

# **PLANEJAMENTO**

## **Educação Física, Desporto e Lazer**



**Federação das Apaes  
do Estado de São Paulo  
(Gestão 2006 – 2008)**

## **Dedicatória**

Este projeto foi elaborado e estruturado para fornecer aos Profissionais de Educação Física Especial subsídios teórico de pesquisas para o desenvolvimento digno de sua função, objetivando excelência na qualidade do serviço prestado com respaldo de uma investigação literária de situações diversas na suas duas principais linhas de atuação: Educação Física Escolar e nos Projetos Especiais.

Pela relevância da disciplina nas intervenções no processo pedagógico e social este material é dedicado a todos aqueles que se empenham na Profissão de Educador com profissionalismo, seriedade e ética.

## **Agradecimentos**

AGRADEÇO ao presidente da Federação das APAES do Estado de São Paulo, Sr. Antonio Candido Naves pelo apoio e por criar condições favoráveis para o desenvolvimento desta ação; aos Conselhos, aos Coordenadores Regionais de Educação Física, as APAES e todos os profissionais que encaminharam seus planos de aula contribuindo de maneira impar para a construção deste projeto.

AGRADEÇO a equipe de Organização e Revisão que de maneira voluntária, incansável e sublime participou da estruturação do documento em diversas reuniões, na busca do melhor a oferecer ao leitor.

AGRADEÇO aos meus Pais pela educação, a minha esposa e filha que demonstrou paciência, compreensão e companheirismo em momentos que lhe faltava atenção devida, por conta das pesquisas em prol de uma causa verdadeira.

***Roberto Antonio Soares***  
***Coordenação Geral***

*O objetivo da Educação Física, enquanto processo educacional, não é a simples aquisição de habilidades, mas sim contribuir para o desenvolvimento das potencialidades humanas. No aspecto social, ajudar a criança a estabelecer relações com as pessoas e com o mundo; no aspecto filosófico, ajudar a criança a questionar e compreender o mundo; no aspecto biológico, conhecer, utilizar e dominar o seu corpo; no aspecto intelectual, auxiliar no seu desenvolvimento cognitivo.*

**Sidney de Carvalho Rosadas**

# SUMÁRIO

<b>I – EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR.....</b>	<b>7</b>
1- Introdução.....	7
2 – Justificativa.....	9
2.1 – Autismo.....	10
2.2 – Benefícios da Atividade Física.....	11
3- Programas.....	16
4- Objetivos.....	17
4.1 – Objetivo Geral.....	17
4.1.1- Educação Infantil.....	19
4.1.2- Ensino Fundamental.....	20
a) Educação de Jovens e Adultos.....	21
b) Formação Profissional.....	22
4.1.3- Autismo.....	22
4.1.4- Alfabetização para Deficientes Auditivos.....	23
4.1.5- Oficinas terapêuticas.....	23
4.1.6- Centro Dia (Severos e Profundos).....	24
4.2 – Objetivo Especifico.....	24
4.2.1- Educação Infantil.....	28
4.2.2- Ensino Fundamental.....	29
a) Educação de Jovens e Adultos.....	29
b) Formação Profissional.....	29
4.2.3- Autismo.....	30
4.2.4- Alfabetização para Deficientes Auditivos.....	30
4.2.5- Oficinas terapêuticas.....	31
4.2.6- Centro Dia (Severos e Profundos).....	31
5 – Conteúdo.....	32
5.1 - Educação Infantil.....	34
5.2 - Ensino Fundamental.....	34
a) Educação de Jovens e Adultos.....	35
b) Formação Profissional.....	37
5.3 – Autismo.....	37
5.4 - Alfabetização para Deficientes Auditivos.....	37
5.5 - Oficinas terapêuticas.....	38
5.6 - Centro Dia (Severos e Profundos).....	38
6- Metodologia.....	39
6.1 - Educação Infantil.....	47
6.2 - Ensino Fundamental.....	49
a) Educação de Jovens e Adultos.....	52
b) Formação Profissional.....	52
6.3 – Autismo.....	54
6.4 - Alfabetização para Deficientes Auditivos.....	55
6.5 - Oficinas terapêuticas.....	56
6.6 - Centro Dia (Severos e Profundos).....	56

7- Materiais/ Meios Auxiliares.....	57
7.1 - Educação Infantil.....	58
7.2 - Ensino Fundamental.....	59
a) Educação de Jovens e Adultos.....	59
b) Formação Profissional.....	60
7.3 – Autismo.....	60
7.4 - Alfabetização para Deficientes Auditivos.....	60
7.5 - Oficinas terapêuticas.....	61
7.6 - Centro Dia (Severos e Profundos).....	61
8 – Avaliação.....	62
8.1 - Educação Infantil.....	64
8.2 - Ensino Fundamental.....	65
a) Educação de Jovens e Adultos.....	65
b) Formação Profissional.....	65
8.3 – Autismo.....	65
8.4 - Alfabetização para Deficientes Auditivos.....	65
8.5 - Oficinas terapêuticas.....	65
8.6 - Centro Dia (Severos e Profundos).....	66
9 – Ficha de Avaliação.....	67
10 – Considerações.....	82

## **II – PROJETOS ESPECIAIS.....83**

1- Introdução.....	83
2- Público Alvo.....	84
3- Projetos.....	85
4- Justificativa.....	86
4.1- Natação/Hidroginástica.....	86
4.2- Atletismo.....	87
4.3- Expressão Corporal e Dança.....	87
4.4- Futsal/ Futebol de Campo/ Vôlei Adaptado / Basquete/ Handebol.....	88
4.5- Jogos de Salão: Dama/ Dominó/ Tênis de Mesa.....	88
4.6- Ginástica Olímpica e Artística.....	88
4.7- Musculação.....	88
4.8- Equoterapia.....	89
4.9 – Qualidade de Vida.....	89
5- Objetivos.....	90
5.1- Objetivo Geral.....	90
5.1.1- Natação/Hidroginástica.....	90
5.1.2- Atletismo.....	91
5.1.3- Expressão Corporal e Dança.....	91
5.1.4- Futsal/ Futebol de Campo/ Vôlei Adaptado / Basquete/ Handebol.....	92
5.1.5- Jogos de Salão: Dama/ Dominó/ Tênis de Mesa.....	92
5.1.6- Ginástica Olímpica e Artística.....	92
5.1.7- Musculação.....	93
5.1.8- Equoterapia.....	93

5.2- Objetivo Especifico.....	93
5.2.1- Natação/Hidroginástica.....	94
5.2.2- Atletismo.....	95
5.2.3- Expressão Corporal e Dança.....	95
5.2.4- Futsal/ Futebol de Campo/ Vôlei Adaptado / Basquete/ Handebol.....	96
5.2.5- Jogos de Salão: Dama/ Dominó/ Tênis de Mesa.....	96
5.2.6- Ginástica Olímpica e Artística.....	96
5.2.7- Musculação.....	97
5.2.8- Equoterapia.....	97
5.2.9- Qualidade de Vida.....	97
6 – Metodologia.....	99
6.1- Natação/Hidroginástica.....	100
6.2- Atletismo.....	104
6.3- Expressão Corporal e Dança.....	105
6.4- Futsal/ Futebol de Campo/ Vôlei Adaptado / Basquete/ Handebol.....	106
6.5- Jogos de Salão: Dama/ Dominó/ Tênis de Mesa.....	109
6.6- Ginástica Olímpica e Artística.....	110
6.7- Musculação.....	111
6.8- Equoterapia.....	111
6.9- Qualidade de Vida.....	112
7 – Matérias/ Meios Auxiliares.....	113
7.1- Natação/Hidroginástica.....	113
7.2- Atletismo.....	114
7.3- Expressão Corporal e Dança.....	115
7.4- Futsal/ Futebol de Campo/ Vôlei Adaptado / Basquete/ Handebol.....	115
7.5- Jogos de Salão: Dama/ Dominó/ Tênis de Mesa.....	115
7.6- Ginástica Olímpica e Artística.....	115
7.7- Musculação.....	116
7.8- Equoterapia.....	116
7.9- Qualidade de Vida.....	116
8- Culminância.....	118
9- Avaliação.....	119
<b>III – NOÇÕES DE SOCORROS DE URGÊNCIA.....</b>	<b>121</b>
<b>IV – SUGESTÃO PARA ESTRUTURAÇÃO DE PLANEJAMENTO.....</b>	<b>126</b>
<b>V - CONSTRUÇÃO DA PROPOSTA.....</b>	<b>127</b>
<b>VI – BIBLIOGRAFIA.....</b>	<b>129</b>



## **Organização dos Planejamentos da Educação Física, Desporto e Lazer das Apaes do Estado de São Paulo 2007.**

### **I - EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

#### **1- Introdução:**

A temática em discussão na atualidade, e com grande relevância na área educacional e nas suas diversas vertentes, é a inclusão. O termo tem sua origem no verbo "incluir", que significa, na Língua Portuguesa: 1. inserir, introduzir, 2. abranger, compreender, 3. conter em si, 4. fazer parte.

Hoje em dia, as escolas têm, em sua grade, disciplinas que se propõem a estimular os alunos a pesquisar, desenvolver e traduzir as informações em conhecimentos necessários para que esses tenham condições favoráveis de convivência e atuação na sociedade.

A Educação Física, reconhecida e regulamentada desde 1998, por sua vez, como responsável pelo estudo e aplicação do mundo do movimento humano, não pode ser retirada de qualquer processo pedagógico sério e comprometido com as questões sociais. (Oliveira, 1992) Portanto, é uma das disciplinas obrigatórias no processo educacional sendo integrante do currículo escolar pela sua relevância, porque transcende o entendimento puramente técnico.

As escolas têm – ou deveriam ter – profissionais formados e atualizados, atuando nesse processo educacional de forma a introduzir, eficientemente, a metodologia própria da área de Educação Física. As intervenções ou informações, provenientes desta disciplina, certamente poderiam contribuir para despertar, nos educandos, o interesse e a curiosidade ao aprimoramento das ações psicossociais ou psicomotoras, oportunizando, dessa forma, uma inclusão ideal ou algo próximo dela.

Para Rosadas (1994, p.30), o objetivo da Educação Física, enquanto processo educacional,

**não é a simples aquisição de habilidades, mas sim contribuir para o desenvolvimento das potencialidades humanas. No aspecto social, ajudar a criança a estabelecer relações com as pessoas e com o mundo; no aspecto filosófico, ajudar a criança a questionar e compreender o mundo; no aspecto biológico, conhecer, utilizar e dominar o seu corpo; no aspecto intelectual, auxiliar no seu desenvolvimento cognitivo.**

A Lei Federal nº. 6839/80, que dispõe sobre o registro de empresas nas entidades fiscalizadoras do exercício de profissões estabelece a seguinte exigência:

**Art. 1º - O registro de empresas e a anotação dos profissionais legalmente habilitados, delas encarregados, serão obrigatórios nas entidades competentes para a fiscalização do exercício das diversas**





**profissões, em razão da atividade básica ou em relação aquela pela qual prestem serviços a terceiros.**

O entendimento da importância e do alcance dessa função é imprescindível para que os profissionais de Educação Física a exerçam, com plena consciência das atribuições que lhe são inerentes.

A oportunidade de atividades, sejam elas no âmbito da Educação Física escolar ou em projetos especiais (como treinamentos de modalidades específicas e/ou eventos), tornam o processo de inclusão de pessoas com deficiência menos agressiva; vez que essas atividades são programadas de modo a respeitar a integridade emocional, social e física desses alunos, que tanto querem mostrar o seu valor e explorar o seu potencial.

Soares, Roberto Antonio – 2008 – **Educação Física e Inclusão** – In: Boletim Eletrônico da Federação Nacional das Apaes, nº 8 – ano 3 – abril, maio, junho de 2008.



## 2- Justificativa:

A importância da elaboração do plano de trabalho justifica-se pela necessidade de estruturarmos a Educação Física, para a execução e cumprimento das responsabilidades designadas ao profissional. Sendo assim o profissional de Educação Física, cumpre o papel de estimulador do aluno, enfatizando, porém a importância da Educação Física para o desenvolvimento global, a inclusão na sociedade e cujo seu maior papel é auxiliar na melhoria da qualidade de vida.

No esforço para que as pessoas com necessidades especiais se tornem independentes, realize tarefas e integre no contexto social é fundamental a organização de um conjunto de serviços entre os quais se destaca a educação Física, o Desporto e o Lazer, além das outras áreas de trabalhos pedagógicas, acadêmicas, neurológicas e psicológicas.

Em termos de aplicação prática, como atividade direcionada a formação do indivíduo, a Educação Física inclui disciplinas e fundamentos centrados no fenômeno "corpo e movimento" e suas bases biológicas, psicológicas e sociais.

A Atividade Física Adaptada (sub-área da Educação Física) têm como objetivo segundo Mauerberg de Castro, integrar e aplicar fundamentos teóricos e práticos das varias disciplinas da motricidade humana e áreas vizinhas da saúde e educação em diferentes programas educacionais de reabilitação para indivíduos de todas as faixas etárias que não se ajustem total ou parcialmente às demandas das instituições sociais, de modo a satisfazer as necessidades de pessoas com deficiência.

A Educação Física possui um canal próprio de comunicação com o aluno, visto sua facilidade de trabalhar com o corpo, ou seja, trabalhar a inteligência através dos movimentos (*Jean Le Boulch*), visto que o ser humano na sua totalidade é objeto de abordagem na Educação Física.

Através do desporto, o educando tem a oportunidade de além de vencer seus limites, a do encontro com seus colegas e também vencer os bloqueios com o inimigo de uma forma global e sadia.

As pessoas através do desporto estão a toda hora trabalhando o coletivismo, obedecendo a regras, vencendo seus limites, trabalhando em equipe na busca de um objetivo comum.

O Lazer, a dificuldade que a Pessoa com deficiência encontra é justamente na utilização de seu tempo livre, como brincar e com quem brincar. Isso implica também em ter amigos para suas horas de lazer, em saber participar e organizar brincadeiras ou atividades e que se sinta feliz e integrado. Portanto esta é uma área que se deve ter grande ênfase para atender as necessidades do aluno.

Com a elaboração deste projeto, esperamos atender as necessidades de busca de informações, por parte dos professores novos, na área de como desenvolver trabalhos na ampliação do atendimento e na conseqüente melhoria da eficiência na formação e habilitação da Pessoa com deficiência intelectual.



A nossa intenção na amostragem deste trabalho é dar subsídio aos professores de Educação Física, para que possam seguir uma linha de procedimentos na organização dos trabalhos da Educação Física, Desporto e Lazer de sua Entidade.

O projeto foi criado para descobrir e estimular as habilidades e competências dos alunos, dentro da proposta escola.

A Federação Estadual das APAES, buscando a garantia do direito as atividades de Educação Física Escolar, Desporto e Lazer as pessoas com deficiências cria propostas de unificação das ações da Educação Física integrada á proposta da APAE Educadora por entender que a Educação Física como componente curricular é meio valoroso e efetivo no processo de desenvolvimento integral do individuo, além de possibilitar um estilo de vida ativo dos seres humanos.

Considerando e observando os alunos como um todo, a Educação Física respeita a pessoa e possibilita condições para os mesmos exercerem as liberdades naturais, o bem estar social e desenvolvimento do grupo – deveres sociais e fortalecer os valores que possam melhorar as condições da vida humana.

A deficiência muitas vezes isola as pessoas do mundo tanto no que diz respeito a sua participação, quanto à compreensão dos fatos. A expressão corporal pode neste caso, assumir um importante papel, o de facilitadora de comunicação. Ela oferece ao aluno, novas formas de expressão de suas idéias e sentimentos e ainda, possibilita a aquisição de novos conceitos.

A expressão corporal, por meio da vivência pratica, é eficiente para o desenvolvimento global dos deficientes intelectuais, abrangendo todos os âmbitos da natureza humana, integrando corpo e mente na exploração e interação com o meio, na construção de conceitos formais e morais do individuo.

Havendo uma relação direta entre a capacidade de expressão e o desenvolvimento da socialização, esse projeto se faz importante haja vista que o aluno com deficiência intelectual conquista novas maneiras de relacionar a fantasia e a realidade; onde o corpo é a forma de linguagem, capaz de proporcionar novos instrumentos de comunicação; entre seu corpo e o mundo; e supera as dificuldades, construindo possibilidades de desenvolvimento pessoal em todas suas dimensões.

## **2.1 – Autismo:**

Há décadas pesquisadores estão envolvidos com estudos do autismo. Desde 1943 quando Leo Kanner, um psiquiatra infantil, apresentou descrições do isolamento social em um grupo de crianças das quais ele estava fazendo um estudo sobre comportamento patológico. Consideraram tais manifestações como distúrbios autistas de contato afetivo e nomeou o conjunto dos comportamentos como Autismo infantil Precoce, descreve Pessinoto, 2003.

Em 1944 o pediatra Hans Asperger desenvolveu sua tese na Alemanha em que expôs um conjunto de sinais semelhantes ao descrito por Kanner e o denominou de psicopatia autista.



Caracterizou também o comportamento de seus pacientes como a pobreza de contato de olho, limitação de empatias, prejuízos na comunicação não verbal, fala pedante e com pouca modulação, grande resistência a mudanças, comenta Perissinoto, 2003.

Asperger comparou o quadro de psicopatia autista com o descrito por Kanner, identificando as semelhanças. No entanto ressaltou que as crianças descritas em sua tese mostraram inteligência maior, originalidade e espontaneidade incomuns do pensar e aptidão especial para lógica e abstração.

Prissinoto 2003 apresenta que anos depois Loma Wing analisou as descrições entre os estudos realizados por Kanner e Asperger e apresentou um novo termo para a psicopatia autista de Asperger, a Síndrome de Asperger.

Também Prissinoto, 2003 relata que a Associação Acadêmica de Psiquiatria – APA em sua terceira edição do Manual de Classificação e Estatística de Doenças Mentais, em 1989 (DSMIIIIR) propondo a identificação do Autismo como um grave distúrbio do desenvolvimento, que compromete diferentes áreas do comportamento de forma difusa e em caráter permanente.

Em se tratando do comportamento no desenvolvimento comum, muitas mudanças ocorrem, em especial nos primeiros anos de vida. Vários aspectos são desenvolvidos dentre eles, o social e o lazer, porém no autismo, uns conjuntos de inabilidades de comportamento sociais emergem mais cedo no desenvolvimento típico, raramente iniciam interação social ou conversação e mantêm pouca atenção as outras pessoas. Também apresentam dificuldades em reconhecer e expressar emoções.

Desde o nascimento até a fase da velhice, apresentamos mudanças em nosso desenvolvimento seja ele cognitivo, motor, social e as nossas preferências sócias.

Através de análises deste desenvolvimento evidenciam a harmonia de evolução entre as diferentes áreas do comportamento.

Porem em crianças com autismo a organização do comportamento tem considerado instabilidades qualitativas nas áreas e comunicação, interesses e atividades estereotipadas.

## **2.2 – Benefícios da Atividade Física:**

Historicamente, os relatos de benefícios da atividade física, seja ela para populações especiais ou não, tem dado ênfase às modificações e melhorias biológicas e fisiológicas do organismo das pessoas que as praticam regularmente. Somente em meados dos anos 80, que outras áreas, principalmente das ciências humanas começaram a estudar as implicações da Educação Física nos processos de desenvolvimento psicológico, social e até mesmo cultural dos seres humanos. Atualmente, muitos estudiosos, de diversas áreas acadêmicas vem estudando os benefícios da educação física na vida das pessoas que exigem ou não adaptações durante a realização da atividade física.

O Esporte adaptado para pessoas com necessidades especiais surgiu no início do século XX, com atividade física para pessoas com deficiência auditiva. Em 1920, as atividades físicas



começaram a ser adaptadas para pessoas com deficiência visual. Para pessoas com deficiência física o esporte adaptado só teve início após a Segunda Guerra Mundial, em que mutilados (lesados medulares e amputados) da guerra.

A Educação Física não faz diferença entre pessoas que possuem ou não algum tipo de deficiência, mas sim analisa as diferenças individuais associadas com os problemas do domínio psicomotor (Mauerberg-deCastro, 2000).

Os programas de Educação Física Adaptada utilizam-se de atividades como ginástica, dança, jogos, esportes, que podem ser realizados nos mais diversos ambientes, sendo estas atividades aplicadas aos mais diversos tipos de deficiência e condições especiais (Deficiência Intelectual, Deficiência Física, Paralisia Cerebral, Deficiência Auditiva, Deficiência Visual, Autismo, Cardiopatias, Hipertensão, Diabetes, Asma entre outras).

Dessa maneira podemos observar a importância da Educação Física para qualquer que seja a população que a pratique.

Os alunos com deficiência, independente de suas condições físicas, sensoriais, cognitivas ou emocionais, têm os mesmos desejos e sentimentos de outros alunos como necessidades básicas de afeto, cuidado e proteção. Diante da proposta da APAE Educadora, ela têm a possibilidade de conviver, interagir, trocar e aprender.

A Educação Física Adaptada teve origem a partir de muitas raízes, sendo cada uma associada a um tipo de deficiência. Uma das raízes foi o Modelo Médico, que na Suécia em 1776 com Henrik Ling, que utilizava a ginástica médica (semelhante a ginástica militar) para promover a atividade física em pessoas com necessidades especiais. Estes exercícios eram utilizados por médicos, fisioterapeutas e educadores e enfatizavam a postura e a aptidão física. Outro modelo que deu origem a Educação Física Adaptada foi introduzido por Jean-Marc Itard, em 1775 na França. Este modelo, conhecido como Modelo Educacional utilizava atividades sensorio-motoras para desenvolver o potencial de indivíduos com deficiência intelectual e sensorial. O Modelo Educacional foi introduzido nos EUA em 1860, mas a Educação Especial só ganhou força entre as décadas de 60 e 70. Sendo que em 1973 foi fundada a Federação Internacional de Atividade Física Adaptada no Canadá.

No Brasil, a primeira conquista em relação à Atividade Física Adaptada aconteceu em 1987 com a implantação do 1º Currículo mínimo de Educação Física, que incluía a Educação Física para Pessoas com Necessidades Especiais no currículo dos cursos de graduação em Educação Física das faculdades e universidades do país.

O objetivo da Educação Física Adaptada é integrar os conceitos teóricos com atividades práticas de diferentes áreas relacionadas com a motricidade humana, saúde e educação, em programas educacionais, de reabilitação, de esporte e lazer. Estes programas são destinados a indivíduos de todas as faixas etárias que necessitem de alguma adaptação na realização de atividades físicas, educacionais ou sociais.



A Educação Física Adaptada também pode ser utilizada para a inclusão e integração de pessoas com necessidades especiais na sociedade, superando o preconceito social em relação às pessoas com deficiência.

Este Projeto vem sistematizar situações de ensino e aprendizagem para garantir aos educandos, acesso a conhecimentos práticos e conceituais, oportunizando a todos os alunos. Independente de suas condições biopsicosociais, o desenvolvimento de suas potencialidades de forma democrática e não seletiva, visando seu aprimoramento como seres humanos.

A vida é movimento, e o gesto humano é uma das primeiras manifestações de expressão e, por conseguinte, de comunicação entre o ser e o meio em que ele vive. O exercício das atividades motoras pela criança, além de exercer papel preponderante no seu desenvolvimento somático e funcional, estimula e desenvolve as suas funções psíquicas.

A Educação Física na escola oferece a oportunidade para o desenvolvimento integral das pessoas com necessidades especiais e a manutenção da saúde através dos aspectos corporais, movimentos e ludicidade. Essa proposta tem como base objetiva, valores, atitudes e eixos estruturadores.

A Educação Física vem sendo um agente modificador de comportamentos, desenvolvimento e integração dos indivíduos com necessidades educacionais especiais. Iniciando com as aulas de Educação Física e evoluindo para a formação de equipes esportivas, que tão bem vem representando a nível regional, estadual, nacional e internacional; o esporte vem sendo a mola propulsora de muitas mudanças, contribuindo para a melhoria da auto-estima dos alunos.

Este documento tem por objetivo apresentar um plano de trabalho diretamente voltado aos alunos "especiais", onde as deficiências se mostram nas mais variadas formas.

O êxito deste trabalho está diretamente ligado a total dedicação por parte dos professores da área, dos demais profissionais da instituição e da compreensão, participação e execução por parte de cada aluno.

Nosso objetivo é demonstrar de forma condensada, o trâmite natural para se realizar um trabalho produtivo-evolutivo, tendo como ingredientes indispensáveis à Ética, a Educação aplicada por educadores, o comprometimento social (inclusivo), a transparência em todos os sentidos, a compreensão dos limites de cada um e o nosso comprometimento em proporcionar uma melhor qualidade de vida a todos os alunos.

O presente planejamento visa orientar e auxiliar o trabalho que realizaremos dentro da área da Educação Física, com os programas da educação infantil, do ensino fundamental, da educação de jovens e adultos (EJA), da formação profissional, oficinas terapêuticas e centro dia, buscando a Educação para o lazer, considerando o vasto conhecimento da cultura, repleta de significados, superando barreiras e preconceitos, descobrindo, habilidades e belezas, equilibrando eficiência e eficácia, enfim, vivenciando relações espaciais e temporais, estaremos favorecendo o autoconhecimento, sempre em busca do bem estar físico, emocional e cidadania.



A elaboração deste documento baseia-se na convicção de que é fundamental para o professor participar do processo de planejar, organizar e sistematizar o seu material didático de suporte, compreendendo que este poderá ser utilizado de maneira flexível, sendo revisado e adequado, acrescentando ou excluindo, alguns elementos que nele estão contidos durante o processo de ensino e aprendizagem.

De acordo com Libâneo este processo de planejamento "é uma tarefa docente que inclui tanto a previsão das atividades didáticas em termos da sua organização e coordenação em face dos objetivos propostos" quanto "um momento de pesquisa e reflexão".

Deste modo, elaboraremos um planejamento anual de Educação Física, fundamentando nas concepções da cultura corporal do movimento, pois, acreditamos que a Educação Física complementa múltiplos conhecimentos produzidos e usufruídos pela sociedade a respeito do corpo e do movimento.

Segundo MEDINA, 1989 a:

**"Educação Física são a arte e a ciência do movimento humano que, através de atividades específicas, auxiliam no desenvolvimento integral dos seres humanos, renovando-os e transformando-os no sentido de sua auto-realização e em conformidade com a própria realização de uma sociedade mais justa e livre".**

Trabalhando na perspectiva da formação integral do seres humanos os conteúdos da Educação Física se desenvolvem em três dimensões: das praticas dos movimentos corporais; da contextualidade teórica; de princípios de valores e atitudes.

Sobre as praticas dos movimentos corporais, acreditamos que os conteúdos devam abordar a maior diversidade possível de possibilidades, como: arremessar, correr, saltar, receber, equilibrar objetos, equilibrar-se, desequilibrar-se, pendurar-se, arrastar, rolar, escalar, quicar bolas, bater e receber com diversas partes do corpo e com objetos, nas mais diferentes situações.

Dentro das práticas corporais podemos usufruir da diversidade que os jogos, as brincadeiras, os esportes, as danças, as ginásticas e as lutas nos apresentam. Segundo os PCN's, "estes elementos têm em comum a representação corporal, com características lúdicas, de diversas culturas humanas; todos eles ressignificam a cultura corporal humana e o fazem utilizando uma cultura lúdica".

Sobre a contextualização teórica, esta se apresenta através de contextos; referencias histórico-criticos; fundamentos das praticas corporais; estudo sobre normas e atitudes; conhecimentos sobre o corpo, e temas pertinentes, como lazer, criatividade, cultura regional e concepções pedagógicas.

Neste caso, iremos trabalhar contextualizados com os conhecimentos de sensibilidade corporal, jogos e brincadeiras populares, ginástica geral, habilidades motoras e capacidades físicas, conhecimentos sobre o corpo humano e os esportes.

Sobre os conteúdos de valores e atitudes, estes são princípios educacionais que desenvolvem comportamentos voltados à formação de seres humanos que possam construir um mundo mais harmonioso. Eles são relativos: A atitude de solidariedade, cooperação,



respeito, participação, iniciativa, autonomia, respeito as diferenças, justiça, liberdade, construção de normas e regras.

No ambiente escolar, é fundamental que os alunos, juntamente com os professores e toda a equipe envolvida, aprendam a respeitar às individualidades, a oferecerem boas intenções nas atitudes e nas ações solidárias em ajudar os demais a melhorarem as formas de estar e ser no mundo, sendo estas, formas positivas de interagir com os outros. Se o que é caminhar para um mundo harmonioso, as relações interpessoais devem ser desenvolvidas baseadas em valores positivos, com a justiça, a verdade e a liberdade.

A Educação Física muito tem a contribuir na formação dos alunos, pois a manifestação corporal não é um ato físico isolado, ou seja, desintegrado dos aspectos humanos de pensar e sentir. Os seres humanos é corporeidade, o que significa que a ação é a expressão do pensamento e do sentimento. Assim, os termos relativos às qualidades físicas podem ser de: equilíbrio emocional, velocidade de pensamento, resistência é resistir às dificuldades, ritmo é saber se adequar ao tempo, relaxar é vivenciar o silêncio necessário para a alma.

Sobre a população na qual estaremos desenvolvendo as atividades, neste caso, alunos com deficiências, é fundamental que alguns cuidados sejam tomados, entre eles, a análise de tipo de necessidade especial que os alunos possuem, pois existem diferentes tipos e graus de limitações, que requerem procedimentos específicos.

Garantidas as condições de segurança, podemos fazer adaptações, criar situações de modo a possibilitar a participação dos alunos especiais. Uma criança na cadeira de rodas pode participar de uma corrida se for empurrada por outra e mesmo que não desenvolva os músculos ou aumente a capacidade cardiovascular, estará sentindo as emoções de uma corrida. Num jogo de futebol, a criança que não deve fazer muito esforço físico pode ficar um tempo no gol, fazer o papel de técnico, de arbitro ou mesmo torcer. A aula não precisa se estruturar em função desses alunos, mas o professor pode ser flexível, fazendo as adequações necessárias.

A aula de Educação Física pode favorecer a construção de uma atitude digna e de respeito próprio por parte do deficiente e a convivência com ele pode possibilitar a construção de atitudes de solidariedade, de respeito, de aceitação, sem preconceitos.

Equoterapia é um método Terapêutico e Educacional que utiliza o "CAVALO" dentro de uma abordagem Interdisciplinar, nas áreas da Saúde, Educação e Equitação, buscando o desenvolvimento Biopsicosocial de pessoas com deficiências.

A expressão corporal é, assim como a fala, um elemento da comunicação. Todos nos quando queremos nos comunicar, fazemos uso de sinais não-verbais. Esses sinais são os mais variados possíveis como: impaciência, dúvida, insegurança, medo e etc. Diante de poucos e convincentes argumentos, vimos à necessidade de reservar um momento específico para a expressão corporal nos alunos, já que quanto mais experiências corporais nossos alunos tiverem, melhor poderá ser a sua comunicação com o mundo que os cerca.





