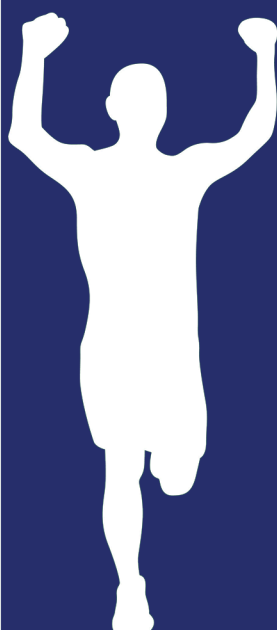
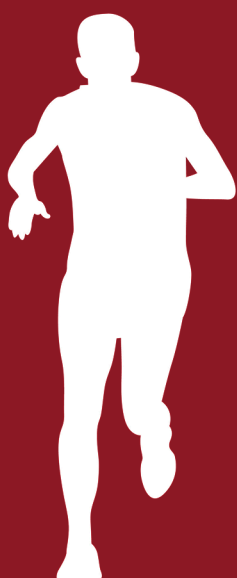


# A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO ÁREA DE INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Lucio Marques Vieira Souza  
(Organizador)

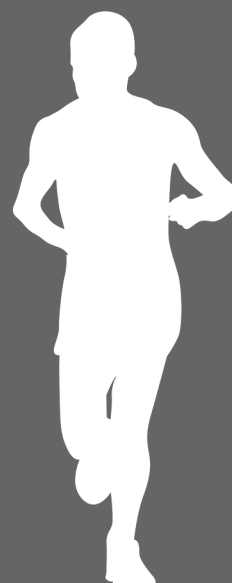
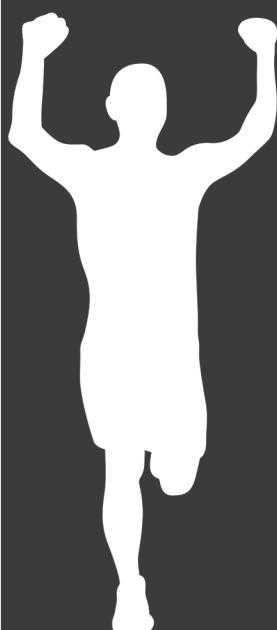
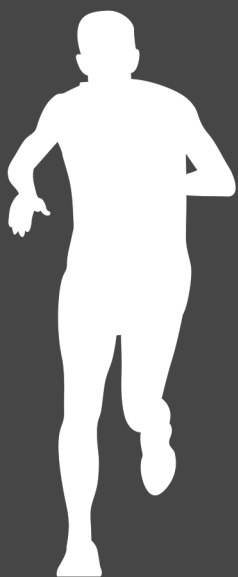


**Atena**  
Editora

Ano 2020

# A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO ÁREA DE INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Lucio Marques Vieira Souza  
(Organizador)



**Atena**  
Editora

Ano 2020

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

**Editora Chefe:** Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

**Diagramação:** Geraldo Alves

**Edição de Arte:** Lorena Prestes

**Revisão:** Os Autores



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

### **Conselho Editorial**

#### **Ciências Humanas e Sociais Aplicadas**

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense

Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa

Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará

Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia

Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá

Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima

Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões

Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná

Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros

Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice

Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense

Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins

Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros

Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Universidade Federal do Maranhão

Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará

Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste

Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador

Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

### **Ciências Agrárias e Multidisciplinar**

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano  
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás  
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados  
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná  
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia  
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará  
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará  
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

### **Ciências Biológicas e da Saúde**

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília  
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás  
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri  
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília  
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina  
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira  
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Fernando José Guedes da Silva Júnior – Universidade Federal do Piauí  
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco  
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas  
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá  
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

### **Ciências Exatas e da Terra e Engenharias**

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto

Prof. Dr. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí  
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará  
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

