúde pública, De acordo com Bracht (2011, p. 71): “Iniciativas esportivas em nível municipal, além de democratizarem o acesso ao esporte, contribuem diretamente para a saúde pública ao incentivar a prática regular de atividades físicas, prevenindo doenças crônicas como hipertensão, diabetes e obesidade.” **Justificativa:** O estudo busca evidenciar os benefícios físicos e psicológicos da prática de esportes, destacando que indivíduos que praticam atividades físicas possuem melhores indicadores de saúde e qualidade de vida em relação àqueles que não praticam. Os resultados serão utilizados para embasar propostas de políticas públicas e incentivar a criação de mais projetos esportivos no município de Nova Tebas, promovendo oportunidades para que a população melhore sua saúde e bem-estar. Dessa forma, espera-se conscientizar gestores públicos e moradores sobre a importância de iniciativas esportivas para a promoção da saúde coletiva. **Metodologia:** A pesquisa será quantitativa e descritiva, utilizando como instrumento o IPAQ (Questionário Internacional de Atividade Física), reconhecido mundialmente para medir níveis de atividade física. **Resultados esperados:** Espera-se identificar uma relação positiva entre a prática esportiva e melhores níveis de aptidão física, saúde e qualidade de vida. Os resultados servirão para embasar propostas à prefeitura, destacando a importância de mais projetos esportivos para ampliar o acesso da população ao esporte, melhorar indicadores de saúde e fortalecer a consciência sobre o papel do esporte na prevenção de doenças e promoção do bem-estar.

### Referências

- BRACHT, Valter. *Educação física e saúde pública: reflexões sobre o esporte como prática social*. 2011.
- IPAQ. *Guidelines for data processing and analysis of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)*.



## EXERGAMES E O ENFRENTAMENTO DO SEDENTARISMO DE JOVENS DO ENSINO MÉDIO

Igor Eduardo de Lima Pedroso. Graduando em Educação Física. Universidade Estadual de Maringá - UEM. E-mail: [ra138076@uem.br](mailto:ra138076@uem.br)

Vinicius Matheus Alonso de Souza. Graduando em Educação Física. Universidade Estadual de Maringá - UEM. E-mail: [ra136651@uem.br](mailto:ra136651@uem.br)

**Tema:** Exergames e o enfrentamento do sedentarismo de jovens do ensino médio. **Objetivo:** Incentivar jovens do ensino médio a participar um meio alternativo de exercício, para combater o sedentarismo, assim utilizando o vídeo game através dos jogos com sensores de leitura corporal ou de realidade virtual, contribuindo para uma saúde física e mental melhor. **Justificativa:** Para fazermos uma análise de interesse e benefícios dos jovens com a prática. **Metodologia:** Faremos a identificação do problema, pesquisa preliminar, interesse pessoal e profissional e a relevância para a comunidade, isso sendo uma pesquisa qualitativa. **Considerações:** Vemos nos exergames uma oportunidade aplicável as necessidades da atual geração, assim sendo incentivado nas escolas a partir de recursos públicos e privados, para que haja uma busca externa, como por exemplo, os próprios jovens a utilizar o celular.

### Referências

- STAIANO, A. E.; CALVERT, S. L. Exergames for physical education courses: physical, social, and cognitive benefits. *Child Development Perspectives*, v. 5, n. 2, p. 93–98, 2011.
- GAO, Z.; CHEN, S.; PASCO, D.; POPE, Z. A meta-analysis of active video games on health outcomes among children and adolescents. *Obesity Reviews*, v. 16, n. 9, p. 783–794, 2015.
- PENG, W.; LIN, J. H.; CROUSE, J. Is playing exergames really exercising? A meta-analysis of energy expenditure in active video games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, v. 14, n. 11, p. 681–688, 2011.



## A IMPORTÂNCIA DO GOLEIRO DE FUTSAL: ESTUDO SOBRE A VALORIZAÇÃO DO GOLEIRO DE FUTSAL

Jackson Antunes Domingos. Acadêmico do Curso de Educação Física, UEM/CRV.  
Contato: [ra133550@uem.br](mailto:ra133550@uem.br)

**Introdução:** O goleiro de futsal desempenha um papel crucial no desempenho da equipe, exigindo habilidades físicas, motoras, psicológicas e técnicas especiais. Sua função é fundamental tanto na defesa quanto no apoio ao ataque, especialmente no futsal moderno, onde o goleiro também pode atuar como "goleiro-linha". **Objetivo:** O objetivo deste estudo é destacar a importância do goleiro no futsal, abordando a necessidade de um preparo físico, técnico e tático adequado, além de explorar a função do goleiro na construção ofensiva e no equilíbrio entre suas responsabilidades defensivas e de apoio ao ataque. **Metodologia:** A pesquisa se baseia em uma análise de literatura sobre o papel do goleiro no futsal, considerando estudos e artigos acadêmicos que discutem sua atuação, os desafios enfrentados e as exigências físicas e psicológicas. **Resultados:** Foi identificado que o goleiro de futsal deve ter um condicionamento físico superior, com foco em flexibilidade, coordenação motora e rápida tomada de decisão. Além disso, uma falha do goleiro pode influenciar diretamente o resultado do jogo, tornando-o um jogador que pode ser visto como herói ou vilão. O goleiro também tem a responsabilidade de iniciar jogadas ofensivas, contribuindo para a construção do jogo da equipe, utilizando o goleiro linha gerando uma vantagem de superioridade numérica. **Conclusões:** O estudo conclui que o goleiro de futsal precisa de um preparo integral, que abrange aspectos físicos, técnicos e táticos, além de estar mentalmente preparado para lidar com a pressão do jogo. Sua função vai além da defesa, e ele deve estar preparado para atuar no ataque quando necessário, tornando-se uma peça-chave na estratégia da equipe.

### Referências

- Mutti, A. (2003). A Importância do Goleiro no Futsal. *Revista Brasileira de Futsal*, 1(1), 54-60.
- Crispim, M. A., & Santos, R. M. (2020). Desempenho do Goleiro no Futsal: Análise de Pressão e Crítica. *Journal of Sports Studies*, 15(4), 121-130.
- Brancher, E. A., Leite, G. E., & Slomp, N. N. (2023). O Papel do Goleiro no Futsal: Herói ou Vilão?. *Revista Brasileira de Educação Física*, 19(1), 33-45.
- Barros, T. A., & Gomes, L. F. (2019). A Dualidade do Goleiro no Futsal: Herói e Vilão em Campo. *Psicologia do Esporte*, 13(1), 45-54.
- Ribeiro, L. F.; Andrade, M. S. (2021). O Goleiro Linha no Futsal: Função e Estratégias Ofensivas. *Revista Brasileira de Futsal*, 19(1), 23-31.
- Ferreira, J. R. (2020). O Goleiro como Coringa: A Importância na Construção do Jogo. In: *Congresso Internacional de Futsal*. Anais. Curitiba: CBF.



## TREINAMENTO FÍSICO PARA ATLETAS DE BALLE CLASSICO: ESTUDO SOBRE O TREINAMENTO FÍSICO PARA ATLETAS DE BALLE CLÁSSICO

Sara Marques De Oliveira. Acadêmico do Curso de Educação Física, UEM/CRV.  
Contato: [ra132134@uem.br](mailto:ra132134@uem.br)

**Introdução:** Atualmente, grande parte dos profissionais da área de formação artística de ballet contemplam preconceitos contra a utilização de métodos de treinamento físicos musculares para bailarinos atletas profissionais, por julgarem desnecessários e até prejudiciais, pensando de forma antiquada que atividades físicas levam a um crescimento e acúmulo de massa muscular que "impede" a flexibilidade e graciosidade necessária no ballet, porém estudos mostram que a realidade é contrária a essa opinião, Visando essa temática o seguinte trabalho tem como intuito desmistificar estes tais preconceitos. **Objetivo:** Para Lapas (2017, p. 50), a intervenção e acompanhamento de profissionais da área clínica, como fisioterapeutas, educadores físicos, deve ser considerada pelos professores de ballet, para que possa haver um processo de prevenção de lesões, levando em consideração as particularidades do ballet clássico, para que assim, aconteça uma melhora nas funções musculares. É necessário o uso de treinamentos específicos para levar a uma vida muscular mais longilínea, sendo assim essa pesquisa tem como intuito descobrir como treinamentos físicos afetam no desempenho corporal de atletas do ballet clássico. **Metodologia:** A pesquisa se baseia em uma análise literária sobre o papel dos treinamentos físicos dentro do ballet, considerando estudos e artigos acadêmicos que discutem sua atuação, os desafios enfrentados dentro da temática. **Resultados:** A pesquisa a seguir usará de artigos acadêmicos, revistas, livros científicos como forma de conclusão dos resultados e alternativas possíveis para a vitória contra o preconceito enraizado dentro desta atuação conceituada.

### Referências

- SCHWEICH, Laynna de Carvalho et al. Epidemiologia de lesões musculoesqueléticas em praticantes de Ballet Clássico. *Fisioterapia e Pesquisa* v.21, 2014.
- MARIN, Cecília. Força e Graça: os bastidores do ballet como esporte. *Revista Digital Laboratório da Faculdade Cásper Líbero*, 2024.
- LAPAS, Luciana Célia Bruschi. A influência de fatores intrínsecos e extrínsecos na ocorrência de lesões em bailarinas brasileiras não profissionais, 2017.
- LIMA, Ana Caroline. *Evolução através do tempo. Petite Dance*, 2018.



## RESISTÊNCIA FÍSICA PARA PRATICANTES DE BEACH TENNIS ADULTOS

Alex Sacramento Domingos. Acadêmico Graduando de Educação Física na Universidade Estadual Maringá – Campus Regional Vale do Ivaí. Contato: [ra137907@gmail.com](mailto:ra137907@gmail.com)

**Tema:** Analisar a resistência de praticantes de beach tennis (BT) em que ocorre um grande gasto calórico e é uma modalidade de um esporte com raquete praticada em quadras de areia. **Problema:** Porque estudos ou exemplos comprovam que a quantidade de batimento cardiovascular (bpm) tem um grande aumento excessivo, durante prática de beach Tennis, e pessoas quem não possuem um bom condicionamento físico pode ser levada a uma parada cardíaca, uma vez que o esporte é uma fonte de bem estar físico e mental. **Metodologia:** Irei utilizar, o teste sprint de 10 metros irá prover e ver habilidades de capacidades anaeróbia adaptados para o beach tennis, em que irá apresentar confiabilidade nos valores, podendo esses testes ser utilizados para em programas de treinamento para atletas destas modalidades. **Justificativa:** Os métodos que irão ser utilizados são testes de resistência para os praticantes de beach tennis a mais de um ano, mulheres dos 18 aos 55 anos, verificar a resistência física com probabilidade da quantidade de caloria gasta.

### Referências

BRAVIN, Leonardo F. et al. Confiabilidade dos testes de sprint de 10 metros, spider run beach test e capacidade anaeróbia de beach tenistas. *Retos*, v. 52, p. 358-365, 2024.



## ATIVIDADES FÍSICAS PARA CRIANÇAS COM OBESIDADE

Paulo Cesar de Souza Bueno. Aluno de graduação do curso de Educação Física pela Universidade Estadual de Maringá (UEM) Contato: paulosouzab19@gmail.com

**Introdução:** De acordo com o SUS no Brasil há uma estimativa de 6,4 milhões de crianças que estão com excesso de peso e que 3,1 milhões já estão em grau de obesidade o que se caracteriza em uma situação grave. As crianças com obesidade enfrentam grandes barreiras no contexto social devido a esse problema, fazendo com que se sintam excluídas ou menos capazes que as demais crianças não obesas, levando a grandes consequências como realizar menos atividades, se isolarem dos demais e a compulsão alimentar como meio de buscar aliviar os problemas por se sentirem envergonhadas, agravando seu quadro psicológico levando assim a consequências mais sérias posteriormente. **Tema:** Atividades Físicas para Crianças com obesidade **Objetivos:** O índice de obesidade infantil apresenta números alarmantes. Visando contribuir para a diminuição desse número e proporcionar uma melhor qualidade de vida para as crianças, esse trabalho tem como objetivo: Buscar melhorar a autoestima da criança; promover melhor qualidade de vida; melhorar ações sociais da criança; reduzir os riscos e danos que a obesidade pode causar. Tudo isso através das atividades físicas e dinâmicas em grupos. **Metodologia:** Realizar atividades lúdicas e dinâmicas entre grupos como jogos e brincadeiras, estabelecendo pequenas metas onde todas possam alcançar assim motivando-as e despertando o interesse em participar das atividades. Ao analisar, realizar um breve questionário sobre as dificuldades físicas encontradas pelas crianças; Explicar alguns dos possíveis motivos para as dificuldades encontradas nas atividades (obesidade); Finalizar falando sobre os benefícios das atividades físicas;

### Referências

Como o esporte impacta a vida das crianças obesas no Brasil - Lab Notícias



## TÁTICAS NO FUTSAL JUVENIL PARA MOMENTOS DE PRESSÃO

Adrian Moraes da Silva. Aluno de graduação do curso de Educação Física pela Universidade Estadual de Maringá (UEM).

Contato: [adrianmoraes2002@gmail.com](mailto:adrianmoraes2002@gmail.com)

Leticia Rodrigues Paulino. Aluno de graduação do curso de Educação Física pela Universidade Estadual de Maringá (UEM).

Contato [let.paulino12@gmail.com](mailto:let.paulino12@gmail.com)

**Introdução:** As táticas no futsal juvenil são essenciais para o desenvolvimento dos jovens atletas, com intuito de ajudar nas estratégias e ações planejadas que ajudam a equipe a alcançar objetivos como marcar gols e defender bem. Elas envolvem habilidades tanto coletivas quanto individuais, buscando uma atuação harmoniosa e eficaz na quadra. A prática dessas táticas torna-se importante em momentos de pressão, quando os jogadores precisam tomar decisões rápidas em espaços reduzidos, evidenciando a importância da capacidade tática e técnica no controle da bola. **Objetivos:** O objetivo desse trabalho é ajudar pessoas com a idade de 18 anos melhorarem suas habilidades motoras e táticas, com treinos de estratégias, formação e treinos específicos de técnicas. **Metodologia:** Este é um estudo de revisão bibliográfica, onde foram utilizados sites de busca, como Google Acadêmico, através das palavras-chave: artigos científicos, Futsal, Tática, Juvenil e momentos pressão. **Resultados:** Como resultado da pesquisa, foi possível comprovar que as táticas no futsal juvenil são fundamentais para o desenvolvimento técnico e tático dos jogadores. Podendo assim trazer movimentos automatizados e inflexíveis podem limitar as possibilidades de desempenho, tornando evidente a necessidade de estratégias táticas bem desenvolvidas. **Conclusões:** Assim concluímos que a tática é algo fundamental para o futsal, um esporte que tem uma alta pressão em jogo necessitando de movimentos automatizados e também desenvolver habilidades críticas e ajudando seu pensamento estratégico.