### **3- Programas**

- 1 - Educação Infantil**
- 2 - Ensino Fundamental**
  - a) Educação de Jovens e Adultos**
  - b) Formação Profissional**
- 3 - Autismo**
- 4 - Alfabetização para Deficientes Auditivos**
- 5 - Oficina Terapêutica**
- 6 - Centro dia (Severos e Profundos):**



## **4- Objetivos:**

### **4.1- Objetivo Geral:**

- Fazer com que os alunos tomem consciência de si mesmos, aceitando-se e sabendo aceitar os outros;
- Descobrir suas dificuldades e dos outros melhorando o seu comportamento perante a sociedade;
- Incluí-los na sociedade fazendo contato com as Escolas Regulares através da troca de experiências;
- Desenvolver na criança conhecimento do próprio corpo, conhecimento de atividades para uma melhoria de sua saúde, higiene pessoal, desenvolvimento da sua capacidade motora, lateralidade e percepção visual, orientação e percepção de espaço e atividade para socialização, como viver em grupo em uma sociedade;
- Participar de atividades corporais;
- Respeitar o próximo;
- Repudiar a violência por meio do esporte;
- Adotar hábitos saudáveis de higiene e alimentação;
- Ter espírito crítico em relação à imposição de padrões de saúde. Beleza e estética.
- Demonstrar: iniciativa e cooperação nas atividades, controle de movimentos corporais, nas atividades atléticas e esportivas
- Estimulação plantar;
- Exercícios imitativos;
- Esquema corporal: cabeça, tronco e membros;
- Participar de atividades corporais, estabelecendo relações equilibradas e construtivas com os outros reconhecendo e respeitando características físicas e de desempenho de si próprio e dos outros, sem discriminar por características pessoais, físicas, sexuais ou sociais;
- Adotar atitudes de respeito mútua dignidade em situações lúdicas e esportivas, repudiando qualquer espécie de violência;
- Conhecer, valorizar, respeitar e desfrutar da pluralidade de manifestações de cultura corporal do Brasil, percebendo-as como recurso valioso para a integração entre pessoas e entre diferentes grupos sociais;
- Reconhecer-se como elemento integrante do ambiente, adotando hábitos saudáveis de higiene, alimentação e atividades corporais, relacionando-os com os efeitos sobre a própria saúde e de recuperação, manutenção e melhora da saúde coletiva;
- Conhecer a diversidade de padrões de saúde, beleza e estética corporal que existem nos diferentes grupos sociais, compreendendo sua inserção dentro da cultura em que são produzidos, analisando criticamente os padrões divulgados pela mídia e evitando o consumismo e o preconceito;



- Conhecer, organizar e interferir no espaço de forma autônoma, bem como reivindicar locais adequados para promover atividades corporais de lazer, reconhecendo-as como uma necessidade básica do seres humanos e um direito do cidadão;
- Participar das atividades corporais, relações equilibradas e construtivas com os outros;
- Adotar atitudes de respeito e solidariedade em situações lúdicas e esportivas, buscando solucionar conflitos de forma não-violenta;
- Participar das atividades corporais reconhecendo e respeitando algumas de suas características físicas e de desempenho motor;
- Participar e apreciar brincadeiras ensinadas pelos colegas.
- Permitir a criança a ser menos egocêntrico.
- Viver situações de competição e colaboração.
- Desenvolver a capacidade de observação, comparando diferenças e semelhanças.
- Aprender com mais facilidade de modo agradável.
- Estimular o desenvolvimento psicomotor.
- Desenvolver e estruturar o esquema corporal e o ajustamento pessoal e social;
- Desenvolver atitudes favoráveis a atividade física e proporcionar lazer e divertimento contribuindo para o bem estar do educando.
- Proporcionar ao educando formação física básica, formação orgânica, formação postural e corporal;
- Fazer com que o educando adquira educação no movimento: - domínio, espaço-temporal, técnica de movimento e manuseio de objetos;
- Desenvolver e despertar a criatividade e o rendimento do educando;
- Utilizar adequadamente as horas de lazer;
- Desenvolver a sociabilidade, possibilitando o desenvolvimento de suas potencialidades através da criatividade, agilidade, flexibilidade, sensibilidade, reflexão, buscando agir com perseverança na construção do conhecimento, proporcionando situações que contextualizem situações cotidianas, desenvolvendo a cidadania, adotando hábitos saudáveis em relação a sua saúde e coletiva;
  - Desenvolver as dimensões cognitivas corporais, afetivas, éticas, estáticas, relações pessoais e/ou interpessoais e a inserção social dos educandos;
- Proporcionar aos alunos formas de conduta, através de exercícios que estimulem e ofereçam noções como: cooperação, respeito mútuo, disciplina, organização de grupo, tomadas rápidas de decisões, criatividade e outros;
- Desenvolver e aprimorar as capacidades funcionais como: resistência, equilíbrio, força, coordenação, ritmo, flexibilidade entre outros;
- Desenvolver as estruturas que envolvem seu domínio cognitivo, visando assim, a um plano mais afetivo em seu movimento;
- Incentivar o domínio psicomotor que lhe favoreça a aquisição de habilidades indispensáveis para a sua autonomia e possível dependência futura;



- Estimular a participação sadia em atividades desportivas que tragam prazer e não permitam que se estabeleçam preconceitos;
- Estimular o interesse e bem-estar durante as atividades propondo uma boa qualidade de vida;
  - Executar atividades esportivas e danças associadas as diferentes ritmos e coreografias, mostrando as relações com fatos históricos culturais e sociais;
- Promover o ajustamento do educando ao seu ambiente físico e social por meio da aquisição de experiência;
- Proporcionar atividade física orientada para alunos com necessidades especiais, além de realizar inclusão inversa de crianças sem deficiência em uma escola especial.
- Favorecer o desenvolvimento Global da Pessoa com deficiência Intelectual e sua integração na sociedade através de uma prática esportiva adequada às suas necessidades especiais.
- Desenvolver o aprendizado psíquico e motor do aluno, dentro de suas limitações, respeitando suas individualidades para que assim ele possa ser mais independente e em muitos casos ingressá-lo no mercado de trabalho futuramente, possibilitando uma vida em sociedade.
- Desenvolver uma forma pessoal de expressão;
- Desinibir-se de situações e pessoas diferentes;
- Adquirir e desenvolver a consciência corporal;

#### **4.1.1 – Educação Infantil:**

- Fazer com que os alunos melhorem seu desempenho motor, que adquirem uma melhora nas habilidades motoras básicas, respeitando as regras, facilitando sua convivência social;
- Favorecer a aproximação e a comunicação entre alunos e entre os alunos e professores;
- Estimular a criatividade;
- Estimular movimentos com expressão corporal;
- Ensinar conceitos de higiene;
- Favorecer no processo de socialização;
- Favorecer a autoconfiança;
- Desenvolver a motricidade global;
- Desfrutar de manifestações corporais e sociais;
- Incentivar atitudes cooperativas;
- Assimilar algumas de suas possibilidades e limitações corporais;
- Estabelecer algumas metas pessoais / quantitativas / qualitativas;
- Ensinar o ato de valorizar;
- Favorecer a integração social;
- Descobrir e desfrutar constantemente de manifestações corporais e sociais;
- Incentivar constantemente atitudes cooperativas e solidárias;
- Favorecer de forma gradual na organização das atividades;
- Fortalecer a auto-estima;



- Descobrir e conhecer progressivamente seu próprio corpo atuando de forma cada vez mais independente;
- Estabelecer veículos afetivos de troca de experiência com adultos e crianças, fortalecendo sua auto-estima;
- Oferecer condições que facilitem o desenvolvimento motor, controle corporal e interação social
- Orientar-se adequadamente no espaço;
- Desenvolver formas rítmicas;
- Valorizar ações de cooperação e solidariedade, desenvolvendo atitudes de ajuda;
- Colaboração e compartilhando suas vivências;
- Desenvolver, identificar diversas formas locomotoras e não locomotoras;
- Desenvolver habilidades de manutenção dos objetos;
- Inserir nas mais diversificadas práticas sociais sem discriminação de espécie alguma;
- Melhorar o domínio do corpo;
- Perceber o espaço, tendo como referência seu corpo em relação aos objetos que o rodeiam;
- Melhoria da tonicidade muscular global, para descolamentos em diversas formas: rolar, rastejar, sentar, engatinhar, pendurar;
- Desenvolver noções básicas da prática do basquete, natação e handball;
- Melhorar as noções de deslocamento no tempo e no espaço;
- Desenvolver equilíbrio, velocidade, agilidade, resistência, força e flexibilidade.
- Desenvolver as habilidades motoras fundamentais;
- Desenvolver a consciência corporal;
- Realizar atividades menos egocêntricas e de maior utilidade, ampliando a noção de responsabilidade social.

#### **4.1.2 – Ensino Fundamental:**

- Adquirir um melhor controle em seus movimentos, integrando-se ao grupo, participando das atividades com desembaraço;
- Conhecer seu corpo e suas formas de expressão, melhorando suas qualidades físicas, mantendo uma postura adequada, desenvolvendo, assim, um melhor controle sobre as capacidades e funções dos movimentos, dentro e fora da classe;
- Estimular vivências como espectadores em eventos esportivos e artísticos;
- Desenvolver o esquema corporal;
- Desenvolver habilidades psicomotoras;
- Estimular a criatividade, expressividade e sociabilidade;
- Estimular a participação em Atividades esportivas;
- Desenvolver relações lúdico-afetivo-social como objeto, com o outro, com o meio e com o grupo;
- Participar de atividades competitivas;



- Desenvolver a capacidade física;
- Desenvolver atividades corporais, reconhecendo e respeitando algumas de suas características físicas e de desempenho motor;
- Conhecer e produzir diferentes manifestações da cultura corporal;
- Desenvolver orientação de espaço-temporal;
- Conhecer e realizar as atividades e qualidades físicas básicas: coordenação, força; resistência; velocidade e flexibilidade;
- Interagir e integrar-se em diferentes grupos;
- Acatar as regras dos jogos de que participa;
- Realizar jogos de iniciação desportiva: como ex.: basquete e atletismo;
- Valorizar ações de cooperação e solidariedade, desenvolvendo atitudes de ajuda e colaboração e compartilhando suas vivências;
- Dominar os conceitos de formas locomotoras e não locomotoras;
- Dominar a manipulação dos objetos;
- Reconhecer-se como elemento integrante ao ambiente, adotando hábitos saudáveis e higiene, alimentação e atividades corporais, relacionando melhoria da saúde coletiva;
- Solucionar problemas de ordem corporal em diferentes contextos, regulando e dosando o espaço em um nível compatível com as possibilidades, considerando que o aperfeiçoamento e o desenvolvimento das competências corporais decorrem de perseverança e regularidade que devem ocorrer de modo saudável e equilibrado;
- Conhecer a diversidade de padrões de saúde, beleza e desempenho que existem nos diferentes grupos sociais, compreendendo sua inserção dentro da cultura em que são produzidos, analisando criticamente os padrões divulgados pela mídia e evitando o consumismo e o preconceito;
- Desenvolver as habilidades motoras fundamentais

#### **a) Educação de jovens e adultos:**

- Adquirir um melhor controle em seus movimentos ou manutenção destes, integrando-se ao grupo, participando das atividades com desembaraço;
- Conhecer seu corpo e suas formas de expressão, melhorando suas qualidades físicas, mantendo uma postura adequada, desenvolvendo, assim, um melhor controle sobre as capacidades e funções dos movimentos, dentro e fora da classe;
- Participar como espectadores em eventos esportivos e artísticos;
- Desenvolver a capacidade de integração no meio ambiente escolar;
- Estimular atividades de vida diária (AVD) e atividades de vida prática (AVP);
- Levar ao aluno a reconhecer suas capacidades e possibilidades, superando suas limitações;
- Condicionamento dos sistemas orgânicos a suprir demandas diárias e de emergências;
- Assumir responsabilidade crescente para o seu próprio bem estar;



- Desenvolver habilidades de utilização do movimento como instrumento de comunicação e expressão;
- Desenvolver atitudes favoráveis à atividade física e esportiva;
- Desenvolver o senso crítico e social, comentando resultados dos jogos e dando opiniões;
- Iniciar atividades aquáticas, com inserção de atividades lúdicas;
- Desenvolver uma forma pessoal e natural de expressão corporal;
- Desenvolver o interesse pela prática das atividades físicas, da ginástica, dos esportes e das atividades recreativas de forma organizada;
  - Desenvolver as atividades físicas, a ginástica, o esporte, a recreação e as atividades complementares dentro de critérios de continuidade e crescimento da ação educativa;
  - Desenvolver noções e conhecimento sobre higiene e saúde;
  - Desenvolver as habilidades utilizadas no movimento como instrumento de comunicação e expressão;
  - Estimular a aquisição de comportamentos e valores referentes ao ajustamento pessoal e social;

#### **b) – Formação Profissional**

- Melhorar a qualidade de vida destes alunos, em aulas que tratam exercícios que representem suas atividades diárias e exercícios físicos esportivos;
- Inserir nas mais diversificadas práticas sociais sem discriminação de espécie alguma;
- Proporcionar em diferentes situações a identificação de seus limites e possibilidades corporais;
- Desenvolver o interesse pelo esporte e seus benefícios e o entendimento para lidar com as vitórias e as derrotas;
- Melhorar as capacidades cardio-respiratórias, musculares, flexibilidade, coordenação, equilíbrio, potência, agilidade, velocidade, lateralidade e espaço temporal;
- Desenvolver a coordenação motora visando atividades da vida diária e aperfeiçoando;
- Melhorar as relações humanas e de trabalho;
- Sensibilizar e orientar trabalhadores e alunos para a importância e o desenvolvimento da prática regular de exercícios físicos e da ludicidade da atividade física para a melhoria da saúde ocupacional e geral.
- Promover a integração social;
- Desenvolver a coordenação Visio motora.

#### **4.1.3 - Autismo:**

- Estruturar um ambiente acolhedor que possibilitem a identidade, individualidade e integração social dos autistas.



#### **4.1.4 – Alfabetização para deficientes auditivos:**

- Estruturar um ambiente favorável que possibilitem no processo ensino aprendizagem o desenvolvimento das potencialidades, como a identidade, individualidade e integração social dos alunos com deficiência auditiva;
- Desenvolver através de atividades teóricas e praticas noções de habilidades psicomotoras oportunizando a um domínio espaço temporal satisfatório.

#### **4.1.5 - Oficinas terapêuticas:**

- Inserir os alunos nas mais diversificadas práticas sociais sem discriminação de espécie alguma.
- Desenvolver as habilidades em modalidades esportivas e recreativas;
- Socializar por meio da participação e inserção nas mais diversificadas práticas sociais.
- Participar de atividades corporais, estabelecendo relações equilibradas e construtivas com os outros;
- Adotar atitudes de respeito mútuo, repudiando qualquer espécie de violência;
- Conhecer, valorizar, respeitar e desfrutar da pluralidade de manifestações de cultura corporal do Brasil e do mundo;
- Reconhecer-se como elemento integrante do ambiente, adotando hábitos saudáveis de higiene, alimentação e atividades corporais, relacionando os com os efeitos sobre a própria saúde;
- Reconhecer a importância das atividades de lazer como uma necessidade do ser humano e um direito do cidadão;
- Solucionar problemas de ordem corporal em diferentes contextos;
  - Assumir uma postura ativa na pratica das atividades físicas;
- Participar de atividades em grandes e pequenos grupos, percebendo as diferenças individuais;
- Interessar-se pelo surgimento das múltiplas variações da atividade física.
- Conhecer, valorizar e respeitar os eventos esportivos internos e externos, percebendo como recurso valioso para a integração entre pessoas e entre diferentes grupos sociais;
- Favorecer a participação de todos em atividades inerentes a Educação Física, Desporto e ao Lazer;
- Desenvolver e treinar habilidades esportivas visando à participação em competições colegiais, regionais, estaduais, nacionais e internacionais;
- Estimular a interação de todos, favorecendo a construção de valores e atitudes por meios da cooperação e a solidariedade;
- Desenvolver a capacidade de adaptar espaços e materiais para realizar esportes simultâneos, envolvendo diferentes objetos de aprendizagem;
- Vivenciar esportes individuais dentro de contextos participativos e competitivos, promovendo a superação dos limites internos e externos impostos pela sociedade;





- Vivenciar esportes coletivos dentro de contextos participativos e competitivos, construindo a noção do coletivo e da vida social;
- Promover, desenvolver e manter a qualidade de vida do educando. Melhorando sua condição motora, cognitiva e social, potencializando assim sua autonomia e independência, fazendo-o assimilar conhecimento e utilizar os recursos motores, intelectuais que possui;
- Adotar atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade em situações lúdicas e esportivas, repudiando qualquer espécie de violência;
- Participar de diferentes atividades corporais, procurando adotar uma atitude cooperativa e solidária, sem discriminar os colegas pelo desempenho ou razões sociais, físicas sexuais ou culturais;
- Conhecer algumas de suas possibilidades e limitações corporais de forma a poder estabelecer algumas metas pessoais;
- Conhecer, valorizar, apreciar e desfrutar de algumas das diferentes manifestações de cultura corporal presente no cotidiano;
- Organizar alguns jogos, brincadeiras ou outras atividades corporais simples;
- Participar de atividades Corporais simples;
- Participar de atividades corporais, reconhecendo e respeitando algumas de suas características físicas e desempenho motor, bem como as de seus colegas, sem discriminar por características pessoais, físicas, sexuais ou sociais;
- Conhecer os limites e as possibilidades do próprio corpo de forma a poder controlar algumas de suas atividades corporais, como recurso para a manutenção da sua própria saúde;
- Organizar jogos simples, brincadeiras, como recurso para usufruto do tempo disponível.

#### **4.1.6—Centro dia (Severos e Profundos):**

- Conhecer os limites e as possibilidades do próprio corpo de forma a poder controlar algumas de suas atividades corporais, como recurso para a manutenção da sua própria saúde;
- Inserir os alunos nas mais diversificadas práticas sociais sem discriminação de espécie alguma.
- Melhorar a qualidade de vida destes alunos, em aulas que possibilitem exercícios que representem suas atividades diárias e as ampliem.

#### **4.2 - Objetivo Específico:**

- Conscientizar sobre a importância da higiene corporal e ambiental;
- Estimular a correção e melhoria dos hábitos posturais;
- Participar de atividades recreativas, jogos sensoriais e motores, jogos pré-desportivos, a fim de criar momentos de descontração, raciocínio, solidariedade e respeito ao grupo e a si mesmo;
- Desenvolver a percepção e o domínio de sua lateralidade, em relação ao seu próprio corpo e deste com o meio;



- Ampliar sua noção de percepção espacial e temporal, através de diferentes localizações, direção e tempo;
- Aprimorar as habilidades motoras de locomoção e manipulação como andar, correr, saltar, arremessar, lançar, chutar, rebater e quicar;
- Desenvolver e reconhecer a capacidade física, como essenciais para a melhoria de sua saúde e coordenação geral, velocidade, agilidade, força, resistência, flexibilidade e equilíbrio;
- Participar de atividades rítmicas, como danças circulares, que levam ao desenvolvimento de sua coordenação geral;
- Desenvolver na criança atitudes de higiene pessoal;
- Melhorar a capacidade cardiorrespiratória da criança;
- Desenvolver lateralidade;
- Trabalhar o controle motor;
- Ampliar o conhecimento do próprio corpo;
- Ter noções de tempo e espaço;
- Desenvolver o fortalecimento muscular, através de diferentes atividades;
- Trabalhar a imaginação do educando;
- Explorar os movimentos do seu corpo de forma coordenada;
- Localizar-se bem no espaço, adquirindo o vocabulário específico quanto à posição, localização e distância;
- Perceber a relação existente entre seu corpo, objetos e demais seres vivos;
- Aumentar sua disposição física e adquira um refinamento da coordenação motora;
- Participar efetivamente de festas e desfiles comemorativos;
- Participar de diferentes atividades corporais, procurando adotar uma atitude cooperativa e solidária, sem discriminar os colegas pelo desempenho ou por razões sociais, físicas, sexuais ou culturais;
- Conhecer, valorizar, apreciar e desfrutar de algumas das diferentes manifestações de cultura corporal presente no cotidiano;
- Conhecer algumas de suas possibilidades e limitações corporais de forma a poder estabelecer algumas metas pessoais (qualitativas e quantitativas);
- Organizar automaticamente alguns jogos, brincadeiras ou outras atividades corporais simples;
- Oferecer atendimento especializado aos alunos com necessidades educativas especiais, respeitando-se as diferenças individuais, visando proporcionar o desenvolvimento global desses alunos, tornando possível não só o reconhecimento de suas potencialidades, como também sua integração na sociedade;
- Estruturar movimentos que requerem coordenação geral e seletiva;
- Realizar movimentos independentes e interdependentes, com os diversos segmentos do corpo;
- Definir sua dominância lateral;
- Orientar-se no espaço, discriminando localização, direção e dimensão;



- Melhorar seu desempenho na execução de atividades que requeiram: Força, Resistência, Flexibilidade, Agilidade, Velocidade, criatividade;
- Desenvolver novas estruturas de movimentos, relacionando-as ao espaço, tempo e objetivos;
- Desenvolver o espírito de solidariedade e de cooperação;
- Fazer com que o aluno saiba aproveitar suas horas de lazer;
- Desenvolver no aluno a capacidade e possibilidades no sentido de perceber suas limitações, aceitando-as e procurando superá-las;
- Incentivar o aluno a participar de competições;
- Respeitar os companheiros, os educadores, as regras, cooperando na organização das atividades;
- Estruturar atividades que envolvam todas as partes do corpo através de jogos;
- Apresentar um melhor desempenho, através do desenvolvimento das funções cardio-respiratórias;
- Deslocar-se em vários sentidos e planos, respondendo a estímulos variados;
- Criar e ou combinar movimentos com ou sem material;
- Desenvolver habilidades para resolver problemas de movimentos;
- Vivenciar e utilizar os mecanismos corporais básicos como: - flexão, extensão, rotação e balanceios;
- Proporcionar pequenos e grandes jogos calmantes;
- Oferecer oportunidades para as pessoas especiais conhecerem uma forma de linguagem universal de comunicação, por meio do movimento;
- Mostrar a sociedade que a pessoa com deficiência é capaz de obter bons resultados nos jogos competitivos, atingindo sua auto-realização;
- Reconhecer e identificar as qualidades individuais do movimento, observando os outros alunos, aceitando o desempenho motoriz de cada um;
- Proporcionar a integração professor-aluno, aluno-professor, aluno-sociedade;
- Aperfeiçoar as habilidades motoras de locomoção, manipulação e não locomoção;
- Desenvolver o equilíbrio para uma melhor interação dos músculos para que possa sustentar o corpo e sua base;
- Procurar executar e sentir o processo correto da respiração dentro e fora da água;
- Buscar alcançar um estado de descontração global segmentário e associada com a respiração;
- Posicionar a participação junto à coletividade despertando assim a auto-estima e socialização;
- Buscar nas atividades recreativas um momento de lazer e descontração para uma melhor qualidade de vida;
- Desenvolver e aperfeiçoar as destrezas;
- Melhorar a capacidade cardio-respiratória;



- Melhorar os problemas posturais tanto devido às desordens ortopédicas, como devido as disfunções como tônus muscular aumentado (hipertonía), tônus baixo (hipotonia) ou problemas de equilíbrio;
- Desenvolver integração sensorio-motora ajudando os alunos melhorarem nas tentativas de iniciação de movimento;
- Dar experiências para incrementar as habilidades perceptivo-motoras como coordenação óculo-manual, óculo-pedal, ritmo, tempo de reação, sequenciamento de movimentos, propriocepção, memória e atenção às instruções;
- Aprender os comportamentos sociais que promovam aceitação, inclusão, compreensão de regras e autodisciplina.

#### **4.2.1 – Educação Infantil:**

- Desenvolver a socialização;
- Estimular o domínio corporal;
- Ampliar a orientação espacial;
- Fortalecer os membros inferiores e superiores;
- Ampliar a coordenação motora global e fina;
- Estimular a coordenação óculo-manual;
- Deslocar-se de diferentes formas;
- Estimular a percepção tátil, visual e auditiva, espacial \* dentro – fora;  
\* cima – baixo;  
\* direita – esquerda;
- Realizar movimentos independentes e interdependentes, com diversos segmentos do corpo;
- Dramatizar, através do movimento, fatos, histórias e fantasias;
- Participar das atividades de grupo aceitando diversos papéis;
- Treinar suas funções intelectuais, a fim de melhorar seu raciocínio, tornando-os capazes de resolver situações de vida;
- Adquirir vocabulário visual básico;
- Realizar aprendizagem sistemática, atendendo aos seus interesses, necessidades e possibilidades;
- Criar oportunidades no desenvolvimento da criatividade, auxiliando a expansão de conhecimentos e emoções;
- Atuar nas características afetivas, através de um processo que o torne mais útil, mais sociável, e, portanto que faça sentir-se mais seguro e aceito socialmente;
- Reconhecer com serenidade suas limitações e possibilidades;
- Estimular sua potencialidade de iniciativa;
- Adquirir organização do seu esquema corporal e sua orientação no espaço;
- Desenvolver a estrutura temporal;



- Desenvolver um bom equilíbrio;
- Adaptar-se ao meio;
- Fortalecer o ensino de conceitos básicos como: cores, formas, animais, frutas e etc.
- Iniciar o ensino de cores secundárias;
- Conhecer novos animais e novas frutas;

#### **4.2.2 – Ensino Fundamental:**

- Desenvolver a sociabilização;
- Estimular o domínio corporal;
- Ampliar a orientação espacial;
- fortalecer os membros inferiores e superiores;
- Ampliar a coordenação motora global e fina;
- Estimular a coordenação óculo-manual;
- Enfatizar a auto correção postural;
- Desenvolver o ritmo; lento e rápido em diferentes situações;
- Trabalhar a expressão corporal;
- Desenvolver as atividades de vida diária e pratica: amarrar, vestir, despir e calçar;
- Desenvolver exercícios motores corretivos;
- Propiciar atividades de competição com regras e limites;
- Apresentar evolução significativa nos aspectos de desenvolvimento humano; Biológico: físico, sensorial e neurológico; Cognitivo: atenção, memória, percepção, e processamento de informações; Psicomotor: controle corporal ou segmentário, orientação espacial e temporal, lateralidade, coordenação motora e equilíbrio; Interação social: sociabilização, linguagem e comunicação; Afetivo: emocional, auto-estima, autocontrole, e autoconfiança;
- Desenvolver uma imagem positiva de si, atuando de forma cada vez mais independente, com confiança em sua capacidade e percepção de suas limitações; brincar, expressão de emoção, sentimentos, pensamentos, desejos e necessidades;
- Explorar as potencialidades do seu corpo;
- Desenvolver atitudes cooperativas e solidárias nas diversas situações de interação social;
- Desenvolver a orientação espaço-temporal;
- Reconhecer no seu corpo, o seu todo e diferenciar cada uma de suas partes;
- Estruturar movimentos que requeiram coordenação geral e seletiva;
- Cooperar nas atitudes de grupo aceitando diversos papéis;
- Desenvolver habilidades viso motoras;
- Aceitar os resultados próprios da equipe e dos companheiros nas atividades competitivas ou não;
- Favorecer a construção de valores e atitudes fundamentais na cooperação e na solidariedade;
- Desenvolver o interesse pela prática de atividades físicas;



- Desenvolver a coordenação motora Global (Coordenação Fina e Grossa);
- Desenvolver as noções de higiene pessoal;
- Desenvolver formas rítmicas;
- Desenvolver habilidades de conceitos (em cima, em baixo, etc.).

**a) – Educação de jovens e adultos :**

- Desenvolver a sociabilização;
- Estimular o domínio corporal;
- Ampliar a orientação espacial;
- Desenvolver as habilidades motoras fundamentais
- Fortalecer os membros inferiores e superiores;
- Ampliar a coordenação motora global e fina;
- Estimular a coordenação óculo-manual;
- Enfatizar a auto correção postural;
- Desenvolver o ritmo; lento e rápido em diferentes situações;
- Trabalhar a expressão corporal;
- Estimular a higiene e saúde: física, mental, alimentar, ambiental;
- Possibilitar a discriminação auditiva e visual;
- Desenvolver o esquema corporal: conhecimento das partes do corpo;
- Enfatizar a estruturação espacial: conhecimento das noções espaciais e organização espacial;
- Estimular a orientação temporal;
- Desenvolver a coordenação motora fina;
- Desenvolver atividades de resistência, flexibilidade, agilidade e velocidade;
- Incentivar e adquirir a criatividade, coordenação motora (domínio das possibilidades do corpo, conhecimento da estrutura muscular), ritmo, socialização, integração, aprimorar a linguagem gestual, equilíbrio emocional e de personalidade.

**b) Formação Profissional:**

- Adotar atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade na prática de jogos e esportes, buscando encaminhar os conflitos de forma não violenta, e sim pelo diálogo; Saber diferenciar os contextos amador, recreativos, escolar e profissional;
- Estimular a criatividade ;
- Organizar-se no espaço e em relação e ao próprio corpo;
- Desenvolver habilidades para resolver problemas de movimento;
- Demonstrar controle em atividades atléticas e esportivas;
- Demonstrar colaboração com a equipe cooperando e incentivando os colegas;
- Conhecer as regras básicas dos jogos ensinados;
- Desenvolver o interesse pela prática de atividades físicas e valorizar sua importância;
- Demonstrar responsabilidade em relação a sua segurança e a do colega;



- Desenvolver qualidades físicas básicas;
- Participar de diferentes atividades corporais que envolvam auto-estima e auto-realização;
- Desenvolver atitudes cooperativas e solidárias nas diversas situações de interações sociais;
- Adquirir condições para organizar jogos, brincadeiras ou outras atividades corporais, individuais ou em grupo;
- Desenvolver as capacidades corporais e Intelectuais fazendo com que o aluno adote atitudes corporativas e solidárias, reconhecendo e respeitando o desempenho de cada um e de si próprio;
- Apropriar-se progressivamente da imagem global de seu corpo, conhecendo e identificando seus segmentos e elementos;
- Explorar e ampliar as possibilidades expressivas e ritmos corporais para expressar-se nas demais situações de interação, procurando desenvolver também trabalho de auto estima através de brincadeiras e jogos;
- Ampliar seus conhecimentos sobre jogos, desenvolvendo habilidades motoras básicas e esportivas como: tênis de mesa, futebol, atletismo, etc;
- Favorecer o acesso a participação em atividades inerentes a educação física e lazer;
- Conhecer, valorizar, apreciar e desfrutar de algumas das diferentes manifestações de cultura corporal;
- Ampliar seus conhecimentos sobre jogos e suas regras, desenvolvendo habilidades motoras básicas e esportivas para atuação nos desportos;
- Melhorar a realização dos movimentos amplos: lançar/receber, quicar, bater/rebater;
- Desenvolver noção espacial de longe e perto, alto e baixo, dentro e fora, andar, saltitar e marchar;
- Estimular a tonificação muscular global, executando exercícios de flexão, extensão, sentar, deitar, levantar, girar e rolar.

#### **4.2.3 – Autismo:**

- Contribuir para o processo de identificação pessoal dos alunos autistas, oferecendo – lhes oportunidades de exercer o papel de aprendiz social;
- Buscar junto com ao aluno o seu desenvolvimento social através de passeios e caminhadas;
- Promover integração alunos ao seu grupo escolar correspondente, como parte de atenção integral, na diversidade de outras áreas pedagógicas.