### **Conselho Técnico Científico**

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo  
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza  
Prof. Me. Adalto Moreira Braz – Universidade Federal de Goiás  
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba  
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Andrezza Miguel da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia  
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais  
Prof<sup>a</sup> Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar  
Prof<sup>a</sup> Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos  
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas  
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará  
Prof<sup>a</sup> Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília  
Prof<sup>a</sup> Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco  
Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás  
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil  
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases  
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita  
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí  
Prof<sup>a</sup> Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora  
Prof. Dr. Fabiano Lemos Pereira – Prefeitura Municipal de Macaé  
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo  
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária  
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina  
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro  
Prof<sup>a</sup> Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia  
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College  
Prof<sup>a</sup> Ma. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho  
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará  
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay  
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco

Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
 Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA  
 Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis  
 Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR  
 Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
 Profª Ma. Lilian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará  
 Profª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ  
 Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás  
 Prof. Me. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe  
 Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados  
 Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná  
 Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos  
 Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior  
 Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo  
 Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri  
 Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco  
 Prof. Me. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados  
 Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal  
 Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo  
 Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana  
 Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

<b>Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)</b>	
E24	<p>A educação física como área de investigação científica [recurso eletrônico] / Organizador Lucio Marques Vieira Souza. – Ponta Grossa, PR: Atena, 2020.</p> <p>Formato: PDF            Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader            Modo de acesso: World Wide Web            Inclui bibliografia            ISBN 978-65-5706-045-2            DOI 10.22533/at.ed.452201505</p> <p>1. Educação física – Pesquisa – Brasil. I. Souza, Lucio Marques Vieira.</p> <p style="text-align: right;">CDD 613.7</p>
<b>Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422</b>	

Atena Editora  
 Ponta Grossa – Paraná - Brasil  
[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)  
 contato@atenaeditora.com.br

## APRESENTAÇÃO

É com imensa satisfação e responsabilidade que apresentamos a Coletânea “A Educação Física como Área de Investigação Científica” que reúne 23 artigos abordando vários tipos de pesquisas e metodologias que tiveram contribuições significativas de professores e acadêmicos das mais diversas instituições de Ensino Superior do Brasil.

O objetivo principal é apresentar os avanços e atualidades da área e para isto a obra foi dividida em 03 principais eixos temáticos: Educação Física Escolar do capítulo 1 ao 5; Esportes, Projetos e Educação Física Inclusiva, do capítulo 6 ao 13; e Atividade Física e Saúde, entre os capítulos 14 e 23. Estruturada desta forma a obra demonstra a pluralidade acadêmica e científica da Educação Física, bem como a sua importância para a sociedade.

Neste sentido, nos capítulos constam estudos que tratam de temas desde a influência do smartphone e da violência no contexto escolar, desenvolvimento e desempenho motor de crianças, esportes variados, sedentarismo, capacidades físicas, nível de qualidade de vida e atividade física em idosos ao tradicional treinamento resistido. Portanto, a presente obra contempla assuntos de importante relevância.

Agradecemos a Atena Editora que proporcionou que fosse real este momento e da mesma forma convidamos você Caro Leitor para embarcar na jornada fascinante rumo ao conhecimento.

Lucio Marques Vieira Souza

<b>CAPÍTULO 1 .....</b>	<b>1</b>
<b>A INFLUÊNCIA DO USO DO SMARTPHONE EM ESCOLARES: UM ESTUDO PILOTO</b>	
Elaine Fernanda Dornelas de Souza Giovanna Santana Goes Sueyla Fernandes da Silva dos Santos Ismael Forte Freitas Júnior	
<b>DOI 10.22533/at.ed.4522015051</b>	
<b>CAPÍTULO 2 .....</b>	<b>16</b>
<b>CORRELAÇÃO ENTRE A IDADE CRONOLÓGICA, O ESTADO MOTOR E DESEMPENHO DO SALTO VERTICAL DE CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR</b>	
Jomilto Luiz Praxedes dos Santos Sergio Medeiros Pinto Igor da Silveira Carvalho Tainá de Sousa Oliveira	
<b>DOI 10.22533/at.ed.4522015052</b>	
<b>CAPÍTULO 3 .....</b>	<b>25</b>
<b>EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE NA ESCOLA: BENEFÍCIOS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES DO FUNDAMENTAL</b>	
Maria Eduarda da Silva Wellington Manoel da Silva José Aryelson dos Santos da Silva Josenilson Felix da Silva Thuani Lamenha Costa Geraldo José Santos Oliveira Thais Roberta da Cruz Tavares Mayara Joana Mendonça da Silva Elaine Rufino Barbosa da Silva Gabriela Maria da Silva Lívia Maria de Lima Leoncio Gilberto Ramos Vieira	
<b>DOI 10.22533/at.ed.4522015053</b>	
<b>CAPÍTULO 4 .....</b>	<b>28</b>
<b>ESTÁGIO E A FORMAÇÃO DOCENTE: A IMPORTÂNCIA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL</b>	
Gilberto Ramos Vieira Haroldo Moraes de Figueiredo Iberê Caldas Souza Leão Viktor Hugo Cavalcanti Correia Fagner Lucas Borba Guerreiro Myllison Silas Ferreira dos Santos Milena de Lima Moura Bruno Tavares Félix do Nascimento Wesllen Mneclisis Silva de Oliveira Nataly do Nascimento Silva Ítalo Vinícius Tabosa Guimarães Matias Maria Isadora Vilarim de Alencar Pires	
<b>DOI 10.22533/at.ed.4522015054</b>	