### Referências

SILVA. ESTRATEGIA E TATICA NO FUTSAL: UMA ANALISE CRITICA. ISSN 1676 – 2533. MARECHAL CANDIDO RONDON v.10 n.19 pg 75-84. 30 de MAIO de 2011.



## PSICOMOTRICIDADE NA EDUCAÇÃO INFANTIL: ESTUDO DA PSICOMOTRICIDADE NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Keila Felix de Souza. Acadêmica do Curso de Educação Física da UEM/ CRV.  
Contato: ra125477@uem.br

**Introdução:** A construção do esquema corporal e a organização das sensações relativas ao próprio corpo têm papel fundamental no desenvolvimento da criança. Sendo necessário que toda criança passe por todas as etapas em seu desenvolvimento. A psicomotricidade aliada à educação física é também uma forma de desassociar a imagem de uma restrição de aprendizagem apenas as funções motoras que a disciplina transmite. **Objetivos:** Rossi (2012 et al JANUÁRIO,2021) diz que é na educação infantil a construção do processo de aprendizado com maior ênfase do papel do professor, dentro da perspectiva do vínculo do professor-aluno no campo emocional. Com essa ideia é importante buscar apresentar a importância de se entender sobre psicomotricidade na educação infantil e aplicar o conhecimento na prática juntamente com as crianças da faixa etária estabelecida. **Metodologia:** Após uma revisão bibliográfica dos artigos e estudos referentes à psicomotricidade na educação infantil, elaborar um texto explicativo apresentando todas as possibilidades encontradas e as informações importantes e relevantes sobre o estudo da psicomotricidade. Apresentar atividades relevantes para se desenvolver a psicomotricidade na educação infantil. **Resultados:** Este resumo é o começo de estudos na disciplina de Iniciação à Ciência, na área da Educação Física. Portanto, é uma proposta de início do estudo sobre a Importância da Psicomotricidade na educação Física Escolar. **Conclusão:** Com este estudo será possível apresentar estudos importantíssimos sobre a Psicomotricidade na Educação Infantil, contribuindo com a apresentação de conhecimentos para uma visão ampla sobre o referido tema.

### Referências

- SOUZA JANUÁRIO, Roberta Aparecida de. *A educação física no processo de aprendizagem através da psicomotricidade na educação infantil: uma revisão bibliográfica*. 2024. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Educação Física) – Universidade Estadual Paulista, São Paulo, 2024. Disponível em: <https://revista.grupofaveni.com.br/index.php/revista-intellecto/article/view/482> . Acesso em: 29 nov. 2024.
- RABELO, K. I. de L., & AQUINO, G. B. de. (2016). Relação entre psicomotricidade e desenvolvimento infantil: um relato de experiência. *REVISTA CIENTÍFICA DA FAMINAS*, 10(3). Recuperado de <https://periodicos.faminas.edu.br/index.php/RCFaminas/article/view/355>. Acesso em: 30 nov. 2024.



## TREINAMENTO FÍSICO PARA IDOSOS

Antonio Pedroso dos Santos Junior. Graduando em Educação Física na UEM/CRV. Contato: [ra134163@gmail.com](mailto:ra134163@gmail.com)

**Introdução:** O presente trabalho destina-se a população idosa, a qual sofre com os efeitos de doenças, redução do metabolismo, traumas físicos e a degeneração celular ao longo da vida. Uma grave consequência dessas doenças no envelhecimento são as lesões ortopédicas, que impossibilitam a independência do idoso. Vista à necessidade em reestabelecer as atividades físicas diárias do idoso após lesões, é importante trabalhar o fortalecimento muscular. **Objetivos:** O objetivo é observar e coletar dados que possam trazer um panorama da saúde desse grupo de pessoas, em situação de recuperação de lesões ortopédicas, traçando uma possível intervenção com treinamentos individualizados para auxiliar no processo de recuperação das funções normais do indivíduo. Como o fortalecimento muscular, a melhora na flexibilidade, equilíbrio e independência autônoma diária. **Metodologia:** Será feita uma pesquisa observacional para identificar quais os principais traumas, posteriormente um planejamento de intervenção com atividades individuais de acordo com a necessidade física do idoso. Na sequência será utilizada uma metodologia ativa, aplicando exercícios sistematizados. Este é um estudo onde foi utilizado site de busca SCIELO, através das palavras-chave: fortalecimento, traumas, flexibilidade, atividade física, idoso. **Resultados:** Como resultado da pesquisa será possível identificar as melhoras na condição física, motora dos idosos em situação de recuperação cirúrgico ortopédico. Possibilitando ao idoso que retorne a sua vida habitual, com as realizações das atividades básicas, em alguns casos sendo possível uma maior obtenção nos aspectos da flexibilidade, redução de gordura corporal, cognição e socialmente. **Conclusões:** Podendo concluir que a presente pesquisa tem como ênfase a qualidade de vida do idoso, buscando identificar problemas e trazer um planejamento sistematizado, a fim de melhorar individualmente o funcionamento físico muscular.

### Referências

- MACIEL, M. G. Atividade física e funcionalidade do idoso. **Motriz**, Rio Claro, v.16 n.4, p.1024-1032, out./dez. 2010.
- BAECHLE T. R.; WESTCOTT W. L. Treinamento de força para a terceira idade. **Artmed**, Porto Alegre, 2ed. fev./2013.



## A ANSIEDADE E O ESTRESSE PRÉ-COMPETITIVO DE ATLETAS DO VOLEIBOL

Bruno Seiji Takara Fujivara. Graduando em Educação na UEM. Bolsista de Extensão - AFAVI. Contato: ra133863@uem.br

**Tema:** Analisar e estimar quais os motivos e quais técnicas psicológicas que ajudam a reduzir a ansiedade pré-competitiva e o estresse em jogadores de voleibol. **Problema:** Porque estudos demonstram que há fatores psicológicos que afetam o desempenho do atleta de alguma competição por diversos motivos, seja ela amadora ou profissional. Sob essa perspectiva, quero tentar encontrar técnicas para o atleta possa controlar ou diminuir esses estados emocionais antes, durante e após o jogo. **Metodologia:** Utilizando a pesquisa quantitativa, estudo transversal e questionário de perguntas (Google forms). **Justificativa:** Para quantificar, observar e compreender os diversos motivos que levam o atleta a possuir esses estados emocionais e como controlá-los, para que o mesmo se utilize dessas ferramentas para possuírem um maior nível de desempenho durante o jogo.

### Referências

- BORIN, João Paulo et al. Ansiedade e desempenho de jogadoras de voleibol em partidas realizadas dentro e fora de casa. *Revista da Educação Física/UEM*, v.25, n. 4 p. 585-596, 2014.
- CARVALHO, Tatiana Lima. A influência do stress e da ansiedade no desempenho esportivo e a importância do treinamento psicológico. 2010. 43 f. Monografia (Graduação em Psicologia) – Faculdade de Ciências da Educação e Saúde. Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2010.
- COSTA, Varley Teoldo da; MELLO, Marco Túlio de; NOCE, Franco; SAMULSKI, Dietmar Martin. Estresse em atletas de voleibol de alto nível. *Coleção Psicologia do Esporte e do Exercício*, p. 135-162, 2010.
- Estudo transversal e/ou longitudinal. *Rev. Para. Med.*, Belém, v. 20, n. 4, p. 5, dez. 2006.
- SILVA, Dirceu da.; LOPES, Evandro Luiz.; JUNIOR, Sérgio Silva Braga. Pesquisa Quantitativa: Elementos, Paradigmas e Definições. *Revista de Gestão e Secretariado, [S. l.]*, v. 5, n. 1, p. 01–18, 2014. DOI: 10.7769/gesec. v5i1.297.



## DANÇA PARA PESSOAS COM SÍNDROME DE DOWN (ADULTO)

Maria Eduarda da Silva. Acadêmica do Curso de Educação Física UEM polo Ivaiporã/PR.

Contato: [ra134283@uem.br](mailto:ra134283@uem.br)

Regina Maria de Souza Oliveira. Acadêmica do Curso de Educação Física UEM polo

Ivaiporã/PR. Contato: [ra136653@uem.br](mailto:ra136653@uem.br)

**Introdução:** A Síndrome de Down foi reconhecida em 1866 por John Langdon Down, sendo considerada uma das causas mais frequentes de deficiência intelectual, a SD ocorre devido a uma alteração genética, com base no Censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística no ano de 2010, existem aproximadamente 300 mil pessoas com a Síndrome de Down (DUARTE, 2024). O intuito deste trabalho é realizar uma análise de algumas pesquisas voltadas para a aplicação da prática de danças em pessoas adultas com SD, observando os efeitos em desenvolvimento cognitivo que ocorrem durante o processo de aplicação da dança. **Objetivos:** Evidenciar os reais efeitos da prática da dança, compreendendo principalmente os benefícios para as capacidades cognitivas de cada pessoa com SD, capacidade da percepção, memória e comunicação entre outros aspectos. Mostrar que a cognição é uma variável importante para o desenvolvimento de outras áreas do movimento, onde o desenvolvimento cognitivo se relaciona com o desenvolvimento motor. Isayama e Gallardo (1998) dizem que estudos realizados para entender o desenvolvimento motor eram voltados para o desenvolvimento cognitivo por meio do movimento. O uso da dança em pessoas com SD é então utilizado para trabalhar o desenvolvimento cognitivo (DUARTE, Edison, 2017). Compreender a função dessa prática corporal de movimento para melhorias de capacidades cognitivas de pessoas com Síndrome de Down. Este estudo visa fazer um parâmetro relacionando a dança à pessoa com SD, evidenciando o que é esperado como efeitos de melhoria decorrentes dos processos de danças. **Metodologia:** Para realizar a análise das pesquisas voltadas para a aplicação das atividades de dança em pessoa com SD e formar um parâmetro dos efeitos, será feito pesquisas de Estudos científicos já publicados, observando os resultados qualitativos obtidos, verificando os conteúdos de cada estudo selecionado para análise e realizar interpretação de dados das pesquisas. Apresentar os dados coletados, principalmente de modo a verificar as descobertas realizadas, gerando uma discussão sobre cada uma delas.

### Referências

- DUARTE, Edison; COSTA, Leonardo Trevisan; GORLA, José Irineu. *Síndrome de Down: crescimento, maturação e atividade física*. 1. ed. São Paulo: Phorte, 2017. *E-book*. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br>. Acesso em: 22 out. 2024.
- RAMOS PAIVA, Rebecca; ALVES, Isabella dos Santos; MONTEIRO, Camila de Paula; MORATO, Márcio Pereira. DANÇA E SÍNDROME DE DOWN: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. *Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada*, Marília, SP, v. 22, n. 1, p. 217–234, 2021.
- CZARNIECKI, Beatriz; SILVA, Shaune Emanuela Fornaciari; MATTES, Veronica Volski; PALUDO, Ana Carolina. Dança e síndrome de down: uma revisão sistemática da literatura. *Conexões*, Campinas, SP, v. 19, n. 00, p. e021010, 2021.



## II RESUMOS EXPANDIDOS

### MODELO DE DESENVOLVIMENTO PARADESPORTIVO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA: AS FASES DE INICIAÇÃO AOS ESPORTES NO TÊNIS DE MESA

**Bruno Seiji Takara Fujivara.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista da AFAVI/Extensão. Contato: [ra133863@uem.br](mailto:ra133863@uem.br)

**Fernanda da Fonseca Ocagna.** Graduada em Educação Física na UEM. Bolsista da AFAVI/Extensão. Contato: [ra138817@uem.br](mailto:ra138817@uem.br)

**Ryan Felipe dos Santos.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista da AFAVI/Extensão. Contato: [ra139705@uem.br](mailto:ra139705@uem.br)

**Leandro José de Moura Vivoda.** Graduando em Educação Física na UEM. Contato: [ra138817@uem.br](mailto:ra138817@uem.br)

**Andréia Paula Basei.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV). Contato: [apbasei@uem.br](mailto:apbasei@uem.br)

**Ricardo Alexandre Carminato.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV). Contato: [racarminato@uem.br](mailto:racarminato@uem.br)

#### Introdução

O Projeto de extensão “Atividades Físicas Adaptadas do Vale do Ivaí” (AFAVI) objetiva a inclusão e integração de pessoas com deficiência na sociedade através dos esportes e busca proporcionar aos acadêmicos o contato direto com as várias limitações e potencialidades dessas pessoas, contribuindo para o desenvolvimento profissional e acadêmico dos mesmos. Recentemente, foi estabelecida a parceria com o Centro de Referência Paralímpico Brasileiro.

O CRPB (Centro de Referência Paralímpico Brasileiro) visa encontrar novos talentos e promover a renovação das gerações de atletas com deficiência, com o objetivo de manter o Brasil como uma das principais potências mundiais do esporte paralímpico. Com a implantação do Centro, Ivaiporã está entre as 10 cidades na Rede Estadual de Paradesporto: de Ivaiporã (32.720 habitantes), Maringá (409.657 habitantes), Curitiba (1.773,718 habitantes), Ponta Grossa (358.367 habitantes), Telêmaco Borba (75.042 habitantes), Cornélio Procópio (45.206 habitantes), Cascavel (348.051), Campo Mourão (99.432 habitantes), Londrina (555.965 habitantes) e Foz do Iguaçu (285.415 habitantes).

É importante destacar que o Centro é uma parceria entre a Secretaria de Estado do Esporte do Paraná, Comitê Paralímpico Brasileiro, Prefeitura de Ivaiporã e Campus Regional do



Vale do Ivaí da UEM (Universidade Estadual de Maringá), visando incentivar a prática esportiva por PcD (Pessoas com Deficiência).