#### **4.2.4 – Alfabetização para deficientes auditivos:**

- Participar e experimentar diferentes atividades corporais;
- Conhecer seus limites e possibilidades;
- Adotar atitudes cooperativas e solidárias, perante aos colegas e professores;
- Aprender os conceitos básicos quanto a higiene do corpo e do meio aonde vive;
- Explorar ao máximo o potencial: físico, intelectual, cultural e social;



- Elaborar e organizar jogos de forma autônoma;
- Fortalecer a auto-estima;
- Fortalecer a auto – imagem;
- Fortalecer a integração e inserção social;
- Experimentar e assimilar diferentes atividades corporais;
- Apreciar e cultivar a cultura folclórica;
- Incentivar a higiene do corpo e de onde vivem;
- Favorecer a saúde do corpo e da mente;
- Transmitir de forma adaptada, conceitos básicos de todos os desportos trabalhados;
- Fortalecer o ensino de conceitos básicos como: cores, formas, animais, frutas e etc.

#### **4.2.5 - Oficina Terapêutica:**

- Compreender os aspectos relacionados com a boa postura;
- Identificar as capacidades físicas;
- Conhecer os efeitos que a atividade física exerce sobre o organismo e a saúde;
- Desenvolver a coordenação motora;
- Desenvolver um vocabulário adequado;
- Participar de atividades sociais na cidade;
- Desenvolver e aperfeiçoar as capacidades físicas (resistência muscular localizada, resistência aeróbia, amplitude articular, coordenação motora, velocidade, agilidade, potência, equilíbrio, alongamento e habilidades de locomoção e manipulação);
- Desenvolver a psicomotricidade, habilidades desportivas e o trabalho em equipe;
- Desenvolver noção espacial de longe e perto, alto e baixo, dentro e fora, andar, saltitar e marchar;
- Desenvolver a coordenação motora visando atividades da vida diária e aperfeiçoando;
- Melhorar a realização dos movimentos amplos: lançar/receber, quicar, bater/rebater;
- Estimular a tonificação muscular global, executando exercícios de flexão, extensão, sentar, deitar, levantar, girar e rolar;
- Desenvolver os valores e atitudes como: o respeito ao próximo, justiça, liberdade, autonomia, auto-respeito, cooperação, fraternidade, participação, criatividade e igualdade; Participação em jogos e esportes dentro do contexto escolar de forma recreativa.

#### **4.2.6 – Centro dia (Severos e Profundos):**

- Estimular a correção e melhoria dos hábitos posturais;
- Fortalecer os membros inferiores e superiores;
- Estimular a Flexibilidade e contração muscular;
- Estimular ao aprimoramento da habilidade motora.
- Melhorar seu desempenho na execução de atividades que requeiram: Força, Resistência, Flexibilidade, Agilidade, Velocidade, criatividade;





## 5- Conteúdos:

- Jogos e brincadeiras com bolas;
- Jogos competitivos;
- Jogos e brincadeiras estipulados pela professora;
- Jogos e brincadeiras solicitados pelos alunos;
- Exercícios de alongamento e expressão corporal;
- Exercícios visando melhoria do ritmo, tais como pular corda, bater palmas na contagem da música, deslocar-se na contagem da música e criar movimentos na contagem da música;
- Exercícios para fortalecimento cardiovascular;
- Exercícios para fortalecimento muscular;
- Exercícios posturais;
- Aulas de dança visando aprender coreografias;
- Resolução de problemas corporais individualmente;
- Criação, construção de formas plásticas e visuais com relação a técnicas, materiais e instrumentos variados;
- Regras dos jogos e segui-las;
- Adotar atitudes de respeito mútua, dignidade, solidariedade em situações lúdicas e esportivas, repudiando qualquer tipo de violência;
- Participação e obediência à regra;
- Sociabilidade;
- Noções de espaço e tempo;
- Coordenação dinâmica geral;
- Equilíbrio;
- Predisposição para desenvolver e aplicar as capacidades físicas tais como: resistência aeróbica, resistência muscular localizada, agilidade, velocidade, coordenação e ritmo;
- Percepção espaço-temporal;
- Relaxamento global segmentário, associado à respiração;
- Coordenação de movimentos amplos;
- Arremesso com as mãos e pés;
- Rebatimento, recebimento;
- Movimentos alternados;
- Motricidade física;
- Abertura/ Fechamento;
- Armação/ Montagem;
- Batimento/ Encaixe;
- Pressionamento;
- Motricidade ampla utilizando uma bola ou objetos para estimular a criança a se deslocar;
- Visão motora – Através de jogos de boliche, derrubar latas, bolas ou cestos e outros.



- Iniciação, aprendizagem, aperfeiçoamento e treinamento para a Prática Esportiva: natação, atletismo, basquetebol, futebol de salão, voleibol e etc...;
- Exercícios para estimular a coordenação motora com ou sem materiais, visando o aspecto motor;
- Exercícios para estimular a visão central, visão lateral, visão periférica com ou sem material;
- Exercícios para estimular a velocidade e reação;
- Exercícios para estimular a concentração;
- Expressão Corporal;
- Coordenação (global e seletiva);
- Lançamento, recepção e manipulação de objetos;
- Saltar sobre obstáculos;
- Corridas ao redor dos obstáculos;
- Quadrupediar, agilidade e equilíbrio no solo;
- Progressões em equilíbrio acima do solo;
- Controle, lançamento e recepção de bolas com os pés;
- Coordenação motora fina;
- Esquema corporal;
- Orientação espaço-temporal;
- Dança.

**Datas comemorativas:**

- Desfile (aniversario da cidade);
- Dia do índio;
- Semana do excepcional;
- Páscoa;
- Dia das mães;
- Jogos pan-americanos;
- Festa junina;
- Folclore;
- Sete de setembro;
- Festa de natal;
- Carnaval;
- Aniversario da Cidade;
- Semana de Prevenção;
- Tiradentes;
- Dia do trabalho;
- Dia dos Pais;
- Desfile Cívico;
- Semana da criança (gincanas esportivas e recreativas);
- Dia do professor (1º Setembro e 15 de Outubro);



- Proclamação da República;
- Festa de encerramento.

### **5.1 – Educação Infantil:**

- Exercícios que envolvam equilíbrio e espaço temporal;
- Jogos recreativos;
- Alongamentos específicos;
- Exercícios localizados;
- Atenção auditiva e visual, através de jogos;
- Atendimento de ordem simples e complexas;
- Socialização;
- Transposição de obstáculos;
- Jogos e exercícios que usam o comando;
- Correr, andar, saltar, rolar que são naturais, quase do seu dia a dia;
- Jogos em geral;
- Exercícios que atendam ordens simples e complexas;
- Ritmos musicais variados;
- jogos;
- Rodas cantadas;
- Atividades corporais com diferentes ritmos musicais;
- Rolar, rastejar, saltar, pular, engatinhar, quadrupediar;
- Recreação livre e dirigida;
- Movimentos globais (esquema corporal);
- Atividades e brincadeiras lúdicas;
- Formas e conceito de cores e atributos;
- Movimentos motores corporais;
- Psicomotricidade, coordenação e equilíbrio;
- Conhecimento do corpo (reprodução da figura humana, noções corporais);
- Apuração dos sentidos; Jogos e lateralidade; Aulas de noções de higiene;
- Conhecimento do sentido de ordem e sucessão (antes – depois , ontem – hoje);
- Noção de ritmo (tocar instrumentos adaptados ou não, acompanhar músicas, dança, marcha.);
- Equilíbrio; Respiração; Tônus Muscular; Relaxamento;
- Iniciação a atividades aquáticas;
- Mímicas.

### **5.2 – Ensino Fundamental:**

- Jogos;
- Atividades corporais com diferentes ritmos musicais;



- Práticas de exercícios posturais;
- Rolamentos, estrelas, paradas de mão;
- Torcidas e platéia;
- Recreação livre e dirigida;
- Jogos pré-desportivos;
- Desenvolver movimentos fundamentais;
- Domínio corporal;
- Orientação espacial;
- Atividades rítmicas e expressivas;
- Coordenação Dinâmica Geral (coordenação motora);
- Coordenação Viso – motora;
- Motricidade Fina; Lateralidade;
- Noções de higiene (prática e teoria);
- Equilíbrio; Estruturação espaço – temporal; Músicas com ritmos variados; Tônus da postura; Esportes (basquete ,atletismo etc...); Jogos de mesa (dama e dominó); Ginástica localizada e aeróbica; Relaxamento; Dança diversas; Iniciação a atividades aquáticas;
- Habilidades locomotoras e manipulativas;
- Psicomotricidade;
- Linguagem corporal;
- Socialização;
- Atividades sensoriais;
- Associar movimentos fundamentais;
- Aquisição inteligente de técnicas;
- Combinar movimentos fundamentais, melhorando a qualidade de execução;
- Domínio, interesse, criatividade e sociabilidade;
- Diversos jogos, respeitando as regras e não discriminando os colegas;
- Discussão das regras do jogo;
- Modalidades esportivas diferenciadas;
- Condicionamento físico;
- Atividades físicas;
- Atividades esportivas;

**a) – Educação de Jovens e Adultos:**

- Sociabilização;
- Domínio corporal;
- Orientação espacial;
- Habilidades motoras fundamentais;
- Habilidades motoras especializadas;



- Fortalecimento dos membros inferiores e superiores;
- Coordenação motora global e fina;
- Coordenação óculo-manual;
- Correção postural;
- Expressão corporal;
- Higiene e saúde: física, mental, alimentar, ambiental;
- Corpo humano;
- Discriminação auditiva e visual;
- Jogos;
- Atividades corporais com diferentes ritmos musicais;
- Rolamentos, estrelas, paradas de mão;
- Torcidas e platéia;
- Recreação livre e dirigida;
- Jogos pré-desportivos;
- Atividades que estimulem os sentidos;
- Atividades individuais e em grupo;
- Habilidades físicas e motoras;
- Ritmo e coordenação motora geral;
- Atividades sensoriais;
- Ginástica formativa;
- Coordenação, ritmo, equilíbrio e agilidade;
- Elementos do domínio corporal;
- Socialização, regras e comunicação;
- Psicomotricidade;
- Linguagem corporal;
- Recreação e utilização de circuitos;
- Hidroginástica;
- Grandes jogos;
- Vôlei adaptado e Biribol;
- Conhecimento sobre o corpo; Atividades Rítmicas e expressivas;
- Coordenação Dinâmica Geral (Coordenação Motora); Motricidade fina e grossa; Lateralidade; Equilíbrio; Relaxamento; Respiração; Movimentos naturais e ritmados;
- Atletismo; Basquete; Atividades recreativas aquáticas; dama, dominó, jogos de mesa, ginástica localizada e aeróbica, Enfatizar atividade psicomotora;
- Sentar-se, levantar-se, ajoelhar-se, deitar-se, puxar, empurrar, balançar, com ou sem material, explorando movimentos globais e segmentares;
- Correção da postura;
- Andar e correr de diversas maneiras: na ponta dos pés, nos calcanhares, nas bordas internas e externas dos pés;



- Subir e descer escadas, rampas, aparelhos, explorando movimentos de partes do corpo;
- Caminhar sobre linhas traçadas no solo;

**b) – Formação Profissional:**

- Atividades rítmicas;
- Domínio corporal;
- Atividades de lazer, jogos, esportes e ginástica;
- Ginástica Laboral;
- Coordenação fina e grossa;
- Alongamentos membros inferiores e superiores.

**5.3 – Autismo:**

- Controle corporal;
- Coordenação dos movimentos Globais e finos;
- Socialização;
- Jogos adaptados e específicos;
- Caminhada em grupo;
- Alongamentos;
- Equilíbrio;
- Resistência Muscular localizada;
- Ritmo.

**5.4 – Alfabetização para Deficientes Auditivos:**

- Controle corporal;
- Coordenação dos movimentos globais;
- Coordenação dos movimentos finos;
- Equilíbrio;
- Ritmo;
- Orientação espaço-temporal;
- Lateralidade;
- Conhecimento direita / esquerda;
- Dotes sensoriais;
- Destreza;
- Cultura folclórica;
- Noção de força;
- Flexibilidade;
- Condicionamento aeróbio;
- Resistência muscular localizada;
- Concentração e raciocínio;
- Boas condutas no esporte e cotidiano.



### **5.5 – Oficinas Terapêuticas:**

- Controle corporal;
- Coordenação dos movimentos globais;
- Coordenação dos movimentos finos;
- Equilíbrio;
- Ritmo;
- Orientação espaço-temporal;
- Lateralidade;
- Sociabilização;
- Domínio corporal;
- Orientação espacial;
- Habilidades motoras fundamentais;
- Habilidades motoras especializadas;
- Fortalecimento dos membros inferiores e superiores;
- Coordenação motora global e fina;
- Coordenação óculo-manual;
- Correção postural;
- Expressão corporal.

### **5.6– Centro dia (Severos e Profundos):**

- Alongamento de Membros Inferiores e superiores;
- Exercícios articulares;
- Fortalecimento muscular;
- Conscientização corporal.



## 6 - Metodologia

O trabalho pedagógico desenvolvido nas instituições educacionais, não pode ficar restrito só à fala, à escrita e aos conceitos matemáticos, apesar da inegável importância destas áreas, não são, no entanto, as únicas formas de adquirir, compreender, interpretar e produzir conhecimentos. A criança desde que nasce está rodeada por linguagens verbais e não verbais, como: a linguagem oral, escrita, gráfica, tátil, auditiva, olfativa, gustativa, artística e motora, e que estas podem ser percebidas por diferentes órgãos dos sentidos. Por meio dessas linguagens, olhamos, agimos e nos tornamos conscientes de nós mesmos e da realidade circundante.

Deste modo, durante a seleção da metodologia e das técnicas que serão utilizadas para desenvolvermos o trabalho de Educação Física, tomamos o cuidado de não transformar as atividades realizadas junto às crianças em ações diferenciadas, descontextualizadas, inviáveis quando à continuidade e à seqüência no trabalho pedagógico, e priorizar os meios que viessem atender significativamente os objetivos do projeto e que realmente contribuísse para a formação de todos os envolvidos neste trabalho.

Durante o processo, faremos uso apenas de aulas praticas que seguirão uma seqüência Pré-estabelecida, exemplo: a observação se o aluno faltou; uma conversa introdutória sobre o que aconteceu na ultima aula e o que será trabalhado na aula; questionamento sobre o tema trabalhado; desenvolvimento das atividades pratica; e para fechar uma conversa sobre a aula que foi desenvolvida.

Em todas as etapas deste trabalho, mencionada acima, estaremos privilegiando o desenvolvimento integral das crianças nos seus mais diversos aspectos, através de um processo democrático, no qual, proporciona a efetiva participação do aluno no processo ensino-aprendizagem, seja dando sugestões a respeito das aulas, construindo regras dos jogos, demonstrando e elaborando movimentos corporais, enfim, valorizando a produção do conhecimento na interação professor-aluno.

Não podemos nós esquecer que no ato da criação se entrelaçam as emoções, as capacidades cognitivas e os processos corporais, que são inseparáveis e se manifestam durante a realização de algo significativo, e que o mais importante é que o produto da criatividade seja uma novidade para quem o criou independente de ser ou não do conhecimento de outras pessoas.

O ensino da educação física terá como referências, as condições concretas do aluno, o conhecimento dos períodos de seu desenvolvimento relacionados aos esquemas de elaboração intelectual, respeitando a sua individualidade sem perder de vista o contexto grupal no qual o aluno está inserido, tomando como ponto de vista, suas experiências e vivencias.

Em função desses referenciais, as atividades serão apresentadas em diferentes níveis de desempenho (intensidade, ritmo, capacidade de esforços, etc.) e desafiadores no sentido da procura de múltiplas respostas.





Os procedimentos serão centralizados principalmente na iniciativa do aluno, resgatando o conhecimento que ele traz consigo e avançando com ele na descoberta de novas formas de trabalho.

A prática de atividades físicas e dos fundamentos dos esportes, o grau de dificuldade, assim como a intensidades dos exercícios físicos, serão de acordo com o período de desenvolvimento e a faixa etária, respeitando-se também as deficiências físicas, intelectuais ou múltiplas dos educando. Serão utilizadas para tanto, aulas teóricas, palestras, recursos audiovisuais e também os materiais existentes na escola.

A Educação Física será desenvolvida na forma de exercícios, os quais serão adaptados (frequência e/ou intensidade), para propiciar condições que os alunos possam se desenvolver em todos seus aspectos físico, cognitivo e social.

A metodologia deste trabalho será baseada na abordagem desenvolvimentista, que leva em consideração o ritmo do crescimento, o comportamento, o desenvolvimento e maturação do Sistema Neuromotor.

As atividades desenvolvimentistas são essenciais num currículo de atividade física adaptada, pois, podem enfatizar um ou vários domínios do comportamento psicomotor, físico, afetivo/social ou cognitivo.

A Atividade Física Adaptada é um programa diversificado de atividades desenvolvimentistas, jogos, esportes, atividades rítmicas, expressivas e culturais cuja organização está baseada em interesses, capacidades e limitações de indivíduos com deficiência.

Para a realização será utilizado como método de ensino a Abordagem Desenvolvimentista, que leva em consideração o desenvolvimento e maturação do Sistema Neuromotor.

As atividades terão caráter lúdico, com atividades que estimulem o desenvolvimento psicomotor, respeitando as características individuais dos alunos participantes do projeto. Desenvolver atividades individuais ou em grupos onde iremos: Trabalhar de maneira motivadora com atividades lúdicas causando um bem estar e melhor qualidade de vida; Realizar atividades dentro dos blocos de conteúdo (PCN) respeitando o comprometimento de cada um e adaptando os mesmos para a educação especial.

Descreveremos na seqüência exemplos de atividades utilizadas nas aulas de Educação Física:

- Explicação oral das atividades e demonstrações práticas pelo professor;
- Fornecimento de informações qualitativas quanto ao domínio dos objetivos;
- Observações do desenvolvimento global à partir da história do aluno;
- Através de um contato físico, brincadeiras, passeios e utilizando como recurso os brinquedos;
- Olhar em espelhos, montagem de quebra-cabeça. Ter contato com as crianças através de bonecos de pano, do próprio corpo, com bolas, com arcos, com ondas e através da dança;



- Propor atividades de ginástica com ou sem elementos, histórias dramatizadas aproveitando o espaço físico e colchonetes;
- Brincadeiras de andar, correr, saltar, escalar, lançar, levantar, chutar e outros de acordo como espaço físico e alguns recursos tais como: banco, escada, parquinho, corda, bambolê, etc;
- Propor brincadeiras que utilizem o subir e o descer escadas, pular, correr, saltar em parquinhos nos passeios, outros recursos adequados a estas atividades tais;
- Propor brincadeiras, adivinhações, esconde-esconde, jogos, passeios em locais como: sala de aula, banheiro, pátio, dependências, quadra, piscina e bosque;
- Fazer através de exercícios respiratórios fazer com que o aluno saiba empregar nas brincadeiras fora e dentro da piscina e nas histórias com recursos próprios da criança, bexiga, bola de isopor e outros;
- Propor atividades recreativas com música, histórias e exercícios dentro e fora d'água, através de cordas, carteiras, escadas, bolas, bastões e outros materiais;
- Utilizar situações concretas de vida diária;
- Através de treinos, com ou sem materiais apropriados para a atividade e participação do aluno especial;
- Propor várias provas onde o aluno possa executar vários movimentos, das mais variadas formas de prazer e descontração;
- Avaliação física dos alunos;
- Alongamentos e aquecimentos;
- Trabalhos aeróbicos, localizados, ginásticos ou em forma de circuitos;
- Informação sobre higiene pessoal e afetivo social;
- Simplificação dos gestos;
- Atividades individuais, em duplas, trios, e em grupos;
- Participação efetiva dos alunos nas atividades propostas;
- Atividades personalizadas;
- Indicações de pessoas e objetivos a sua direita, esquerda, frente, atrás, acima e abaixo; trocas de orientação no mesmo lugar; deslocamentos dos segmentos corporais nos vários planos; flexão e extensão dos segmentos corporais; exercícios de alongamento muscular; exercícios de contração musculares breves e prolongados; exercícios de relaxamento; movimentos segmentares; movimentos independentes; percepção (visual tátil e auditiva); movimentos globais; expressão corporal (imitação, dramatização, interpretação e mímica).
- Deslocamento em função de um ponto de referencia; saltos, distâncias regulares e irregulares; lançamento de precisão; marchas, saltitamentos e corridas com ou sem palmas, num ritmo dado; exercícios com cadencia irregular;
- Andar sobre cordas, escadas, sarrafos, linhas desenhadas no chão; deslocamentos em um apoio entre obstáculos; deslocamentos em superfícies altas; atividades na superfície do banco sueco; atividades na trave ( banco sueco invertido); atividades na lateral do banco sueco; atividades com bicicletas ( adaptadas); atividades com skate; atividades com patins.



- Identificar os ritmos, noção de espaço, expressão corporal, percepção auditiva, percepção visual, usar a música como instrumento de aprendizagem.

### **Esporte/educação**

O esporte para os alunos com necessidades especiais é muitas vezes adaptado às limitações e potencialidades do indivíduo para possibilitar a experiência de novos movimentos e novas vivências, promovendo a integração total do indivíduo com a sociedade.

Segundo Mauerberg-deCastro (2005), por meio do esporte, o atleta com deficiência tem a possibilidade de expor e compartilhar os momentos alegres e as conquistas com outros atletas, com sua família e com a comunidade em geral e também de mostrarem seus valores além de que são indivíduos úteis e produtivos.

Segue abaixo exemplos de atividades:

- Realizar de acordo com o desenvolvimento dos alunos, avaliar, analisar qual nível em que se encontra e melhorar fazendo as devidas adaptações;
- Executar atividades psicomotoras para melhorar a qualidade de vida respeitando as diferenças individuais e suas dimensões. (social, cognitiva, corporal, afetiva e estética);
- Atividades aquáticas para que tenham um desempenho motor causando assim melhoria na qualidade de vida;
- Ensinar os esportes coletivos e individuais;
- Técnicas dos esportes (recepção, passe, finalização etc.);
- Estratégia dos esportes (tática individual e coletiva);
- Vivência de jogos coletivos e preparatórios para o esporte;
- Organizar competições esportivas;
- Criar estratégias de jogo;
- Treinamento das capacidades físicas;
- Treinamento das habilidades específicas nas modalidades;

OBS: os atendimentos poderão sofrer alterações de acordo com as necessidades dos alunos.

### **Brincadeiras e Jogos Populares:**

Assumem um papel na proposta educacional que segundo Alain (apud Kishimoto 1994, p.21):... favorece o aprendizado pelo erro e estimula exploração e a solução de problemas, o jogo pode ser livre de pressões e avaliações criam um clima adequado para investigações e busca de soluções, o benefício do jogo está na possibilidade de estimular a exploração em busca de respeito, em não constranger quando se erra, o autor vê dois momentos na situação escolar; o trabalho pedagógico de aquisição sistemática do saber e o jogo que escapando a severa lei do trabalho caminha em direção a um não sério, sem submeter à ordem criando um espaço de liberdade de ação para a criança.

- Criação e modificação dos jogos;
- Experimentar as diversas variações do mesmo jogo;



- Resgatar as brincadeiras populares;
- Jogos simbólicos; de construção; de regras; adaptados; pré-esportivos; especiais; ludo motores;
- Brincadeiras do folclore brasileiro;
- Brincadeiras com: Bilboquê; Pião; Bolinha de gude; Pipa; Amarelinha; de roda; de malha;

### **Recreação /Lazer e Atividades alternativas:**

- Livre;
- Dirigida;
- Atividades complementares;
- Atividades de cultura popular;
- Piscina, adaptação ao meio líquido;
- Jogos amistosos e competitivos;
- Atividades manuais;
- Atividades turísticas;
- Atividades de interação social;
- Jogos de salão;
- Gincanas;
- Dança e pequenos teatros;
- Recreações;
- Acampamentos;
- Campanhas ecológicas;
- Piquenique;
- Apresentação de fantoches;
- Jograis;
- Festas escolares/ comemorativas;
- Confeção de aparelhos com materiais alternativos;
- Trabalho e atividades relacionadas aos temas abordados em projetos pedagógicos das outras disciplinas;
- Passeios recreativos promovidos pela instituição e/ou parceiros;
- Atividades recreativas desenvolvidas na instituição (por exemplo: datas comemorativas);
- Serão trabalhados dentro de textos, livros, filmes que abordam saúde, pluralidade, cultural, ética e cidadania, meio ambiente, orientação sexual, trabalho e consumo, através de projetos, integrando escola/comunidade.

### **Atividades de Sensibilidade Corporal:**

- Conhecer e respeitar o próprio corpo e dos outros;
- As reações que ocorrem em nosso corpo quando estamos em movimento;
- Verificar e vivenciar as possibilidades de movimento do nosso corpo;
- Criar gosto e prazer pelas atividades físicas;



- Explorar diversos tipos de materiais e movimentos corporais;
- Estimular a criatividade e a expressão corporal;
- Jogos sensoriais;
- Atividades de circuito-motor;
- Atividades perceptivo-motoras;
- Coordenação motora-geral

#### **Ginástica Geral:**

- Posturas (saltos, equilíbrios e lançamentos);
- Aprendizagem dos principais movimentos da ginástica;
- Ginástica com e sem aparelho;
- Exercícios calistênicos;
- Relaxamento e alongamento;
- Ginástica formativa: crescimento, desenvolvimento, postura, ação, das grandes funções;
- Ginástica rítmica: danças folclóricas e coreografias.

#### **Expressão Corporal / Orientação Espaço - Temporal**

- Através de exercícios de localização e utilização de diferentes partes do corpo, cumprindo ordens pré-estabelecidas, podendo ser em si próprio assim como nos colegas. Exercícios motores, colocando em diferentes posições. Marchas e movimentos ao som de palmas, instrumentos, sons corporais, CDS, ritmos etc. Exercícios imitativos, atividades criativas aliadas a expressões corporais e rítmicas. Ensaios de danças e apresentações. De maneira geral músicas associada a movimentos;
- Criar sua própria, seqüência de movimentos, em atividades de respostas livres, vivenciando pensamentos e sentimentos;
- Reconhecer o corpo no seu todo e diferenciar cada uma de suas partes por meio do movimento;
- Realizar movimentos independentes e interdependentes, com os diversos segmentos corpo.
- Trabalhar com a bilateralidade dando ênfase a sua dominância lateral;
- Orientar-se no espaço, discriminando localização, direção e dimensão;
- Identificar e efetuar movimentos, discriminando as diferentes velocidades e trajetórias no deslocamento do corpo e objetos;
- Criatividade de fixação, ritmos variados, sempre incentivando e motivando-os de forma lúdica;
- **Percepção corporal:** Conhecer os nomes das partes do corpo; O professor toca uma parte de seu próprio corpo e nomeia esta parte. O aluno o imita.; Dois a dois, os alunos vão tocando as partes do corpo do colega `a medida que o professor for nomeando; Brincar de mostrar e esconder partes do corpo: levantar o braço direito, fechar os olhos, mexer com o pé esquerdo, etc...
- **Percepção visual:**Trabalhar com: Objetos grandes, médios e específicos; Objetos de diferentes formas; Discriminar cores; Ordem crescente e decrescente; Observar e reconhecer o ambiente;Reconhecer progressivamente o seu corpo.



- **Percepção auditiva:** É a habilidade de integrar satisfatoriamente respostas auditivas como o som, sendo eles no ambiente em que vive, e do seu próprio corpo;
- Trabalhar os tipos de sons (onomatopaicos): pelos animais, pela natureza e pelo meio ambiente;
- Observar sons do próprio corpo: tossir, gritar, correr, andar, rir, batida de palmas e pés;
- Distinguir sons de objetos caindo e localizar a direção do som.
- **Estimulação tátil:** É resultante do desenvolvimento dos pequenos músculos a ponto de ser possível realizar pequenos movimentos específicos(ex: cortar, escrever e pegar); Colocar em uma caixa, objetos variados tipos de textura para que o aluno identifique; Objeto áspero, macio, quente, frio.
- **Orientação temporal:** Exercícios de tenacidade, equilíbrio e respiração que possam ser feitos com ritmo normal, rápido e lento.
- **Habilidades Motoras:** Movimentos combinados: Controle de aparar e arremessar uma bola;
- Ações corporais de arremessar, rolar, quadrupedar, rastejar, engatinhar, pular obstáculos, saltar com os dois pés, ajoelhar-se, saltar de um banco ou degraus, transportar objetos, fazer imitações;
- Atividades de saltar em altura e em distâncias (Pequenos espaços);
- Caminhar sobre linhas (retas, curvas);
- locomoção, não locomoção, manipulação;
- **Orientação Espacial:** lateralidade; direção; trajetória; localização;
- **Esquema Corporal:** movimentos globais; movimentos segmentares; movimentos independentes; movimentos interdependentes; percepção (tátil visual e auditiva); expressão corporal; relaxamento físico e psíquico;
- **Capacidades Físicas:** força; resistência; flexibilidade; coordenação (global e seletiva); velocidade; agilidade; equilíbrio; curso regular.

#### **Atividades rítmicas/expressivas:**

Nas atividades rítmicas e expressivas do movimento corporal as crianças podem se beneficiar dos aspectos lúdicos que o movimento em si ou sons proporcionam, é uma oportunidade para a facilitação do desenvolvimento, da reabilitação ou da reeducação do gesto. Dentro da perspectiva da cultura corporal do movimento, Daolio (1995, p.47) reconhece que, qualquer técnica corporal pode ser transmitida por meio oral, pode ser contada, descrita ou relatada. Mas pode também ser transmitido pelo movimento em si como expressão simbólica de valores aceito na sociedade.

Abaixo alguns exemplos de atividades Rítmicas:

- Rodas;
- Cantigas;
- Brinquedos cantados;
- Danças, coreografias simples;



- Ladinhas;
- Dança, batidas musicais, sons, mímica;
- Alongamento;
- Relaxamento

#### **Atividades musicais:**

O objetivo das aulas são voltadas para o desenvolvimento de capacidades auditivas que envolvam processos perceptivos básicos detecção (presença e ausência de sons), discriminação (diferenciar sons rápidos e lentos), identificação (reconhecer instrumentos musicais). Para Howard (1984, p.69), ouvir, escutar a música, não basta evidentemente para despertar o senso musical. É preciso que ao menos uma vez a música e o ato de fazê-la tenham suscitado forte emoção psíquica, uma tensão motora decisiva em todo o ser. E a condição necessária para tanto é precisamente fazer música. Não existe instrumento difícil para uma criança. O que é muito difícil é os adultos evitarem fazer com que as crianças percam o desejo e o prazer de trabalhar.

#### **Atividades culturais:**

As atividades culturais têm como objetivo, fazer o aluno conhecer as mais variadas formas de expressão da sociedade. Nessa interação, por meio da experiência social o aluno tem acesso à cultura, que de acordo com Santos (1983, p.50).