**CAPÍTULO 5 ..... 39**

**RELAÇÃO ENTRE MATURAÇÃO SEXUAL E MEDIDAS DE DIMENSÃO CORPORAL  
COM APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA A SAÚDE EM ESCOLARES**

Hugo Martins Teixeira  
Marlene Aparecida Moreno

**DOI 10.22533/at.ed.4522015055**

**ESPORTES, PROJETOS E EDUCAÇÃO FÍSICA INCLUSIVA**

**CAPÍTULO 6 ..... 55**

**DANÇANDO NO ESCURO: ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS PARA  
PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL**

Súsel Fernanda Lopes  
Suelen Cristina Cordeiro

**DOI 10.22533/at.ed.4522015056**

**CAPÍTULO 7 ..... 68**

**LUTAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: A PERCEPÇÃO DE PROFESSORES**

Fabricio Xavier do Carmo  
José Antonio Vianna

**DOI 10.22533/at.ed.4522015057**

**CAPÍTULO 8 ..... 78**

**O CIRCO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UMA EXPERIÊNCIA NA CIDADE DE  
GOIÂNIA**

Lívia Vaz Soares  
Michelle Ferreira de Oliveira

**DOI 10.22533/at.ed.4522015058**

**CAPÍTULO 9 ..... 87**

**O EFEITO DA GINÁSTICA ARTÍSTICA SOBRE OS ASPECTOS PSICOMOTORES  
EM CRIANÇAS DE 5 A 6 ANOS**

Maria Eduarda Bezerra de Sá  
Thalya Wendy Aguiar Barbosa  
Renato de Vasconcellos Farjalla  
Ricardo Gonçalves Cordeiro.

**DOI 10.22533/at.ed.4522015059**

**CAPÍTULO 10 ..... 96**

**POLÍTICAS PÚBLICAS INCLUSIVAS NO ESPORTE DE BASE PARA CRIANÇAS E  
ADOLESCENTES COM DEFICIÊNCIA: O CASO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO**

Rodrigo Roah Rodrigues

**DOI 10.22533/at.ed.45220150510**

**CAPÍTULO 11 ..... 126**

**PRODUÇÕES CULTURAIS DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES NO PROJETO  
BRINCAR É O MELHOR REMÉDIO**

André da Silva Mello  
Emmily Rodrigues Galvão

Luciene Sales Sena  
Luísa Helmer Trindade  
Sara de Paula Couto Bertolo  
Silvia Neves Zouain

**DOI 10.22533/at.ed.45220150511**

**CAPÍTULO 12 ..... 139**

**PROGRAMA MINI-TÊNIS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

Flávia Évelin Bandeira Lima  
Mariane Aparecida Coco  
Walcir Ferreira Lima  
Vitória Gabrielly Ribeiro  
Fellipe Bandeira Lima  
Amanda Santos  
Mariane Lamin Francisquinho  
Diego Freitas do Nascimento  
Silvia Bandeira da Silva Lima