### **Fundamentação teórica**

A deficiência congênita é a alteração no decorrer do desenvolvimento da criança que ainda está no ventre da mãe e pode gerar anomalias congênitas que podem variar entre pequenas assimetrias, até deficiências estéticas e funcionais. Reinterpretando Botelho (2024), a malformação congênita pode ser conceituada como toda anomalia funcional ou estrutural, presente no momento do nascimento ou que se manifesta em etapas mais avançadas da vida.

Sob essa perspectiva, o Projeto da AFAVI juntamente com o CRPB, busca democratizar o paradesporto para pessoas com deficiência congênita ou adquirida e dependendo de seu desempenho, podem alcançar o alto rendimento. O projeto utiliza modelos de desenvolvimento esportivos que são de extrema importância para o desenvolvimento do participante/atleta. Dentro desse processo de desenvolvimento, conforme Gomes; Winckler e Trigo (2024) algumas fases podem ser destacadas, sendo elas: estimulação inicial, experimentar e brincar e brincar e aprender.

A estimulação inicial ocorre na chamada "primeira infância" (0 a 6 anos), período crucial no qual a criança começa a compreender tanto a si mesma quanto o ambiente ao seu redor. Nesse estágio, a criança adquire funções motoras, cognitivas, perceptivas e psicossociais, estabelecendo as bases para o seu desenvolvimento. Através de atividades, desde as mais simples até as mais complexas, especialmente no ato de brincar, a criança desenvolve seu potencial de maneira lúdica, garantindo benefícios significativos para seu desenvolvimento psicomotor e social (Joaquim; Silva; Lourenço, 2018).

Na fase do experimentar e brincar, que geralmente começa por volta dos 8 anos de idade, a criança é incentivada a explorar diferentes formas de movimento por meio de jogos e brincadeiras lúdicas, com segurança e liberdade. O objetivo é despertar o prazer, a curiosidade e o desejo de brincar, além de praticar esportes. Dessa maneira, as práticas corporais desempenham um papel importante no processo de letramento corporal e no desenvolvimento de habilidades psicomotoras, influenciando também as esferas físico-motoras, psicológicas e sociais. Nesse contexto, os familiares e professores têm um papel



essencial, sendo responsáveis pelas primeiras experiências esportivas e pelas vivências motoras na primeira infância (Comitê Olímpico do Brasil, 2024).

O COB explica a última fase: brincar e aprender (mais ou menos dos 6 aos 12 anos):

É o primeiro contato com o esporte mediado por treinadores(as) em programas estruturados de iniciação. Praticantes continuam seu processo de letramento corporal a partir de experiências multiesportivas voltadas ao desenvolvimento geral, sem foco em modalidade específica. O objetivo é desenvolver competências corporais amplas e diversificadas, que permitam uma prática esportiva criativa e autônoma, favorecendo que crianças mais ativas e saudáveis pratiquem esportes por toda a vida. Familiares ainda são importantes estimuladores, mas a relação com pares e o pertencimento ao grupo social ganha maior relevância.

## **Metodologia**

Desde a sua criação em 2015, o Projeto AFAVI é desenvolvido regularmente de duas a três vezes por semana, dependendo da modalidade ofertada. Atualmente, o projeto trabalha com as modalidades de atletismo, tênis de mesa e natação. Em anos anteriores, também foram trabalhadas as modalidades de bocha adaptada e badminton.

Os participantes são pessoas com deficiências física, intelectual e sensorial, com idades a partir dos cinco anos. O projeto conta com a participação das associações de PcDs, com uma equipe de professores e acadêmicos do curso de Educação Física e com profissionais parceiros externos. São realizadas reuniões semanais para discussão e planejamento das atividades com o grupo de trabalho. As atividades esportivas, desde a iniciação até o treinamento, são realizadas no Complexo Desportivo Leovegildo Barbosa Ferraz e no Estádio Manoel Fernandes Silva, conhecido como Complexo Esportivo UEM/Sapecação, em Ivaiporã, PR.

Os materiais utilizados nas intervenções são disponibilizados pela universidade, tratando-se basicamente de: bolas de diversos esportes, petecas de badminton, cones, chapéu chinês, raquetes, mesas de tênis de mesa, bolas de tênis de mesa, entre outros. São utilizadas metodologias de iniciação esportiva, como atividades adaptadas com outros materiais, brincadeiras e jogos lúdicos.

## **Resultados e Discussão**

De acordo com Nascimento (2014) o processo de ensino-aprendizagem é por si só um ato complexo, tendo em vista que envolve sujeitos singulares, com interesses e motivações



diferentes, com ritmos de aprendizagem diferenciados e situações sociais variáveis. Sob essa perspectiva e considerando a idade e a deficiência de algumas crianças do projeto, a estimulação inicial é inserida através de jogos e brincadeiras: que tornam o aprendizado mais significativo e divertido, além de manterem as crianças mais engajadas nas atividades. E também do ensino progressivo: as atividades são propostas partindo de movimentos básicos e simples, por meio de demonstrações visuais e físicas, para progressivamente serem introduzidas atividades mais complexas, como movimentos, tarefas combinadas ou gestos técnicos específicos da modalidade.

Segundo Wallon (1979), o brincar é uma atividade educacional que influencia os sentimentos e o crescimento mental da criança, é algo singular da mesma e a proporciona desenvolvimento, integridade e conhecimento. As atividades lúdicas, têm grande valor no desenvolvimento da criança, é um instrumento que deve ser disponibilizado como recurso no processo de ensino-aprendizagem. É onde a etapa de experimentar e brincar se faz presente, através de jogos lúdicos, brincadeiras e da imaginação da criança, atrelada as atividades esportivas do projeto.

A fase de brincar e aprender, trata-se do primeiro contato da criança com o desporto, que é mediado por treinadores (as) e por isso são incentivadas através da repetição e do reforço positivo, onde todas as tarefas são repetidas inúmeras vezes para os participantes se apropriarem do que está sendo ensinado e todas as pequenas conquistas são reforçadas positivamente com elogios como estímulo para avançar no processo. E também são realizadas adaptações de regras, onde as atividades são propostas com a adaptação e simplificação das regras oficiais da modalidade, desde a possibilidade de quicar a bola mais vezes antes de rebatê-la até o tempo de reação para jogar a bola para o outro participante ou professor, tornando as atividades mais interessantes para as crianças. A diversidade de práticas em uma mesma modalidade são bases fundamentais na promoção de um contexto diversificado favorável ao engajamento pessoal (Côté; Erickson, 2015; Côté et al., 2017).

De forma geral, as crianças/adolescentes participantes do projeto apresentam dificuldades de aprendizagem necessitando de um tempo maior para assimilar as atividades repassadas. Além disso, apresentam dificuldades de concentração, sendo que qualquer elemento diferente no ambiente pode ocasionar distrações. Embora existam as dificuldades,



é preciso compreender que, conforme ressaltam Suzuki e Borba (2021), quando se trabalha o tênis de mesa com deficientes, é importante não subestimar a capacidade deles, não se prender às limitações dos alunos e sim, focar nas possibilidades e permitir que eles explorem e vivenciem o esporte. O tênis de mesa exige muita concentração e empenho para melhora no desempenho e ao tratar disso com deficientes é importante respeitar o tempo de cada um.

### Considerações Finais

As atividades propostas na modalidade do Tênis de Mesa do projeto de extensão AFAVI para crianças/adolescentes com deficiência têm se mostrado positivas e enriquecedoras, trazendo diversos benefícios físicos e motores, cognitivos, sociais e emocionais. Através das fases de iniciação, observamos a evolução nos quesitos de desenvolvimento global das crianças. Destaca-se que respeitar cada fase dos modelos de desenvolvimento no esporte é crucial para atender às diversas necessidades e capacidades das crianças, garantindo um ambiente inclusivo e que promove o desenvolvimento de habilidades psicomotoras, psicológicas e sociais.

Os avanços observados confirmam que, seguindo essas fases propostas pelos autores, as crianças podem não apenas participar, mas alcançar bons resultados em modalidades esportivas, seja com finalidade educacional, de formação, de participação ou de rendimento.

### Referências

COMITÊ OLÍMPICO DO BRASIL. **Modelo de desenvolvimento esportivo**. 2024. Disponível em: <https://www.cob.org.br/time-brasil/modelo-de-desenvolvimentoesportivo>. Acesso em: 24 nov. 2024.

CÔTÉ, J.; ERICKSON, K. Diversification and deliberate play during the sampling years. In: BAKER, J.; FARROW, D. **Routledge Handbook of Sport Expertise**. London and New York: Routledge Handbook of Sport Expertise; p. 305-317, 2015.

CÔTÉ, J. et al. Quadro teórico para o desenvolvimento de valores pessoais no processo dinâmico de desenvolvimento pelo esporte. In: GALATTI, L. R.; et al. **Múltiplos Cenários da Prática Esportiva: Pedagogia do Esporte**. Campinas: Editora da Unicamp, 2017.



HAYDÉE, S. R.; GUERRA, M. **Estimulação precoce na primeira infância: práticas e diretrizes.**

Brasília: MEC, 2020. Disponível em:

<https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/586182/2/Livro%20ESTIMULA%C3%87%C3%83O%20PRECOCE%20NA%20PRIMEIRA%20INF%C3%82NCIA.pdf>.

Acesso em: 24 nov. 2024.

NASCIMENTO, L. B. P. **A importância da inclusão escolar desde a educação infantil.** 2014. 49 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Pedagogia). Departamento de Educação – Faculdade Formação de Professores. Universidade do Estado do Rio de Janeiro. 2014.

NOGUEIRA, C. A.; SILVA, L. R. D.; FERREIRA, C. P. et al. Estratégias de estímulo ao desenvolvimento na primeira infância: um estudo em unidades básicas de saúde.

*Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 76, n. 1, 2023. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/reben/a/PfHNKMf3FkPQCXtwL6P4CBp/>. Acesso em: 24 nov. 2024.

NÚCLEO DO CONHECIMENTO. **O brincar na educação infantil: uma abordagem interdisciplinar.** 2020. Disponível em:

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/11/brincar-naeducacao.pdf>. Acesso em: 24 nov. 2024.

SUZUKI, Hugo; BORBA, Lucas. **Manual de Iniciação ao Esporte Paralímpico: Tênis de Mesa.** São Paulo: Comitê Paralímpico Brasileiro, 2021.



## PROJETO PESSOA IDOSA EM MOVIMENTO: ATIVIDADES FÍSICAS E RECREATIVAS EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS

**Gabriela da Silva Breda.** Graduanda em Educação Física – Bacharelado na Universidade Estadual de Maringá (UEM/CRV). Contato: [ra108029@uem.br](mailto:ra108029@uem.br)

**Adrian Fellipe Pereira de Oliveira.** Graduando em Educação Física na Universidade Estadual de Maringá (UEM/CRV). Contato: [ra138079@uem.br](mailto:ra138079@uem.br)

**Danielly Salvador de Mello.** Graduanda em Educação Física na Universidade Estadual de Maringá (UEM/CRV). Contato: [ra87721@uem.br](mailto:ra87721@uem.br)

**Andréia Paula Basei.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV). Contato: [apbasei@uem.br](mailto:apbasei@uem.br)

**Ricardo Alexandre Carminato.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV). Contato: [racarminato@uem.br](mailto:racarminato@uem.br)

### Introdução

O Projeto de Extensão Pessoa Idosa em Movimento (PIM) foi criado em 2023 e é desenvolvido em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) localizada no município de Ivaiporã, PR. O projeto é realizado na instituição filantrópica Lar Santo Antônio, fundada em 1983, que atualmente abriga 53 idosos residentes.

As ILPIs são “instituições governamentais ou não governamentais de caráter residencial, destinadas a serem domicílios coletivos de pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, com ou sem suporte familiar, em condição de liberdade, dignidade e cidadania” (Brasil, 2006). Deste modo, o projeto tem como objetivo desenvolver atividades físicas, motoras, recreativas e de lazer voltados a melhora da qualidade de vida e longevidade dos idosos institucionalizados.

O envelhecimento acarreta uma série de mudanças físicas e psicológicas que tornam essa fase da vida desafiadora. Nesse contexto, a qualidade de vida dos idosos institucionalizados depende, em grande parte, do trabalho realizado pelos profissionais das ILPIs, que têm como objetivo ajudar a manter o nível de independência e autonomia dos idosos (Díaz; Orozco, 2002).

Os idosos que não praticam exercícios físicos têm maior probabilidade de sofrer acidentes no dia a dia. Por não ter mais o equilíbrio necessário, sua força não corresponde às



suas necessidades e sua resistência não permite realizar nenhum movimento além do seu condicionamento (Civinski, Montibeller, Braz, 2011).

Para os idosos, a prática regular de exercícios físicos é não apenas relevante, mas essencial para estimular os benefícios dessa atividade. A introdução de exercícios físicos na rotina de um idoso pode trazer resultados quase imediatos, com efeitos visíveis a curto prazo (Civinski, Montibeller, Braz, 2011). Em particular, os exercícios multicomponentes, que ajudam a melhorar a força, o equilíbrio, a marcha e a resistência, assim como os exercícios de dupla tarefa, que envolvem a realização de duas atividades simultaneamente, são considerados fundamentais para o desenvolvimento e a qualidade de vida dos idosos (Echeverria et al., 2020).

### **Metodologia**

O público atendido pelo projeto é composto pelos idosos residentes na Instituição de Longa Permanência (ILPI), que abriga cerca de 53 idosos. Aproximadamente 10 idosos participam regularmente das atividades do projeto. Dentre eles, há homens e mulheres, tanto andantes quanto cadeirantes, com diferentes níveis de capacidade funcional e cognitiva.

Para realizar as intervenções na ILPI, foram realizados contatos e reuniões com a coordenação da instituição, além de algumas visitas aos idosos para que pudessem se familiarizar e conhecer os acadêmicos. Para melhorar esta familiarização nos meses iniciais, as atividades realizadas foram focadas em atividades recreativas e no lazer as quais ocorriam quatro vezes por semana às terças-feiras, quartas-feiras, sábados e domingos, das 15h00 às 17h00. Após esse período de quatro meses, as intervenções passaram a ser realizadas com exercícios multicomponente e de dupla tarefa, devido a disponibilidade passou a ocorrer duas vezes por semana, às terças e quintas-feiras, no horário das 15h00 às 17h00.