***"... é a dimensão da sociedade que inclui todo conhecimento num sentido ampliado e todas as maneiras como esse conhecimento é expresso."***

Abaixo segue exemplos:

- Rodas e brinquedos cantados;
- Danças folclóricas nacionais;
- Danças criativas (pequenas coreografias); - Jogos pré-esportivos;
- Alongamentos;
- Brincadeiras de rua;
- Recreação;
- Brincadeiras com corda;
- Jogos com bola;
- Atividades com corpo e bola (recreação);
- Alongamento: toda sessão é iniciada com um alongamento e conversa inicial;
- Recreação (atividades lúdicas em que todos brinquem);
- Coordenação motora global através de exercícios e brincadeiras;
- Caminhadas;
- Festivais;
- Piqueniques;
- Passeios;
- Pesquisas (estudos científicos);
- Lazer, através de passeios, excursões, festas e programas variados;



- Trabalho educativo com a sociedade, através da mídia como veículos modificadores, divulgação, desmistificação e inclusão dos alunos em nossa comunidade;
- Participação em diversos eventos esportivos;
- Atividades recreativas e gincanas, em eventos comemorativos na escola.
- Integração com alunos de outras escolas, participando em jogos, gincanas e outros.
- Jogos com a comunidade;
- Festivais Esportivos da APAE;
- Ginástica Laboral;
- Exercícios de Intensidade;
- Movimento: Forte e Fraco;
- Exercício de Agilidade;
- Mudança rápida de movimentos (deslocamento do corpo ou mover membros no mesmo tempo possível);
- Exercício de Velocidade: Execução rápida de movimentos (deslocamento do corpo ou mover membros no menos tempo possível); Exercício de coordenação geral e seletiva; Exercícios de espaço e direção; Exercício de tempo e força; Exercício de projeção e recepção dos objetos;
- Recreação: Gincanas, contos, brincadeiras cantadas, jogos recreativos e competitivos;
- Treinamentos de diversas modalidades;
- Realização de iniciação esportiva: como exemplo: futebol de areia, vôlei e ginástica rítmica;
- Corrida do canguru; Cobra venenosa; O rei da terra; Corrida cronometrada; Mantenham o campo limpo; - Pular cordas; Jogo de guerras; Correr por espaços determinados; Correr transpondo pequenos obstáculos; Realizar cambalhota; Andar, correr e saltar imitando animais, Exercícios de formas variadas individualmente ou em grupo;
- Salto em distância;
- Aquecimento;
- Brincadeiras cantadas com a utilização ou não de materiais;
- Conversas dirigidas ou não.

### **6.1 – Educação Infantil:**

- Através de exercícios recreativos lúdicos, inserirem o aluno na prática de atividade física, de uma forma prazerosa e motivadora, sempre buscando educar de uma forma agradável, onde os alunos aprendam principalmente a respeitar seus colegas e suas diferenças, adequando-se a regras colocadas pelo professor;
- As brincadeiras de uma forma pedagógica é o principal objetivo para essas turmas, onde os exercícios motores serão estimulados através de recreações dinâmicas como:
  - Circuitos, estágios e estafetas simplificados;
  - Jogos simbólicos, lúdicos sem objetivos (o brincar pelo simples ato de brincar);





- Testes básicos para avaliação do desenvolvimento do aluno com relação à consciência corporal, habilidades motoras, capacidades físicas básicas (referente à faixa etária correspondente), domínio de regras básicas, etc.
- Aulas práticas em quadra, campo e galpão;
- Visitas e passeios;
- Projetos com envolvimento da classe;
- Vídeo aulas;
- Valorização e ampliação das possibilidades estéticas do movimento pelo conhecimento e utilização de diferentes modalidades de dança;
- Percepção das sensações, limites, potencialidades, sinais vitais e integridade do próprio corpo;
- Participação em brincadeiras e jogos que envolvam o correr, subir, descer, movimentar-se, dançar, etc. para ampliar gradualmente o conhecimento e controle sobre o corpo e o movimento;
- Utilização dos recursos de deslocamento e das habilidades de força, velocidade, resistência e flexibilidade nos jogos e brincadeiras dos quais participa;
- Valorização de suas conquistas corporais;
- Teste e diagnóstico;
- Exame biométrico;
- Atividades individuais sem elementos;
- Atividades individuais com elementos;
- Rodas cantadas e brinquedos cantados;
- Atividades 2 a 2 e pequenos grupos com e sem elementos;
- Participação nas datas comemorativas;
- Gincana;
- Através de atividades de conhecimento do corpo (reprodução da forma humana, noções corporais, discriminação visual);
- Atividades com o corpo, voz e músicas;
- Atividades práticas de higiene pessoal (hora do banho / escovar os dentes);
- Utilizar as datas comemorativas para a elaboração de danças infantis;
- Através das atividades propostas, de forma lúdica, propiciar as crianças autoconfiança nos movimentos e desenvolver o conhecimento sobre o corpo e o cuidado com o seu e o dos outros. Trabalhar com massagem terapêutica e estímulos sensoriais promovendo o relaxamento da musculatura e sensações de bem estar para os alunos;
- Através de massagem e estímulos sensoriais específicos promover o relaxamento muscular e a sensação de bem estar, contribuindo com a saúde do aluno;
- Através de exercícios específicos, jogos adaptados e recreativos e noções esportivas, orientar respeitando idade e a necessidade de cada aluno, promovendo o desenvolvimento ideal para todos;



- Passeios a Parques Infantis;
- Cinema;
- Treinamento sensório-motor;
- Otimização das AVD (atividades da vida diária);
- Atividades de lazer;

Atividades extras: Recreação para os cadeirantes, relaxamento e alongamento, e atividades com instrumentos musicais e caminhadas;

- Atividades individuais e em grupo;
  - Atividades lúdicas de forma de locomoção como: andar, correr, arrastar, rolar, saltar, trepar e saltitar;
  - Atividades lúdicas não locomotoras como: flexionar, estender, torcer, girar, levantar e sentar;
  - Praticar atividades primárias: lançar, pegar, bater, rebater, chutar, quicar e receber.
- orientar os alunos aos conceitos e noção espacial: dentro, fora, em cima, embaixo, perto, longe, etc;
- Introduzir jogos e brincadeiras, visando desenvolver a percepção visual, auditiva, sensorial e motora, e proporcionar uma socialização com os demais integrantes da classe;
  - Flexão e extensão dos segmentos corporais;
  - Exercícios de alongamentos e relaxamentos;
  - Exercícios de contrações musculares breves e prolongadas;
  - Lançamento, recepção e manipulação de objetos;
  - Saltos sobre obstáculos;
  - Corridas de curto e/ou longo percurso;
  - Utilização de habilidades (correr, saltar, arremessar, rolar, bater, rebater, receber, amortecer, chutar, girar, etc.) durante os jogos, brincadeiras e danças;
  - **Alfabetização:** Esquema corporal, através de jogos e brincadeiras com os colegas. Noções espaciais, através de jogos e brincadeiras. Em Português, conhecer a letra do seu nome, vogais e junções, cores e formas, acompanhando o trabalho em classe. Em matemática, relacionar cores, tamanhos e quantidades, numerais de 0 a 10, conceitos básicos (alto/baixo, maior/menor), adição até 3 unidades, de acordo com o trabalho realizado em classe.
  - Neste nível as atividades da educação infantil são mescladas com as do ensino fundamental, mas basicamente do desenvolvimento das habilidades básicas, como andar, marchar, correr, subir, descer, rolar, rastejar, engatinhar, quadrupediar, e saltar.

## 6.2 – Ensino Fundamental:

- Deve-se levar em conta o prazer e a satisfação do aluno na participação das atividades, buscando apresentar propostas lúdicas e recreativas significativas para o mesmo. As atividades deverão respeitar as diferenças individuais para a troca e enriquecimento do aluno, é um dos



meios de educação para o lazer e para a ocupação do tempo livre de maneira consciente, crítica e criativa. Seguem algumas propostas de atividades:

- Jogos e brincadeiras lúdicas e pré - desportivas;
- Atividades ligadas à ginástica e alongamento adaptados;
- Aprendizagem e prática de esportes coletivos e individuais;
- Aprendizagem de históricos de desportos assim como curiosidades sobre os mesmos, as práticas físicas, e saúde;
- Aulas práticas em quadra, campo e galpão;
- Aulas teóricas (conteúdo adaptado) em sala de aula;
- Vídeo aulas;
- Visitas e passeios;
- Projetos de treinamento para competições;
- Explicação e demonstração de brincadeiras aprendidas em contextos extra-escolares, com vocabulário apropriado;
- Resolução de situações de conflito por meio do diálogo, com a ajuda do professor;
- Discussão e elaboração das regras dos jogos;
- Utilização de habilidades em situações de jogo, tendo como referência de avaliação o esforço pessoal;
- Resolução de problemas corporais individualmente;
- Avaliação do próprio desempenho e estabelecimento de metas com o auxílio do professor;
- Participação e criação em brincadeiras cantadas;
- Acompanhamento de uma dada estrutura rítmica com diferentes partes do corpo;
- Apreciação e valorização de danças pertencentes à localidade;
- Participação em danças simples ou adaptadas pertencentes a manifestação populares; folclóricas ou de outro tipo que estejam presentes no cotidiano;
- Participação em atividades rítmicas e expressivas;
- Utilização e recriação de circuitos;
- Utilização de habilidades (correr, saltar, arremessar, rolar, bater, rebater, receber, amortecer, chutar, girar, etc.), durante os jogos, lutas, brincadeiras e danças;
- Desenvolvimento das capacidades físicas durante os jogos, lutas, brincadeiras e danças;
- Diferenciação das situações de esforço e repouso;
- Reconhecimento de algumas das alterações provocadas pelo esforço físico, tais como excesso e excitação, cansaço, elevação de batimentos cardíacos, mediante a percepção do próprio corpo;
- Desenvolver o domínio corporal, por meio de brincadeiras, tendo por finalidade as partes do corpo, lateralidade, orientação espacial, equilíbrio, etc;
- Com finalidade sócio-cultural as atividades de lazer serão: jogos competitivos, danças passeios, caminhada, etc;
- Atividades práticas de higiene pessoal (hora do banho e escovar os dentes);



- Atividades individuais e em grupos;
- Atitudes recreativas não locomotoras: flexionar, estender, torcer, girar, levantar e sentar;
- Atividades aquáticas recreativas;
- Atividades de recreação com a utilização de bola, jogos motores, aparelhos de som, bexigas, cordas, arcos, cones e bastões;
- Jogos cooperativos e pré-desportivos;
- Posicionamento com relação a objetos e seus colegas;
- Explorar os movimentos de cada segmento corporal através de músicas e brincadeiras;
- Equilibrar-se sobre objetos e sobre alguns segmentos corporais;
- tênis;
- GRD (meninas);
- cinema;
- teatro;
- trilhas ecológicas;
- praia;
- assistir eventos esportivos na TV e ao vivo.
- Atividades rítmicas e expressivas.
- Atividades de lazer e atividades culturais.
- Andar sobre cordas, linha reta, subir e descer degraus;
- Ginásticas e dramatizações, alongamentos gerais;
- Brincadeiras através de atividades Naturais;
- Brincadeiras subir e descer escadas, pular, correr, saltar;
- Brincadeiras, adivinhações, deslocamentos de diversas maneiras;
- Jogos competitivos, motores e calmantes;
- Respirar pelo nariz, pela boca; inspira pelo nariz e expira pela boca, vice versa;
- Mãos na parte do corpo, ao sinal do educador, reconhecer de forma gradual exemplo: Joelho, nariz, barriga, ombro etc.;
- Rolar para ambos os lados, pular sobre o colchão, ficar num pé, arremesso e recepção de bola, transportar objetos;
- Objetos em cima em baixo, dentro e fora, atrás e a frente, de lado;
- Consciência da função respiratória inspiração (segurar) e expiração (soltar);
- Exercícios que permitam ao aluno arremessar, receber, quicar e chutar a bola;
- Exercícios que permitam trabalhar a respiração, soprar, encher, inspiração ligeira seguida de expiração forte (canudo ou bexiga)
- Movimentos padronizados ao som de músicas folclóricas, cantigas de roda, ladainha, etc.
- Exercícios com sobrecarga, corridas de curto e/ou longo percurso;
- **Equilíbrio:** andar ou correr sobre riscos no chão ou sobre objetos: banco sueco, corda, barbante, etc. Entrar e sair de pneus. Subir e descer degraus ou rampas, Saltar sobre um pé ou



dois pés, para trás, para frente, para os lados. Saltar obstáculos pelo chão. Descobrir as diversas formas de se equilibrar num pé só.

- **Espaço Temporal:** pular corda de mãos dadas com os colegas. Pular sela progredindo. Receber e passar a bolas com precisão para os colegas. Saltar para a frente e para trás, de frente e de lado sobre duas cordas paralelas a 30 cms do chão. Correr para frente, para trás e para o lado. Realizar de mãos dadas com os colegas, círculos grandes e pequenos. Andar ou correr sobre determinado espaço. Saltitar para frente e para trás. Andar atrás do professor, que mudará constantemente de direção. Lançar bolas aos colegas que estão perto e longe. Andar com passos largos ou curtos, rápidos ou lentos. Executar marchas ao ritmo de palmas (mais lento, mais rápido); deslocamento em função de um ponto de referência, saltos em distancias regulares e irregulares, lançamentos de precisão.

- **Lateralidade:** explorar as atividades com a mão direita, mão esquerda, pé direito, etc... Saber localizar-se em relação aos colegas e outras referências.

- **Esquema Corporal:** Reproduzir os movimentos do professor: estender os braços para frente e retos, estender os braços para os lados em ângulos retos, formar ângulo reto entre o braço e o antebraço, fazer rotação com os pés, pulsos, movimentar as mãos para a frente e para trás. Localizar objetos em relação ao corpo, dizendo se estão: perto, longe, à frente, atrás, ao lado, abaixo, acima, etc. Fazer exercícios de relaxamento. Passar da posição flexionada para a mais estendida. Sentar de diversas maneiras: pernas estendidas, cruzadas, afastadas, exercícios de alongamentos muscular; exercícios de contrações musculares breves e prolongadas.

- **Socialização:** Participar de jogos ou brincadeiras com os alunos de sua classe ou com outras classes.

- **Coordenação Motora:** Lançamento, recepção e manipulação de objetos, salto sobre obstáculos; quadrupedia, agilidade e equilíbrio no solo; segurar objetos, afastando, aproximando ou soltando. Exercícios com os pés: afastando ou aproximando um saco de areia (ou bola). Atender ao comando de : andar, correr, pular, saltar, puxar, empurrar, erguer-se, sentar-se abaixar. Lançar uma bola,

- **Música:** Utilizar a música como elemento motivador das aulas de Educação Física, bem como forma de relaxamento ao final da aula, visando um retorno mais calmo e tranqüilo dos alunos a sala de aula.

- **Desporto:** futebol de salão, atletismo, Tênis de Mesa, Natação Basquetebol, Voleibol. Com ensinamentos de regras e fundamentos em treinos e jogos. Realização de torneio interno.

- **Alfabetização:** As aulas de educação Física deverão ser um apoio ao trabalho do professor alfabetizador, procurando enriquecer o vocabulário já adquirido pelo aluno.

#### **a) Educação de Jovens e Adultos b) Formação Profissional:**

- Aulas práticas em quadra, campo, pátio, galpão e outros locais;

- Levando em conta o prazer do aluno em realizar atividades as quais buscam apresentar propostas lúdicas recreativas e significativas, serão respeitados os limites e a diferença de cada



aluno para que com tais propostas o aluno possa, além de desenvolver sua consciência corporal, suas potencialidades, seu raciocínio e senso crítico, preparar-se para um melhor convívio em sociedade;

- Atividades com ponto de vista motor, sensoriomotor e perceptomotor;
- A vida saudável é o principal foco das aulas, variando entre exercícios de alta, média e baixa intensidade, buscando um maior equilíbrio físico, mental e principalmente social para estes alunos;
- Dinâmica de grupo (estímulo a socialização, integração, memorização, tato, olfato, paladar, etc.);
- Desenvolver atividades físicas e esportivas compatíveis com as suas possibilidades visando também a adoção de atitudes cooperativas e solidárias;
- Aulas teóricas ( conteúdo adaptado) em sala de aula;
- Vídeo aulas;
- Visitas e passeios;
- Projetos de treinamento para competições;
- Ensaios programados para fanfarra, etc;
- Exercícios e jogos de andar (rolando e equilibrando) correr (equilibrando e rolando) e saltar de formas variadas com o arco tentando desenvolver flexibilidade, agilidade e equilíbrio;
- Exercícios e jogos de andar (equilibrando ) correr (equilibrando e soltura de movimento) saltar entre eles ( agilidade e flexibilidade) de forma variadas com o bastão.
- Exercícios e jogos que envolvam o manuseio de corda, tanto no andar no correr e no saltar , para o desenvolvimento de agilidade e flexibilidade .
- Exercícios e jogos utilizando o elemento saquinho de areia, visando a coordenação e equilíbrio;
- Exercícios e jogos individuais e coletivos, utilizando o elemento bola, visando o desenvolvimento da apreensão, arremesso e o chute, tendo como objetivo o pré desportivo ;
- Através de atividades competitivas, respeitando as regras, superando suas frustrações, evitando atitudes violentas, através dos esportes e atividades complementares;
- Por meio de gestos, sons e música, com finalidade de construir um domínio corporal e relação ludo-afetivo-social com os objetos, colegas e sociedade.
- Exercícios com materiais diversificados: bolas, arcos, cones, bexigas e músicas;
- Atividades pré-desportivas e cooperativas;
- Praticar exercícios de treinamento dos esportes individuais e coletivos;
- Pesquisar sobre temas esportivos, saúde alimentação;
- Jogos recreativos, exercícios e atividades rítmicas;
- Jogos com materiais sonoros, apito, voz e som;
- Exercícios e ginástica formativa;
- Executar movimentos e deslocamentos de forma natural;



- Atividades recreativas e aquáticas com bolas, aquatub e arcos.
- Atividades práticas de higiene pessoal (hora do banho e escovar os dentes);
- Atividades físicas competitivas; Jogos Competitivos; Exercícios físicos;
- Testes para maior desenvolvimento nos desportos ;
- Atividades rítmicas individuais e coletivas, com e sem materiais; danças circulares e danças contemporânea;
- Atividades de expressão corporal direcionada e livre;
- Jogos e brincadeiras pelos alunos;

### **6.3 – Autismo:**

Em busca de uma identidade, o projeto de fotografia sugere um introspecto – projeto que buscará esse conhecimento da criança com autismo, na sua interação social e na realização de suas atividades de vida diárias – AVDs.

De início será realizado uma avaliação do ambiente, em seguida a intervenção terapêutica do ambiente.

Para Associação de amigos do Autista – AMA, existem três vias para a interação social do autista, e as cita:

**“A primeira via utiliza a estrutura e a organização em sala para conseguir a adequação do comportamento da criança através da aceitação de regras e limites”.**

A estrutura do ambiente deve proporcionar a organização do tratamento oferecido aos alunos, que seja de qualquer síndrome ou patologia que o individuo apresenta. É através da organização da sala que o aluno se ajusta ao ambiente e ao que será apresentado como aprendizagem.

Através do projeto fotografia a individualidade será apresentada aos autismo. Serão fotografias individualmente, em tamanhos 09X10 cm para a sua identificação no painel de atividades. Para a execução das atividades de aprendizagem serão fotografados em duplas, grupos além das atividades reais de acordo com o planejamento dos educadores.

Seguindo as informações da Associação de Amigos do Autismo – AMA, a segunda via deve ser o desenvolvimento cognitivo, o que de acordo com o painel de fotografia para o desenvolvimento da atividade será desenvolvido esse aspecto:

**“... a segunda via utiliza o desenvolvimento cognitivo da criança como meio principal de seu desenvolvimento afetivo, isto é, visa conseguir que a criança reconheça as outras pessoas após reconhecer a ela mesma”.**

E a terceira via apresentada pela Associação de Amigos de Autismo – AMA auxiliará a integração do autista no seu desenvolvimento e na integração social. Ela deverá ser elaborada em equipe que assiste integralmente aliado aos educadores que promoveram esse desenvolvimento durante as atividades educativas.



**“A terceira via visa apoiar a criança em seu processo de integração, participando ativamente dele, tanto no conteúdo educacional, com o apoio metodológico quando a criança não consegue acompanhar a escola normal ou antecipando na nossa escola o que ela vai aprender na outra – como na sociabilização, interferindo sempre que solicitado”.**

Feuser (1992) discute a necessidade de integração da criança com autismo, tendo em mente evitar possíveis segregações naturalmente existentes em outras comunidades. Convém entender a sensação de isolamento que os familiares tem frente a problemática. O mesmo autor comenta ainda que as diferenças características devam ser elevadas em consideração no trabalho de integração, obrigando-nos a individualizar cada plano de trabalho.

Ao concordar com o autor deparamos com crianças com diferenças sociais e culturais, além de suas características, nestes casos propomos inicialmente outras técnicas individualizadas, para que a integração aconteça com educadores que irão proporcionar voz de comando e instrução quanto às atividades de vida prática e diária. No momento em que ocorre tal integração inicia-se o processo de integração social com os demais membros e ambientes e atividades diferentes da instituição e futuramente para novos projetos contextualizados em ambientes externos.

- Este projeto implicará nas atenções dirigidas aos atendimentos aos autistas que apresentem dificuldades de interação social. Destina-se também a equipe educacional que contribuirá na formação social do futuro cidadão.

- Os alunos com autismo serão fotografados individualmente e em grupos.

- Serão também fotografados os objetos para o desenvolvimento das atividades.

- Um painel de atividades será montado na sala dos alunos com as respectivas fotos de cada um para que possam identificar o tipo de atividade que estarão realizando.

- Também serão realizados passeios com grupos para a socialização em ambientes diferentes, como em áreas externas (praças comunitárias, ruas comerciais, zoológicos) e áreas internas (lanchonetes, parques públicos, padarias e mercados).

- Atividades voltadas aos movimentos, jogos adaptados e específicos. Desenvolver noções sobre saúde (nutrição, higiene e postura). Também é desenvolvido treino de rua e jogos;

- Destina também ao apoio dos pais que vierem necessitar de ajudar e compreensão em como auxiliar seus filhos na qualidade de vida.

#### **6.4 – Alfabetização para deficientes auditivos:**

- Utilizar de linguagem específica (alfabeto manual e LIBRAS);

- Utilização de materiais como: bandeiras e placas, para facilitar a comunicação;

- Utilizar o caráter recreativo nas atividades;

- Explorar ao Máximo o potencial individual;

- Explorar ao máximo o instinto cooperativo;

- Utilizar ambientes apropriados e estimulantes para a prática das atividades;

- Utilizar materiais seguros e estimulantes para as atividades propostas;

- Utilizar sucatas para confecção de brinquedos e jogos;





- Utilizar musica;
- Utilizar recursos áudio / visuais;
- Introduzir heranças folclóricas;
- Utilizar materiais apropriados e em boas condições para a pratica desportiva;
- Utilizar da disciplina durante as atividades;
- Utilizar de conceitos éticos;
- Exigir boas condutas no esporte e no cotidiano;
- Incentivar sempre a participação de todos alunos nas atividades;
- Realizar gincanas e campeonatos;
- Participar em competições dentro e fora do município;

#### **6.5 – Oficinas Terapêuticas:**

- Desenvolver através das Atividades diversificadas o potencial individual;
- Trabalhar jogos cooperativos;
- Utilizar ambientes apropriados e estimulantes para a pratica das atividades;
- Utilizar materiais seguros e estimulantes para as atividades propostas;
- Atividades com ponto de vista motor, sensoriomotor e perceptomotor;
- A vida saudável é o principal foco das aulas, variando entre exercícios de alta, média e baixa intensidade, buscando um maior equilíbrio físico, mental e principalmente social para estes alunos.
- dinâmica de grupo (estímulo a socialização, integração, memorização, tato, olfato, paladar, etc.).

#### **6.6 – Centro dia (Severos e Profundos):**

- A educação Física deverá ser um instrumento de auxilio ao desenvolvimento dos alunos nos ambientes propícios para uma atividade produtiva;
- Trabalho com atividades de alongamentos e movimentos articulares com estimulação tônica verificando a postura;
- Alunos com dificuldades motoras trabalham-se a caminhada com auxilio ou em barras paralelas;
- Atividades com bolas, bastões, arcos, cordas podem ser instrumentos de variação de exercícios educativos;
- Trabalho de recreação, procurando estabelecer uma relação de proximidade com o aluno.



## **7 - Materiais / Meios Auxiliares:**

- Utilização de recursos audiovisuais, livros, revistas, aparelhos de som e CDS variados;
- Bolas de iniciação, bolas de voleibol, handebol, basquetebol, futebol, futsal, tênis;
- Redes de voleibol e traves;
- Bastões, arcos, cordas, cones e colchonetes;
- TV, vídeo, dvd, rádio;
- Instrumentos musicais de percussão específicos para fanfarra, etc.
- Colchonetes;
- Meias;
- Banco sueco;
- Pneus;
- Plinto;
- Prancha de isopor;
- Barreiras;
- Mesa de jogos;
- Pimbolim;
- Tênis de mesa;
- Bancos, escadas, cordas:
- Arcos;
- Giz;
- Bastões de madeira;
- Brinquedos;
- Quebra-cabeças;
- Livros de história;
- Bonecos de pano;
- Próprio corpo;
- Salas de aula,
- Espaços físicos (campo de futebol, pátio, parquinho, ginásio de esportes e outras dependências);
- Estádio municipal de futebol, praças publicas, o parque , as piscinas e as quadras do clube municipal;
- Sucatas:
- Bola de tênis de mesa;
- Bolas de tênis;
- Tanque de areia;
- Brinquedos do parque;
- Brinquedos educativos;
- Jogos de dama, dominó, xadrez etc;



- Bexigas;
- Pelotas;
- Petecas;
- Patinetes;
- Skate;
- Bicicleta adaptada;
- Jogos de Malha;
- Papeis;
- Raquetes;
- Sarrafos;
- Cavaletes;
- Suportes;
- Tabuas;
- Bicicleta Ergométrica;
- Bolas para arremesso de Peso;
- Anilhas;
- Barras;
- Esteira Mecânica;
- Esteira Elétrica;
- Medicine Ball;
- Bilboquê;
- Trilha;
- Bolinhas De Gude;
- Espaldar;
- Baldes;
- Latas;
- Garrafas com água ou areia;
- Traves de gol;
- Aparelhos de musculação;
- Câmaras de bicicleta;
- Pinos, jogos pedagógicos, step, coletes, argolas, túnel de pano, bastões, cama elástica e materiais alternativos, vendas (tapa olho).

#### **7.1 – Educação Infantil:**

- Bolas de borracha;
- Bolas de diversas modalidades;
- Cordas;
- Bambolês;
- Garrafas pet's;



- Bancos e Banco sueco;
- Som e Cds;
- Exames biométricos : fichas. balança, fita métrica;
- Bolas de gás;
- Pranchinha de isopor; Macarrão (bóia).

## **7.2 – Ensino Fundamental:**

- Bolas de plástico;
- Bolas de vôlei;
- Bolas de basquete;
- Bolas de handebol;
- Bolas de futsal;
- Bolas de futebol;
- Arcos;
- Cordas;
- Fitas de GRD;
- Colchonetes;
- Bolas de borracha;
- Bolas de basquete; Bolas de futsal; Bolas de vôlei;
- Peso para o arremesso (atletismo);
- Cds vários ritmos; Som;
- Tabuleiros de dama; Dominós;
- Bambolês; Bexigas coloridas;
- Piscina; Cronômetros; Banco sueco;
- Retroprojektor;
- Exames biométricos: balança, fita métrica e fichas;
- Macarrão (bóia).

## **a) – Educação para Jovens e Adultos ;**

- Bolas diversas;
- Arcos;
- Cordas;
- Fitas de GRD;
- Colchonetes;
- Aparelho de som;
- TV;
- Modelagem; Pinturas; Texturas;
- Peso para o arremesso (atletismo);
- Cds variados; Som;



- Dominós; Tabuleiros de dama;
- Bambolês;
- Bexigas coloridas;
- Cronômetros;
- Banco sueco; Pneus; Retroprojektor;
- Fichas para exames biométricos; Balança e fita métrica;
- Prancha de isopor; Macarrão (bóia);
- Saquinhos de areia;
- Bastões pequenos de madeira (50cm);
- Cronômetros;
- Trilhas ecológicas;

**b) – Formação Profissional:**

- Bola;
- Mesa de jogos;
- Pimbolim;
- Tênis de mesa;
- Bancos, escadas, cordas:
- Arcos:
- Giz;
- Bastões de madeira;

**7.3 – Autismo:**

- Bolas de diversas modalidades,
- Bastões,
- cones;
- Corda
- Giz;
- madeira para o painel de atividades e para a fixação das fotos;
- madeira para a colocação das mochilas e identificação pessoal;
- maquina digital fotográfica;
- demais objetos nas quais os professores julguem necessários para as atividades.

**7.4 – Alfabetização para deficientes auditivos:**

- Bolas de diversas modalidades,
- Bastões,
- cones;
- Corda
- Giz;



- colchonetes, colchões;
- demais objetos nas quais os professores julguem necessários para as atividades

#### **7.5 – Oficinas Terapêuticas:**

- Bolas de diversas modalidades;
- Arcos;
- Cordas;
- Aparelho de som;
- TV;
- jogos de mesa (dama, dominó, xadrez, trilha);
- demais objetos nas quais os professores julguem necessários para as atividades.

#### **7.6– Centro dia (Severos e Profundos):**

- Bastões;
- cordas;
- Barras paralelas;
- Escada;
- Espaldar;
- Bolas de diversos tamanhos;
- Som e Vídeo;
- Colchonetes, colchões;
- Demais objetos nas quais os professores julguem necessários para as atividades.



## 8 - Avaliação:

A avaliação abordará diversos aspectos, como por exemplo, a aptidão física contextualizada dentro dos conteúdos e objetivos, considerando o fato de que cada aluno possui limites e motivação pessoais, o conhecimento sobre a saúde, cultura corporal, jogos, brincadeiras, outras atividades corporais e a habilidade envolvidas, a autonomia para cuidar de si mesmo ou para organizar atividades, a forma de se relacionar e cooperar com os colegas. A avaliação será feita de forma diagnóstica, contínua e cumulativa, o que permitira aos envolvidos no processo ensino – aprendizagem; Redirecionar o trabalho quando for necessário, tendo em vista a seqüência e o acúmulo dos conhecimentos, que nos fornecerá uma avaliação abrangente de todo o processo.

- A avaliação deve ser concomitante, participativa, dialógica e diagnóstica para poder acompanhar o desempenho do aluno, assim como seu processo evolutivo.
- A avaliação diagnóstica possibilitará ao professor detectar as dificuldades dos alunos e a partir desta dificuldade, propor atividades para saná-la.
- Será diagnóstica, contínua e permanente através da observação constante do desempenho do aluno nas atividades propostas no cotidiano, respeitando os níveis de desenvolvimento de cada aluno.
- Estar sempre atento aos comportamentos dos alunos como, atenção, domínio, ritmo, habilidades, entre outras;
- Fazer observação da atuação dos alunos no decorrer dos exercícios;
- Observar os fundamentos esportivos realizados pelos alunos e caso haja erro, fazer uma possível pausa e correção do mesmo (feedback);
- Observar o bom desempenho e atitudes dos alunos no decorrer de prática física e dos jogos, trabalhando principalmente o aspecto afetivo-social, cognitivo e motor.
- É imprescindível levar em consideração as limitações anátomo-fisiológicas em decorrência de deficiências físicas causadas por lesão cerebral, lesão medular, amputações ou má formação congênita ou qualquer outro tipo de problema que o aluno apresente.
- Deve ser no sentido de reconhecer as dificuldades e promover o crescimento. Não deve medir a força física ou resistência, mas considerar suas potencialidades e habilidades, respeitando assim as individualidades de cada um. A avaliação será útil tanto para o professor e para o aluno se ambos trabalharem em busca de descobertas e possibilidades, estabelecendo avanços e intensidades dentro dos objetivos propostos.
- **Participação:** pretende-se avaliar o interesse, a responsabilidade, a participação individual e do grupo nas atividades, bem como, se o aluno participa adequadamente das atividades, respeitando as regras a organização, com empenho em utilizar os movimentos adequados à atividade proposta.
- **Desempenho Físico:** Pretende-se avaliar o desenvolvimento dos aspectos orgânicos, bem como, se o aluno demonstra segurança para experimentar, tentar e arriscar em situações



propostas em aula ou em situações cotidianas de aprendizagem. Enfrentar desafios corporais em diferentes contextos como circuitos, jogos e brincadeiras;

- **Organização e conhecimento:** Pretende-se avaliar a representação, o comportamento, a organização e domínio do conteúdo, bem como, se o aluno reconhece e respeita as diferenças individuais e se participa de atividades com seus colegas, auxiliando aqueles que têm mais dificuldades e aceitação dos que tem mais habilidades. Interagir com seus colegas sem estigmatizar ou discriminar por razões físicas, sociais, culturais ou de gênero.