**DOI 10.22533/at.ed.45220150512**

**CAPÍTULO 13 ..... 148**

**PROJETO DE ATIVIDADES AQUÁTICAS (PRÓ-AQUÁTICA)**

Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno  
Silvia Bandeira da Silva Lima  
Flávia Évelin Bandeira Lima  
Andreza Marim do Nascimento  
Aline Gomes Correia  
Matheus de Paula Bandeira e Silva  
Marcela Elânia Alves Corrêa  
Matheus Felipe Sosnitzki da Silva Félix  
Walcir Ferreira Lima

**DOI 10.22533/at.ed.45220150513**

**CAPÍTULO 14 ..... 153**

**AS CAPACIDADES FÍSICAS NECESSÁRIAS PARA O TRABALHO POLICIAL: UM ESTUDO NA POLÍCIA MILITAR DO PARANÁ**

Ronaldo César Falq Chinatto  
Rafael Gomes Sentone

**DOI 10.22533/at.ed.45220150514**

**ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE**

**CAPÍTULO 15 ..... 169**

**ATIVIDADES COM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UM OLHAR SOBRE AS CONTRIBUIÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA**

Ariane Capela Mendes  
Suelen Suane Bezerra Resque  
Patrícia do Socorro Chaves de Araújo

**DOI 10.22533/at.ed.45220150515**

**CAPÍTULO 16 ..... 182**

**ATIVIDADES FÍSICAS RELAÇÕES COM A EVOLUÇÃO HUMANA E PROCESSOS ADAPTATIVOS DO CORPO HUMANO**

Célio Roberto Santos de Souza

Kátia Silene Silva Souza  
Almir de França Ferraz  
Álvaro Adolfo Duarte Alberto  
Maria Luiza de Jesus Miranda  
Eliane Florêncio Gama  
Aylton José Figueira Junior

**DOI 10.22533/at.ed.45220150516**

**CAPÍTULO 17 ..... 192**

**CORRELAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO E A PREVALÊNCIA DE  
DESCONFORTO/DOR EM AGENTES DE COMBATE A ENDEMIAS DE GUANAMBI-  
BA**

Janne Jéssica Souza Alves  
Suelen Oliveira  
Paula Keeturyn Silva Santos

**DOI 10.22533/at.ed.45220150517**

**CAPÍTULO 18 ..... 202**

**INVESTIGAÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA E DO ZUMBIDO EM INDIVÍDUOS IDOSOS**

Jessica Aparecida Bazoni  
Luciana Lozza de Moraes Marchiori  
Karina Couto Furlanetto

**DOI 10.22533/at.ed.45220150518**

**CAPÍTULO 19 ..... 216**

**NÍVEL DE QUALIDADE DE VIDA QUANTO A CAPACIDADE FUNCIONAL E A  
PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA TERCEIRA IDADE**

Flávia Évelin Bandeira Lima  
Vitória Gabrielly Ribeiro  
Sílvia Bandeira da Silva Lima  
Mariane Aparecida Coco  
Fellipe Bandeira Lima  
Amanda Santos  
Mariane Lamin Francisquinho  
Diego Freitas do Nascimento  
Walcir Ferreira Lima

**DOI 10.22533/at.ed.45220150519**

**CAPÍTULO 20 ..... 229**

**RODA DE TAMBOR QUILOMBOLAS E SUA RELAÇÃO COM A RESISTÊNCIA  
MUSCULAR**

Vivianne Carvalho Moura  
Patrícia Ribeiro Vicente  
Luciano Silva Figueirêdo  
Janaína Alvarenga Aragão  
Juliana Barbosa Dias Maia  
Ermínia Medeiros Macêdo  
Saara Jane Santos Batista Lustosa  
Patrícia Maria Santos Batista  
Verônica Lourdes Lima Batista Maia  
Evandro Alberto de Sousa  
Igor Alcenor Granja de Moura