Em relação aos materiais utilizados nas intervenções, a instituição não apresenta nenhum material, os mesmos são emprestados da UEM (Universidade Estadual de Maringá / CRV), ou adquiridos com recursos próprios dos coordenadores e dos acadêmicos bolsistas. Recentemente, o projeto foi contemplado com a aquisição de diversos materiais por meio de uma parceria com uma instituição comprometida com a responsabilidade social, que destina recursos anualmente para iniciativas dessa natureza. Essa parceria irá contribuir para



qualificar e aprimorar o desenvolvimento das atividades realizadas. São utilizados de materiais diversos, de fácil adaptação e baixo custo, como: bolas diversas, jornais, bexigas, steps, bastões, cabos de vassoura, materiais impressos com atividades cognitivas, garrafas pets, jogos de memória, blocos de empilhar e encaixar, mini bands, copos/pratos descartáveis, espaguete de natação, cones e chapéu chinês, caneleiras, halteres, entre outros

As atividades são planejadas sempre com antecedência, buscando agregar mais dinamismo, integração, autonomia e melhoria das funções motoras e cognitivas. As atividades são filmadas e, junto com os relatórios elaborados, são discutidas em reuniões de planejamento dos participantes do projeto.

### **Resultados e Discussão**

Para iniciar as intervenções, realizamos uma reunião com a instituição, para sabermos se era realizado algum tipo de atividades físicas e motoras com os idosos, foi no passado que não era desenvolvido nada nesse âmbito. Os idosos apenas assistiam TV, conversavam, rezavam e raramente jogavam dominó, a única coisa que acontecia com mais frequência era a música, os idosos escutavam, cantavam e dançavam.

Mediante a isso, com o início das intervenções, foram estudados exercícios específicos para estimular a funcionalidade os idosos, sendo os exercícios multicomponentes, exercícios de flexibilidade, exercícios de força, exercícios de equilíbrio e exercícios de dupla tarefa. Segundo Marin et al. (2003) e Mazzo et al. (1998), estudos indicam que práticas de atividades que envolvem o desenvolvimento de força, flexibilidade e capacidades cognitivas podem contribuir para a redução das perdas funcionais, promovendo melhorias na funcionalidade dos idosos.

Os exercícios multicomponentes, apresentam exercícios de força, de equilíbrio e de resistência são eficientes na redução dos efeitos adversos associados ao envelhecimento (Echeverria, et. al., 2020). Os exercícios de força realizados consistiam na utilização de halteres de 0,5 kg e 1,0 kg, caneleiras de 0,5 kg a 2,0kg, bolas de bola tonificadora de 1,0 kg a 3,0kg, exercícios com faixas elásticas, mini bands, entre outros.



Há indícios que os exercícios multicomponentes podem prevenir o risco de quedas por meio de atividades físicas contínua (DHHS, 2018). Na Instituição de Longa Permanência, é trabalhado exercícios de sentar-se e levantar, exercícios de caminhada por meio de obstáculos e barreiras, em superfícies planas, por conta da dificuldade dos idosos que são presentes no projeto. Os exercícios de equilíbrio também são de importância para a prevenção de quedas

O aglomerado de transformações no equilíbrio corporal pode reduzir a capacidade de compensação do indivíduo e crescendo a instabilidade, aumentando assim o risco de quedas (Switf, 2006). Desta forma os exercícios de equilíbrio também são de importância para a prevenção de quedas, como é ficar apenas em uma superfície de apoio (em um pé só), ultrapassar barreiras, subir em steps.

Por fim, são realizados exercícios de dupla tarefa, que consistem em executar duas atividades simultaneamente, como, por exemplo, levantar a perna esquerda e o braço direito, caminhar no lugar enquanto joga a bola para cima e a pega. Esses exercícios são realizados com a contagem progressiva, como de 1 a 10, de 1 a 15, e assim por diante, estimulando tanto a coordenação motora quanto a capacidade cognitiva dos participantes.

### **Considerações Finais**

Com a implementação do projeto na instituição, foi possível observar que os idosos residentes viviam uma rotina bastante limitada de atividades físicas, especialmente aquelas voltadas para o desenvolvimento físico e cognitivo.

A realização das intervenções propostas pelo projeto mostrou-se de extrema importância para o dia a dia dos idosos, pois possibilitou o fortalecimento de vínculos, a redução do isolamento, o aprimoramento da interação social e, ainda, contribuiu para a melhoria das habilidades cognitivas e funcionais. Além dos benefícios para os participantes, é fundamental destacar a importância dessa iniciativa também na formação dos alunos envolvidos, que têm a oportunidade de vivenciar um potencial campo de atuação profissional, o que agrega experiência valiosa para suas futuras carreiras.

### **Referências**



BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa**. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica – Brasília: Ministério da Saúde, 2006

CARMENATY DÍAZ, Idalmis; SOLER OROZCO, Laudelina. *Evaluación funcional del anciano*. Revista cubana de enfermería, v. 18, n. 3, p. 184-188, 2002.

CIVINSKI, C., MONTIBELLER, A., BRAZ, A. L. O. A importância do exercício físico no envelhecimento. Revista da Unifebe (Online) 2011; 9(jan. /Jun.): 163-175. Department of health and human services. Part F Chapter 9 Older Adults. Physical Activity Guidelines Advisory Committee Scientific Report. Scientific Report, p.1–51, 2018.

ECHEVERRIA, IÑAKI et al. Multicomponent Physical Exercise in Older Adults after 25 Hospitalization: A Randomized Controlled Trial Comparing Short- vs. Long-Term Group-Based Interventions. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n.2, 2020. Doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17020666>.

MARIN, Rosangela Villa et al. Acréscimo de 1 kg aos exercícios praticados por mulheres acima de 50 anos: impacto na aptidão física e capacidade funcional. **Revista brasileira de Ciência e Movimento**, v. 11, n. 1, p. 53-58, 2003.

MAZZEO, Robert S. et al. Exercício e atividade física para pessoas idosas. **Rev. bras. ativ. fis. saúde**, p. 48-78, 1998.

SWIFT, Cameron G. The role of medical assessment and intervention in the prevention of falls. **Age and ageing**, v. 35, n. suppl\_2, p. ii65-ii68, 2006.



## PROJETO PESSOA IDOSA EM MOVIMENTO: PROMOÇÃO DO LAZER E BEM-ESTAR SOCIAL EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS

**Danielly Salvador de Mello.** Graduanda em Educação Física na Universidade Estadual de Maringá (UEM/CRV). Contato: [ra87721@uem.br](mailto:ra87721@uem.br)

**Gabriela da Silva Breda.** Graduanda em Educação Física – Bacharelado na Universidade Estadual de Maringá (UEM/CRV). Contato: [ra108029@uem.br](mailto:ra108029@uem.br)

**Adrian Fellipe Pereira de Oliviera.** Graduando em Educação Física na Universidade Estadual de Maringá (UEM/CRV). Contato: [ra138079@uem.br](mailto:ra138079@uem.br)

**Andréia Paula Basei.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV). Contato: [apbasei@uem.br](mailto:apbasei@uem.br)

**Ricardo Alexandre Carminato.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV). Contato: [racarminato@uem.br](mailto:racarminato@uem.br)

### Introdução

O envelhecimento causa ao ser humano uma série de mudanças, na saúde pessoal, estilo de vida, perspectivas e traz alterações psicológicas, físicas e sociais, que necessitam de atenção e cuidado ao longo dos anos que virão. Dessa forma os idosos irão se deparar com novas necessidades, que visam espaços e estratégias para viver na sociedade contemporânea, mantendo uma boa qualidade de vida (Souza; Lautert; Hillshein, 2011).

Nesta fase da vida, também, é comum o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis, por conta do envelhecimento do corpo humano que causou alterações funcionais e estruturais, que reduzem a expectativa de vida dos idosos, por este motivo a exigência de cuidados particulares é tão importante (Guimarães et.al., 2016).

O bem-estar social envolve a qualidade das relações interpessoais, a inclusão e o envolvimento em atividades que promovam a interação e o prazer. No caso dos idosos, especialmente aqueles em ILPI, o bem-estar social se torna ainda mais essencial, pois muitos enfrentam condições de saúde que limitam sua mobilidade, autonomia e contato com familiares e amigos. Atividades recreativas desempenham um papel central na promoção desse bem-estar, proporcionando não apenas momentos de lazer, mas também benefícios físicos, emocionais e sociais.

O Projeto de Extensão Pessoa Idosa em Movimento (PIM/UEM), coordenado pelo Prof. Dr. Ricardo Alexandre Carminato e pela Profa. Dra. Andréia Paula Basei, está vinculada ao



Departamento de Ciências do Movimento Humano e foi criado em 2023. O projeto ocorre em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), na cidade de Ivaiporã - PR.

O Projeto Pessoa Idosa em Movimento (PIM) tem como objetivo promover o lazer, a saúde e o bem-estar social dos idosos residentes em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI). Com foco no fortalecimento das relações sociais, desenvolvimento físico e cognitivo, o projeto busca oferecer aos idosos um espaço dinâmico, estimulante e acolhedor, onde possam vivenciar atividades que promovam a qualidade de vida.

O projeto busca, ainda, auxiliar na formação teórico-prática dos acadêmicos, preparando-os para lidar com um público de idade mais avançada, por meio de atividades de extensão.

### **Metodologia**

As atividades acontecem no Lar Santo Antônio, localizado em Ivaiporã - PR, duas vezes por semana (às terças e quintas-feiras), das 15h00 às 17h00. Em média, cerca de 10 idosos participam das atividades no ILPI, embora a instituição abrigue aproximadamente 53 idosos. Dentre eles, a maioria não possui condições ou motivação para se envolver nas atividades propostas.

### **Resultados e Discussão**

No início do projeto, as atividades foram focadas no desenvolvimento cognitivo, motor e social, por meio de práticas recreativas e de lazer.

Em relação ao desenvolvimento cognitivo, é importante destacar que o declínio cognitivo é um aspecto natural do envelhecimento (Argimon, 2006). Durante as atividades no Lar, observou-se que os idosos apresentavam dificuldades na identificação de números, letras, cores, frutas e formas geométricas. Com isso, procuramos desenvolver atividades que estimulassem essas capacidades, como somatórias, exercícios com figuras geométricas para reconhecimento de formas, atividades com setas para identificação de direções, utilizando cores específicas, entre outras atividades voltadas à estimulação cognitiva.

A coordenação motora é a capacidade do nosso corpo de realizar diversas tarefas. O movimento articular é o resultado de interações entre nervos, músculos, ossos e sistemas sensoriais. A coordenação motora é dividida em dois tipos: coordenação motora fina e grossa;



a coordenação motora grossa dá ênfase especial às habilidades menos finas. Está associada a grandes grupos musculares e diretamente relacionada à capacidade de realizar atividades físicas (De Figueiredo; Lima; Guerra; 2007). Desenvolvemos esta habilidade através de atividades como lançamentos de bolinhas, rebater bexigas, sequências de movimentos com músicas, empilhar copos.

Utilizamos atividades impressas como pinturas, completar os desenhos, seguir os pontilhados, atividades de pinça como pegar tampinhas de garrafas pet com o pregador, atividades de manusear com massinhas de modelar, entre outras, para trabalhar a coordenação motora fina, de início conseguíamos perceber a dificuldade de cada idoso. Segundo Meinel (1984)

[...] a coordenação motora fina é “uma atividade de movimento especialmente pequena, que requer um emprego de força mínimo, mas grande precisão ou velocidade – ou ambos – sendo executada principalmente pelas mãos e dedos, às vezes também pelos pés.

Não podemos deixar de destacar o desenvolvimento social, que, assim como os outros aspectos, tem grande importância para o bem-estar do idoso. A interação social, conforme Cabral et al. (2013), desempenha um papel crucial na proteção contra a perda funcional, especialmente em atividades de lazer e laborais, que devem ser valorizadas ao longo da vida, principalmente na velhice. Além disso, o relacionamento com amigos e a supervisão de um estilo de vida saudável são fundamentais para o envelhecimento saudável.

Com isso em mente, buscamos trabalhar o desenvolvimento social dos idosos por meio de conversas, compartilhamento de histórias e costumes antigos que eles mesmos contavam, além de jogos de tabuleiro, incorporando essas atividades como momentos de lazer. Esse tipo de interação não só estimula a memória e a socialização, mas também promove um ambiente mais acolhedor e engajante, essencial para o bem-estar emocional e social dos idosos.

Dessa forma, o lazer contribui significativamente para o desenvolvimento do idoso. Segundo Previato (2019), "o lazer representa um dos determinantes básicos para a promoção de uma vida saudável e, quando relacionado aos campos da saúde, possibilita diversas formas de intervenção na melhoria do humor, da ansiedade e da depressão. Nesse contexto, o lazer favorece o desenvolvimento cognitivo, afetivo e comportamental, surgindo como um



instrumento emancipatório e de empoderamento do idoso, promovendo seu equilíbrio biopsicossocial".

Essa abordagem reforça a importância do lazer não apenas como uma forma de entretenimento, mas como um meio de promover o bem-estar integral do idoso, abordando aspectos físicos, emocionais e sociais.

### **Considerações Finais**

Ao longo deste primeiro ano do projeto, concluímos que as experiências vividas no Lar Santo Antônio nos proporcionaram um aprendizado significativo sobre os idosos participantes, suas limitações cognitivas, motoras e sociais. Aprendemos a estar sempre prontos para adaptar ou criar atividades diante de imprevistos, assegurando que todos possam participar de maneira plena.

Além das atividades físicas e cognitivas, foi essencial o aspecto emocional, pois os idosos desenvolveram um grande carinho por nós, motivados pela nossa presença constante toda semana. Nos dias em que não estávamos lá, eles demonstravam saudades e se preocupavam com o nosso bem-estar. Isso gerou uma relação profunda de amizade e confiança.

A partir dessa experiência, refletimos sobre a realidade dos idosos na ILPI, especialmente em relação às visitas dos familiares. Percebemos que muitos deles não recebem visitas frequentes, o que gera sentimentos de solidão e tristeza. Além disso, devido às limitações motoras, as atividades de lazer realizadas eram mais passivas. Diante desse cenário, buscamos tornar as tardes mais prazerosas e alegres, promovendo um ambiente ativo e cheio de aprendizado, com o objetivo de minimizar a sensação de abandono e oferecer momentos de felicidade e integração social.