- **Enfrentar Desafios:** Pretende-se avaliar se o aluno aceita as limitações impostas pelas situações de jogo, tanto no que se refere às regras quanto no que diz respeito à sua possibilidade de desempenho e à interação com os outros. Espera-se que ele tolere pequenas frustrações, seja capaz de colaborar com os colegas, mesmo que estes apresentem mais dificuldades, e participe do jogo com entusiasmo.

- Observar e diagnosticar a priori o nível motor em que se encontra cada aluno. A partir desse diagnóstico, propor tarefas (testes, exercícios, movimentos combinados) um pouco mais complexas no sentido desse aluno atingir um nível superior de atuação.

- A avaliação será contínua, na função diagnóstica e formativa, perdendo a sua conotação de promoção e retenção. Será uma referência para a metodologia ensino/aprendizagem e recuperação. Dando destaque maior a avaliação somática, representará a visão do professor, do aluno como um todo, utilizando-se de toda sua capacidade, sempre levando em conta suas dificuldades e limites.

A avaliação acontecerá diariamente, como já foi relatado, mas terá três momentos para uma reflexão mais aprofundada:

**1º Momento:** No começo do ano é realizada a Avaliação física para verificar o estado em que se encontram os alunos para o melhor direcionamento nas atividades e cuidados a serem observados.

- Avaliação onde foi verificado: Dobras Cutâneas ( tríceps, cristálica, subescapular, abdômen) o peso e altura através de uma balança de precisão, circunferências através de fita métrica onde foi medido os seguintes membros: abdômen, pelve, frequência cardíaca em repouso (FCR).

- Convém considerar também os dados obtidos continuamente pelo professor, a partir de observações feitas que levem em conta os aspectos citados e outros que traduzem seu aproveitamento.

- Avaliar os novos alunos;

- Realizar reavaliação dos alunos frequentes;

- Aferir todos os progressos que o aluno alcançou, tais como mudanças de atitudes os avanços na sua capacidade de expressão oral ou na habilidade.





**2º Momento:** A avaliação será feita bimestralmente de forma progressiva e contínua levando em consideração as diferenças individuais, observando a disciplina, a postura, as habilidades e o desenvolvimento geral dos alunos no decorrer do tempo, até o final do ano. A avaliação será por métodos de observação direta, analisando o desempenho do aluno durante as atividades propostas.

**3º Momento:** A avaliação será realizada semestralmente, através de fichas próprias que constam parâmetros do aspecto motor, cognitivo e social.

Observação constante:

- da capacidade de realização dos exercícios,
- da capacidade de assimilação da ordem de comando,
- da postura correta na execução dos movimentos,
- do rendimento progressivo das capacidades físicas naturais,
- da integração aluno/professor/aluno.

Ao final, será feito um relatório, baseado no desempenho do aluno correspondente ao ano, pontuando as principais qualidades e dificuldades desenvolvidas nas aulas.

O importante dessas avaliações será o respeito à individualidade de cada aluno, avaliando anualmente seu desempenho com anos anteriores, e não com outras pessoas.

De acordo com os resultados nas avaliações, será trabalhado nas aulas de Educação Física, para que o aluno de continuidade ou melhore seu desempenho que foi avaliado.

- A avaliação tem como base a observação da participação dos alunos em suas atividades.

Quanto aos critérios utilizados, estes terão como base o grau de dificuldade de cada aluno.

-Esta avaliação será contínua e flexível, podendo ser reestruturada de acordo com as necessidades e do andamento de cada aluno.

### **8.1 – Educação Infantil:**

A avaliação deverá ser um processo contínuo realizado durante as aulas, observando e analisando a reação e progresso dos alunos nas atividades propostas. Tendo como referencia os seguintes aspectos:

- Participação;
- Respeito às regras e aos colegas;
- Ter equilíbrio estático e dinâmico;
- Saber atuar em duplas, pequenos e grandes grupos;
- Reconhecer e acompanhar diferentes ritmos através de palmas ou andando e correndo;
- Saber pegar, passar e lançar uma bola com as mãos;
- Conhecer rodas e brinquedos cantados;
- Ter hábitos;
- Ter hábitos de ordem e disciplina;
- Possuir hábitos de higiene pessoal e ambiente;



- Verificar o nível psicomotor em que se encontram os alunos, assim como o nível de compreensão das ordens pedidas e seu comportamento ao manusear pelo menos um material;
- Conhecer suas maneiras de proporcionalidade;
- Andar, correr e saltar com naturalidade;
- Executar exercícios por imitação;
- Através de exercícios, apresentar coordenação braços-pernas;
- Executar exercícios simples de ginástica;
- Executar movimentos de agilidade simples;
- Conhecer os segmentos corporais;
- Dominar satisfatoriamente o esquema corporal;

### **8.2 – Ensino Fundamental:**

A avaliação será contínua, levando em conta a participação do aluno nas atividades propostas, e o desenvolvimento em grupo, visando fornecer dados importantes para o ajustamento de suas ações educativas, como segue abaixo:

- Participação;
- Respeito às regras e aos colegas
- Ficha de cores: Cada aluno será avaliado semestralmente através de uma ficha que avalia as habilidades e atitudes com uma escala de cores;
- Medidas e testes: Este programa de avaliação visa ajudar o professor a analisar e compreender o aluno de forma individual e em grupo.
- Medidas: peso, estatura.
- Testes: impulsão vertical, impulsão horizontal e agilidade.

### **a) Educação de Jovens e Adultos:**

A avaliação será contínua, buscando compreender o progresso cognitivo dos alunos, que não apenas avalia individualmente o aluno, mas também o coletivo. A avaliação será a mais diversificada possível, envolvendo métodos que avaliem a participação e o cotidiano de cada um.

### **b) Formação Profissional:**

A avaliação será contínua levando em conta o desenvolvimento do grupo e a participação do aluno nas atividades, finalizando fornecer dados importantes para um melhor ajustamento de suas ações na sociedade.

### **8.3 – Autismo; 8.4 – Alfabetização para deficientes auditivos; 8.5 - Oficinas terapêuticas.**

A avaliação será contínua, buscando compreender o progresso cognitivo dos alunos, que não apenas avalia individualmente o aluno, mas também o coletivo. A avaliação



será a mais diversificada possível, envolvendo métodos que avaliem a participação e o cotidiano de cada um. Finalizando fornecer dados importantes para um melhor ajustamento de suas ações na sociedade.

- Participação; Respeito às regras e aos colegas.

#### **8.6 – Centro Dia (Severos e Profundos):**

A avaliação será contínua, buscando compreender o progresso individual dos alunos, com enfoque na mobilidade física e na compreensão das atividades propostas.



## 9- Ficha de Avaliação:

### Avaliação – Educação Física

Data \_\_\_\_\_

Nome \_\_\_\_\_

Idade \_\_\_\_\_

Equilíbrio ( ) sim ( ) não ( ) em aquisição

Possui impulso vertical ( ) sim ( ) não ( ) em aquisição

Possui impulso horizontal ( ) sim ( ) não ( ) em aquisição

Orientação Espacial ( ) sim ( ) não ( ) em aquisição

Noções de agrupamento ( ) sim ( ) não ( ) em aquisição

Resistência ( ) sim ( ) não ( ) em aquisição

Apresenta comportamento de atenção e concentração ( ) sim ( ) não

Demonstra agilidade ( ) sim ( ) não

Age com auto confiança ( ) sim ( ) não

Apresenta postura correta ( ) sim ( ) não

Coordenação motora ( ) sim ( ) não ( ) em aquisição

Noção de lateralidade ( ) sim ( ) não ( ) em aquisição

Destreza ( ) sim ( ) não

Peso;..... Altura.....

OBSERVAÇÃO: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





**Domina conceito básico de espaço em relação à:**

- ( ) Posição;
- ( ) Direção;
- ( ) Fila;
- ( ) Fileira;
- ( ) Domina conceitos básicos e brincadeiras de rodas;
- ( ) Contorna seguindo a linha da roda;
- ( ) Abre e fecha roda;
- ( ) Gira para os lados;
- ( ) Gira em torno de si no lugar;
- ( ) Sabe posicionar-se

**Em relação a musicalização:**

- ( ) Marca o ritmo com o próprio corpo;
- ( ) Descobre sons por intermédio da percussão corporal
- ( ) Descobre sons existentes em ambientes próximos;
- ( ) Descobre sons existentes em ambientes distantes;
- ( ) Canta canções diversas;
- ( ) Acompanha, vocalizando ou não , as melodias com o corpo em harmonia;
- ( ) Cria e pratica atividades originais relacionadas aos movimentos corporais;
- ( ) Cria sons originais;
- ( ) Cria e pratica dramatizações originais;
- ( ) Manuseia e toca instrumentos de bandinha;
- ( ) Reproduz o sons que houve no silencio;
- ( ) É capaz de imitar batidas rítmicas;
- ( ) Entende o significado das letras de cantigas;
- ( ) Associa cantigas ao desenho;
- ( ) Distingue sons fortes e fracos;
- ( ) Distingue sons rápidos e lentos;
- ( ) Distingue sons únicos e coletivos;
- ( ) Executa movimentos que exigem atenção e memória (coreografia);
- ( ) É capaz de escolher musica ou atividades que lhe agradam;
- ( ) Associa o gesto a letra da canção;
- ( ) Usa expressão facial nas cantigas e dramatizações.



## Ficha de Avaliação

Ficha Descritiva

EDUCAÇÃO INFANTIL

Nome: \_\_\_\_\_ Data de Nascimento: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ .

### EDUCAÇÃO INFANTIL

Nome: \_\_\_\_\_ Data de Nascimento: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ .

Legenda	Conceitos	Menções	Definições Operacional			
Realiza – (R)	Excelente	A	O aluno atingiu plenamente todos os objetivos			
Em Aquisição – (EA)	Bom	B	O aluno atingiu todos os objetivos			
Não Realiza – (NR)	Satisfatório	C	O aluno atingiu os objetivos essenciais			
Não trabalhado – (NT)	Sofrível	D	O aluno atingiu parte dos objetivos essenciais			
	Insatisfatório	E	O aluno não atingiu os objetivos essenciais			
<b>MENÇÕES OU NOTAS</b>						
Componentes Curriculares		1º	2º	3º	4º	MF
Educação Física						
Dias Letivos						
Faltas do aluno						



		Bimestres			
		1º	2º	3º	4º
Coordenação	Segura objetos, aproximando, afastando e soltando				
	Afasta ou aproxima objetos com os pés				
	Caminha livremente				
	Equilibra-se com objetos sobre a cabeça				
	Atende ao comando das atividades				
	Caminha sobre linhas fechadas, traçadas no chão				
	Caminha seguindo instruções: por dentro, por fora				
	Passa entre duas colunas paralelas de cadeiras sem tocá-la				
	Brinca de passa pelo túnel				
	Apresenta comportamento de atenção e concentração				
	Domina noções de lateralidade				
	Apresenta coordenação de movimentos				
	Atua no ritmo grupal				

Esquema Corporal	Identifica e aponta a cabeça				
	Identifica e aponta o tronco				
	Identifica e aponta os braços				
	Identifica e aponta as pernas				
	Identifica e aponta os pés				
	Identifica e aponta as mãos				
	Identifica e aponta a boca				
	Identifica e aponta os olhos				
	Identifica e aponta os dentes				
	Identifica e aponta os ouvidos				
	Reproduz imitando os movimentos do professor				
	Participa dos exercícios de relaxamento				
	Deita-se no solo: rastejando utilizando braços e pernas				
	Desloca-se engatinhando com as mãos e os pés no solo, sem todas direções				





Esquema Corporal (cont.)	Chuta bola comum dos pés e depois com o outro				
	O aluno copia os movimentos do professor				
	O aluno movimentar os braços no ritmo da música				
	O aluno movimentar as pernas e tronco no ritmo da música				
	O aluno realiza exercícios de coordenação em multimembros				
	O aluno cria novos movimentos na coreografia				
	O aluno interessa-se por atividades de expressão corporal				
	O aluno consegue desenvolver movimentos coreografados nos três planos				
Esquema Temporal	Anda para frente e para trás				
	Anda por cima de linhas retas e curvas				
	Anda por cima e por baixo do banco ou banco sueco				
	Lança bola ao seu colega				
	Corre passando dentro dos arcos				
	Transpõe obstáculos espalhados no solo				
	Salta cordas estendidas				
	Lança a bola procurando acertar em alvos determinados				
	Engatinha empurrando a bola com o corpo				
	Roda arco ou pneu no solo, correndo, sem perder o seu controle				
	Anda de bicicleta sem ajuda				
	Executa o circuito completo com a bicicleta				
Higiene Pessoal	Anda para frente e para trás				
	Anda por cima de linhas retas e curvas				
	Anda por cima e por baixo do banco ou banco sueco				
	Lança bola ao seu colega				
	Corre passando dentro dos arcos				
	Transpõe obstáculos espalhados no solo				
	Salta cordas estendidas				
	Lança a bola procurando acertar em alvos determinados				
	Engatinha empurrando a bola com o corpo				
	Roda arco ou pneu no solo, correndo, sem perder o seu controle				
	Anda de bicicleta sem ajuda				
	Executa o circuito completo com a bicicleta				



## ENSINO FUNDAMENTAL

### Ficha Descritiva

**Nome:** \_\_\_\_\_ **Data de Nascimento:** \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ .

Legenda	Conceitos	Menções	Definições Operacional			
Realiza – (R)	Excelente	A	O aluno atingiu plenamente todos os objetivos			
Em Aquisição – (EA)	Bom	B	O aluno atingiu todos os objetivos			
Não Realiza – (NR)	Satisfatório	C	O aluno atingiu os objetivos essenciais			
Não trabalhado – (NT)	Sofrível	D	O aluno atingiu parte dos objetivos essenciais			
	Insatisfatório	E	O aluno não atingiu os objetivos essenciais			
<b>MENÇÕES OU NOTAS</b>						
Componentes Curriculares	1º	2º	3º	4º	MF	
Educação Física						
Dias Letivos						
Faltas do aluno						



		Bimestres			
		1º	2º	3º	4º
Coordenação	Realiza apreensão e soltura de objetos				
	Afasta ou aproxima objetos com os pés				
	Caminha livremente				
	Tenta se equilibrar com objetos sobre a cabeça				
	Atende ao comando das atividades				
	Caminha sobre linhas fechadas, traçadas no chão				
	Caminha seguindo instruções: por dentro, por fora e por cima				
	Caminha deslocando-se entre colunas de cadeiras sem tocá-las				
	Apresenta comportamento de atenção e concentração				
	Domina noções de lateralidade				
	Apresenta coordenação de movimentos				
	Atua no ritmo grupal				
	Realiza atividade com satisfação				

Esquema Corporal	Localiza objetos em relação, dizendo se está: à frente, atrás, perto, longe, acima, abaixo, à esquerda, à direita, ao lado				
	Atua nas atividades de relaxamento				
	Corre para frente elevando os joelhos alternados				
	Corre para frente elevando os calcanhares no glúteo alternadamente				
	Realiza a respiração pelo nariz e solta o ar pela boca				
	Corre livremente em qualquer direção movimentando partes do corpo solicitadas pelo professor: cabeça, braços e etc . . .				
	Aponta e nomeia partes do corpo				
	Rasteja utilizando braços e pernas				
	Anda na ponta dos pés				
	Anda ou corre nos calcanhares				
	Desloca-se pelos bambolês				
	Salta linhas riscadas no solo				



Esquema Corporal (cont.)	Caminha equilibrando algum objetos na cabeça ou nas mãos				
	Identifica e aponta tronco e membros				
	Reproduz imitando os movimentos dos amigos de sala				
	Participa dos exercícios de relaxamento				
	Desloca-se engatinhando com as mãos e os pés no solo, em todas direções				
	Deita-se no solo: rastejando utilizando braços e pernas				
	Chuta bola ora com o pé direito, depois com o esquerdo				
	O aluno copia os movimentos do professor				
	O aluno movimenta os braços no ritmo da música				
	O aluno movimenta as pernas e tronco no ritmo da música				
	O aluno realiza exercícios de coordenação em multimembros				
	O aluno cria novos movimentos na coreografia				
	O aluno interessa-se por atividades de expressão corporal				
	O aluno consegue desenvolver movimentos coreografados nos três planos				
Habilidades de Basquete	Conhece as regras básicas				
	Participa de jogos				
	Realiza manejo do corpo				
	Realiza controle da bola				
	Realiza passes e recepções sem deslocamento				
	Realiza passes e recepções com deslocamento				
	Caminha executando dribles (batidas de bola ao solo)				
	Executa arremessos de dois pontos				
	Realiza bandejas de frente				
	Realiza bandejas em diagonal				
	Posiciona-se para pegar o rebote				
	Corre 50 metros entre as raia				
	Corre 100 metros entre as raia				
	Executa saltos em progressão (canguru)				
	Realiza saltos de cócoras (rã)				
	Saltos em progressão com impulso em um dos pés estendidos com outra perna flexionada				
	Executa o arremesso de peso em três processos (passos)				
	Realiza o arremesso de pelota em três processos (passos)				



Higiene Pessoal	Lava a cabeça sem auxílio				
	Ensaboa e enxágua o tronco sem auxílio				
	Ensaboa e enxágua os braços sem auxílio				
	Ensaboa e enxágua as mãos sem auxílio				
	Ensaboa e enxágua o rosto sem auxílio				
	Ensaboa e enxágua as pernas sem auxílio				
	Ensaboa e enxágua os pés sem auxílio				
	Ensaboa e enxágua o bumbum e partes íntimas				
	O aluno apresenta-se nas aulas com unhas das mãos e pés limpas e cortadas				
	Quando utiliza o sanitário se limpa sem auxílio				
	Quando utiliza o sanitário da descarga e lava as mãos				
	Veste-se sozinho				
	Tira sem auxílio a camiseta antes de tomar banho				
	Tira sem auxílio calças ou bermudas antes de tomar banho				
	Tira o tênis e meia sem auxílio				
	Após tomar banho seca-se sem auxílio				
	Após tomar banho veste a camiseta sem auxílio				
	Após tomar banho veste a sua roupa sem auxílio				
Penteia seu cabelo sozinho					



## Protocolo de Avaliação

### Instrumento de registro e observação de dados.

Registrado em \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_

#### Elementos de identificação:

Nome: \_\_\_\_\_

Turma ou equipe : \_\_\_\_\_

Idade cronológica: \_\_\_\_\_

### Avaliação do Desenvolvimento Sensoriomotor

#### 1- Esquema Corporal

- 1.1 – imagem do corpo
- 1.2 – localização das partes do corpo
- 1.3 – reconhecimento das funções do corpo
- 1.4 – registro do corpo (desenho)

#### 2 – Percepção Visual

- 2.1 – fixa objeto com o olhar
- 2.2 – move a cabeça para observar
- 2.3 – distingue cores
- 2.4 – quais
- 2.5 – distingue formas
- 2.6- quais
- 2.7 – reconhece figura / fundo
- 2.8 – tem constancia de percepção através da observação

#### 3- Discriminação Tátil:

- 3.1 – dor
- 3.2 – tato
- 3.3 – tamanho
- 3.4 – temperatura
- 3.5 – forma
- 3.6 – espessura

#### 4 – Discriminação Auditiva

- 4.1 – Som do Carro
- 4.2 – Chocalho



4.3 – apito

4.4 – animais

4.5 – outros

5 – Discriminação Gustativa

5.1- Doce

5.2 – amargo

5.3 – azedo

5.4 - outros

## **6 – Orientação Espacial**

6.1 - frente

6.2- atrás

6.3 – lado direito

6.4 – lado esquerdo

6.5 – em cima

6.6- abaixo

6.7 – fora

6.8 – dentro

6.9 – longe

6.10 – perto

## **7- Orientação Temporal**

7.1 – ontem

7.2 – amanhã

7.3 – depois

7.4 – hoje

7.5 – antes

## **8 – Lateralidade**

8.1 –mão (d) (e) (i)

8.2 – olho (d) (e) (i)

8.3 – ouvido (d) (e) (i)

8.4 – pé (d) (e) (i)

Onde: d = direito , e = esquerdo , i = indefinido

**Observador** \_\_\_\_\_



## **Avaliação de Movimentos Básicos**

**Idade:** \_\_\_\_\_ **data avaliação:** \_\_\_\_\_

**Nome** \_\_\_\_\_

**Observe nas opções abaixo:**

**(a) o nível de movimento que ele se encontra:**

**(b) como eles se apresentam:**

- 1- sentar sozinho
- 2- arrastar
- 3- engatinhar
- 4- ficar de pé
- 5- dar os primeiros passos
- 6- andar
- 7- andar acelerado e com equilíbrio
- 8 - correr
- 9 - subir
- 10- saltar





### **Como observar o Comportamento Neuromotor**

- 0 = Não consegue realizar a atividade proposta.
- 1 = realiza a atividade de forma incompleta, demonstrando muita dificuldade devido a limitações de movimento
- 2 = realiza a atividade de forma completa, demonstra dificuldades e utiliza adaptações para concluí-la
- 3 = realiza a atividade de forma completa; não demonstra dificuldade e utiliza adaptações para concluí-la;
- 4= realiza a atividade proposta de forma completa, através de seus gestos naturais de movimento, embora demonstre desempenho regular;
- 5= realiza a atividade proposta de forma completa, com bom desempenho , conforme o solicitado;
- 6= demonstra habilidades ao realizar seus movimentos motores e esportivos.

### **Como observar o comportamento interpretativo**

- 0 = Não demonstra reações quando da exposições de uma atividade;
- 1 = ele explora o ambiente da aprendizagem;
- 2 = ele é capaz de descobrir as possibilidades de realização de uma atividade, embora demonstre muitos erros ao fazer;
- 3 = demonstra ter uma idéia mais clara e entende a significação do que pretende fazer. Os erros tendem a diminuir;
- 4= demonstra ter conhecimento do que faz; adquire um certo grau de automatismo, e pode criar sobre o ambiente;
- 5 = ele é capaz de formar opinião ou juízo crítico sobre a atividade e seu ambiente

### **Como observar o comportamento afetivo**

- 0 = Não parece demonstrar atenção a estímulos e fenômenos externos;
- 1= esta disposto a acolher certos fenômenos e estímulos ou prestar atenção a eles. Requer percepção e determinado controle de atenção;
- 2 = não parece estar somente atento para um fenômeno, mas também motivado. Presta atenção e pretende fazer alguma coisa com o fenômeno;
- 3 = aparenta um comportamento particular com uma certa quantidade de emoção e entusiasmo;
- 4 = internaliza valores e os organiza num sistema de inter-relações;
- 5 = demonstra comportamento adequado e apropriado na relação social.



## Planilha de Avaliação: Protocolo utilizado: método falkner

Nome:

Data:   
 Data nascimento:   
 Idade:  0,0 anos

Peso:   
 Estatura:

### FCR:

### DC:

Tríceps:  mm \*  
 Escapular:  mm \*  
 Suprailíaca:  mm \*  
 Abdominal:  mm \*

### Falkner

% Gordura:  %      peso gordura  0,0 kg  
 % Livre Gord:  %  
 % Ideal Gord:  %      peso magro  0,0 kg  
 % Gord sobra:  %

O percentual de gordura está  abaixo do % ideal de gordura neste momento.

### Perímetros:

Pelve  cm  
 Abdomen  cm

Peso Ideal:  0,0 kg



Observações:  FISIOTERAPIA

PRESSÃO ARTERIAL:

POSTURA DINAMICA:

POSTURA ESTATICA:

MUSCULATURA:

PATOLOGIA COLUNA:

LIMITAÇÕES ARTICULARES:

COORDENAÇÃO MOTORA GROSSA:

COORDENAÇÃO MOTORA FINA:

ATENDE ORDENS:

MARCHA:

DEFORMIDADES:

EQUILIBRIO:

CODIGO DO SUS:

CONCLUSÃO:



### **10 - Considerações**

As atividades didáticas que fazem uso do lúdico ajudam o educando a organizar-se de forma prazerosas, proporcionando-lhe momentos de análise, de lógica, de percepção sensorial, dentre outros aspectos.

O processo de aprender o mundo se dá pela curiosidade que impulsiona a pessoa para a descoberta e repetidas explorações.

A educação pelo lúdico, leva a uma aprendizagem espontânea, a um maior interesse e ao aumento da autoconfiança.



## II - PROJETOS ESPECIAIS

### 1- Introdução

A Educação Física é de suma importância para a vida de uma pessoa, e não se limita apenas em movimentos mecânicos, treinados, mas também em movimentos espontâneos possibilitando ao aluno descobrir como estes movimentos dão prazer ao fazê-lo.

Dentro de uma aula de Educação Física a pessoa se depara com várias situações que geram desafios e desequilíbrios onde o professor auxiliará este aluno a transpor estes obstáculos e com isso ensinando a autoconfiança.

Dentro dessas oportunidades não podemos negar o fato histórico a corporeidade humana, a infinidade de gestos, expressões, movimentos que os seres humanos foram e serão capazes de realizar, originando jogos, brincadeiras, danças, esportes, lutas, diferentes formas de ginástica e constituindo desta forma o verdadeiro patrimônio lúdico da humanidade.

Uma escola sem Educação Física, com certeza não estará propiciando ao seu aluno uma vida saudável tanto Intelectualmente como corporalmente.

A sistemática desses conteúdos, que são representados por ginástica, jogos, danças e esportes, devem considerar ainda as características como: maturação, diferenças individuais, necessidades e o interesse dos alunos, sendo desenvolvida em um ambiente lúdico, onde a liberdade de expressão, a oportunidade de reflexão, discussão e questionamento de maneira que os trabalhos em equipe estejam garantidas, e que o aluno possa, por meio de movimento, se relacionar com seu próprio corpo, com o outro e com o meio social.

Este documento vem sistematizar situações de ensino e aprendizagem para garantir aos educandos, acesso a conhecimentos práticos e conceituais, oportunizando a todos os alunos independentes de suas condições biopsicosociais, o desenvolvimento de suas potencialidades de forma democrática e não seletiva, visando seu aprimoramento como seres humanos.

Praticado de forma bem orientada os desportos desenvolvem a coordenação, a agilidade, a velocidade, precisão, integração e socialização. Exige preparação física eficiente e reflexos rápidos e seguros, melhorando a resistência orgânica.

Oportunizar o acesso e a participação efetiva de todos os alunos nas atividades inerentes à Educação Física considerando o processo de valorização e preservação do homem em todas as suas dimensões e do meio ambiente.



## **2- Público alvo:**

Direto: Alunos matriculados na Instituição Apae, com apresentação de atestado médico, avaliação física e postural, e com predisposição e interesse no desenvolvimento das diversas modalidades.

Indiretos: Diretoria Escolar, Professores, Corpo Técnico, Familiares.



### **3- Projetos:**

- 1- Natação/Hidroginástica**
- 2- Atletismo**
- 3- Expressão Corporal e Dança**
- 4- Futsal/Futebol de Campo/Vôlei Adaptado/Basquete/Handebol**
- 5- Jogos de Salão: Dama/Dominó/Tênis de Mesa**
- 6- Ginástica Olímpica e Artística**
- 7- Musculação**
- 8- Equoterapia**
- 9- Qualidade de Vida**



## **4- Justificativa:**

### **4.1 - Natação / Hidroginástica:**

Através de observações se faz necessário um trabalho que vise à redução de alunos obesos, estressados, depressivos, com hipertensão arterial e alunos mais comprometidos.

É a atividade física mais completa, pois envolve o aparelho respiratório, circulatório, muscular, enfim, trabalha-se todo corpo ao mesmo tempo.

Alguns especialistas afirmam que a criança só aprende a nadar após os dois anos de idade, antes disso os seus movimentos são apenas reflexos, e que a natação na primeira infância é aplicada para desenvolver a capacidade respiratória e psicomotora.

Se desde cedo o aluno é submetido a mudança de temperaturas, sua capacidade de desenvolver anticorpos aumenta, favorece sua resistência e deixa o sistema imunológico mais fortalecido.

A natação melhora a psicomotricidade por ser a água um elemento facilitador na descoberta do corpo em ação. No caso do aluno alérgico, com tendências à bronquite ou rinite, a natação é altamente recomendada, pois ensinará a ele respirar melhor e desenvolver o tônus muscular.

Além disso, a natação estimula o desenvolvimento neurológico do aluno, a coordenação motora, fortalece sua autoconfiança, consome muita energia e, como consequência, abre o apetite e proporciona um sono mais leve, além de ser uma ótima opção de lazer para pais e filhos.

O exercício na água sendo a natação ou a hidroginástica vem muito de encontro com as necessidades dos educando de uma escola especial como a APAE, já que o meio líquido é basicamente agradável e lúdico, ainda mais se for aquecido. O exercício realizado dentro da água traz muitos benefícios, como por exemplo, a redução de impacto em 90%, já que a água nos deixa mais leves, o que é muito interessante, pois minimiza o impacto das articulações e evita lesões principalmente dos alunos obesos.

Na verdade não existem grandes diferenças entre a natação convencional e a adaptada, pois só existe uma natação a qual se define como a capacidade de se locomover sob e sobre a água de forma segura e independente de acordo com suas potencialidade, respeitando suas limitações. Natural que isto vale também para as pessoas em condições de deficiência.

Porem, não podemos ignorar alguns pontos que devem ser observados, tais como:

- Determinarmos claramente se o objetivo específico desse trabalho é de caráter terapêutico, educacional, ou competitivo (naturalmente que não são excludentes entre si);
- Levamos em consideração a variedade de seqüelas apresentadas pelos vários tipos de deficiências;
- Ter conhecimento sobre a deficiência apresentada (causa, consequência e implicações);



- Realizar uma avaliação individual do aluno considerando suas potencialidades e limitações individuais e não se guiar somente pelas características gerais ou medicas das deficiências;
- Conhecer e observar os exercícios que podem oferecer riscos para certos tipos de deficiências;
- Naturalmente conhecer os processos pedagógicos de ensino da natação;
- Ter conhecimento da importância do trabalho interdisciplinar;
- Ter o conhecimento dos efeitos terapêuticos e efeitos da água sobre o organismo;
- Ter conhecimento das normas de segurança em uma aula de natação.

Estas são algumas considerações a serem levadas em conta na elaboração e desenvolvimento de um projeto de natação com as pessoas em condições de deficiência, pois na realidade não existe receitas, uma vez que cada um possui potencialidades, limitações e particularidades individuais que nunca podemos esquecer, e a metodologia correta é aquela que se ajusta as necessidades do aluno, mas de uma forma geral segue os mesmos princípios pedagógicos que adotamos em outra situação de ensino e aprendizagem da natação.

A natação proporciona sensação de relaxamento muscular, melhora na qualidade do sono, promove aumento do apetite, desenvolvimento psicomotor. O aluno recebe estímulos através de atividades que trabalham seu equilíbrio, noção corporal, noção temporal, deslocamento, além de diversas posturas.