**CAPÍTULO 21 ..... 241**

**SEDENTARISMO: ÍNDICE PRESENTE ENTRE GRADUANDOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

José Cícero Cabral de Lima Júnior  
Keila Teixeira da Silva  
Eugênio Lívio Teixeira Pinheiro  
Lidiane dos Santos Fernandes  
João Marcos Pereira de Castro  
Igor Leandro Rodrigues Monteiro  
César Iúryk Biserra Silva  
Sílvia Leticia Ferreira Pinheiro  
Rafaella Bezerra Pinheiro  
Yarlon Wagner da Silva Teixeira  
Andreza Dantas Ribeiro Macedo  
Sheron Maria Silva Santos

**DOI 10.22533/at.ed.45220150521**

**CAPÍTULO 22 ..... 253**

**TREINAMENTO RESISTIDO X ENVELHECIMENTO**

Danieli Tefili Rossa  
Jéssica Pinheiro  
Lia Mara Wibelinger

**DOI 10.22533/at.ed.45220150522**

**CAPÍTULO 23 ..... 261**

**A VIOLÊNCIA NO CONTEXTO ESCOLAR: UM ESTUDO DE CASO EM UMA ESCOLA PÚBLICA DO ESTADO DE GOIÁS**

Leandro Jorge Duclos da Costa  
Cristiane Jesus Fróes Arantes  
Larissa de Oliveira e Ferreira  
Paola Batista Paranaíba  
Roner Soares da Silva  
Alexsander Augusto da Silveira

**DOI 10.22533/at.ed.45220150523**

**SOBRE O ORGANIZADOR..... 273**

**ÍNDICE REMISSIVO ..... 274**

## DANÇANDO NO ESCURO: ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL

*Data de aceite: 06/05/2020*

*Data de submissão: 05/02/2020*

### Súsel Fernanda Lopes

Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP), Faculdade de Ciências,  
Departamento de Educação Física.  
Bauru, São Paulo.

<http://lattes.cnpq.br/6597654017527390> / <https://orcid.org/0000-0002-8321-4906>

### Suelen Cristina Cordeiro

Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP), Faculdade de Ciências,  
Departamento de Educação Física.  
Bauru, São Paulo.

<http://lattes.cnpq.br/8503252269101174>

**RESUMO:** A Educação Física é responsável pelas manifestações da Cultura Corporal de Movimento. E dentre essas manifestações, destacamos as Atividades Rítmicas e Expressivas pela sua possibilidade de trabalho inclusivo em Educação Física Adaptada. Melhorias no refinamento dos movimentos, da expressão corporal e da localização espacial são comprovadas por estudos. E para este estudo traçamos como objetivo proporcionar benefícios psicossociais através de um programa de atividades rítmicas e expressivas inclusivas para um grupo de pessoas com

deficiência visual. Para nortear esta pesquisa, foi elaborado um programa de ensino coletivo-participativo baseado nos fundamentos da dança contemporânea e da Ginástica Para Todos. Participaram desta pesquisa 17 pessoas com deficiência visual (baixa visão/cegos), ambos os sexos, adultos e idosos (20-98 anos), com interesse em atividade física. Durante as aulas foram desenvolvidas tecnologias assistivas para orientar a execução das atividades gímnicas e deslocamento no palco. Sendo criada como finalização do processo de aulas uma composição coreográfica concebida coletivamente e com apresentação inclusiva (narração e legendas). Foram relatadas pelos sujeitos e analisadas pelas pesquisadoras melhorias nos âmbitos: social, motivacional, na mobilidade e expressão corporal. Concluímos então, que os objetivos da presente pesquisa foram alcançados.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora Adaptada. Deficiência Visual. Dança. Inclusão.

### DANCING IN THE DARK: RHYTHMIC AND EXPRESSIVE ACTIVITIES FOR PERSONS WITH VISUAL IMPAIRMENT

**ABSTRACT:** Physical Education is responsible for the manifestations of the Body Culture of Movement. Among these manifestations, we highlight Rhythmic and Expressive Activities

for their possibility of inclusive work in Adapted Physical Education. Improvements in the refinement of movements, body expression and spatial location are confirmed by studies. In this study, we aim to provide psychosocial benefits through a program of inclusive rhythmic and expressive activities for a group of persons with visual impairments. To guide this research, a collective-participative teaching program was developed based on the fundamentals of contemporary dance and gymnastics for all. 17 persons with visual impairment (low vision / blind) participated in this research, both sexes, adults and elderly (20-98 years) and interested in physical activity. During the classes, assistive technologies were developed to guide the accomplishment of gymnastic activities and displacement on the stage. A choreographic composition conceived collectively and with an inclusive presentation (narration and subtitles) was created as a conclusion of the process. Improvements were reported by the subjects and analyzed by the researchers in the following areas: social, motivational, mobility and body expression. We conclude that the objectives of this research have been achieved.