### **Referências**

ARGIMON, I. I. de L.; STEIN, L. M.; XAVIER, F. M. de F.; TRENTINI, C. M. O impacto de atividades de lazer no desenvolvimento cognitivo de idosos. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, [S. l.], v. 1, n. 1, 2006. DOI: 10.5335/rbceh.2012.43. Disponível em: <https://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/view/43>. Acesso em: 14 jul. 2024.

CABRAL, Rômulo Wanderley Lima et al. Fatores sociais e melhoria da qualidade de vida dos idosos: revisão sistemática. **Rev. enferm. UFPE on line**, p. 1434-1442, 2013.



DE FIGUEIREDO, K. M. O. B.; LIMA, Kênio Costa; GUERRA, Ricardo Oliveira.  
Instrumentos de avaliação do equilíbrio corporal em idosos. **Rev. bras. cineantropom. Desempenho hum.**, v. 9, n. 4, p. 408-413, 2007.

GUIMARAES, A.C. et. al. Atividades grupais com idosos institucionalizados: exercícios físicos funcionais e lúdicos em ação transdisciplinar. *Pesqui. prá. psicossociais*, São João del-Rei, v. 11, n. 2, p. 443-452, dez. 2016.

MEINEL, K. (1984). *Motricidade I: teoria da motricidade esportiva sob o aspecto pedagógico*. Rio de Janeiro: Livro Técnico.

Previato GF, Nogueira IS, Mincoff RCL, Jaques AE, Carreira L, Baldissera VDA. Grupo de convivência para idosos na atenção primária à saúde: contribuições para o envelhecimento ativo. **Rev Fun Care** [Internet] 2019. Disponível em:  
[http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6869/pdf\\_1](http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6869/pdf_1)

SOUZA, L. M.; LAUTERT, L; HILLESHEIN, E. F. Qualidade de vida e trabalho voluntário em idosos. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**. v. 45, n. 3, p. 665- 671, 2011.  
Verbrugge LM, Rennert C, Madans JH. The great efficacy of personal and equipment assistance in reducing disability. *Am J Public Health*. 1997; 87(3):384-392.



## INICIAÇÃO PARADESPORTIVA DA NATAÇÃO: RELATO DAS AÇÕES DO PROJETO ATIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS DO VALE DO IVAÍ

**Fernanda da Fonseca Ocagna.** Graduanda em Educação Física na UEM. Bolsista da AFAVI/Extensão. Contato: [ra138817@uem.br](mailto:ra138817@uem.br)

**Danielly Salvador de Mello.** Graduanda em Educação Física na UEM. Bolsista da AFAVI/Extensão. Contato: [ra78721@uem.br](mailto:ra78721@uem.br)

**Bruno Seiji Takara Fujivara.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista da AFAVI/Extensão. Contato: [ra133863@uem.br](mailto:ra133863@uem.br)

**Ryan Felipe dos Santos.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista da AFAVI/Extensão. Contato: [ra139705@uem.br](mailto:ra139705@uem.br)

**Leandro José de Moura Vivoda.** Graduando em Educação Física na UEM. Contato: [ra139491@uem.br](mailto:ra139491@uem.br)

**Andréia Paula Basei.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV). Contato: [apbasei@uem.br](mailto:apbasei@uem.br)

**Ricardo Alexandre Carminato.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV). Contato: [racarminato@uem.br](mailto:racarminato@uem.br)

### Introdução

O Projeto de Extensão Atividades Físicas Adaptadas do Vale do Ivaí, criado em 2015, e vinculado ao Departamento de Ciências do Movimento Humano, da Universidade Estadual de Maringá, Campus Regional do Vale do Ivaí, tem como objetivo principal promover a inclusão social e o desenvolvimento integral de pessoas com deficiências, por meio da prática de atividades físicas, esportivas e motoras adaptadas. O foco deste relato será na modalidade de natação, desenvolvida para crianças e adolescentes no Projeto em parceria com o Centro de Referência Paralímpico Brasileiro (CRPB).

A natação, por ser uma atividade de baixo impacto e altamente adaptável, oferece um ambiente seguro e acessível, ideal para o desenvolvimento motor, cognitivo e social de indivíduos com diferentes tipos de deficiência. No contexto do projeto, a modalidade de natação é trabalhada de forma gradual e personalizada, levando em consideração as necessidades e particularidades de cada participante. O projeto visa não apenas a adaptação ao meio líquido, mas também o aprimoramento das habilidades motoras, o fortalecimento físico, o estímulo à autoestima e à autonomia dos alunos e o treinamento esportivo na modalidade.



## **Fundamentação teórica**

De acordo com Tsutsumi et al. (2004), a natação é considerada uma das modalidades esportivas mais adequadas para pessoas com deficiência, devido aos benefícios e facilidades proporcionados pelos movimentos realizados com o corpo submerso na água. A prática da natação favorece o desenvolvimento da coordenação motora, melhora o condicionamento aeróbico, reduz a espasticidade e causa menos fadiga em comparação com outras atividades. Para indivíduos com deficiência, a natação oferece benefícios terapêuticos, recreativos e sociais.

Ao desenvolver um programa de natação voltado para pessoas com deficiência intelectual, Balliello (1998), observou que, durante as atividades na água, os participantes demonstraram manifestações emocionais, como alegria e satisfação, ao conseguirem realizar as atividades motoras propostas na fase de adaptação ao ambiente aquático, como o controle da respiração, flutuação e o início da propulsão. Com isso, a autora destaca que, é inegável que a experiência dentro da piscina contribuiu de maneira significativa para o desenvolvimento psicomotor dos participantes.

Entretanto, para que a experiência com a modalidade tenha um impacto positivo, é necessário compreender sobre as deficiências de cada participantes, bem como, sobre os processos de desenvolvimento no paradesporto. Sendo assim, destaca-se o modelo de desenvolvimento esportivo que abrange as etapas: estimulação inicial; experimentar e brincar; brincar a aprender; aprender e treinar; treinar e competir; competir e vencer; vencer e inspirar; inspirar e reinventar (CPB, 2019).

Estas etapas são consideradas no desenvolvimento das ações do Projeto, as quais possibilitam também que os participantes usufruam da prática da modalidade de acordo com suas interesses e necessidades. Sendo assim, ocorre um processo que respeita as variáveis: Desenvolvimento motor e letramento motor - refere-se à aquisição de habilidades motoras fundamentais, enquanto o desenvolvimento motor abrange a progressão e a somatória dessas habilidades para níveis mais avançados; Paradesporto de participação - representa as atividades de paradesporto com ênfase em lazer, saúde e inclusão, acessíveis a todos os praticantes, independentemente das suas habilidades ou nível de desempenho; Paradesporto



de excelência - é o caminho que leva à excelência paradesportiva, onde o objetivo é o alto desempenho e a obtenção de medalhas e títulos em competições de elite. Esse caminho é mais exigente e restrito, demandando maiores recursos e oportunidades para o desenvolvimento máximo do(a) atleta (CPB, 2019).

### **Metodologia**

As atividades do projeto são realizadas no Centro da Juventude de Ivaiporã, que oferece os espaços e materiais necessários para as aulas de natação. Entre os recursos disponíveis estão: uma piscina semiolímpica de 25 metros de comprimento, espaguete de piscina, pullbuoys, palmares e, para alguns alunos, óculos de natação.

Os participantes do projeto são crianças e adolescentes em idade escolar, contando em média com 10 participantes por turma. Ao contrário de outras modalidades, a natação inclui três grupos de deficiências: física, visual e intelectual (como transtorno do espectro autista, síndrome de Down e transtornos do desenvolvimento intelectual). O planejamento das atividades é realizado semanalmente pelos professores e coordenadores do projeto.

### **Resultados e Discussão**

Podemos observar a evolução da natação adaptada, que deixou de ser uma prática exclusivamente voltada para a reabilitação e se transformou em uma prática sistematizada, com objetivos pedagógicos, recreativos e competitivos. No entanto, é importante reconhecer a finalidade terapêutica dentro do esporte adaptado, que foi o ponto de origem histórica e continua sendo a porta de entrada para muitas pessoas que buscam reabilitação (Muster; Almeida, 2010).

Porém, muitos fundamentos da terapia na água ainda são utilizados na iniciação esportiva. Durante as aulas do Projeto esses fundamentos são trabalhados, e realizados de forma gradual, e são eles: a flutuação, atividades de coordenação, respiração. Cada aula é realizada em 1 hora e meia, três vezes na semana, atendendo dois grupos (terça-feira, quinta-feira e sábados).

Os planejamentos são elaborados levando em consideração as particularidades de cada aluno, conforme sugerido por Greguol (2010). A natação abrange três tipos de



deficiência, e cada um deles envolve diversas condições etiológicas, com suas próprias especificidades e necessidades. Por isso, antes de tudo, o profissional deve compreender as características individuais da deficiência de cada aluno e adaptar o processo de ensino à faixa etária, à fase de desenvolvimento (cognitivo e motor) e ao nível de familiaridade prévia dos alunos com a natação. A partir dessa compreensão, o profissional pode iniciar o ensino dos fundamentos da modalidade (Greguol, 2010).

Os treinos iniciam com um aquecimento utilizando palmares, e para as crianças que estão começando, o espaguete também é empregado. Durante essa fase, os alunos praticam o movimento de sopro com a boca imersa na água, juntamente com a movimentação constante das pernas. Após o aquecimento, a professora foca em movimentos específicos que os alunos devem trabalhar durante a aula. No final do treino, os alunos têm liberdade para praticar o que desejarem e também para brincar nos minutos finais. O brincar é uma atividade que facilita o aprendizado por meio da liberdade da criança; através da brincadeira, ela pode demonstrar suas habilidades, refletir sobre suas ações e se desenvolver nos aspectos cultural e social.

De acordo com Barboza (2005), as aulas de natação não devem se limitar apenas aos objetivos específicos, como a adaptação ao meio aquático e o aprendizado dos estilos de nado. O desenvolvimento, a boa saúde e o equilíbrio também devem ser contemplados. É fundamental que a criança se interesse pela aprendizagem por meio de atividades prazerosas, com objetivos claros, adequados às suas capacidades motoras. Dessa forma, ela poderá desenvolver suas habilidades, abrangendo aspectos cognitivos, afetivos e psicomotores.

### **Considerações Finais**

Em conclusão, o projeto de extensão voltado para crianças e adolescentes com deficiências proporciona benefícios significativos tanto para os participantes quanto para os acadêmicos envolvidos. Para os participantes, o projeto oferece uma oportunidade de inclusão, promovendo o desenvolvimento físico, cognitivo, afetivo e social por meio de atividades adaptadas às suas necessidades. Além disso, a prática da natação, junto com o treinamento esportivo, contribui para o aprimoramento das habilidades motoras, autoestima e qualidade de vida, favorecendo a integração social e a autonomia.



Para os acadêmicos que atuam como bolsistas, o projeto é uma valiosa oportunidade de formação profissional, permitindo a aplicação dos conhecimentos teóricos adquiridos durante a graduação em situações reais de ensino e atendimento. A experiência prática proporciona uma compreensão mais profunda das necessidades e desafios enfrentados por crianças e adolescentes com deficiências, aprimorando a capacidade de adaptação e desenvolvimento de estratégias pedagógicas inclusivas.

Concluiu-se que o meio de inclusão das ações para o público-alvo contribui tanto em atividades físicas esportivas, como meio de reflexão do seu papel como sociedade, aprimoram habilidades técnicas, capacidades físicas e competências sociais gerando valores e atitudes.

## Referências

BALLIELO, D.A.D. **Água...possibilidade de desenvolvimento**. Bauru: UNESP, 1998.

BARBOZA, Adriana Maria Ramos; BARBOSA, Ivone Garcia. **O Brincar na Educação Infantil: abordagem sócio-histórico dialética**. In: Congresso De Pesquisa, Ensino e Extensão da UFG, Goiânia, 2005,.

COMITÊ OLÍMPICO DO BRASIL. **Modelo de desenvolvimento esportivo**. 2024. Disponível em: <https://www.cob.org.br/time-brasil/modelo-de-desenvolvimentoesportivo>. Acesso em: 24 nov. 2024.

SOARES, Débora; PAGANI, Mario; LIMA, Fernanda. **Iniciação a Natação para Crianças**. Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente. Ariquemes, 2014.

TEODORO, Alessandra; ELIAS, Caio; SANTOS, Renata; SOUZA, Silvana; TRIGO, Elke. **Manual de Iniciação ao Esporte Paralímpico: Natação**. São Paulo: Comitê Paralímpico Brasileiro, 2021.

TSUTSUMI, O. et al. Os Benefícios da natação adaptada em indivíduos com lesões neurológicas. **Revista Neurociências**, São Paulo, v. 12, n. 2, 2004.



## INICIAÇÃO E TREINAMENTO NA MODALIDADE DE ATLETISMO NO PROJETO DE EXTENSÃO ATIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS DO VALE DO IVAÍ

- Ryan Felipe dos Santos.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista da AFAVI/Extensão. Contato: [ra139705@uem.br](mailto:ra139705@uem.br)
- Fernanda da Fonseca Ocagna.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista da AFAVI/Extensão. Contato: [ra138817@uem.br](mailto:ra138817@uem.br)
- Leandro José Moura Vivoda.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista da AFAVI/Extensão. Contato: [ra139491@uem.br](mailto:ra139491@uem.br)
- Bruno Seiji Takara Fujivara.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista da AFAVI/Extensão. Contato: [ra133863@uem.br](mailto:ra133863@uem.br)
- Ricardo Alexandre Carminato.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV). Contato: [racarminato@uem.br](mailto:racarminato@uem.br)
- Andréia Paula Basei.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV). Contato: [apbasei@uem.br](mailto:apbasei@uem.br)

### Introdução

O projeto de extensão “Atividades Físicas Adaptadas do Vale do Ivaí” (AFAVI) tem como objetivo a promoção da inclusão de pessoas com deficiência (PCDs) por meio de atividades físicas, motoras e esportivas adaptadas. Sendo assim, as ações abordam tanto a iniciação esportiva quanto o treinamento de pessoas com deficiência, visando sua inclusão no esporte e no desenvolvimento de habilidades físicas e motoras.