As atividades lúdicas nas aulas de natação motiva a relação pedagógica, subentendendo-se que nessa relação existe um adulto que pode se permitir brincar com o aluno por meio da fantasia, da musica, das historias contadas, das dramatizações e dos jogos cooperativos.

O lúdico na relação pedagógica em meio liquido alcança uma dimensão humana que vai além do simples entretenimento ou como recompensa por cumprimento de tarefas durante as aulas de natação, ele possibilita revelar emoções e sensações, assim como aspectos relacionados á afetividade.

Desta forma, a atividade que provoca prazer, satisfação, liberação de sensações e emoções positivas, pode representar um forte diferencial nas experiências vivenciadas em meio liquido, assim como, um fator catalisador de estilos de vida ativos e saudáveis.

#### **4.2 - Atletismo:**

É uma atividade necessária, que visa a socialização, a tolerância, a frustração (derrota, espírito competitivo), a atividade física auxiliando na prevenção de doenças e melhoria na qualidade de vida física e intelectual.

#### **4.3 – Expressão Corporal e Dança:**

É uma atividade física complementar, pois visa a saúde, habilidades, estimulação do coração, pulmões, músculos, coordenação motora, equilíbrio, lateralidade, desenvoltura, enfim,





uma modalidade anti-stress, que também previne doenças crônicas e melhora vários aspectos da deficiência intelectual;

#### **4.4 - Futsal/Futebol de Campo/Vôlei Adaptado/Basquete/Handebol:**

Estas modalidades esportivas possibilitam aos alunos colocar suas potencialidades através de suas habilidades motoras e intelectuais vivenciando dentro do grupo as diversas situações que apresentam momentos de vitórias e derrotas, construindo o saber lidar com suas conquistas e fracassos.

A competição dentro da vida do ser humano é de fundamental importância desde que o professor se posicione de forma que isso não seja regra e não decepcione o aluno quando perder algum jogo.

#### **4.5 – Jogos de Salão: Dama/Dominó/Tênis de Mesa:**

A fim de que possamos oportunizar uma diversidade de experiências para nosso educando, a escola precisa manter formas de aprendizagens que predisponha o aluno à curiosidade e à construção de idéias, a fim de explorar ao máximo seu potencial.

#### **4.6 – Ginástica Olímpica e Artística:**

Pretende-se através desse projeto: Dentro de uma seqüência pedagógica de acordo com as estruturas psicomotora e capacidades físicas dos alunos(as), promover o bem estar, o desenvolvimento, a experimentação do educando do esporte em si.

#### **4.7 - Musculação:**

A musculação é importante para que os principais grupos musculares estejam preparados para o dia a dia da pessoa, fortalecendo-os.

Um aspecto característico da musculação é sua aplicação como coadjuvante no processo de identificação e tratamento, visando a correção de problemas de postura, e ou estruturas corporais deficitárias, observadas por meio da escoliose, cifose e lordose acentuadas, que em vários aspectos são agravadas pela pouca mobilidade articular, encurtamentos de cadeias musculares, falta de força e por um volume de massa muscular pouco suficiente. Estas doenças muitas vezes desenvolvem-se durante a infância e adolescência e só serão diagnosticadas muito tarde, na idade adulta ou avançada. Mesmo após anos de inatividade do indivíduo, conseguimos elevar o estado de condicionamento físico e melhorar a qualidade de vida, inclusive de pacientes com doenças crônicas e incuráveis, por meio da atividade física e musculação.



#### **4.8 - Equoterapia:**

É sabido que cada indivíduo, com deficiência e/ou com necessidades especiais, tem o seu "perfil", o que o torna único. Isto evidencia a necessidade de formular programas individualizados, que levem em consideração as demandas daquele indivíduo, naquela determinada fase de seu processo evolutivo. Sendo assim a equoterapia trabalha não somente o físico, mas também a mente, um excelente método para quem apresenta dificuldade de aprendizagem escolar. Afinal, montar à cavalo é um prazeroso processo de aplicação dos melhores exercícios motores e psicomotores, além de proporcionar sensação de independência, o que estimula a auto-estima e auto-confiança.

#### **4.9 – Qualidade de Vida:**

Qualidade de vida é um tema que tem sido discutido por estudiosos de diferentes áreas do conhecimento e veiculada pelos meios de comunicação como tópico crucial para a vida das pessoas. Buscar uma melhor qualidade de vida tem sido meta constante em empresas, escolas e na vida familiar. O avanço tecnológico e a mudança de hábitos trouxeram agilidade e transformação na forma de se relacionar dos seres humanos. Algumas vezes, as mudanças geraram melhoria na forma de fazer as coisas, mas em outros aspectos os indivíduos se sentem atropelados pelos eventos e desrespeitados enquanto seres humanos. Sendo assim, as ciências humanas e da saúde têm se mostrado atentas à valorização da vida de forma mais ampla e efetiva, se preocupando com o aumento da expectativa de vida, bem como com a melhoria da qualidade de vida e o nível de satisfação das pessoas.



## **5- Objetivos**

### **5.1 – Objetivo Geral:**

Desenvolver através da prática dos diferentes esportes a maior integração dos alunos, proporcionando-lhe saúde, aperfeiçoamento de habilidades e formação de cidadãos a nível competitivo.

Trabalhar em equipe, colaborando com os colegas, respeitando os adversários, sabendo ganhar e perder. Proporcionar saúde mental, equilíbrio emocional com exercícios específicos, benefícios fisiológicos mediante ao treinamento desportivo.

Aplicar fundamentos para aprendizagem do esporte, seguido das atividades sequenciais tendo como resultado a melhor integração durante os jogos ou competições entre as entidades.

Oferecer uma seqüência adequada e padronizada para a execução dos movimentos.

Favorecer o desenvolvimento global da pessoa com deficiência intelectual e sua integração na sociedade através de uma prática esportiva adequada às suas necessidades especiais.

Estimular a participação de alunos, professores, diretores e famílias;

Proporcionar atividades que contribuam para o desenvolvimento psicomotor dos alunos.

Favorecer aos alunos a aquisição de experiências que venham enriquecer seus conhecimentos e facilitar a sua relação com o meio, desta forma contribuir para o exercício de sua cidadania;

Propiciar o intercâmbio técnico e de gestão entre professores e diretores, visando a valorização da educação física das instituições.

Treinamento constante, dentro das aulas de Educação Física ou em horário próprio, com o objetivo de preparar os alunos para participações em Torneios / Campeonatos.

Evidenciar os aprendizados e suas habilidades perante aos atletas com a mesma deficiência e também a sua performance;

Vivenciar a possibilidade de uma melhor qualidade de vida e o direito a participar em eventos esportivos de médio e alto rendimento

#### **5.1.1 - Natação/hidroginástica:**

- Adaptar-se ao meio líquido;
- Ampliar suas experiências motoras;
- Aumentar a amplitude articular;
- Auxiliar na recuperação de movimentos;
- Desenvolver força e resistência;
- Fortalecer os músculos;
- Melhorar a auto-estima;
- Melhorar o desempenho motor;



- Possibilitar a valorização da natação como esporte,
- Prevenir doenças;
- Proporcionar saúde física e intelectual;
- Recrear;
- Relaxar a musculatura;
- Estimular a socialização;
- Ter qualidade de vida;
- Compreender e utilizar adequadamente os ensinamentos aprendidos para a pratica da natação em suas horas de lazer durante a vida adulta;
- Reconhecer o seu papel nas atividades em grupo;
- Demonstrar atitude de solidariedade, cooperação e autonomia;
- Executar movimentos natatórios demonstrando uma serie de reflexos, comum na primeira infância;
- Facilitar o desenvolvimento sensório motor e desempenho dos órgãos sensoriais;
- **Hidroginástica:** Fortalecer e aumentar da resistência muscular, melhorando o condicionamento cardiorespiratório e cardiovascular, melhorar ou manter a amplitude dos movimentos procurando obter qualidade de vida.

#### **5.1.2 - Atletismo:**

- Fazer com que todos os participantes, não se sintam excluídos e que também são importantes.
- Desenvolver a modalidade Atletismo para criar estímulos para outros esportes;
- Desenvolver as qualidades físicas, como força, resistência, agilidade, velocidade, equilíbrio e flexibilidade.
- Favorecer a qualidade de vida;
- Melhorar a auto-estima;
- Participar de campeonatos internos e externos;
- Prevenir doenças;

#### **5.1.3 - Expressão Corporal e Dança:**

- Favorecer a qualidade de vida;
- Estimular a socialização;
- Trabalhar a coordenação motora; equilíbrio; lateralidade; desenvoltura (timidez melhorada);
- Prevenir vários tipos de doenças (obesidade, ansiedade, depressão, estresse, hipertensão arterial, entre outras.);
- Desenvolver a sensibilidade musical e rítmica do aluno para descobrir as possibilidades de estabelecimento de relações harmoniosas com e no meio em que vive criando identidade, integração resgatando valores de cidadania e tradição;



- Propor ao aluno atividades que desenvolvam o gosto e o prazer pelas atividades intelectuais e motoras;
- Favorecer a integração social;
- Desenvolver noções esportivas;
- Proporcionar aos alunos a oportunidade de integração do esporte as suas necessidades diárias;
- Reconhecer a atividade recreativa como um benefício a sua saúde e via de integração social;
- Possibilitar ao educando entrar em contato consigo mesmo e com os outros explorando todos os limites possíveis que lhes são oferecidos para sua realização pessoal.

#### **5.1.4 - Futsal / Futebol de Campo/Vôlei Adaptado/ Basquete/ Handebol :**

- Manter um corpo ativo e flexível, demonstrando atitudes de cooperação, participação e união;
- Proporcionar o aprendizado dos fundamentos através de treinos táticos e coletivos seguidos de correções e reforços positivos (feedback), com atividades de interação, coletividade e descontração;
- Formar equipes para participar de futuras competições e proporcionar aos alunos um maior contato com a modalidade esportiva, com isso trabalhando o condicionamento físico, fundamentos do jogo, coordenação motora, agilidade, flexibilidade e conhecimento sobre o esporte;
- Desenvolver o aspecto físico, Intelectual e social dos alunos, contribuindo para uma melhor formação de conceitos e imagem própria e conseqüentemente a sua aceitação na sociedade.

#### **5.1.5 - Jogos de Salão: Dama /Dominó/Tênis de Mesa:**

- Melhorar a concentração, atenção que a modalidade requer, conhecer as regras do jogo e formar uma equipe para disputar as competições;
- Executar atividades que contribuam à curto e longo prazo no desenvolvimento intelectual, na capacidade de memorização, assimilação e discernimento.

#### **5.1.6 - Ginástica Olímpica e Artística:**

- Melhorar a coordenação motora, agilidade, flexibilidade e conhecimento sobre o esporte;
- Desenvolver noções de lateralidade;
- Despertar o gosto por ginástica que desenvolva a coordenação, ritmo por meio de movimento combinados e diversificados;
- Estimular a expressão corporal;
- Dar oportunidade ao aluno de movimentos e descontração, alegria e prazer;
- Melhorar o sistema cardiorespiratório;
- Desenvolver o aspecto físico, Intelectual e social dos alunos, contribuindo para uma melhor formação de conceitos e imagem própria e conseqüentemente a sua aceitação na sociedade;



- Participar de diferentes atividades corporais, ser solidário, conhecer o esporte e valorizá-lo, conhecer algumas de suas possibilidades e limitações corporais de forma a estabelecer algumas metas pessoais.
- Proporcionar ao aluno conhecimento do seu próprio corpo, dos movimentos e de seus limites.

#### **5.1.7 - Musculação:**

- Aumentar a capacidade de raciocínio;
- Desenvolver a flexibilidade;
- Desenvolver as noções de grupo;
- Desenvolver noções de lateralidade;
- Desenvolver o condicionamento físico;
- Desenvolver a musculatura;
- Fortalecer os principais grupos musculares;
- Melhorar a coordenação motora;
- Melhorar o condicionamento cardiorespiratório.

#### **5.1.8 – Equoterapia:**

- Melhorar a coordenação motora dos membros inferiores e superiores de nossos alunos;

Os objetivos a serem alcançados, apresentam duas ênfases:

- a primeira, com intenções terapêuticas, utilizando técnicas que visem, principalmente, à reabilitação física e/ou Intelectual;
- a segunda, com fins educacionais e/ou sociais, com a aplicação de técnicas pedagógicas aliadas às terapêuticas, visando à integração ou reintegração sócio-familiar.

#### **5.1.9 – Qualidade de Vida :**

- Estar de bem consigo mesma, com a vida e com as pessoas queridas, enfim, estar em equilíbrio;
- Ter hábitos saudáveis, cuidados com o corpo, atenção para a qualidade dos seus relacionamentos, balanço entre vida pessoal e profissional, tempo para lazer, saúde espiritual, definir objetivos de vida e, o principal, sentir que tem controle sobre a própria vida;
- Desenvolver um padrão comportamental favorável à sua saúde e lutar para que as condições sociais e educacionais sejam favoráveis à qualidade de vida e à saúde de todos, certamente dará uma poderosa contribuição para que tenhamos uma população mais saudável, com vida mais longa e prazerosa.

#### **5.2 - Objetivo Específico:**

- Amenizar a deficiência, através do esporte, arte e cultura, facilitando o bem estar e a inclusão social da pessoa deficiente.



### **5.2.1 - Natação / hidroginástica**

- Adaptar-se ao meio líquido;
- Ajudar a evitar a depressão e o stress;
- Aumentar a capacidade pulmonar;
- Aumentar a eficiência dos grupos musculares e reduzir o risco de dores;
- Auxiliar na diminuição da gordura corporal, triglicérides e LDL;
- Auxiliar no aumento da auto-estima, HDL e massa óssea;
- Auxiliar no controle da pressão arterial;
- Conhecer fundamentos dos nados (crawl, costas, peito e borboleta);
- Conhecer melhor o aluno, e ajudá-la, se necessário, a resolver problemas particulares em seu meio familiar e social, e favorecer aos pais "a segurança". Aprender a nadar cedo, de forma autônoma, é uma prevenção vital na vida diária e, principalmente, em período de férias;
- Criar hábitos de prática regular, permite desenvolver todos os mecanismo fisiológicos: a capacidade pulmonar e o sistema cardiovascular;
- Desenvolver a s capacidades de familiarizar-se com o próprio corpo;
- Desenvolver atividades visuais e motoras;
- Desenvolver o interesse pela recreação;
- Deslocar-se progressivamente no espaço desenvolvendo atitudes de confiança nas próprias capacidades motora;
- Deslocar-se sobre a água de maneira segura, correta e prazerosa;
- Diminuir a tensão;
- Estimular de forma lúdica o desenvolvimento integral da criança;
- Explorar diferentes movimentos dentro da água através do lúdico;
- Explorar e utilizar os movimento de prensão e lançamento para o uso de objetos diversos;
- Ficar submerso realizando apnéia;
- Identificar e acompanhar os diferentes ritmos;
- Interagir com diferentes grupos reconhecendo e respeitando as regras;
- Levar ao aluno a adquirir noções e controle no meio líquido;
- Levar o aluno ao conhecimento de regras para que adquira técnica esportiva;
- Melhorar a postura;
- Melhorar as capacidades físicas; equilíbrio, coordenação motora, noção espacial e temporal e consciência corporal;
- Promover a manutenção e aprimoramento da saúde, cujos benefícios aumentam o fluxo sanguíneo;
- Proporcionar momentos de lazer e descontração;
- Realizar flutuação dorsal e frontal;
- Relaxar a musculatura;
- Trabalhar saída da borda em mergulho;



- Estimular a socialização;
- Tonificar a musculatura corporal;
- Prevenir contra problemas futuros como:
  - a) Desvios de coluna ,
  - b) Defeito dos pés
  - c) Problemas de circulação
  - d) Bronquite

### **5.2.2 - Atletismo:**

- Conhecer as regras oficiais do Atletismo;
- Conhecer técnicas e táticas das modalidades do atletismo;
- Desenvolver as qualidades físicas e técnicas através de atividades ligadas ao atletismo;
- Desenvolver o aumento da resistência e a melhora das funções cardiovasculares;
- Desenvolvimento de potências físicas que o próprio aluno desconhecia;
- Favorecer o espírito de companheirismo e a autoconfiança;
- Adquirir a habilidade básica, conduta social adequada, e o conhecimento funcional das regras que o capacite para participar com êxito nos eventos de pista e campo;
- Melhorar o condicionamento físico dos alunos na prática das demais modalidades;
- Propiciar a manutenção das qualidades psicomotoras e as habilidades motoras básicas;
- Vir a participar de competições e festivais desta modalidade;
- Vir a praticar satisfatoriamente o atletismo, desenvolvendo os fundamentos básicos.

### **5.2.3 - Expressão Corporal e Dança:**

- Estimular a compreensão e demonstração de coreografias;
- Criar situações de movimento corporal;
- Dar condições para que o aluno desenvolva o ritmo através de expressões comandadas e livres;
- Desenvolver a consciência corporal;
- Desenvolver a criatividade de movimentos e expressões corporal e facial;
- Desenvolver coordenação e diferenciar ritmos;
- Desenvolver no aluno habilidades para descontração corporal, com movimentos naturais;
- Desenvolver noções de espaço temporal e lateralidade;
- Explorar emoções e sentimentos através da música e coreografia;
- Favorecer a flexibilidade e amplitude da movimentação das articulações;
- Fazer com que o aluno desenvolva a psicomotricidade.
- Fazer com que o aluno localize as partes do corpo e adquira desenvoltura corporal;
- Estimular a memorização e seqüência dos movimentos;





- Representar com movimentos corporais, elementos do meio circundante, despertar o gosto por teatro, dança, dramatização, adquirir ritmos;
- Trabalhar auto-estima e socialização.
- Trabalhar exercícios regulares da dança (auxiliam no sono).

**Dança Terapêutica:** ampliar a consciência corporal, elevar a auto estima; proporcionar a reabilitação que lhe de condições de conviver e interagir com o meio social em que esta inserida; aliviar o stress emocional; combater problemas de ordem fisiológicos e posturais.

#### **5.2.4 - Futsal / Futebol de Campo/Vôlei Adaptado/ Basquete /Handebol:**

- Adquirir habilidades básicas, comportamento social apropriado, conhecimento funcional dos regulamentos que capacitem para participar com êxito no jogo regular ou modificado;
- Conhecer as regras da Modalidade a ser trabalhada;
- Desenvolver as qualidades físicas básicas, através dos treinamentos físicos, técnicos e táticos;
- Desenvolver o espírito de equipe, o trabalho em grupo, e a autoconfiança;
- Levar o aluno a conhecer as regras do jogo como: dimensões da quadra: marcação da quadra; área de meta; penalidade máxima; tiro livre sem barreira; zona de substituições de atletas; punição; equipamentos; arbitragem; duração da partida; bola em jogo e fora do jogo; bola de saída; contagem de tentos; faltas e incorreções (faltas técnicas, pessoais e disciplinares); tiros livres; faltas cumulativas; arremesso lateral e sua penalidade; arremesso de meta e sua penalidade, saques, bloqueios , rodízios, arremessos, sistema de jogo;
- Obter as técnicas do jogo, marcar jogos contra equipes locais, aperfeiçoar conhecimentos;
- Vir a jogar satisfatoriamente, desenvolvendo os fundamentos básicos do esporte.

#### **5.2.5 – Jogos de Salão: Dama/Dominó/Tênis de mesa:**

- Conhecer as regras de iniciação e aperfeiçoamento de cada modalidade;
- Desenvolver a auto-estima;
- Desenvolver a competitividade;
- Desenvolver o aluno a destreza, a flexibilidade e a agilidade;
- Levar o aluno a desenvolver a coordenação olho-mão;
- Obter as técnicas, conhecer regras, marcar jogos contra equipes, aperfeiçoar conhecimentos.

#### **5.2.6 - Ginástica Olímpica e Artística:**

- Adquirir destreza básica de ginástica, conduta social e apropriada e conhecimentos das regras que permitem participar em ginástica de forma segura , divertida e virtuosismo;
- Desenvolver o trabalho em grupo, executando as séries com no mínimo 06 combinações;
- Executar saltos sobre o plinto ou cavalo;



- Familiarizar o atleta com a totalidade dos movimentos corporais, desenvolvendo a coordenação de ambos os lados do corpo e acostumando com os aparelhos, usando boa postura corporal;
- Inicia-los em outros aparelhos;
- Preparar os alunos para competições e apresentações;
- Preparar os alunos para integrarem a turma de treinamento.

#### **5.2.7 – Musculação:**

- Aumentar a força muscular, a massa magra através do enrijecimento muscular;
- Aumentar a resistência do sistema imunológico, diminuindo o risco de infecções oportunistas;
- Diminuir o risco de problemas cardíacos; de hipertensão; de colesterol e diabete;
- Aumentar o gasto calórico total diário, reduzindo e controlando a quantidade de gordura corporal (desde que acompanhada de uma dieta adequada);
- Diminuir os quadros de depressão e angústia; o nível de ansiedade , refletindo em alguns dos problemas de obesidade;
- Melhorar a auto-imagem, o auto-conceito, a auto-estima, a socialização, os relacionamentos inter-pessoais e a qualidade do sono;
- Melhorar a capacidade de resposta muscular em situações de perigo devido ao melhor condicionamento físico;
- Melhorar a Flexibilidade e a Capacidade Aeróbica;
- Melhorar os aspectos cognitivos (atenção, concentração, memória e aprendizagem);
- Menor predisposição em desenvolver sintomas psicossomáticos, como úlceras psicogênicas, impotência, anovulação , etc...;
- Obter a sensação de tranqüilidade e bem-estar;

#### **5.2.8 – Equoterapia:**

- Melhorar o controle da cabeça e do tronco, melhorar o equilíbrio, facilitar a liberação de ajustes posturais antecipatórios, o controle postural, coordenação motora, estimulação para a marcha.
- Obter flexibilidade articular, regulação do tônus, tonificação muscular, educação ou reeducação postural e estimulação proprioceptiva.

#### **5.2.9 - Qualidade de Vida:**

- Alongar os músculos de membros inferiores e superiores;
- Combater as cardiopatias;
- Desenvolver a resistência do coração e pulmões;
- Desenvolver a resistência do coração e pulmões; Prevenir doenças relacionadas à obesidade; Ter a adaptação do organismo à situação de esforço; Fortalecer os ossos; tonificar os músculos;



combater as cardiopatias; melhorar a qualidade de vida; Queimar entre 80 a 100 kcal, pretendendo atingir no decorrer do programa a 300 kcal por sessão;

- Fortalecer diversos grupos musculares; reduzir o peso; combater problemas de ordem fisiológicos e posturais devido ao excesso de peso; elevar a auto-estima ( fator visual);
- Fortalecer os ossos;
- Levantar dados: altura, peso, I.M.C., pressão arterial;
- Melhorar a qualidade de vida;
- Prevenir doenças relacionadas à obesidade;
- Ter a adaptação do organismo à situação de esforço;
- Tonificar os músculos;

**Dança Terapêutica:** ampliar a consciência corporal, elevar a auto estima; proporcionar a reabilitação que lhe de condições de conviver e interagir com o meio social em que esta inserida; aliviar o stress emocional; combater problemas de ordem fisiológicos e posturais;

**Caminhar:** As atividades de natureza aeróbia realizadas com freqüência acionam o metabolismo das fontes energéticas representadas pelas reservas de gordura da própria pessoa, pois, melhoram o sistema circulatório, músculo esquelético e também aumentam a capacidade cardiovascular.

De acordo com Wilmore & Costil (apud Mauerberg-deCastro, 2005), " **a atividade física é importante para a perda quanto para a manutenção do peso, isso porque, além das calorias gastas durante o exercício, ocorre um gasto substancial de calorias durante o repouso.**"



## **6 - Metodologia:**

- Trabalhar as regras de cada modalidade específica,
- Utilização nos treinos e jogos dos equipamentos de cada esporte,
- Desenvolver atividades com a intenção de trabalhar as modalidades existentes nos jogos olímpicos,
- Jogos adaptados,
- Programas diversificados extra classe:
- Alongamento e relaxamento:
- Festival de Dança:
- Competição individual e em grupo:
- Proporcionar programas, que possibilitem a oportunidade dos alunos demonstrarem suas potencialidades, através de atividades lúdicas.
- Desenvolver práticas esportivas adequadas as suas necessidades especiais, visando competições locais, regionais, nacionais e até internacionais.
- Participar de atividades corporais, estabelecendo relações equilibradas e construtivas com os outros, reconhecendo e respeitando características físicas e de desempenho de si próprio e dos outros, sem discriminação por características físicas, sexuais ou sociais;
- Adotar dentro das atividades práticas da cultura corporal de movimento atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade, repudiando qualquer espécie de violência,
- Reconhecer-se como elemento integrante ao ambiente, adotando hábitos saudáveis de higiene, alimentação e atividades corporais, relacionando melhoria da saúde coletiva;
- Solucionar problemas de ordem corporal em diferentes contextos, regulando e dosando o espaço em um nível compatível com as possibilidades, considerando que o aperfeiçoamento e o desenvolvimento das competências corporais decorrem de perseverança e regularidade que devem ocorrer de modo saudável e equilibrado;
- Conhecer a diversidade de padrões de saúde, beleza e desempenho que existem nos diferentes grupos sociais, compreendendo sua inserção dentro da cultura em que são produzidos, analisando criticamente os padrões divulgados pela mídia e evitando o consumismo e o preconceito;
- Desempenhar de forma mais consciente sua motricidade por meio de uma imagem antecipatória dos movimentos em seqüência;
- Possibilitar através da pratica a aquisição inteligente de técnicas;
- Combinar movimentos fundamentais, melhorando a qualidade de execução;
- Desenvolvimento das aulas de Coordenação permitindo aumentar a capacidade de atenção e memória, e a ampliação das atividades cognitivas motoras;
- Dentro das aulas possibilitar o aluno a ter o domínio, interesse, criatividade e sociabilidade;
- Participação em diversos jogos, respeitando as regras e não discriminando os colegas;



- Conhecer, organizar e interferir no espaço de forma autônoma, bem como reivindicar locais adequados para promoção de atividades corporais e de lazer, reconhecendo-as como uma necessidade do ser humano e um direito do cidadão em busca de uma melhor qualidade de vida;
- Trabalhar e treinar modalidades esportivas diferenciadas;
- Trabalhar normas através das atividades físicas;
- Desenvolver método de condicionamento físico;
- Preparar fisicamente os alunos para a prática;
- Socializar os alunos através das atividades esportivas;
- Trabalhos individuais, duplas, trios e pequenos grupos;
- Realização de treinos de maneira lúdica e prazerosa duas vezes por semana. Proporcionar as alunas noções de regras e de espaço físico onde irão vivenciar o ganhar e o perder respeitando sempre as experiências vivenciadas no cotidiano de cada um.

### **6.1 - Natação/Hidroginástica:**

Faremos uso das atividades lúdicas através das brincadeiras, para num primeiro momento ensinar algumas regras que deverão ser adotadas por todos quando estivermos no ambiente onde se localiza a piscina, como por exemplo: não correr em volta da piscina; sempre sentar no chão e ir arrastando o bumbum, até chegar na borda e nunca chegar na piscina e pular.

O professor, entra na piscina e participa com os alunos das Atividades, neste caso, iremos acompanhá-los e não será permitida a presença de pais dentro da piscina.

Atrair o interesse dos alunos dentro d'água, criando um ambiente agradável e atraente aos olhos dos mesmos, deixando bem claro que o mais importante é que se acostume com o meio líquido antes de sair nadando.

Para a adaptação ao meio líquido, devemos passear com a mesma pela piscina, para que ela conheça o espaço e perca o medo da água. Poderemos evitar, por exemplo, que a mesma sinta medo quando seu rosto entrar em contato com a superfície da água, utilizando o lúdico, pois a brincadeira parece minimizar o medo, revelando emoções e sensações que esse contato possa gerar.

Nesse processo de ensino e aprendizagem, será observado o quanto os alunos estarão avançando na sua adaptação ao meio líquido e na assimilação das atividades propostas (respeitando as individualidades de cada um), para aos poucos avançarmos progressivamente nas etapas do ensino a natação.

Tomaremos alguns cuidados com todo o processo que envolve uma aula de natação, como por exemplo: observar se o local possui higiene adequada e o tratamento da água é constante; se a temperatura da água esta adequada (em torno de trinta graus); estar devidamente trajado para entrar na piscina (professores e alunos); deverá sempre estar



acompanhada de um adulto (professor) quando estiver dentro da água; manter toda atenção aos movimentos do aluno dentro da piscina, mesmo se ele estiver com bóia; ao fim da aula dar um banho e colocar roupas secas e deixar o ambiente pronto para que outros profissionais o utilizem.

- Exercício na barra;
- Movimentos corporais diversos através do lúdico;
- Exercícios: individual, em duplas e em grupo.
- Exercícios de: flexão, extensão, adução, abdução, elevação lateral, elevação frontal, (MS/MI) com auxílio da professora e a utilização de materiais flutuantes.
- Flutuação com auxílio da professora até conseguir independência no exercício;
- Relaxamento;
- Tapotagem;
- Exercício de MI utilizando a barra (água);
- Exercícios respiratórios podendo utilizar apoio da professora, barra, objetos que afundam e canudos;
- Deslizamentos utilizando pranchas, bóias e livre;
- Batimentos de pernas com e sem apoio;
- Braçadas com e sem auxílio das pranchas;
- Incentivar a movimentação do aluno na água utilizando bolas, tapetes flutuantes e objetos que afundam como estímulo;
- Brincadeiras com objetos que flutuem e afundem;
- Com auxílio da professora e materiais flutuantes conduzir a criança pela água em decúbito dorsal e frontal até que a mesma consiga equilíbrio e flutuação;
- Incentivar deslocar-se com movimentação de MI e MS;
- Soprar suas narinas e afunda realizando o submerso em apnéia;
- Exercício individuais, duplas e grupos utilizando bolas ( diferentes tamanhos), arcos flutuantes;
- Noções de corpo, cor, forma, e tamanho;
- Conceitos de igualdade (dentro,fora, em cima, embaixo, ao lado, em frente e atrás);
- Espelhos;
- Utilização de diversos brinquedos incentivando a criatividade, movimento e o lúdico;
- Circuito com diversas estações de exercícios de psicomotricidade podendo ou não utilizar materiais ( corda, patinete, Skate, cone, rampas, bolas, piscina de bolinhas, bastões, etc);
- Atividades aquáticas;
- Caminhada;
- Equilíbrio;



- Jogos recreativos;
- Lançamentos e encaixes;
- Dança;
- Ordem unida;
- Mímicas;
- Coordenação motora grossa e fina;
- Esquema corporal;
- Lateralidade;
- Orientação espacial;
- Coordenação Visio motora;
- Jogos pré – desportivos;
- Aula específica e pratica;
- Aulas de hidrogenástica;
- Manter-se de cúbito ventral ou dorsal, colocar-se em posturas de auto-sustentação, com movimentos combinados de braços e pernas;
- Aplicar atividades para o desempenho respiratório e utilização das raia para manter a direção;
- Através de musicalidade, o aluno realiza a seqüência de aula, respondendo com movimentos corporais;
- Uma vez por semana, atendimento grupal onde a mãe fica com o bebê;
- Adaptação ao meio líquido, com exercícios de auto-controle e equilíbrio
- Imersão completa mais prolongada;
- Respiração aquática;
- Educação respiratória;
- Respiração frontal;
- Respiração lateral;
- Respiração bilateral;
- Propulsão de pernas e braço;
- Mergulho elementar;
- Iniciação de nada Crawl
- **Iniciação aos estilos crawl e costa o aluno deverá ser capaz de:**
  - Executar a respiração inspirando pela boca e expirando pelo nariz;
  - Executar a flutuação em decúbito ventral de um lado a outro da piscina com auxílio do professor
  - Executar o trabalho de braço de crawl, parado, próximo a borda, sempre com os ombros no nível da água.
  - Executar o trabalho de braço de crawl andando com a água no nível dos ombros



- Idem ao anterior. Só que com o rosto dentro da água.
- Executar trabalho de coordenação de braço e perna sem respiração
- Executar a flutuação em decúbito dorsal com o auxílio do professor
- Executar sempre que possível, aumentando o grau de dificuldade.
- Executar a respiração parado segurando a prancha com um dos braços e o outro estendido para trás sempre com a água no nível dos ombros
- Idem ao trabalho anterior só que andando de um lado a outro, com o nível da água nos ombros.
- Executar o mesmo trabalho andando, só que acompanhado do braço direito ou esquerdo.
- Idem ao anterior só com coordenação dos braços com a respiração.
- Executar os trabalhos anteriores de respiração em conjunto com trabalho de perna (coordenação do estilo Crawl)
- Executar o trabalho de braço do costa parado já com o movimento de entrada e saída da água corretamente.
- Executar trabalho de coordenação do braço e perna do estilo costas.
- Boiar de barriga para cima e barriga para baixo
- Respiração
- Exercícios de perna na borda da piscina e com a prancha
- Trabalho de coordenação motora independente nos membros superiores e inferiores;
- Exercícios de braços com prancha
- Nado livre completo: forte e fraco
- Nado costa completo: forte e fraco

**OBS.-** Aumentar sempre que possível o grau de dificuldade dos educativos, respeitando sempre as dificuldades individuais de cada aluno

O primeiro passo da nossa seqüência pedagógica é a adaptação e o domínio do meio aquático. Nesse período, destacamos um ponto importante que é o momento no qual a criança estará adquirindo a confiança do professor naquele ambiente, permitindo-se reconhecer a piscina onde terá aula, e conscientizando-se das propriedades físicas da água: empuxo, densidade, pressão e resistência. Nesse momento, nós professores, devemos dar segurança aos alunos, despertando neles o desenvolvimento da consciência corporal e sabendo respeitar as diferenças que serão apresentadas de aluno para aluno.