**KEYWORDS:** Adapted Physical Activity. Visual Impairment. Dance. Inclusion.

## 1 | INTRODUÇÃO

As pessoas com deficiência visual apresentam alterações em sua marcha, equilíbrio, lateralidade, coordenação motora, expressão corporal e facial, seja por falta de estímulos, de conhecimento corporal ou de orientações de deslocamento adequadas para sua rotina, como o deslocamento com bengala (FREITAS; CIDADE, 1997). Essas alterações podem afetar o desenvolvimento psicomotor, a autonomia, as relações sociais e a autoestima (FREITAS; CIDADE, 1997). Em alguns casos a pessoa se isola, evitando contato social, ou é isolada pelos próprios familiares, com o objetivo de evitar problemas como quedas, acidentes, a possibilidade da pessoa se perder, entre outros eventos negativos.

No caso de pessoas com ausência de visão (cego) ou diminuição da visão (baixa visão), isso pode implicar na alteração das atividades de vida diária, tornando o indivíduo dependente de outros para um simples deslocamento da cama ao banheiro. Passeios, compras e outras atividades consideradas rotineiras, podem se tornar impossíveis para pessoas com essas alterações sensoriais, não apenas pelo despreparo de muitas cidades e estabelecimentos em tornar seus espaços acessíveis e inclusivos, mas pela falta de autonomia, equilíbrio e lateralidade que permitam uma deambulação segura.

Para qualquer indivíduo, se tornar independente é uma grande conquista. E no caso das pessoas com deficiência, necessita-se de uma equipe multidisciplinar atuando em conjunto, para auxiliá-la a atingir sua independência, como médicos, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionais, psicólogos, entre outros. E no caso do

profissional da educação física, a parcela que lhe cabe é proporcionar um treinamento sadio, que melhore o conhecimento e a expressão corporal desse indivíduo, colaborando para sua autonomia (GORGATTI; COSTA, 2008).

As atividades rítmicas e expressivas não se limitam apenas ao aspecto da dança, englobam jogos, brincadeiras, teatros, mímicas, entre outras atividades da cultura corporal de movimento, usando o ritmo, o tempo e o espaço para se expressar (BRASIL, 1998; BRASIL, 2018). São ferramentas que propiciam melhorias no conhecimento corporal para as pessoas que a praticam, seja por meio de jogos, brincadeiras, das danças, ginásticas ou suas demais vertentes. Essas atividades têm como fundamento básico, o deslocamento no espaço, fazendo uso de diferentes planos (alto, médio e baixo), direções (direita, esquerda, frente, trás e diagonais), além de movimentos como os giros, rolamentos, saltos, entre outras habilidades motoras (LABAN, 1978).

O artigo de Silva, Ribeiro e Rabelo (2008), apresenta resultados quantitativos significativos no uso do Forró como ferramenta de melhoria do equilíbrio estático e dinâmico de pessoas com deficiência visual. Relatando também que puderam observar a evolução e melhoria das relações de interação social proporcionada pelas aulas em grupo, que geraram um ambiente descontraído e convidativo a seus participantes pessoas com deficiência visual (SILVA; RIBEIRO; RABELO, 2008).

Por meio das atividades rítmicas e expressivas conseguimos abordar exercícios funcionais de forma lúdica e recreativa, oferecendo contato social positivo, e removendo o véu de protocolo de reabilitação que impede a participação do indivíduo na escolha das atividades (ALMEIDA et al., 2013). E com a melhora das funções motoras e a interação social proporcionada por um grupo de dança para pessoas com deficiência visual, acredita-se que é possível estimular diversos benefícios biopsicossociais (ALMEIDA et al., 2013).