O Projeto trabalha com diferentes modalidades esportivas, contudo o foco deste trabalho será na modalidade de atletismo. Sendo uma modalidade de baixo custo, comparada a outras que necessitam de uma maior estrutura e equipamentos, fácil adaptação, e que oferece inúmeros benefícios aos seus praticantes.

### Fundamentação teórica

O atletismo é a modalidade em que o Brasil conquistou o maior número de medalhas nos Jogos Paralímpicos. Ao todo, o país já faturou 170 medalhas na história da competição, somando os pódios das provas de pista e campo: foram 48 de ouro, 70 de prata e 52 de bronze (CPB, 2024).

O atletismo é disputado em provas de pista, campo e rua, nas categorias masculina e feminina, e é aberto a atletas com deficiências físicas, intelectuais e visuais. As regras são as mesmas da IAAF (International Association of Athletics Federations), com adaptações feitas



pelo IPC – World Para Athletics (International Paralympic Committee), as entidades que regem o atletismo olímpico e paralímpico no mundo, respectivamente (CPB, 2021).

O atletismo olímpico não permite auxílio dentro da pista ou que os atletas se locomovam de outra forma que não seja utilizando suas próprias pernas. Essa restrição impossibilitaria a participação de muitos atletas do atletismo paralímpico, devido à ausência de membros e/ou má formação, à perda do sentido visual ou à dificuldade de locomoção. Por isso, as adaptações são essenciais para viabilizar o atletismo paralímpico, como o uso de atletas guias para deficientes visuais, cadeiras de rodas, próteses e bancos de arremessos e lançamentos para deficientes físicos (CPB, 2021).

No paratletismo, os modelos de ensino precisam ser adaptados, ajustados e moldados com base na compreensão da técnica, das características das provas, das especificidades individuais, da funcionalidade do movimento, das características genéticas, da classe esportiva paralímpica e de outros aspectos relevantes.

É importante que as crianças participem de todas as modalidades de prova — saltos, lançamentos, arremessos e corridas de velocidade e resistência — mesmo que apresentem aptidão para uma prova específica. Isso ocorre porque estão em fase propícia para o aprendizado de novos movimentos, para a melhoria da coordenação motora e para a ampliação do repertório motor (Freitas, 2021).

Destaca-se ainda, a necessidade de respeitar as variáveis ao se desenvolver ações na modalidade, para que os participantes tenham experiências positivas e suas limitações e potencialidades respeitadas: O desenvolvimento motor e o letramento motor referem-se à aquisição de habilidades motoras fundamentais, sendo que o desenvolvimento motor envolve a progressão e o aprimoramento dessas habilidades até atingir níveis mais avançados. O paradesporto de participação abrange atividades voltadas para o lazer, saúde e inclusão, acessíveis a todos os praticantes, independentemente de suas habilidades ou nível de desempenho. Já o paradesporto de excelência é o caminho voltado para a alta performance, com o objetivo de alcançar medalhas e títulos em competições de elite. Esse caminho é mais desafiador e seletivo, exigindo maiores recursos e oportunidades para o pleno desenvolvimento do(a) atleta (CPB, 2024).



As adaptações no atletismo para indivíduos com deficiências são essenciais para garantir a participação e o desempenho adequado desses atletas. Elas envolvem ajustes nos equipamentos, treinamentos e até mesmo nas regras das competições, para que os atletas possam competir em igualdade de condições. Esses ajustes podem incluir, por exemplo: Equipamentos Adaptados: o uso de cadeiras de rodas para corredores com paralisia, próteses para atletas amputados, ou materiais específicos para atletas com deficiência visual, como bastões de orientação para corredores cegos. Além de sinais visuais ou sonoros como outras formas de comunicação para sinalizar o início das provas ou outros até outros comandos; Modalidades Inclusivas: que permitem a participação de pessoas com diferentes tipos de deficiência, como as corridas de cadeira de rodas, corridas para deficientes visuais com guias, provas de salto em distância adaptadas e lançamentos com bolas adaptadas. Essas categorias garantem que o atletismo seja acessível a um público diversificado.

### **Metodologia**

Desde sua criação, o projeto AFAVI tem oferecido aulas de atletismo adaptado com o objetivo de proporcionar uma introdução ao esporte, e elevar a um possível rendimento, para pessoas com deficiências físicas, sensoriais ou intelectuais. As atividades são realizadas duas a três vezes por semana, em locais como o Complexo Desportivo Leovegildo Barbosa Ferraz e o Estádio Manoel Fernandes Silva, ambos situados em Ivaiporã, PR.

A metodologia de ensino envolve o uso de materiais adaptados para a prática do atletismo, como por exemplo: bastões de revezamento, cones, cronômetros, discos adaptados, pesos e a pistas de corrida, permitindo que os participantes se familiarizem com as diferentes práticas, e componentes do atletismo, como as corridas, saltos e lançamentos. As atividades são cuidadosamente planejadas para atender às necessidades específicas de cada participante, promovendo a evolução de suas habilidades motoras e integração social.

### **Resultados e Discussão**

A inclusão de pessoas com deficiência no atletismo tem mostrado resultados significativos em termos de desenvolvimento físico e social. As crianças e adolescentes do projeto têm se beneficiado muito das atividades lúdicas e adaptadas tanto quanto do



aprendizado técnico do atletismo, aprimorando suas habilidades motoras e ganhando confiança.

Nas ações do projeto são realizadas atividades lúdicas e jogos motores para estimular o aprendizado de habilidades básicas, como correr, saltar e lançar, de forma adaptada conforme a deficiência do participante. Para além, são realizadas atividades para desenvolver a coordenação motora, como circuitos de obstáculos e exercícios que estimulam o equilíbrio, a destreza e os movimentos específicos de cada prova do atletismo.

Dentro da modalidade de atletismo, cada participante é incentivado a realizar diversas provas, com o intuito de identificar quais modalidades despertam maior afinidade e interesse. Com base nesses resultados, o projeto segue um trabalho direcionado para cada prova e atleta, focando no aprimoramento das habilidades individuais e no fortalecimento da confiança dos participantes.

Essas atividades não apenas ajudam a melhorar as habilidades atléticas e específicas da modalidade, mas também promovem a integração social, a autoestima e a superação pessoal. O atletismo adaptado oferece aos participantes com deficiência uma oportunidade única de desenvolverem seus potenciais, além de participar de competições e eventos esportivos, tanto em nível local quanto internacional.

### **Considerações Finais**

As atividades de atletismo adaptado realizadas no projeto AFAVI têm gerado avanços significativos nas habilidades motoras, sociais e emocionais dos participantes. A adaptação das atividades às necessidades individuais tem sido crucial para garantir a qualidade do projeto, permitindo que cada participante se desenvolva de forma adequada e no seu próprio ritmo. Ao seguir as fases de desenvolvimento esportivo, o projeto promove não apenas a melhora física, mas também a inclusão e a socialização, oferecendo aos participantes um forte senso de pertencimento e autoestima.

Dessa forma, o atletismo adaptado se mostra uma ferramenta essencial de inclusão e desenvolvimento para crianças e adolescentes com deficiência, proporcionando não só o aprendizado técnico esportivo, mas também o aprimoramento pessoal, físico e social.



## Referências

COMITÊ OLÍMPICO BRASILEIRO. **O esporte como ferramenta de desenvolvimento social e saúde**. Rio de Janeiro, 2023.

COMITÊ OLÍMPICO DO BRASIL. **Modelo de desenvolvimento esportivo**. 2024. Disponível em: <https://www.cob.org.br/time-brasil/modelo-de-desenvolvimentoesportivo>. Acesso em: 24 nov. 2024.

FREITAS, Henrique Gavini de , et al. **Manual de Iniciação ao Esporte Paralímpico**: atletismo. São Paulo: Comitê Paralímpico Brasileiro, 2021.

GOMES, R.; WINCKLER, P.; TRIGO, T. **Modelos de desenvolvimento esportivo para crianças com deficiência**. Curitiba: Editora Movimento, 2024.

NASCIMENTO, A. R.; ROCHA, T. P. **Desenvolvimento motor e esportivo na infância**. Belo Horizonte: Editora Movimento, 2020.

SILVA, L. S.; SOUZA, P. R.; CASTRO, M. A. **Malformações congênitas e sua relação com a prática esportiva adaptada**. Revista Brasileira de Saúde e BemEstar, v. 45, n. 3, p. 78-85, 2021.

SANTOS, M. L., & OLIVEIRA, R. M. (2020). **"Inclusão no esporte: Práticas adaptadas para pessoas com deficiência."** Revista Brasileira de Educação Física Adaptada, 26(4), 215-230.



## **FORMAÇÃO ESPORTIVA ESCOLAR ATRAVÉS DO VOLEIBOL: ANÁLISE DO PROJETO DE EXTENSÃO 'ESCOLA DE ESPORTES COLETIVOS DA UEM DE IVAIPORÃ'**

**Luis Augusto Sucupira.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista de Extensão - PIBEX. Contato: [ra132151@uem.br](mailto:ra132151@uem.br)

**Bruno Seiji Takara Fujivara.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista de Extensão – AFAVI. Contato: [ra133863@uem.br](mailto:ra133863@uem.br)

**Fernanda da Fonseca Ocagna.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista de Extensão - AFAVI. Contato: [ra138817@uem.br](mailto:ra138817@uem.br)

**Leandro José de Moura Vivoda.** Graduando em Educação Física na UEM. Bolsista de Extensão – Academia da saúde. Contato: [ra139491@uem.br](mailto:ra139491@uem.br)

**Rodrigo Lima Nunes.** Doutor em Educação. Professor coordenador do projeto de extensão. Contato: [rlnunes2@uem.br](mailto:rlnunes2@uem.br)

Financiamento: Programa Institucional de Bolsas de Extensão Universitária – FA-SETI/PIBEX UEM 2024/25

### **Introdução**

Este trabalho analisa as atividades desenvolvidas no projeto de extensão "Escola de Esportes Coletivos da UEM de Ivaiporã: Experiências e Formação Esportiva para Crianças e Adolescentes em Idade Escolar", desde seu início em junho de 2024 até o presente momento.

O projeto tem como objetivo proporcionar aos alunos do ensino fundamental II da Escola Estadual Bento Mossurunga conhecimentos teóricos e práticos do voleibol, promovendo formação humana, socialização, aprendizagem, aprimoramento técnico e tático, além de melhoria da saúde e qualidade de vida, fundamentando-se no método global-funcional.

### **Fundamentação Teórica**

O projeto visa o ensino-aprendizagem-treinamento (EAT) do voleibol para alunos de 12 a 14 anos do Colégio Estadual Bento Mossurunga, em Ivaiporã/PR. Por meio de práticas semanais, busca-se desenvolver capacidades físicas, cognitivas, motoras, de saúde e sociais, além de aprimorar conhecimentos técnicos e táticos, oferecendo um espaço democrático de acesso ao voleibol.

Segundo Bracht (2011), o esporte é caracterizado pela competição, recordes, rendimento físico-técnico, racionalização e cientificização do treinamento, sendo um



fenômeno multifacetado, socialmente determinado e culturalmente instituído, influenciado por fatores históricos, políticos, econômicos e ideológicos.

As práticas esportivas coletivas têm despertado interesse acadêmico na compreensão de suas variáveis definidoras (Menezes, Marques e Nonomura, 2014). Essas práticas atraem um vasto público global e são caracterizadas pela variabilidade das situações de jogo, rapidez no processamento de informações, coerência nas tomadas de decisão e complexidade decorrente desses fatores (Greco, 1998; Menezes, Marques e Nonomura, 2014).

A prática regular de esportes coletivos oferece benefícios à saúde física, psicológica e social. Contribui para melhorias metabólicas, neuromusculares e na composição corporal, além de impactar positivamente a autoestima, funções cognitivas e socialização, e na construção de conceitos éticos e morais (Matsudo e Matsudo, 2000).

Contudo, conforme o Diagnóstico Nacional do Esporte (Brasil, 2013), apenas 25,6% da população brasileira pratica algum esporte, evidenciando a necessidade de iniciativas que democratizem o acesso à prática esportiva. Nesse contexto, o projeto de extensão em questão proporciona atividades práticas de voleibol em contraturno escolar, contribuindo para a formação humana, socialização e democratização das práticas esportivas.

## **Metodologia**

O projeto oferece vivências de voleibol mediadas por estudantes do curso de Educação Física da UEM/CRV. As atividades ocorrem na Escola Estadual Bento Mossurunga, às segundas e quintas-feiras, com sessões de uma hora, duas vezes por semana. O planejamento é realizado semanalmente pelos responsáveis, e atualmente participam quatro acadêmicos do curso em questão, planejando, executando e avaliando processos de ensino-aprendizagem-treinamento (EAT) na modalidade de voleibol.

Além das práticas com os alunos, o projeto inclui reuniões de avaliação, participação em eventos científicos, grupos de estudo sobre pedagogia dos esportes coletivos e supervisão contínua pelos professores da universidade e da escola parceira.

Utilizando o método global-funcional do processo de ensino-aprendizagem-treinamento dos jogos esportivos coletivos (Tenroller e Merino, 2006), as sessões iniciam-se com aquecimento leve fundamentado nos princípios do voleibol, seguido por atividades



focadas em aspectos táticos-técnicos, culminando em jogos e finalizando com uma roda de conversa reflexiva.

### **Resultados e Discussão**

Desde junho de 2024, o projeto atende cerca de 32 alunos, proporcionando experiências que contribuem para o desenvolvimento de capacidades físicas, cognitivas, motoras, de saúde e sociais, além de aprimorar conhecimentos técnicos e táticos no voleibol.

Utilizando o método global-funcional do processo de ensino-aprendizagemtreinamento dos jogos esportivos coletivos (Tenroller e Merino, 2006), as sessões iniciam-se com aquecimento leve fundamentado nos princípios do voleibol, seguido por atividades focadas em aspectos táticos-técnicos, culminando em jogos propriamente dito e finalizando com uma roda de conversa sobre todos os elementos trabalhados no dia.

O projeto tem desempenhado papel significativo na democratização do voleibol, promovendo ensino-aprendizagem baseado em respeito mútuo, valorização da prática e trabalho coletivo. Isso tem contribuído para uma formação mais cidadã e humanizada dos participantes, independentemente de gênero, etnia ou aptidão física.