Passando isso, a respiração será trabalhada, e nessa fase as diferenças entre a respiração habitual e a respiração realizada na atividade aquática serão percebidas mais claramente, até que os alunos assimilem os fluxos respiratórios, que será fundamental para darmos os primeiros passos do processo de ensino e aprendizagem.





Seguindo, a flutuação será desenvolvida. Iniciaremos da flutuação estática, com partes do corpo e depois o corpo inteiro até chegar na flutuação dinâmica, com exercícios de deslize visando a esse mesmo equilíbrio, porém em deslocamento.

Após a etapa da flutuação, desenvolveremos a propulsão de pernas, depois a propulsão de braços, a coordenação entre braços e pernas, a respiração específica, resultando no nado completo.

Utilizaremos de jogos simbólicos, de construção e brincadeiras cantadas, envolvendo os materiais disponíveis como bolas, bichinhos infláveis etc.

Participarão do projeto somente os alunos aptos a entrar na piscina, ou seja, não apresentarem piolhos, doenças de pele em geral, ou qualquer outra contra-indicação.

## **6.2 - Atletismo:**

- O projeto será desenvolvido semanalmente, com atividades dirigidas, teóricas e praticas, das modalidades específicas.
- Circuito de 30 Minutos; Aula com duração de 30 minutos; Exercícios utilizando: halteres, bastões, caneliras, cones, bamboles, aparelhos de ginástica ( esteira, step, mini cama elástica e bicicleta, bolas ( plástico, borracha, e medicine ball) e corda; Exercícios individual, duplas e grupos; Exercícios realizados em estações com duração de 2 minutos.
- Agilidade: Com bolas de borracha, arcos, atividades no colchonete, etc.
- Desenvolvimento de técnicas, de acordo com a modalidade. Tendo como objetivo constante desenvolvimento e melhora na qualidade de vida dos alunos, além de participar de competições dentro e fora do município.
- Alongamentos;
- Arremesso de dardo;
- Arremesso de peso - pelota;
- Caminhadas;
- Corrida curta e longa;
- Corridas: 50m/100m/4x50/4x100;
- Regras básicas;
- Salto em distancia e altura;
- Teoria do atletismo e de suas respectivas modalidades;
- Trabalho individual; duplas; trios e quadruplos;
- O atletismo desenvolve a capacidade física e intelectual através de atividades motoras, favorecendo assim a coordenação e adequação corporal;
- Organizar as turmas fazendo com que todos participem do treino proposto;
- Através de atividades ligadas a modalidade de atletismo, motivar a prática da Educação Física como instrumento de aprimoramento pessoal e atlético;
- Corrida adaptada.



### **6.3 - Expressão Corporal e Dança:**

- Alongamento coreográfico;
  - Alongamentos;
  - Apresentação de danças em datas comemorativas;
  - Atividades de expressão motora psíquica (sentimento/pensamento);
  - Atividades que envolvam exercício de: equilíbrio/coordenação/ espaço e tempo/flexibilidade;
  - Atividades que envolvam todas as partes do corpo através da dança e dramatização;
  - Aulas específicas de dança;
  - Aulas rítmicas;
  - Coreografias de músicas de diversos estilos, para auxiliar no desenvolvimento geral global;
- Após a formação de grupos de dança, fazer apresentações local e fora do município. Sempre na busca da igualdade de valores, elevando a alta estima dos alunos;
- Coreografias;
  - Dança espontânea;
  - Danças típicas;
  - Dinâmicas;
  - Estimular a criatividade do aluno onde o mesmo terá liberdade de criar e executar movimentos no ritmo da música;
  - Exercício de desenvoltura das capacidades naturais para mover-se e adquirir destreza ;
  - Exercícios de alongamento usando seqüência de movimentos e ritmos;
  - Exercícios preparatórios;
  - Movimentos de dança como: Ballet, Contemporânea, Street, Aeróbica, Jazz, Forró, axé e country, Frevo e Tarantela;
  - Noções de estilo de dança;
  - Orientações técnicas e didáticas;
  - Técnicas individuais e em grupos.

**Educação pelo movimento:** alongamentos; ginástica; aeróbicas; danças com pequenas coreografias;

- Esquema corporal: Andar, correr, saltos de várias formas, tocar o próprio corpo e do companheiro com várias partes do corpo, etc;
- Dança terapêutica: Massagem Sueca; Exercícios rítmicos com fortalecimento muscular; alongamentos; dança terapia;
- Peças teatrais: Aperfeiçoamento de técnicas, expressão corporal, interpretação e comunicação;
- Estimular com o programa de Teatro a capacidade artística através da interpretação, expressão, comunicação, estimulando o aprendizado, através de temas propostos para encenações;



- A dança na vida das crianças, serve para sua formação e integração social, porque a criança desenvolve os estímulos; Tátil, Visual, Auditivo, Afetivo, Cognitivo e Motor;
- Fanfarras: Oferece a atividade de fanfarras como recurso pedagógico, através de manipulações de instrumentos musicais favorecendo assim a coordenação, espírito de coletividade e união, consequentemente promovendo-a em eventos públicos.

#### **6.4 – Futsal/Futebol de Campo/Vôlei Adaptado/ Basquete/ Handebol:**

- Desenvolver as modalidades através de aulas práticas sobre regras, fundamentos, posicionamento, movimentação e tática;
- Promovendo jogos amistosos, à partir da formação de uma equipe base;
- Através de aulas práticas e expositivas, como também participar de competições adaptadas ou simplesmente assisti-las;
- Aprimoramento de técnicas e táticas da modalidade. Tendo como objetivo o constante desenvolvimento individual e coletivo, além de uma melhor qualidade de vida. Podendo participar de amistosos e competições dentro e fora do município;
- Passes: Em duplas e trios: parado e em movimento;
- Chutes a gol: bola parada e em movimento;
- Cobranças de laterais;
- Controle individual com bola, sem obstáculo e com obstáculo;
- Goleiro: reposição de bola e regras;
- Regras do jogo;
- Jogo coletivo com os atletas.

##### **a) Defesa:**

- Aprendizado da marcação individual – Quem acompanha quem na hora de defender;
- Princípios do conceito de cobertura – Estar atento no companheiro que é driblado;
- Marcação das bolas paradas (Falta, lateral, escanteio e saída de centro);
- Identificação do último homem - é o início da percepção do quanto é importante atacar pensando em defender;
- Bolas paradas, saber se colocar para defender as diversas jogadas de bola parada do adversário;
- Identificar as diferentes linhas de defesa de acordo com a linha da bola;
- Entender as variantes, bola, homem, espaço, quando a posse de bola está com o adversário;
- Aperfeiçoamento do sentido de cobertura (quem cobre quem de acordo com os setores vulneráveis);
- Saber que as linhas se alternam constantemente, de acordo com o ataque adversário e que esta deve sempre buscar o equilíbrio suficiente para tentar desarmar o adversário nos diferentes espaços de quadra.



**b) Ataque:**

- Noções de espaço e tempo;
- Diferentes tipos de passes;
- Jogadas combinadas com pouco tempo de execução;
- Os diversos posicionamentos em relação aos companheiros e adversários;
- Saber interpretar as ações de ataque do adversário (Sua forma de atacar);
- Desenvolver a capacidade física e intelectual através de atividades motoras, favorecendo além da coordenação motora global, o coletivismo;
- Composição das equipes;
- Substituições;
- Duração da partida;
- Faltas e punições;
- Expulsões;

<b>Etapas</b>	<b>Unidade Didática</b>	<b>Divisão da Matéria</b>
1ª Fevereiro Março Abril	Futsal  Regras e Fundamentos	- Preparação Física - Preparação Tática - Domínio de Bola, Passe, Drible e Chutes à gol.
2ª Maio Junho Julho	Futsal Fundamentos e Disposição Tática	- Reforço da Etapa Anterior - Cabeceio e Chutes de voleio e sem pulo. - Goleiro, Fixo, Alas e Pivô.
3ª Agosto Setembro	Futsal Fundamentos Sistemas de Ataque e Defesa	- Reforço das Etapas Anteriores. - Sistema: 2X2 - 3X1 - 1X3
4ª Outubro Novembro Dezembro	Futsal Aprimoramento Técnico Táticas de Jogo	- Reforço dos fundamentos. - Faltas, Laterais e Escanteios ensaiados. - Saídas de bola.



**Voleibol:**

- Saques;
- Toques por cima;
- Manchetes;
- Posicionamento em quadra;
- Altura de rede masculino e feminino;
- Composição das equipes;
- Posição de expectativa e deslocamentos;

**Handebol:**

- Manejo do corpo e controle de bola;
- Passes e recepção (com e sem deslocamento);
- Progressão com a bola;
- Arremessos (com ou sem progressão);
- Regras;
- Prática de jogo;

**Basquetebol:**

- Dribles;
- Saída de bola;
- Lances livres;
- Bandeja;
- Faltas;
- Formação das equipes;
- Duração dos jogos;
- Pontuações;
- Manejo do corpo e controle de bola;
- Passes e recepção;
- Progressão com a bola;
- Arremessos em suspensão;
- Rebote;
- Marcação;



<b>Etapas</b>	<b>Unidade Didática</b>	<b>Divisão da Matéria</b>
<b>1ª</b> <b>Fevereiro</b> <b>Março</b> <b>Abril</b>	- Regras e fundamentos	- Bola oficial, quadra de jogo. - Regras básicas - Recepção da bola - Passe e drible
<b>2ª</b> <b>Maio</b> <b>Junho</b> <b>Julho</b>	- Fundamentos e disposição tática.	- Reforço da Etapa anterior. - Drible alto e drible baixo. - Arremessos e rebote. - Armador, ala e pivô
<b>3ª</b> <b>Agosto</b> <b>Setembro</b>	- Fundamentos e sistemas de defesa e ataque	- Reforço da etapa anterior - Bandeja - Marcação por zona - Sistema 3 x 2
<b>4ª</b> <b>Outubro</b> <b>Novembro</b> <b>Dezembro</b>	Aprimoramento técnico e tático	- Reforço da etapa anterior - Contra – ataque - Saída de bola - Defesa: Pressão meia quadra.

## **6.5 – Jogos de Salão: Dama/ Dominó/Tênis de Mesa:**

### ***Tênis de Mesa:***

- Exercícios educativos sem bola com o sem espelho;
- Exercícios educativos com bola;
- Exercícios educativos de ataque e defesa;
- Exercícios educativos na parede;
- Regras do jogo;
- Jogo coletivo;
- trabalho individual;
- trabalho em duplas.
- A atividade de um jogador de tênis de mesa é caracterizada pela alta complexidade das técnicas de coordenação, pelo ritmo muito rápido, pela qualidade acumulativa/ explosiva de esforço físico, alta precisão e um amplo ponto de mira, para que a colocação das bolas seja realizada por toda área de jogo.
- reconhecimento da mesa, raquetes e bolinha;
- manipulação da raquete;



- saque;
- recepção;
- cortadas;

### 6.6 - Ginástica Olímpica e Artística:

- Através de aulas práticas e expositivas, como também participar de competições ou simplesmente assisti-las;
- Levar em conta o rendimento do aluno, sem exclusão do mesmo,
- O conhecimento do corpo (Lateralidade, coordenação motora, noção espacial, ritmo).
- Atividades rítmicas e expressivas (Danças e coreografias simples)

#### Ginástica no solo:

- Cambalhotas no solo;
- Roda;
- Rodante;
- Parada de mão e cabeça;
- Parada de mãos;
- Mergulhos;
- Seqüência de exercícios;

#### Ginástica Olímpica ( Treinamento):

<b>Etapas</b>	<b>Unidade Didática</b>	<b>Divisão da Matéria</b>
1ª Fevereiro Março Abril	Solo Posições fundamentais e Poses	- Rolamentos para frente e para trás, suas variantes. - Parada de dois e três apoios.
2ª Maio Junho Julho	Solo Salto Paralelas	- Reforço da etapa anterior. - Estrela e rodante. - Grupado e afastado. - Montagem de séries. - Entradas, caminhadas, poses, equilíbrio e saídas.
3ª <b>Agosto</b> <b>Setembro</b>	Solo Salto Barra fixa	- Reforço da etapa anterior. - Oitava e reversão. - Salto reversão - Montagem de séries. - Entrada, subida de oitava e Kippe do apoio frontal e subida.
4ª Outubro Novembro Dezembro	Solo Salto	- Reforço da etapas anteriores - Flic e mortal. - Exercício de força e equilíbrio. - Montagem de séries.



### **Ginástica Olímpica (Iniciação):**

<b>Etapas</b>	<b>Unidade Didática</b>	<b>Divisão da Matéria</b>
1ª Fevereiro Março Abril	- Rotações para frente e para trás. - Posições Corporais Básicas.	- Rolamentos para frente e para trás em várias situações, altura e velocidade. - Estendida, Grupada, Afastada e Carpada.
2ª Maio Junho Julho	- Solo: Situações Inabituais - Salto - Preparação Física Específica	- Vela - Parada de três apoios - Parada de Mãos - Grupado e Afastado - Abertura, Fechamento e Repulsão de braços e pernas.
3ª Agosto Setembro	Solo: Rolamentos Salto Barras Paralelas	- Rolamentos para frente e para trás: Grupado, afastado e carpado. - Reforço dos saltos: Grupado e afastado. - Entrada, caminhada e saída
4ª Outubro Novembro Dezembro	Solo Salto	- Salto e rolamento peixe - Ante salto, Estrela e Rodante

#### **6.7 - Musculação:**

Exercícios localizados com halteres e outros implementos, com objetivo de proporcionar uma maior resistência e força muscular.

#### **6.8 – Equoterapia:**

O atendimento equoterápico só poderá ser iniciado mediante parecer favorável em avaliação médica, psicológica e fisioterápica.

As atividades equoterápicas devem ser desenvolvidas por equipe multiprofissional com atuação interdisciplinar, que envolva o maior número possível de áreas profissionais nos campos da saúde, educação e equitação.

As sessões de equoterapia podem ser realizadas em grupo, porém o planejamento e o acompanhamento devem ser individualizados.

Hipoterapia: Programa essencialmente da área de saúde, voltado para as pessoas com deficiência física e/ou mental; é chamado em várias partes do mundo de hipoterapia; a ANDE-BRASIL também adota tal nome para este programa da Equoterapia. Neste caso o praticante não tem condições físicas e/ou mentais para se manter sozinho a cavalo. Portanto, não pratica equitação. Necessita de um auxiliar-guia para conduzir o cavalo. Na maioria dos casos, também do auxiliar lateral para mantê-lo montado, dando-lhe segurança. A ênfase das ações é dos profissionais da área de saúde, precisando, portanto, de um terapeuta ou mediador, a pé ou montado, para a execução dos exercícios programados. O cavalo é usado principalmente como instrumento cinesioterapêutico.





Programa Educação/ Reeducação: Este programa pode ser aplicado tanto na área de saúde quanto na de educação/reeducação.

Neste caso o praticante tem condições de exercer alguma atuação sobre o cavalo e pode até conduzi-lo, dependendo em menor grau do auxiliar-guia e do auxiliar lateral.

A ação dos profissionais de equitação tem mais intensidade, embora os exercícios devam ser programados por toda a equipe, segundo os objetivos a serem alcançados.

O cavalo continua propiciando benefícios pelo seu movimento tridimensional e multidirecional e o praticante passa a interagir com o animal e o meio com intensidade. Ainda não pratica equitação e/ou hipismo. O cavalo atua como instrumento pedagógico.

Programa Pré esportivo: Também pode ser aplicado nas áreas de saúde ou educativa. O praticante tem boas condições para atuar e conduzir o cavalo e embora não pratique equitação, pode participar de pequenos exercícios específicos de hipismo, programados pela equipe. A ação do profissional de equitação é mais intensa, necessitando, contudo, da orientação dos profissionais das áreas de saúde e educação. O praticante exerce maior influência sobre o cavalo. O cavalo é utilizado principalmente como instrumento de inserção social.

#### **6.9 – Qualidade de Vida:**

- Caminhada: Caminhar na própria APAE, sempre aumentando gradativamente o tempo de caminhada;
- Equilíbrio: Andando, saltando, rolar sobre uma linha demarcada no chão, andar sobre o banco sueco;
- Coordenação motora: Manipular bolas de vários tamanhos, atividades com cordas elásticas, pneus e arcos;
- Alongamentos: Trabalhar alongamentos nas aulas com todos os alunos, principalmente com os cadeirantes;
- Trabalho em bicicletas ergométricas; esteiras mecânicas e elétricas; exercícios localizados;
- Lateralidade: Noção de dominância lateral (em relação a membros inferiores e superiores), diferença entre lateralidade e conhecimento de esquerda/direita;
- Estrutura Espacial: Noções de movimento, noções de posição, noções de situação, noções de tamanhos, formas, etc;
- Avaliação clínica e técnica;
- As atividades devem começar lentamente de maneira progressiva sem incluir inicialmente um alto dispêndio total de energia. Será dado o tempo necessário para a adaptação orgânica;
- Fazer da caminhada uma prática diária, principalmente para os alunos que tem sobrepeso;
- Cada aluno terá sua ficha de evolução;
- Combinação entre dieta e exercício, para conseguir uma redução ponderal;
- Orientação aos familiares para a reeducação alimentar; - Controle alimentar nas refeições realizadas na escola.
- Vivenciar as diversas formas de alongamentos;



## **7 – Materiais / Meios Auxiliares:**

### **Materiais Gerais:**

- Aparelho de Som, CD,
- Área de arremesso,
- Bambolês,
- Banco sueco,
- Bastão de madeira,
- Bolas de borracha,
- Bolas e redes,
- Caixa de salto,
- Campo,
- Colchonetes,
- Elástico,
- Espaço asfaltado,
- Fita adesiva,
- Fitas e arcos,
- Halteres,
- Jogos de dominó, dama, xadrez e baralho,
- Lenços.
- Massas,
- Mesa de tênis de mesa,
- Pista de Atletismo,
- Pneus e cordas,
- Pneus,
- Quadra de cimento, areia
- Raquetes e bolinhas,
- Tatame,
- Teatro,
- Trave de solo
- Vídeos

### **7.1- Natação / Hidroginástica:**

- Aparelho de som;
- Bancos (fixos na parte interna da piscina para a realização de exercícios de MMII);
- Barras de inox (fixas na borda da piscina);
- Bichinhos infláveis;
- Bóias de adultos, e infantil de diversos formatos de bichinhos;
- Bolas;



- Brinquedos e objetos que complementaram e auxiliaram o trabalho dos professores responsáveis pela aplicação do projeto.
- Brinquedos educativos (bichinhos de látex, apitos, argolas, bolas e etc.).
- Cinto pélvico;
- Colete cervical;
- Espaguete ,
- Flutuadores (macarrão e pranchas);
- Flutuadores pélvicos;
- Halteres;
- Materiais aquáticos para exercícios respiratórios (arcos e tubos);
- Palmar;
- Piscina aquecida;
- Roupas apropriadas para a pratica (sungas, maiôs, toucas, toalha, protetor solar, sabonete, troca de roupa);
- Tapete flutuador (iniciantes);
- Tornozeleiras;
- Transporte para locomoção dos alunos ate a piscina;
- Outros recursos de acordo com a necessidade de cada atividade.

## **7.2 - Atletismo:**

- Bambolê;
- Banco sueco;
- Bastão;
- Bolas de peso;
- Bolas de várias cores, tamanhos e texturas;
- Colchonetes;
- Cones;
- Cordas;
- Dardo, Disco
- Escada com rampa;
- Espaldar;
- Garrafas plásticas;
- Giz;
- Halteres;
- Jornais e papéis;
- Massas;
- Música;
- Pelotas;
- Pista de atletismo;



- Plinto;
- Quadra;
- Outros recursos de acordo com a necessidade de cada atividade.

### **7.3 – Expressão Corporal e Dança:**

- Arcos – Cadeiras;
- Bastão – Bola;
- CD;
- Fitas – Guarda-Chuva;
- Palco;
- Pandeiro;
- Quadra;
- Som;
- Tecidos - Bandeiras;
- Entre outros recursos que se fizerem necessários.

### **7.4 – Futsal/Futebol de Campo/Vôlei Adaptado/ Basquete/ Handebol:**

- Apito;
- Bolas oficiais;
- Caneleiras, Joelheiras, Luvas;
- Cones;
- Espaço adequado para a realização;
- Redes;
- Tênis adequado;
- Uniforme;
- Outros recursos de acordo com a necessidade de cada atividade.

### **7.5 – Jogos de Salão: Dama/Dominó/Tênis de Mesa:**

- Bolinhas específicas;
- Mesa específica da modalidade;
- Peças de Jogo (Pedras)
- Raquetes emborrachadas;
- Rede;
- Tabuleiro;

### **7.6 – Ginástica Olímpica e Artística:**

- Arco;
- Barras Paralelas;
- Bolas;
- Cavalos;



- Colchões;
- Fita;
- Mini Trampolim, Trampolim;
- Plinto;
- Entre outros materiais que se fizerem necessários.

### **7.7 – Musculação:**

- Anilhas;
- Aparelhos diversos (exemplos: supino, mesa extensora e flexora, cadeira adutora e abductora, polia simples e dupla, remo, abdominal);
- Barras;
- Colchonetes;
- Cordas;
- Halteres;
- Som;
- Step
- Tornozeleiras de diversos pesos;
- E demais materiais que o professor achar necessário.

### **7.8 – Equoterapia:**

- Argolas,
- Balizas,
- Bolas,
- Cavaletes,
- Cavalo,
- Cubos,
- Giz de cera,
- O equipamento de montaria, particularmente correias, presilhas, estribos, selas e manta;
- Papéis,
- Varas,
- Entre outros materiais e jogos pedagógicos

### **7.9 – Qualidade de Vida:**

- Arcos;
- Balança;
- Bicicleta Ergométrica;
- Bolas de diversos Tamanhos;
- Colchonetes e Colchões;
- Cordas Elásticas;



- Ficha de Avaliação;
- Giz;
- Pneus;
- E demais materiais que o professor achar necessário.



## **8 - Culminância:**

- Desfiles Cívicos
- Circuitos;
- Festivais;
- Campeonatos;
- Torneios;
- Encontros;
- Olimpíadas;
- Gincanas: Sociais, Recreativas e Esportivas.
- Passeios;
- Reuniões técnicas e pedagógicas;
- Dias comemorativos (dia do desafio, dia do profissional de Educação Física, semana da criança, etc);
- Confraternização e Inclusão com as Escolas Regulares.



## 9 - Avaliação:

- Exame Biométrico (Avaliação de peso, altura, agilidade, impulsão horizontal, impulsão vertical).
- Exame médico (cardiológico)
- O aluno será avaliado no decorrer das aulas e através de uma ficha própria de avaliação motora, observando o seu peso e altura, o desenvolvimento motor de seus membros superiores e inferiores e sua agilidade.
- Os alunos serão avaliados periodicamente, observando se o mesmo participa adequadamente das atividades, respeitando as regras, a organização, seu desempenho e integração com o grupo.
- A avaliação será feita de forma contínua e permanente no processo de aprendizagem do aluno, impulsionando seu desenvolvimento por meio de avanços, dificuldades e possibilidades, utilizando-se de diferentes instrumentos na obtenção dos seus resultados, incluindo a participação dos alunos, se possível de pais e outros profissionais na investigativa levantando dados sobre o aluno. Esta será feita através de observações, verificando se o aluno demonstra segurança para experimentar, tentar e arriscar com as atividades propostas.
- Avaliar se o aluno participa adequadamente, respeitando as regras, a organização, com empenho em utilizar os movimentos adequados às atividades propostas.
- Avaliar se o aluno reconhece e respeita as diferenças individuais e se participa de atividades com seus colegas, auxiliando aqueles que têm mais dificuldade e aceitando ajuda dos que tem mais "facilidades".
- Avaliar se o aluno aceita as limitações impostas pelas situações do jogo, tanto no que se refere às regras quanto no que diz respeito à sua possibilidade de desempenho e à interação com os outros.
- Avaliar se o aluno reconhece que os benefícios para a saúde decorrem da realização de atividades corporais regulares, se tem critérios para avaliar seu próprio avanço e se nota que esse avanço decorre da perseverança;
- Avaliar se o aluno reconhece as formas de expressão de cada cultura como fonte de aprendizagem de diferentes tipos de movimento e expressão. Espera-se também que o aluno tenha uma postura receptiva e não discrimine produções culturais por quaisquer razões.
- Avaliar se o aluno conhece, aprecia e desfruta de algumas das diferentes manifestações da cultura corporal de movimento do seu ambiente e de outros, relacionando-as com o contexto em que são produzidas, e percebendo-as como recurso para a integração entre pessoas e entre diferentes grupos sociais, se reconhece nas atividades corporais e de lazer, uma necessidade do ser humano e um direito do cidadão;
- Avaliar se o aluno realiza as atividades, reconhecendo e respeitando suas características físicas e de desempenho motor, bem como a de seus colegas, sem discriminar por características pessoais, física, sexuais ou sociais.





- Avaliar se o aluno consegue aprofundar-se no conhecimento dos limites e das possibilidades do próprio corpo de forma a poder controlar algumas de suas posturas e atividades corporais com autonomia e a valoriza como recurso para melhoria de sua aptidão física, se ele integra a dimensões emocionais e sensível do corpo à cultura corporal de movimento, ampliando sua compreensão de saúde e bem-estar , se apropria de informações e experiências da cultura corporal de movimento, e de que modo estabelece relações entre esses conhecimentos no plano dos procedimentos, conceitos, valores e atitudes.

Avalia-se do grupo os seguintes requisitos para um trabalho em equipe:

- Espírito de equipe,
- Respeito,
- Pontualidade,
- Habilidade,
- Observação individual e do grupo,
- Comportamento,
- Disciplina,
- Domínio do corpo,
- Técnica e tática,

Ao avaliar o desempenho dos alunos espera-se que eles sejam capazes de:

- Enfrentar desafios em diversos contextos como circuitos, jogos e brincadeiras;
- Participar das atividades respeitando as regras e organização;
- Enfrentar desafios em diversos contextos como memorizar exercícios diferentes em cada estação.



### III - Noções de Socorros de Urgência

**PRIMEIROS SOCORROS** - São os cuidados imediatos prestados a uma pessoa cujo estado físico coloca em perigo a sua vida ou a sua saúde, com o fim de manter as suas funções vitais e evitar o agravamento de suas condições, até que receba assistência médica especializada.

#### **ORIENTAÇÕES GERAIS EM CASO DE ACIDENTES:**

- Mantenha a calma;
- Afaste os curiosos;
- Quando se aproximar, tenha certeza de que está protegido;
- Sinalização do local para evitar a ocorrência de novos acidentes. Pode ser feito de qualquer objeto que chame a atenção de outras pessoas para o cuidado com o local, ou uma pessoa fique sinalizando a certa distância. Se for numa via pública deve corresponder a velocidade máxima permitida para a via. Ex. acidente numa avenida onde a velocidade máxima é de 90 km/h, deve-se sinalizar a 90 metros de distância;
- Faça uma barreira com seu carro, protegendo você e a vítima de um novo trauma;
- Chame uma ambulância pelos telefones de emergência ;
- Evite movimentos desnecessários da vítima, para não causar maiores ou novas lesões, ex. lesões na coluna cervical, hemorragias, etc;
- Utilize luvas, para evitar contato direto com sangue ou outras secreções.(luvas descartáveis).

Evidentemente, estes socorros limitam-se as medidas mínimas que proporcionam à vítima, rapidamente, uma situação que possa livrá-la de um agravamento do seu estado.

É importante saber:

#### **Os três princípios básicos que norteiam um Atendimento de Emergência:**

- Rapidez no atendimento
- Reconhecimento das lesões
- Reparação das lesões

#### **O Suporte Básico da Vida:**

- O controle das vias aéreas
- O controle da ventilação
- A restauração da circulação

Iremos apresentar alguns procedimentos que poderão auxiliá-lo em caso de emergência. É importante mencionar que a prestação de primeiros socorros não exclui a importância de um médico.



**CONSENTIMENTO EXPRESSO** - O consentimento pode ser obtido por gestos ou por palavras de uma vítima que esteja consciente e apta a assumir responsabilidade por seus atos, por exemplo, menores de idade e pessoas com problemas de desenvolvimento mental não podem responder juridicamente por seus atos.

**CONSENTIMENTO IMPLÍCITO** - O consentimento estará implícito nos casos onde a vítima esteja inconsciente e sua vida esteja correndo riscos. Da mesma forma, se a vida de uma criança ou de uma pessoa com problema de desenvolvimento mental estiver correndo risco, o consentimento deverá ser assumido como implícito e o socorro poderá ser prestado se no local não estiver presente um responsável pela vítima que possa expressar o consentimento. Nunca deixe de prestar socorro a uma criança por não ter como obter consentimento de pais ou responsável.

**ABANDONO** - Abandono significa interromper o atendimento, antes que alguém com nível igual ou superior de conhecimento ao seu assuma a responsabilidade. Portanto, uma vez que você inicie o socorro deverá ficar ao lado da vítima até ser substituído por alguém que possua condições para o socorro.