O objetivo deste estudo foi proporcionar benefícios psicossociais através de um programa de atividades rítmicas e expressivas inclusivas para um grupo de pessoas com deficiência visual. Buscando junto ao grupo os ritmos de interesse que deveriam ser trabalhados durante as aulas, identificando e sanando as situações problema por meio do diálogo com os sujeitos (pessoas com deficiência visual).

## **2 | ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL**

Para que fosse possível a realização deste estudo, foram estabelecidas algumas parcerias essenciais. Inicialmente contatamos o “Lar Escola Santa Luzia para Cegos” em Bauru. Entidade que atende cerca de 100 pessoas com deficiência visual (sendo que algumas pessoas apresentam outras deficiências associadas -

deficiências múltiplas).

O rotariano Benedito Luiz da Silva, apadrinhou o projeto e intermediou o contato com o “Rotary Club de Bauru”, organização internacional que presta serviços humanitários, promovendo a boa vontade. O Rotary Club forneceu o patrocínio para o transporte para as atividades, saindo do Lar Escola Santa Luzia e seguindo até o local das aulas e apresentações.

O Departamento de Educação Física (DEF) cedeu a sala de dança para a realização das aulas às segundas-feiras, das 9am às 11am horas. Espaço amplo, com piso de madeira, barras fixas por toda a extensão da sala, portas amplas, e equipamento de som completo. Além de fornecer acesso a materiais diversos (instrumentos musicais, bolas, pesos, colchonetes, aros etc.). O Departamento também divulgou o programa de monitoria no projeto de extensão para todos os discentes da UNESP por meio convite enviado por e-mail.

Com as parcerias firmadas, deu-se início a busca pelos participantes (pessoas com deficiência visual) e monitores (discentes da UNESP Bauru). O Lar Escola contactou seus usuários e apresentou uma lista de pessoas interessadas na proposta. E os discentes que responderam ao e-mail enviado pela UNESP, foram convidados a participar de um workshop antes do início das aulas do projeto. Com informações sobre o programa a ser desenvolvido, dicas para guiar uma pessoa com deficiência visual e vivências das atividades que posteriormente seriam passadas aos participantes do projeto e guiadas por eles.

Todos os sujeitos que participaram desta pesquisa são maiores de idade (20-98 anos de idade), ambos os sexos. Dos 17 sujeitos encaminhados ao programa, 3 pessoas se desligaram, sendo 2 sujeitos por motivo de saúde e 1 por motivo religioso. Participaram do estudo 13 pessoas com deficiência visual (baixa visão e cegos), sendo que 6 deles apresentavam outras deficiências ou distúrbios do comportamento associados. Foram realizadas 22 aulas práticas com 2 horas de duração cada, 2 atividades extras (atividades aquáticas) e 2 apresentações da composição coreográfica, totalizando 26 encontros.

As atividades propostas no programa, foram pensadas pelas pesquisadoras junto com os sujeitos, para que todos os participantes, independente de idade, gênero ou tipo de deficiência visual (baixa visão, cego ou deficiências múltiplas), pudessem participar. E em momentos onde a atividade não fluía bem, o próprio sujeito podia destacar a dificuldade por ele encontrada, e também propor uma variação adequada as suas necessidades (FUX, 1988).

O programa proposto pelas autoras consiste em uma sequência de atividades em grupo, derivadas das atividades rítmicas e práticas corporais expressivas, edificadas nos elementos estruturantes da Dança Contemporânea (FUX, 1988; LABAN, 1978) e da Ginástica Para Todos (GPT – SOUZA, 1997).



A proposta foi dividida em 6 fases que se entrelaçam. As aulas de cada fase apresentam elementos e objetivos específicos a serem trabalhados. Propondo algumas formas de trabalho direcionais para os fundamentos, seguindo com atividades que combinem os fundamentos desenvolvidos anteriormente, numa proposta de assimilação, aprendizagem, refinamento e automatização do movimento corporal.