Isso fica evidente ao observarmos o depoimento de uma das alunas participantes do projeto, publicado em sua rede social, que consideramos representativo do impacto do projeto até o momento:

*"Agradeço por esse treino incrível, que proporcionou muitas risadas e memórias. Mesmo cometendo erros e enfrentando desafios, estávamos lá para aprender, e o importante é nos divertirmos e nos sentirmos bem jogando esse esporte que amamos. Aos treinadores, muito obrigada pela oportunidade, pela experiência e pela paciência. Espero que no próximo ano possamos reviver tudo isso e muito mais."*

Complementarmente, o projeto configura-se como campo promissor para pesquisas científicas que podem contribuir significativamente para a área da Educação Física e aprimorar a experiência esportiva no Colégio Estadual Bento Mossurunga.

A parceria entre a Universidade Estadual de Maringá (UEM) e o Colégio Estadual Bento Mossurunga tem sido fundamental para o sucesso do projeto, permitindo que alunos da escola tenham acesso a atividades esportivas de qualidade mediadas por acadêmicos em



formação, enriquecendo o ambiente educacional e promovendo impacto positivo na comunidade local.

### **Considerações Finais**

O projeto de extensão tem alcançado seus objetivos ao proporcionar vivências na modalidade de voleibol, democratizando o acesso à prática e à cultura dos esportes coletivos entre os alunos do Colégio Estadual Bento Mossurunga. As atividades contribuem para a formação humana, socialização, aprendizagem, aprimoramento técnico e tático, especialmente ao enfatizar trabalho em equipe e respeito mútuo, além de promover saúde e qualidade de vida,

Para os acadêmicos da UEM/CRV, o projeto tem sido importante para a formação profissional, proporcionando experiências no ensino da modalidade, desenvolvimento de senso crítico e interesse científico em áreas da Educação Física.

Destaca-se a importância do projeto para a formação acadêmica dos participantes e sua significativa contribuição para a comunidade de Ivaiporã e região, sobretudo por meio da parceria entre a Escola de Esportes da UEM-Ivaiporã e o Colégio Estadual Bento Mossurunga, que carece de iniciativas que promovam a democratização do voleibol de forma gratuita e de qualidade.

### **Referências**

BRACHT, Valter. **Sociologia crítica do esporte: uma introdução**. Ijuí: Editora Unijuí, 2011..

MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. K. R. Evidências da importância da atividade física nas doenças cardiovasculares e na saúde. **Revista Diagnóstico e tratamento**, v.5, n. 2, p. 10-17, 2000.

MENEZES, R. P.; MARQUES, R. F. R.; NONOMURA, M. Especialização esportiva precoce e o ensino dos jogos coletivos de invasão. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v.20, n.01, p. 351-373, 2014.

TUBINO, M. J. G. **O que é esporte**. São Paulo: Brasiliense, 2006.



GRECO, P.J. Conhecimento técnico-tático: O modelo pendular do comportamento e da ação tática nos esportes coletivos. **Revista brasileira de psicologia do esporte e do exercício físico**, São Paulo, v.0, p.107-129, 2006.

TENROLLER, C. A.; MERINO, E. **Métodos e planos para o ensino dos esportes**. Canoas: Ulbra, 2006.



## **POSSIBILIDADES PEDAGÓGICAS PARA O ENSINO DO BADMINTON NA ESCOLA**

*Yuri de Oliveira Nascimento*, graduando em Educação Física na UEM/CRV.  
Contato: ra110422@uem.br

### **Introdução**

A Educação Física Escolar tem historicamente priorizado o ensino de esportes hegemônicos, como futebol, basquetebol, handebol e voleibol, conhecidos como o "quarteto fantástico". Apesar de o badminton estar presente nos documentos curriculares, como a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), sua aplicação nas escolas permanece limitada. Portanto este pré-projeto busca explorar as possibilidades pedagógicas do badminton como alternativa para enfrentar a predominância dos esportes tradicionais, promovendo uma diversificação dos conteúdos ministrados nas aulas.

A escolha do badminton como objeto de estudo surge da experiência pessoal adquirida durante a graduação. O badminton permite trabalhar aspectos como historicização, ludicidade e valores socioculturais ligados à prática do esporte. Desta forma este estudo busca compreender como o badminton pode ser inserido de maneira significativa no contexto escolar.

### **Fundamentação teórica**

A abordagem pedagógica Crítica-Superadora na Educação Física Escolar propõe que os conteúdos sejam historicizados criticamente e apreendidos na sua totalidade enquanto conhecimentos construídos culturalmente, e ainda contenham instrumentos à uma interpretação crítica da realidade, recebendo assim, um tratamento metodológico diferenciado, fugindo da prática pela prática, do jogo pelo jogo, do esporte pelo esporte, ou da dança pela dança (COLETIVO DE AUTORES, 1992). Sendo o principal objetivo dessa abordagem propor a formação da consciência de classe nos alunos. Deste modo buscando-se desenvolver indivíduos críticos, emancipados e capazes de transformar a sociedade em que estão inseridos.

A metodologia crítico-superadora tem como ponto de partida a concepção histórico-crítica, e encara as práticas da cultura corporal como "práticas sociais", necessárias às ações



humanas na sociedade. O conhecimento resulta da mediação entre o aluno e sua forma de aprender a realidade complexa do meio em que vive e as atividades corporais são vivenciadas no “fazer” corporal e na reflexão sobre o seu significado. A metodologia crítico-superadora valoriza a intenção dos diversos elementos do processo de ensino-aprendizagem e dos segmentos sociais componentes do sistema educacional. Aborda os temas relativos à cultura do homem e da mulher brasileiros como uma dimensão da cultura. A proposta busca estruturar-se durante todos os ciclos de escolarização e o processo ensino aprendizagem é privilegiado pela avaliação (GRESPLAN, 2012).

O Badminton é uma modalidade desportiva integrada nos desportos de raquete, e sua prática nas aulas de educação física pode ser vista como importante para o aperfeiçoamento de capacidade física e coordenativa dos alunos. Esta abordagem privilegia a aprendizagem do movimento, sendo que outras aprendizagens também podem ocorrer devido às práticas das habilidades motoras. (MALINA, 2002).

### **Metodologia**

Este trabalho se configura em uma abordagem qualitativa, de tipo estado da arte. De acordo com (Goldenberg,1999) a “pesquisa do tipo qualitativa possui três correntes de pensamento contemporâneo com em focos diferentes: o positivismo, a fenomenologia e o marxismo que busca compreender o significado que os acontecimentos têm para pessoas comuns, em situações particulares, enfatizando-se a importância da interação simbólica e da cultura para a compreensão do todo”. Segundo os autores Joana Romanowski e Romilda Ens (2006), a pesquisa do tipo estado da arte é um tipo de estudo realizado a partir de uma sistematização de dados, denominados estado da arte, onde recebe esta denominação quando abrangem toda uma área do conhecimento, nos diferentes aspectos que geraram produções.

A pesquisa se recorrer-se-á aos seguintes procedimentos metodológicos: pesquisa bibliográfica, desenvolvida por meio da Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD), da Scientific Electronic Library Online (SciELO) do Portal de Periódicos da Capes e do google acadêmico com descritores: processo de ensino e aprendizagem na escola; Badminton o que ensinar. Por último será feito as leituras e as análise dos trabalhos.



### **Forma de análise dos dados e cronograma**

Para análise de dados análise de conteúdo, utilizaremos os conceitos de Bardin (1977) a qual é estruturada em três fases: 1) pré-análise, referente à organização do material coletado; 2) exploração do material, na qual envolve a codificação e categorização do conteúdo e 3) tratamento dos resultados, onde o pesquisador sintetiza as informações de forma a responder aos objetivos da pesquisa. Março a abril: revisão de literatura. Maio a junho: acesso a base de dados e seleção de texto estado da arte. Junho a agosto: leitura e coleta dos dados. Setembro e novembro: análise final do trabalho. Dezembro: apresentação.

### **Considerações Finais**

A escolha do Badminton como tema de estudo foi motivada pela minha experiência pessoal com a modalidade durante a graduação em Educação Física, além da constatação de que este esporte é pouco explorado no contexto escolar. Com este trabalho, espera-se contribuir para a inclusão de novas práticas esportivas nas aulas de educação física oferecendo novas possibilidades pedagógicas de ensino no ambiente escolar. No futuro, a pesquisa poderá avançar para uma abordagem interventiva, com a implementação das práticas pedagógicas específicas nas escolas, buscando avaliar o impacto da inclusão do badminton no processo de ensino aprendizagem dos alunos.

### **Referências**

- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1977.
- COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.
- GOLDENBERG, M. **A arte de pesquisar: como fazer pesquisas qualitativas em Ciências Sociais**. Rio de Janeiro: Record, 1999.
- GRESPLAN, Marcia Regina. **Educação Física no ensino fundamental: Primeiro ciclo**. Campinas: Papyrus, 2012.
- MALINA, R. M.; BOUCHARD, C. **Atividade física do atleta jovem: crescimento e maturação**. São Paulo: Roca, 2002.



ROMANOWSKI, Joana P.; ENS, Rogério T. As pesquisas denominadas do tipo “Estado da Arte”.  
**Diálogos Educacionais**, v. 6, n. 6, p. 37–50, 2006.

UTRA, G.; ALCÂNTARA, C. H.; SANTANA, I. A. P.; TURNES, T. Fatores motivacionais de crianças e adolescentes praticantes de futsal em ambientes com diferentes propostas de ensino. *RBFF - Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, v. 11, n. 45, p. 483-489, 19 abr. 2020.



## O ENSINO DA CAPOEIRA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Luis Augusto Sucupira Campos.** Graduando de Educação Física pela UEM- CRV.

Contato: [ra132151@uem.br](mailto:ra132151@uem.br)

**Ana Carla Azevedo.** Graduando de Educação Física pela UEM- CRV. Contato:

[ra124202@uem.br](mailto:ra124202@uem.br)

**Evelyn Vassoler Casavechia.** Graduando de Educação Física pela UEM- CRV.

Contato: [ra127403@uem.br](mailto:ra127403@uem.br)

**Heloisa Beatriz Silva Dillio.** Graduando de Educação Física pela UEM- CRV.

Contato: [ra127415@uem.br](mailto:ra127415@uem.br)

**Maria Regina Rodrigues Vieira.** Graduando de Educação Física pela UEM- CRV.

Contato: [ra125489@uem.br](mailto:ra125489@uem.br)

**Júlio Cesar da Costa.** Doutor em Educação Física pela Universidade Estadual de Londrina. Professor de Graduação pela UEM-CRV/ UEL. Contato: [jccosta2@uem.br](mailto:jccosta2@uem.br)

### Introdução

Integrar a capoeira nas aulas de educação física escolar pode oferecer aos alunos uma experiência educativa vibrante e multifacetada. Essa prática não apenas estimula o desenvolvimento físico, como força, agilidade e equilíbrio, mas também promove habilidades sociais e emocionais. Por ser executada em uma roda de capoeira, os alunos aprendem a interagir de maneira respeitosa e colaborativa, desenvolvendo um senso de comunidade e empatia (Almeida,1986; Campos,2009).

O aprendizado da capoeira na educação física escolar tem se tornado cada vez mais importante como uma prática de ensino que não apenas promove o desenvolvimento físico, mas também estimula os valores culturais, sociais e essenciais para a formação integral dos alunos. Contudo, apesar da sua importância e potencial, a implementação eficaz da capoeira nas escolas ainda enfrenta desafios significativos, como a falta de materiais didáticos estruturados para os professores.

Desta forma percebeu-se a necessidade da construção de um material didático que visasse facilitar a prática da capoeira no ambiente escolar (Rufino e Darido, 2015).

Assim, o objetivo deste trabalho é relatar a experiência da redação do livro intitulado “O ensino da capoeira na educação física escolar: 10 possíveis planos de aula”. O livro busca evidenciar como a prática da capoeira pode ser uma ferramenta pedagógica rica, com o objetivo de contribuir para a formação dos alunos e enriquecer a abordagem educativa da capoeira nas escolas, tornando-a acessível, enriquecedora e significativa para os alunos.



## **Metodologia**

A seleção dos temas foi guiada pela ideia e necessidade de criar um material de apoio que auxiliasse na implementação de planos de aula para a disciplina de educação física voltados ao tema capoeira no contexto escolar. O primeiro passo foi realizar a seleção dos temas entre o docente da disciplina de capoeira e os discentes, sendo escolhidos os seguintes temas de aulas: capoeira de angola, capoeira regional, ritmos e instrumentos, ritmos e musicalidade, movimentos pé e mão, movimentos acrobáticos, preconceitos, capoeira como lutas, capoeira como dança e capoeira como jogo.

Os planos de aula deveriam seguir as dimensões conceitual, atitudinal e procedimental, buscando promover uma aprendizagem integral, conectando teoria, prática e atitudinais. Essa metodologia busca permitir os alunos não apenas compreendam conceitos teóricos, mas também desenvolvam habilidades práticas e valores essenciais para a vida em sociedade. Ao integrar essas três dimensões, o plano de aula poderá proporcionar uma experiência de ensino significativa, onde o conhecimento é aplicado de forma contextualizada e os alunos são incentivados a refletir sobre suas ações e comportamentos.

Todos os planos de aula buscaram atender essas três dimensões. Nos conceituais aspectos como a história e importância cultural da capoeira e o papel da suplementação na alimentação. Inclui definições, origens e impactos sociais. O Procedimental deveria trabalhar atividades práticas, como rodas de capoeira, exercícios de ritmo e movimentos básicos e no atitudinal desenvolver atitudes de cooperação, respeito pela diversidade cultural, reflexão crítica e a valorização do trabalho em grupo.

## **Resultados e Discussão**

A escrita deste material foi uma oportunidade de integrar a teoria com a prática pedagógica, refletindo sobre as melhores maneiras de ensinar conteúdos complexos de forma acessível aos alunos do 6º e 7º ano do ensino fundamental II. O processo envolveu pesquisa bibliográfica, análise crítica de materiais didáticos e a adaptação dos conteúdos para garantir que fossem compreensíveis e adequados à faixa etária. Essa experiência foi enriquecedora, sendo possível explorar temas que dialogam com o cotidiano dos estudantes e criar estratégias para despertar o interesse deles.



Assim, nosso livro optou-se por adotar as abordagens cognitivistas e sistêmicas. A combinação entre essas abordagens possibilitou a criação de modelos de plano de aula que pudessem integrar diversas perspectivas para uma intervenção eficaz.