**NEGLIGÊNCIA** - Negligência significa atender uma vítima sem observar as técnicas adequadas e os protocolos estabelecidos, provocando com isso agravamento ou lesões adicionais.

**URGÊNCIA** - É a situação em que a vítima necessita de uma assistência imediata. Ex: uma pessoa com um pé quebrado (fratura fechada) e consciente.

**EMERGÊNCIA** - Nas situações de urgência existem aquelas que se destacam pela sua gravidade e merecem prioridade de atendimento. Ex: parada cardiorrespiratória ou hemorragia intensa.

**AVALIAÇÃO PRIMÁRIA** - Consiste na verificação:

- Se a vítima está consciente, respirando, vias aéreas estão desobstruídas e se a vítima apresenta pulso;
- Este exame deve ser feito em até 30 segundos. Se a vítima não estiver respirando, mas apresentar batimentos cardíacos (pulso), iniciar a respiração artificial conforme o procedimento. Caso não haja sinal de pulso, iniciar a RCP segundo o procedimento.

**AVALIAÇÃO SECUNDÁRIA** - Consiste na verificação do nível de consciência e escala de Coma de Glasgow.

- Avaliar os 4 sinais vitais: pulso, respiração, pressão arterial (PA), e quando possível à temperatura;
- Avaliar os 3 Sinais diagnósticos: Tamanho das pupilas, enchimento capilar (perfusão)



sangüínea das extremidades) e cor da pele;

- Realizar o exame físico na vítima: pescoço, cabeça, tórax, abdômen, pelve, membros inferiores, membros superiores e dorso.

**FRATURAS** - É a ruptura do osso. O Primeiro Socorro consiste em impedir o deslocamento das partes quebradas, evitando assim o agravamento da lesão. Dor e edema (inchaço) local, dificuldade ou incapacidade de movimentação. Posição anormal da região atingida. Há uma sensação de atrito das partes ósseas no local da fratura, em fratura expostas há a rotura da pele com exposição do osso fraturado.

**ASFIXIA** - Dificuldade ou parada respiratória, podendo ser provocada por: choque elétrico, afogamento, deficiência de oxigênio atmosférico, obstrução das vias aéreas (boca, nariz e garganta), por corpo estranho, envenenamento, etc. A falta de oxigênio pode provocar seqüelas após 4 minutos, caso não seja atendido convenientemente.

**COMO SE MANIFESTA** - Atitudes que caracterizem dificuldade na respiração, ausência de movimentos respiratórios, inconsciência, cianose (lábios, língua e unhas arroxeadas) e midríase (pupilas dilatadas).

**CONDUTA** - Encorajar a vítima a tossir e se a obstrução for total (não tosse ou não consegue falar) realizar sucessivas compressões abdominais se posicionando por trás da vítima e colocando as mãos sobre o abdome entre o umbigo e o apêndice xifóide, empurrando o abdômen para dentro e para cima com golpes rápidos (manobra de Heimlich). Em vítimas obesas e gestantes no último trimestre as compressões devem ser realizadas no centro do tórax. Em caso de a vítima ficar inconsciente executar a reanimação cardiopulmonar (RCP).

**AFOGAMENTO** - A maioria das pessoas, quando pensam em acidentes relacionados à água, lembram somente do afogamento. Não há dúvidas de que o afogamento é considerado o problema principal, até mesmo quando o motivo que causou o afogamento foi um trauma ou uma emergência clínica.

A melhor forma de prevenir o afogamento é sendo bastante cauteloso ao entrar em rios, piscinas e no mar. Para quem não sabe nadar, é recomendável procurar aprender já que situações em que seja necessário nadar podem ocorrer. Um exemplo é no caso de um veículo que cai dentro de um rio, ao sair do veículo se a pessoa não souber nadar, é quase certo que vá se afogar.



### **SEQUÊNCIA DE EVENTOS:**

- Período de pânico;
- Tentativa para manter-se em apnéia (sem respirar), enquanto luta para emergir;
- Começa a engolir água por mecanismo reflexo;
- Líquido posteriormente pode ser aspirado;
- Devido hipóxia e hipercapnia ocorrem respirações involuntárias e conseqüentes aspiração de líquido;
- Passagem de líquido pela laringe na fase inicial, causa intenso laringoespasma que previne grandes quantidades de água (85% a 90%);
- Mecanismo cede com a perda da consciência (entra água - afogamento úmido / não entra água - afogamento seco).

### **CONDUTA:**

- A retirada da vítima inconsciente do local em que ela está submersa, deve ser cuidadosa, principalmente se durante o acidente, ela teve algum trauma;
- Jamais faça contato direto com alguém que está se afogando, se você não tem treinamento para tal conduta;
- Só se aproxime da vítima, se ela for uma criança que você possa dominá-la ou se a vítima estiver inconsciente.

### **FORMAS SEGURAS DE RETIRADA DA VÍTIMA CONSCIENTE DA ÁGUA:**

- Após retirá-la da água, inicie avaliação primária e se for necessário e realize imediatamente as manobras de reanimação respiratória ou cardiorrespiratória;
- Durante o procedimento de reanimação cardiopulmonar e principalmente durante as compressões torácicas, caso a cavidade oral (boca) fique cheio de água ou resíduo alimentar, interrompa os procedimentos, limpe a boca e retome as manobras;
- Caso consiga reanimar a vítima, mantenha em posição de recuperação, agasalhe-a para evitar a progressão da hipotermia (diminuição da temperatura do corpo), monitore sinais vitais e aguarde o socorro especializado;
- Sabe-se hoje que ao iniciar as manobras tradicionais de reanimação (RCP) durante as compressões torácicas simultaneamente é realizado o batimento cardíaco de forma artificial e por está com as mãos sobre a região dos pulmões, realiza-se a drenagem da água.

### **OS ACIDENTES MAIS COMUNS:**

**Cortes e arranhões** - Ferimentos pequenos devem ser cuidadosamente lavados com água corrente e sabão até ficarem totalmente limpos. Depois, proteja o ferimento utilizando atadura ou gaze. Procure um hospital e lá verifique se haverá necessidade de aplicar a vacina e/ou soro



antitetânico. Para extrair espinhos ou lascas, use uma agulha ou pinça desinfete no fogo e depois aplique solução de iodo (por exemplo, povidine) no lugar ferido. Não use iodo puro.

**Desmaio** - Afrouxe as roupas da pessoa, soltando tudo o que possa prender sua circulação e respiração. Deite a pessoa de costas, abra as janelas e mantenha o local bem arejado. Caso a pessoa se mantenha desacordada, agasalhe-a e leve-a ao médico.

**Convulsão** - Deite o paciente de costas e afaste os objetos próximos. Proteja sua cabeça com as mãos para que não bata no chão e se machuque. Vire a vítima imediatamente de lado com auxílio de outras pessoas para evitar que sufoque com as secreções da boca. Depois de recuperar a consciência, leve-o ao serviço médico para tratamento e medicação correta.

### **FERIMENTOS:**

**Conceito** - É o rompimento da pele, podendo atingir camadas mais profundas do organismo, órgãos, vasos sanguíneos e outras áreas. Pode ser provocado por vários fatores, dentre eles: faca, arma de fogo, objetos perfuro-cortantes, arames, pregos e pedaços de metais, etc. Os ferimentos leves devem ser lavados com água corrente e sabão. Para retirar lascas de madeira, vidro ou pedaços de metal da pele use apenas água. Evite tocar com os dedos, lenços ou materiais que não estejam limpos. No caso de grandes sangramentos, o correto é colocar uma camada grossa de gaze ou pano limpo sobre o machucado apertando com força por alguns minutos até estancar o sangramento.

Quanto o sangramento parar, coloque uma atadura sem apertar muito. Depois procure um médico ou leve a pessoa para o hospital.

### **TRANSPORTE DE VÍTIMAS:**

- Se houver suspeita de fraturas no pescoço e nas costas, evite mover a pessoa;
- Para puxá-la para um local mais seguro, mova-a de costas, no sentido do comprimento com o auxílio de um casaco ou cobertor;
- Para erguê-la, você e mais duas ou três pessoas devem apoiar todo o corpo e colocá-la numa tábua ou maca. Se precisar, improvise com pedaços de madeira, amarrando cobertores ou paletós;
- Apóie sempre a cabeça, impedindo-a de cair para trás.



## **IV – Sugestão para Estruturação de Planejamento**

Abaixo segue um modelo com os tópicos para o desenvolvimento das ações de acordo com as demandas, tendo por finalidade levantar subsídios para a reflexão acerca das possibilidades de estruturação de um planejamento aberto e eficiente na Educação Física Escolar e nos Projetos Especiais com as experiências supracitadas.

### **I – Educação Física Escolar**

- 1- Nome da Escola / Professor/ Data
- 2- Programas
- 3- Objetivos
  - 3.1 – Objetivo Geral
  - 3.2 – Objetivo Específico
- 4- Conteúdo
- 5- Metodologia
- 6- Materiais/ Meios Auxiliares
- 7- Avaliação

### **II - Projetos Especiais**

- 1- Nome da Escola / Professor/ Data
- 2- Público Alvo
- 3- Projetos
- 4- Justificativa
- 5- Objetivos
  - 5.1 - Objetivo Geral
  - 5.2 - Objetivo Específico
- 6- Metodologia
- 7- Materiais/ Meios Auxiliares
- 8- Culminância
- 9- Avaliação



## V- Construção da Proposta

O Presente documento é resultado de conclusões de reuniões do Coordenador Geral com a Equipe de Discussão, Organização e Revisora, a respeito da unificação dos planos de aulas enviados pelos Coordenadores Regionais de Educação Física no ano de 2007.

### **Equipe de Discussão: (Coordenadores Regionais de Educação Física no ano de 2007):**

- ✓ Adriana Cristina Camargo – Conselho de Taquarituba
- ✓ Ana Paula Aphaussauer – Conselho de São Caetano do Sul
- ✓ André Luiz Simões Rato – Conselho de Cajati
- ✓ César Rodrigo Sarabando – Conselho de Cubatão
- ✓ Dilza Terezinha Garzella – Conselho de Pirassununga
- ✓ Elza Maria – Conselho de Assis
- ✓ Felipe Santos – Conselho de Itu
- ✓ João Carlos Oliveira – Conselho de Taubaté
- ✓ Jose Renato Campeç – Conselho de Ituverava
- ✓ Jose Ricardo Nunes de Lima – Conselho de Araçatuba
- ✓ Leda Maria de A. Angel Aguirre – Conselho de São Jose do Rio Preto
- ✓ Lucia Cristina Armelin – Conselho de Santa Bárbara D` Oeste
- ✓ Luis Fabiano Jesuíno – Conselho de Valinhos
- ✓ Maria Inês Garcia Ishikama – Conselho de Bauru
- ✓ Nelson Pereira da Silva – Conselho de Presidente Venceslau
- ✓ Olivaldo José dos Santos – Conselho de Bebedouro
- ✓ Rosangela Ramalho – Conselho de Dois Córregos
- ✓ Rubens Rollo Cavallin Junior – Conselho de Dracena

### **Equipe de Organização**

- ✓ Aline Cristina Gibelli
  - Bacharel e Licenciatura em Educação Física pela Universidade Paulista – Unip.
  - Especialização em Educação Especial.
  - Educadora Profissional (Programa Estadual – Escola da Família).
- ✓ Fabio Roberto Milani de Paula
  - Bacharel e Licenciatura em Educação Física pela Universidade Paulista – Unip.
  - Estagiário da Apae de Araraquara.
  - Professor da Academia Saúde Activa e World Fitness de Araraquara.
- ✓ Laert Braz Junior
  - Bacharel em Educação Física pela Universidade de Araraquara – UNIARA
  - Professor na Academia Saúde Activa de Araraquara.





### **Revisão**

- ✓ Kátia Gardim
  - Licenciatura Plena em Pedagogia com habilitação em Magistério das Matérias pedagógicas do ensino médio e Educação Especial. UNESP – Araraquara/SP
  - Pós Graduação em Psicopedagogia . Universidade de Araraquara – UNiARA.
  - Professora de Educação Especial da Apae de Araraquara
  - Professora de Educação Infantil da Rede Comum de Ensino no Município de Araraquara

### **Coordenação Geral**

- ✓ Roberto Antonio Soares
  - Licenciatura Plena em Educação Física – FESC – São Carlos
  - Pós Graduação em Educação Física Especial e Adaptada na Universidade Claretianas – Batatais.
  - Gerente Nacional de Educação Física, Desporto e Lazer da Federação Nacional das Apaes
  - Coordenador de Educação Física, Desporto e Lazer das Apaes do Estado de São Paulo
  - Professor de Educação Física da Apae de Araraquara



## VI - Bibliografia:

### 1 - Educação Física Escolar

- \*Ação Pedagógica. Federação Nacional das APAES. **Coleção Especial**, volume 2. São Paulo: FNA, 1993.
- \*APAES, Federação Nacional. Educação Física, Desporto e Lazer: **Proposta Orientadora das ações Educacionais**. Brasília: 2001.
- \*BONSARI, José Roberto. **Educação Física da Pré-Escola a Universidade: planejamento programa e conteúdos**. EPU – São Paulo: 1980.
- \*Borges, Célio Jose – **Educação Física para o escolar**, editora sprit – 1987.
- \*BRASIL, Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. **Referencias Curriculares Nacionais para a Educação Física**. Brasília: MEC/SEF, 2001.
- \*BRASIL, Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais** – Brasília: 1997.
- \* Bouche, J.L. **Educação pelo movimento e desenvolvimento motor até os seis anos**. Artes médicas, 1986.
- \* BRASIL. Secretaria de educação fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: educação física**. Brasília: MEC/SEF, 1997. Vol 7.
- \* BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física (secretaria de educação fundamental)**. Brasília : MEC/ SEF, 1997.
- \* CORDE; **Planejamento/2006 Programa de Educação Física, Desporto e LAZER**. APAE Educadora. Ministério da Educação e Cultura. Secretária da Educação Especial. Federação do Estado de São Paulo.
- \* DAOLIO, J. **Da cultura do corpo**. São Paulo: Papyrus, 1995.
- \* **Desporto e lazer: proposta das ações educacionais**. Coordenadora geral Ivanilde Maria Tíbola. Fed. Nacional das Apaes. 2001.
- \* **Educação Física, Desporto e Lazer** (Proposta Orientadora das Ações; Coleção Educação e Ação Vol.5) Federação Nacional das APAEs.
- \* EDUCACÃO FÍSICA. Desporto e lazer. **Currículo escolar das apaes do estado de São Paulo**. Apae Educadora.
- \* EDUCAÇÃO, Secretaria de Estado. Subsídios para a Implementação da Proposta Curricular de Educação Física para Pré-Escola. São Paulo: 1983.
- \* FRUG, Chrystianne Simões. **Educação Motora em portadores de deficiência**. São Paulo: Plexus, 2001.
- \* Frank I.Katch e William D.MacArdle. MEDSI, Nutrição, **Controle de Peso e Exercício**. Rio de Janeiro, 1984.
- \* FREIRE, João. **Educação de corpo inteiro**. São Paulo: Scipione, 1989.



- \*Gomes de Sá, S.A. **Biometria em Educação Física**. São Paulo: Mac Graw-Hill do Brasil – 1975.
- \*GONÇALVES, M. C: PINTO, R.C.A: TEUBER, **SP Aprendendo a Educação Física. Educação infantil e 1ª e 8ª séries do Ensino Fundamental**. Curitiba: Bolsa.
- \***Guia Curricular para Deficientes mentais educáveis, treináveis e semi-dependentes**. Federação Nacional das APAES. São Paulo: ALMED, 1993.
- \* HOWARD, W. **A música e a criança**. São Paulo: Summus, 1984.
- \* HUIZINGA, J. Homo ludens. São Paulo: **Perspectiva**, 1999.
- \*Jaen Le Bouche, **Educação pelo movimento e Desenvolvimento psicomotor do Nascimento até 6 anos – Artes Medicas – 1986**.
- \* KISHIMOTO, T. M. **O jogo e a Educação Infantil**. São Paulo: Pioneira, 1994.
- \*MATOS, Mauro Gomes. **Educação Infantil: construindo o movimento na Escola**. Phorte – São Paulo: 2005.
- \*Matsudo, Victor. K.R. **Teste em ciências do esporte**, CELAFISCS. Editora Gráfico Burti – 1983.
- \* MAUERBERG-DE CASTRO. **Atividade física adaptada**. Tecmed, 2005.
- \* MAUERBERG-DECASTRO, E.; TACARES, C.P.; CALVE, T.; COZZANI, M.V.; DE PAULA, A. I.; CAMPOS, C. **A inclusão e a integração social de grupos portadores de necessidades especiais. Alternativas educacionais não convencionais em programas de atividade física adaptada**. In: Anais do II Congresso Brasileiro de Educação Motora, 2000.
- \* MELLO, Alexandre Moraes do. **Psicomotricidade, educação física e jogos infantis**. São Paulo: IBRASA, 1989.
- \*Michael L.Pollock, Jack H.Wilmore e Samuel M.Fox.MEDSI, Rio de Janeiro, **Exercícios na saúde e na doença: avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação**. 1986.
- \* OLIVEIRA, Amauri A. B. de. **Analizando a prática pedagógica da Educação Física**. Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina. Londrina - PR. Brasil, v. 7, n. 13, p. 11-14, 1992. Acesso em 29 de maio de 2008, às 15:00 no site: <http://www.def.uem.br/depto/Amauri/didatica2005/textospara2005/texto02.doc>
- \* Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) ; Educação Física.
- \* PCNs. **Portadores de necessidades especiais** (Min. da Ed. E do desporto) PCN – MEC/EF, 1998.
- \*Perissinoto, J. **Histórico do autismo**. In: Autismo. Pulso. São Jose dos Campos, 2003. Pg 15-23.
- \***Planejamento de Educação Física 2006** - Educação Infantil (04 a 07 anos);Apostila do Projeto Criando Asas;
- \*Rodrigues, Maria. **Educação Física infantil, Manual teórico – Pratico**. Editora Ícone – 1989.
- \*ROSADAS, S. C. **Atividades Físicas Adaptadas e Jogos Esportivos para Deficiente: Eu posso vocês duvidam**. Atheneu – Rio de Janeiro: 1989.



- \*Rosadas, S.C. **Educação Física Especial para deficientes** – Livraria Atheneu – 1986.
- \* ROSADAS, S. C. (1994, p.30) **Educação física, desporto e lazer: proposta orientadora das ações educacionais** – Brasília: Federação Nacional das APAEs, 2001. – Coleção educação e ação, v.5, p.26.
- \* SANTOS, J. L. **O que é Cultura**. São Paulo: Brasiliense, 1983.
- \*Scott K.Powers e Edward T.Howley Manole, **Fisiologia do Exercício**,São Paulo, 2000.
- \*SOLER, Ricardo, **Brincando e Aprendendo na Educação Física Especial**. Rio de Janeiro: Sprint, 2002.
- \* TANI – **Educação Física Escolar. Uma abordagem desenvolvimentista**. EDUSP 1998.
- \*Turíbio Leite de Barros Neto. Atheneu, **Exercício, saúde e desempenho físico** 1997.
- \*VALADARES, Solange: ARAUJO, Rogéria. **Educação Física no cotidiano escolar**. 4ª edição. 1º volume. Belo Horizonte: FAPI, 1999.
- \*William D.McArdle, Frank I. Katch e Victor L. Katch. **Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano**. Guanabara, Rio de Janeiro, 1986.
- \*YOGUI, Chizuko. **Aprendendo e brincando com musica e com jogos**, 2º volume.Belo Horizonte: FAPI, 2003.

#### **Colaboração das Apaes:**

- Apae de Agudos;
- Apae de Americana;
- Apae de Andradina;
- Apae de Araçatuba;
- Apae de Arealva e Iacanga;
- Apae de Avaré;
- Apae de Barra Bonita;
- Apae de Barra Bonita;
- Apae de Bauru;
- Apae de Bebedouro;
- Apae de Birigui;
- Apae de Bocaina;
- Apae de Borborema;
- Apae de Brotas;
- Apae de Caineiras;
- Apae de Campos de Jordão;
- Apae de Capela do Alto;
- Apae de Capivari;
- Apae de Caraguatatuba;
- Apae de Cesário Lange – Escola de Educação Especial Durvalina Perlatto Agunzi;



- Apae de Cordeirópolis;
- Apae de Cubatão;
- Apae de Diadema;
- Apae de Dois córregos;
- Apae de Dracena;
- Apae de Duartina;
- Apae de Engenheiro Coelho;
- Apae de Fartura;
- Apae de Franca;
- Apae de Igarapu do Tiete;
- Apae de Ilha Bela;
- Apae de Itaberá;
- Apae de Itapetininga;
- Apae de Itápolis;
- Apae de Itaporanga;
- Apae de Itatiba;
- Apae de Itu – Escola de Educação Especial Profª Carolina de Moraes de Macedo;
- Apae de Itupeva – Escola de Educação Especial Adélia Madani;
- Apae de Jaú;
- Apae de Jundiaí;
- Apae de Juquiá;
- Apae de Laranjal Paulista – Escola de Educação Especial Álvaro Mori;
- Apae de Lençóis Paulista;
- Apae de Limeira;
- Apae de Lindóia;
- Apae de Lins;
- Apae de Lucélia;
- Apae de Macatuba;
- Apae de Mirandópolis;
- Apae de Mogi Mirim;
- Apae de Monte Alto;
- Apae de Morungaba;
- Apae de Osvaldo Cruz;
- Apae de Panorama;
- Apae de Pederneiras;
- Apae de Penápolis;
- Apae de Peruíbe;
- Apae de Piedade;
- Apae de Pindamonhangaba;



- Apae de Piracicaba;
- Apae de Pirapozinho – Dr. José Ikeda;
- Apae de Porto Feliz – Escola de Educação Especial Profª Nair Antunes de Almeida;
- Apae de Presidente Prudente;
- Apae de Presidente Venceslau – Sebastiana Soares Abegão;
- Apae de Primavera;
- Apae de Regente Feijó;
- Apae de Rincão;
- Apae de Santa Bárbara D'Oeste;
- Apae de Santos;
- Apae de São Caetano do Sul;
- Apae de São José do Rio Preto;
- Apae de São Manoel;
- Apae de São Paulo;
- Apae de Sorocaba;
- Apae de Sud Mennucci;
- Apae de Tabatinga;
- Apae de Taquarituba;
- Apae de Tatuí;
- Apae de Taubaté;
- Apae de Teodora Sampaio;
- Apae de Torrinha;
- Apae de Tupã;
- Apae de Tupi Paulista;
- Apae de Valinhos;
- Apae de Várzea;
- Apae de Votorati;
- Escola de Educação Especial Afonso Negrão - APAE de Palmital;
- Escola de Educação Especial – Taguarajá Souza Luiz - Apae de Piracaia;
- Escola de Educação Especial – Waldemar Gonçalves - Apae de Campo Limpo;
- Escola de Educação Especial “ Caminho do Arco-Íris” – APAE de Pompéia;
- Escola de Educação Especial “ Prof. Palma Isaura Pinotti Ricci” – Apae de Matão;
- Escola de Educação Especial e Ensino Fundamental – APAE Bastos;
- Escola de Educação Especial Maria Pagote Conte - APAE de Candido Mota;
- Escola de Educação Especial Professora Odila F. dos Santos – Apae de Ibitinga;
- Escola de Educação Especial Rotary – APAE Assis;
- Escola de educação infantil e Ensino Fundamental Arco-Íris APAE Pereira Barreto;
- Escola de Educação Infantil e Ensino Fundamental Professora Vera do Carmo Biaziolo Álvares  
Apae de Araraquara;



## 2 – Projetos Especiais

- \*BRASIL, Secretaria de Ed. Fundamental **PCNs Ed. Física- Brasília**, MEC / SEF, 1998.
- \*BROTO, Fábio – **boas memórias- festival jogos cooperativos** 1997.
- \*Castro. M. E: **Atividade física adaptada**. Ribeirão Preto. SP. Tecmedd, 2005.
- \*CONCEIÇÃO, Ricardo Batista – **Ginástica escolar Rio de Janeiro**: Sprint, 3ª Edição, 2000.
- \*Fiorelli. A Aguilar. E. **Hidrocinestoterapia: princípios técnicos e terapêuticos**. Bauru, Edusc, 2002.
- \*Gobbi, S. **Atividade física para pessoas e recomendações da organização mundial de saúde - revista brasileira de atividade física**. Londrins-1996.
- \*HUSTADO, J.G.G..M – **Dicionário de psicomotricidade** Porto Alegre. Prodill, 1999.
- \*Lozano. J. C. Ishikawa. M. I. G: **Projeto acqua bebê**.
- \*Massaud, M.G. Natação. **Quatro nados: Aprendizado e aprimoramento**. 2ª edição. RJ, Sprint, 2004.
- \*Olimpíadas Especiais: **Atletismo(Programas de Destrezas Esportivas)**.
- \*Olimpíadas Especiais: **Futebol (Programas de Destrezas Esportivas)**.
- \*Olimpíadas Especiais: **Natação.(Programas de Destrezas Esportivas)**.
- \*Ortiz, M.Alencar, L. Guimel, R. & Nascimento, C. **Natação terapêutica: a água como elemento facilitador no desenvolvimento humano**. Curitiba: Anais do IV Congresso Brasileiro de Atividade Motora Adaptada, 2001.
- \*Seman. J. A. & Depauw. K. **The new adapted physical education a developmental approach**. California: Mayfield Publishing Company, 1982.
- \*SEVERINO, Antonio Joaquim – **Metodologia do trabalho científico SP.**: Cortes, 2000.
- \*Site: ANDE BRASIL – **Associação Nacional de Equoterapia** – In: [www.equoterapia.org.br](http://www.equoterapia.org.br) .
- \*Site: Controlar – **Qualidade de Vida** – In: [www.controlar.com.br/qualidadedevida\\_suaqualidade.php?tipo=2](http://www.controlar.com.br/qualidadedevida_suaqualidade.php?tipo=2).
- \*Site: **Equoterapia: Cura através do Cavalo** – In: [www.horseonline.com.br/equoterapiaemediocavalo.htm](http://www.horseonline.com.br/equoterapiaemediocavalo.htm) .
- \*Site: **Implantação de um Projeto de Equoterapia na cidade de Franca** – In: [www.equoterapia.com.br](http://www.equoterapia.com.br) .
- \*Site: **Musculação CDOF** – In: [www.cdof.com.br/musc1.htm](http://www.cdof.com.br/musc1.htm) .
- \*Site: **Musculação para Pessoas com Necessidades Especiais** – In: [www.professorchiesa.com.br/musculacaopessoasespeciais.doc](http://www.professorchiesa.com.br/musculacaopessoasespeciais.doc)
- \*Site: [www.academiatoryregadas.com.br/hidro](http://www.academiatoryregadas.com.br/hidro).
- \*Tênis de mesa: **Teoria e Prática**.

### Colaboração das Apaes :

- Apae de Agudos;
- Apae de Americana;



- Apae de Aparecida;
- Apae de Arealva e Iacanga;
- Apae de Avaré;
- Apae de Barra Bonita;
- Apae de Barra Bonita;
- Apae de Bauru;
- Apae de Bebedouro;
- Apae de Bocaina;
- Apae de Brotas;
- Apae de Caineiras;
- Apae de Capela do Alto;
- Apae de Capivari;
- Apae de Cesário Lange – Escola de Educação Especial Durvalina Perlatto Agunzi;
- Apae de Cordeirópolis;
- Apae de Dois córregos;
- Apae de Dracena;
- Apae de Duartina;
- Apae de Engenheiro Coelho;
- Apae de Fartura;
- Apae de Franca;
- Apae DE Guaratinguetá;
- Apae de Igarapu do Tiete;
- Apae de itaberá;
- Apae de Itapetininga;
- Apae de Itápolis;
- Apae de Itaporanga;
- Apae de Itatiba;
- Apae de Itu – Escola de Educação Especial Profª Carolina de Moraes de Macedo;
- Apae de Itupeva – Escola de Educação Especial Adélia Madani;
- Apae de Jaú;
- Apae de Jundiá;
- Apae de Juquiá;
- Apae de Laranjal Paulista – Escola de Educação Especial Álvaro Mori;
- Apae de Lençóis Paulista;
- Apae de Limeira;
- Apae de Lindóia;
- Apae de Macatuba;
- Apae de Mogi Mirim;
- Apae de Monte Alto;





- Apae de Morungaba;
- Apae de Paraguaçu Paulista;
- Apae de Pederneiras;
- Apae de Piedade;
- Apae de Piracicaba;
- Apae de Pirapozinho – Dr. José Ikeda;
- Apae de Porto Feliz – Escola de Educação Especial Profª Nair Antunes de Almeida;
- Apae de Presidente Prudente;
- Apae de Presidente Venceslau – Sebastiana Soares Abegão;
- Apae de Primavera;
- Apae de Regente Feijó;
- Apae de Rincão;
- Apae de Santa Bárbara D'Oeste;
- Apae de São Manoel;
- Apae de Sorocaba;
- Apae de Tabatinga;
- Apae de Taquarituba;
- Apae de Tatuí;
- Apae de Taubaté;
- Apae de Teodora Sampaio;
- Apae de Torrinha;
- Apae de Tupi Paulista;
- Apae de Valinhos;
- Apae de Várzea;
- Apae de Votorati;
- Escola de Educação Especial "Maria Pagote Conte" - APAE de Candido Mota;
- Escola de Educação Especial "Professora Odila F. dos Santos" – Apae de Ibitinga;
- Escola de Educação Especial "Professora Palma Isaura Pinotti Ricci" – Apae de Matão;
- Escola de Educação Especial "Taguarajá Souza Luiz" - Apae de Piracaia;
- Escola de Educação Especial "Waldemar Gonçalves" - Apae de Campo Limpo;
- Escola de Educação Especial Rotary – Apae Assis;
- Escola de Educação Infantil e Ensino Fundamental "Professora Vera do Carmo Biaziolo Álvares" – Apae de Araraquara;



### 3 – Noções de Socorros de Urgência

- \* Guia de Vigilância Epidemiológica.
- \* Secretaria Estadual de Saúde do Rio Grande do Sul.
- \* **Fundação Nacional de Saúde** - Ministério da Saúde.
- \* **Manual de Primeiros Socorros** - Cruz Vermelha .
- \* **Livro de Primeiros Socorros** - 2ª Edição - Stephen N. Rosemberg, M.D. - Johnson e Johnson Editora Record.
- \* **Intervenção em Urgências** - Apostila - Claudinei Ferreira da Silva - 2004.
- \* Apostila - **ESTÁGIO DE SOCORROS DE URGÊNCIA** - Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal Companhia de Emergência Médica.
  
- \* HAMMERLY, Marcelo, Dr., "**Técnicas Modernas de PRIMEIROS SOCORROS**", 4ª.ed., Santo André – SP: Casa Publicadora Brasileira, 1971.
- \* **Saiba Mais sobre Primeiros Socorros** – In: [www.allegrovita.com.br/socorros.btm](http://www.allegrovita.com.br/socorros.btm)
- \* **Saúde Ocupacional e Primeiros Socorros** - CSS/CECOM – UNICAMP.
- \* SORDI, M. R. L. & NUNES, M. A. G. **Manual Básico de Enfermagem**. São Paulo: Papyrus, 1988.

#### Colaboração das Apaes :

- Escola Lobinho Antonio Sergio Machado de Almeida – ELASMA – Apae Macapá - Amapá