Portanto, ao desenvolver e criar o livro “O ensino da capoeira na educação física escolar: 10 possíveis planos de aula”, utilizando conteúdos propostos pelas diretrizes da BNCC, foi possível contemplar os diferentes aspectos do conteúdo, promovendo a integração entre teoria, prática e comportamento, elementos essenciais para uma aprendizagem integral dos alunos.

### **Considerações Finais**

Ao organizar e sistematizar o conhecimento por meio dos planos de aula, o livro oferece uma ferramenta que pode auxiliar o profissional de educação física em ambiente escolar a estruturar o ensino da capoeira de forma mais acessível e organizada. Esse material possibilita a criação de um currículo com atividades e progressões que atendem a diferentes dimensões do conteúdo, com uma abordagem de passo a passo, com sugestões de atividades, sequências de movimentos e progressões pedagógicas.

Embora o livro apresente planos de aula sobre o tema capoeira, é fundamental que professores tenha autonomia em adaptarem seus planos de aula de ensino a partir destes modelos, tornando sua aula verdadeiramente eficaz, sempre levando em consideração sua realidade local, as características de seus alunos e o contexto sociocultural em que estão inseridos, ajustando o material pedagógico às necessidades específicas de sua turma.

### **Referências**

ALMEIDA, Bira. Capoeira: A Brazilian Art Form: History, Philosophy, and Practice. Berkeley: North Atlantic Books, 1986.

CAMPOS, Hellio. Capoeira regional: a escola de Mestre Bimba. Edufba, 2009.

RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina. O Ensino das Lutas nas Aulas de Educação Física: Análise da Prática Pedagógica à luz de especialistas. Revista da Educação

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



## **PROJETO ESCOLA DE INICIAÇÃO E PRÁTICA DE MODALIDADES ESPORTIVAS COLETIVAS: UMA ANÁLISE DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS ENTRE 2023-2024**

- Eduarda Amanda Silva Lemes.** Acadêmica do Curso de Educação Física UEM – Campus Regional do Vale do Ivaí - Ivaiporã/PR.
- Regina Maria de Souza Oliveira.** Acadêmica do Curso de Educação Física UEM – Campus Regional do Vale do Ivaí - Ivaiporã/PR.
- Adrian Fellipe Pereira de Oliveira.** Acadêmico do Curso de Educação Física UEM – Campus Regional do Vale do Ivaí - Ivaiporã/PR.
- Gustavo Henrique de Souza.** Acadêmico do Curso de Educação Física UEM – Campus Regional do Vale do Ivaí - Ivaiporã/PR.
- Ryan Felipe dos Santos.** Acadêmico do Curso de Educação Física UEM – Campus Regional do Vale do Ivaí - Ivaiporã/PR.
- Victor Hugo Carvalho Santos.** Acadêmico do Curso de Educação Física UEM – Campus Regional do Vale do Ivaí - Ivaiporã/PR.
- Rodrigo Lima Nunes.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV). Contato: Rlnunes2@uem.br
- William Fernando Garcia.** Docente do curso de Educação Física do Departamento de Ciências do Movimento Humano (DMO/UEM/CRV)

Financiamento: Programa Institucional de Apoio à Inclusão Social, Pesquisa e Extensão  
Universitária – FA-SETI/PIBIS

### **Introdução**

A prática esportiva é fundamental no desenvolvimento completo de crianças e adolescentes, promovendo diversos aspectos como a saúde física, aspectos emocionais, sociais e éticos. Nesse contexto, o projeto de extensão "Escola de Iniciação e Prática de Modalidades Esportivas Coletivas", realizado em Ivaiporã/PR, disponibiliza às crianças e adolescentes da região uma introdução estruturada aos esportes coletivos, com ênfase no futebol, e possibilitando a formação de uma base sólida para o seu desenvolvimento motor e psicossocial. Além disso, o projeto proporciona aos alunos do curso de Educação Física da Universidade Estadual de Maringá (UEM) a oportunidade de aplicar os conhecimentos adquiridos em um ambiente prático, dessa forma, os acadêmicos agregam conhecimento na sua formação acadêmica e colaboram com a produção de pesquisas na área da pedagogia do esporte.

Sendo assim, este texto faz uma análise das atividades desenvolvidas no projeto durante o ano letivo de 2023/2024, mencionando os principais desafios, resultados e



perspectivas futuras do projeto, de modo que além de refletir sobre a importância de uma iniciação esportiva inclusiva e de qualidade para a comunidade local.

### **Fundamentação teórica**

O projeto de extensão "Escola de Iniciação e Prática de Modalidades Esportivas Coletivas" fundamenta-se nos conceitos da pedagogia do esporte e em metodologias de iniciação esportiva, tendo como foco o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes por meio da prática de esportes coletivos, com ênfase no futebol.

A Iniciação Esportiva Universal (IEU) é a metodologia central do projeto, baseada nos estudos de Greco (1998) e Greco & Benda (2001). Essa abordagem defende que a iniciação esportiva deve respeitar as capacidades físicas, psicológicas e cognitivas dos jovens, promovendo uma formação diversificada e evitando a especialização precoce. Além disso, a IEU busca proporcionar aos participantes uma base sólida no desenvolvimento de habilidades motoras, sociais e técnicas, adaptando a prática esportiva à faixa etária. O foco não está no rendimento precoce, mas no desenvolvimento integral dos jovens.

O desenvolvimento motor, psicológico e social é essencial para a formação das crianças e adolescentes participantes, sendo também um dos objetivos do projeto. A iniciação ao futebol e a outras modalidades esportivas coletivas contribui para o aprimoramento de competências motoras básicas, como coordenação, força e agilidade, bem como para o desenvolvimento de aspectos sociais, como trabalho em equipe, respeito e empatia.

Autores como Garganta (1994) e Menezes, Marques e Nonomura (2014) destacam os Jogos Esportivos Coletivos (JEC) como um importante campo de aprendizado e desenvolvimento, enfatizando a necessidade de um ensino gradual e respeitoso às capacidades dos participantes, sem forçar a especialização precoce. Assim, entende-se que o futebol pode ser um meio de desenvolvimento social, proporcionando interações positivas e contribuindo para o aprimoramento de habilidades cognitivas e motoras. O projeto também se fundamenta na inclusão, promovendo atividades acessíveis a todos os jovens, independentemente de gênero. Embora existam desafios na adesão das meninas, busca-se construir uma prática esportiva democrática e inclusiva, permitindo que todos desenvolvam suas habilidades.



No que se refere às práticas pedagógicas e à metodologia de ensino, o projeto adota o conceito de ensino-aprendizagem-treinamento (EAT), conforme discutido por Menezes, Marques e Nonomura (2014). Essa abordagem defende a necessidade de um planejamento pedagógico estruturado, que favoreça o desenvolvimento de múltiplas habilidades, sem restringir os participantes a uma única modalidade esportiva. Dessa forma, a metodologia contribui para a formação de jovens com uma visão ampla do esporte, possibilitando que explorem diferentes modalidades ao longo da vida.

### **Metodologia**

A metodologia do projeto é estruturada com base no modelo de Iniciação Esportiva Universal (IEU), visando à formação integral dos participantes e respeitando suas capacidades físicas, psicológicas e sociais. O planejamento das atividades semanais ocorre de forma colaborativa, com a participação ativa de acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade Estadual de Maringá (UEM). A cada semana, dois estudantes são responsáveis pela elaboração e execução do plano de aula, com o apoio dos demais colegas e sob a supervisão dos professores do projeto. Esse modelo garante uma abordagem pedagógica diversificada e permite que os acadêmicos desenvolvam conhecimentos teórico-práticos de planejamento e condução de atividades esportivas.

Inicialmente, o projeto contemplava modalidades como futsal e futebol society. Atualmente, a principal modalidade é o futebol, mas há planos para ampliar a oferta de esportes, incluindo futsal, basquetebol e voleibol, com o objetivo de proporcionar uma formação esportiva diversificada e de qualidade. As atividades são realizadas de forma inclusiva e mista, para crianças e adolescentes entre 10 e 14 anos de idade, permitindo a participação de meninos e meninas. Essa abordagem busca combater barreiras de gênero e promover um ambiente democrático, onde todos os jovens tenham a oportunidade de desenvolver suas capacidades esportivas de maneira igualitária.

O projeto acontece no Complexo Esportivo Leovegildo Barbosa Ferraz, em Ivaiporã-PR, com atividades realizadas aos sábados no período vespertino. A metodologia enfatiza um ambiente de aprendizado prático, no qual os acadêmicos aplicam diretamente os conhecimentos adquiridos ao longo de sua formação em Educação Física. Para garantir a eficácia do processo de ensino-aprendizagem, são promovidas reuniões periódicas para



avaliação das atividades e discussão de estratégias pedagógicas. Além disso, há um processo contínuo de supervisão por parte dos professores responsáveis, bem como a participação dos acadêmicos em eventos científicos e grupos de estudo voltados à pedagogia dos esportes coletivos.

### **Resultados e Discussão**

Desde o início do projeto, observou-se um progresso significativo em múltiplas áreas, tanto no desenvolvimento dos participantes quanto na formação dos acadêmicos envolvidos. Por outro lado, ao longo das atividades, também foram identificados desafios e pontos que exigem ajustes para maior expansão e inclusão, motivado por uma análise contínua dos aspectos técnicos e pedagógicos envolvidos com o processo de EAT do futebol.

O projeto tem contribuído para o desenvolvimento integral dos participantes, contemplando habilidades motoras, capacidades sociais, emocionais, morais e técnicas. Eles demonstram progressos em coordenação motora, agilidade, tomada de decisão e trabalho em equipe, fatores essenciais não apenas para a iniciação no futebol, mas também para outros esportes coletivos.

Ainda que o foco seja o futebol, o processo de EAT inclui o desenvolvimento de outras capacidades relacionadas aos esportes coletivos, como comunicação, colaboração em grupo e respeito às regras e aos demais participantes. Essa abordagem pedagógica busca formar não apenas atletas habilidosos, mas cidadãos capazes de trabalhar em equipe e viver de forma mais democrática. Como resultado, muitos participantes relataram maior interesse pela prática de esportes e melhorias na qualidade de vida, sobretudo em aspectos de saúde e convivência social.

Entre os desafios encontrados, destaca-se a baixa participação feminina. Embora as atividades sejam mistas, as meninas aderem em número significativamente menor, sugerindo influências culturais ou falta de incentivo para a prática esportiva feminina na comunidade. Para enfrentar essa questão, considera-se a adoção de estratégias específicas, como campanhas de sensibilização e atividades voltadas ao público feminino, de modo a promover maior igualdade de oportunidades.

No que diz respeito à formação acadêmica, os resultados também são positivos. Os graduandos em Educação Física vivenciam um ambiente real de aplicação dos conteúdos



aprendidos ao longo do curso, o que enriquece seus conhecimentos pedagógicos, técnicos e sociais. Eles se tornam aptos a lidar com diferentes perfis de alunos, a adaptar metodologias conforme as necessidades do grupo e a aprofundar conhecimentos sobre métodos de ensino e treinamento voltados à iniciação esportiva.

A participação em eventos científicos, reuniões de avaliação e grupos de estudo sobre pedagogia dos esportes coletivos tem ampliado a perspectiva dos acadêmicos, incentivando debates sobre práticas pedagógicas e possibilitando a pesquisa aplicada em ensino e aprendizagem na iniciação esportiva. Esse intercâmbio de experiências, aliado ao trabalho em equipe entre professores e acadêmicos, contribui para o aprimoramento constante das metodologias adotadas.

Quanto ao futuro, o projeto apresenta boas perspectivas de expansão, incluindo a incorporação de outras modalidades esportivas, como futsal, basquetebol e voleibol, visando oferecer uma formação mais completa aos participantes. Também se planeja fortalecer parcerias com escolas da região, ampliando o alcance do projeto. Além disso, a intensificação de estratégias para incentivar a participação feminina permanece como prioridade, garantindo que todos os jovens da comunidade tenham acesso às oportunidades oferecidas e possam se beneficiar dos efeitos positivos da prática esportiva.

### **Considerações Finais**

Em síntese, o projeto cumpre com o seu papel em desenvolver capacidades esportivas, sociais, morais e emocionais das crianças e adolescentes participantes, além disso, o projeto também proporciona experiências pedagógicas para os acadêmicos de Educação Física, onde por meio de cada atividade estes acadêmicos desempenham papéis importantes e participativos no projeto. Mesmo tendo desafios, como por exemplo a baixa adesão das meninas, o projeto está em cada dia mais se fortalecendo, sempre em evolução e adaptação conforme as demandas encontradas. Sobre perspectivas futuras, pode-se falar em expansão, por meio de possível inclusão de outras modalidades esportivas e também a busca por parcerias, as quais demonstram que o projeto tem um futuro favorável, com o potencial de beneficiar ainda mais a comunidade de Ivaiporã e região. Os planos são de desenvolver as atividades cada vez mais com qualidade e eficiência, gerando inúmeros benefícios para a sociedade participante.



## Referências

DUTRA, G.; ALCÂNTARA, C. H.; SANTANA, I. A. P.; TURNES, T. Fatores motivacionais de crianças e adolescentes praticantes de Futsal em ambientes com diferentes propostas de ensino. **RBFF - Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, v. 11, n. 45, p. 483-489, 19 abr. 2020.

GARGANTA, J. Para uma teoria dos jogos desportivos colectivos. In: GRAÇA, A. & OLIVEIRA, J. (orgs.). **O ensino dos jogos desportivos**: FCDEF-UP: Centro de Estudos dos Jogos Desportivos, p. 11-25, 1994.

GRECO, P.J. **Iniciação Esportiva Universal 2**: Metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 1998.

GRECO, P.J. Conhecimento técnico-tático: O modelo pendular do comportamento e da ação tática nos esportes coletivos. **Revista brasileira de psicologia do esporte e do exercício físico**, São Paulo, v.0, p.107-129, 2006.

GRECO, P.J.; BENDA, R.N. **Iniciação Esportiva Universal 1**: Da Aprendizagem Motora ao Treinamento Técnico. 1 Reimpressão. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 2001.

MENEZES, R. P.; MARQUES, R. F. R.; NUNOMURA, M. Especialização esportiva precoce e o ensino dos jogos coletivos de invasão. **Movimento**, v. 20, n. 1, p. 351-373, 2014.