Destacamos abaixo as 6 fases rítmico-expressivas do programa:

**1) Estabilização muscular:** Exercícios de flexibilidade, treino funcional proprioceptivo e fortalecimento muscular global;

**2) Exploração do corpo no espaço:** Fundamentos da dança e GPT, como giros, rolamentos, planos, níveis e deslocamentos e saltos;

**3) Sonoridade e percussão corporal:** Uso de instrumentos e sons produzidos com o corpo para enfatizar o movimento realizado, orientar o ritmo e auxiliar na localização dos colegas;

**4) Processo expressivo:** Atividades que permitam a livre expressão, como rodas de conversa, artes plásticas, e diferentes ambientes;

**5) Processo criativo:** Desenvolvimento de composições coreográficas e musicais durante as aulas, estimulando a colaboração e a criatividade;

**6) Dança:** Desenvolvimento e apresentação de uma composição coreográfica coletiva como produto final do processo de aulas.

As aulas foram guiadas pela audiodescrição. Verbalizando de maneira clara e bem articulada toda a situação a ser experimentada: o ambiente; as pessoas; o material a ser usado; a finalidade da atividade; a atividade em si; e como o corpo pode se movimentar para realizá-la. Caso houvesse necessidade, os sujeitos recebiam apoio individual de um monitor, que orientava verbalmente e auxiliava o movimento com uso do toque. A demonstração por toque pode ser mútua (professor ↔ aluno), sempre informando ao sujeito que ele será tocado, em qual parte do corpo, e por quem. Após as correções e adaptações necessárias, a atividade era realizada com música de acordo com o plano de aula.

### 3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

As informações aqui apresentadas foram baseadas nos planos de aula desenvolvido pelas pesquisadoras, adaptados junto aos sujeitos, e coletadas por meio de rodas de conversa sobre as aulas, inquérito verbal individual acerca de assuntos específicos (entrevistas), e da análise de vídeos e fotografias registradas no decorrer do programa. Esses dados foram sistematizados de acordo com as 6 fases de desenvolvimento do programa, exemplificando atividades e variações.

### 3.1 Estabilização muscular

Para um controle corporal adequado e um deslocamento espacial com qualidade e segurança, o indivíduo necessita de uma preparação muscular, com exercícios que proporcionem uma melhora na flexibilidade e no tônus muscular.

#### Mobilização articular e fortalecimento:

Membros inferiores: Agachamentos seguindo um padrão rítmico.

Variações do movimento:

- As duas mãos apoiadas na barra, ou uma mão apoiada na barra, com o corpo lateralizado (bilateral).
- Brincadeira de “Vivo ou Morto”, substituindo o comando verbal por uma palma, uma pisada ou um assobio.

Membros superiores: Flexões seguindo um padrão rítmico.

Variações do movimento:

- “Chamada”, deitados em decúbito ventral ao ser chamado pelo nome, estende os cotovelos, mantendo o quadril no chão e pernas estendidas, permanece na posição por três segundos e em seguida flexiona.
- “Imitando lobos”, em 4 apoios, sendo que antes de uivar os “lobos” devem “mergulhar” o tronco (flexionando os cotovelos) e em seguida estender o tronco, apontando o “focinho” para a lua.

Tronco: Abdominais simples seguindo um padrão rítmico.

Variações do movimento:

- “Morto muito louco”, deitado em decúbito dorsal no chão, quando o volume do som for aumentado, levantam-se, se possível sem apoio das mãos, imitando um zumbi, quando o som diminui deitam-se novamente.
- “Travessia da minhoca”, deve-se atravessar a sala de dança, sem auxílio dos membros, usando apenas movimentos de tronco.

#### Flexibilidade

Foram realizados alongamentos globais usando equipamentos como a barra, bolas suíças, e brincando de “batata quente”, substituindo a bola por um lenço de medalhas, usado em dança do ventre, para facilitar a localização:

- Sentados em roda, com as pernas estendidas e pés afastados, o pé direito deve tocar o pé esquerdo do vizinho à sua direita, e o pé esquerdo deve tocar o pé direito do vizinho à sua esquerda. O lenço é colocado em um dos

pés de um dos participantes, que deve pegá-lo, sem fletir os joelhos, e colocá-lo no pé oposto, tocando no pé do vizinho para passar a “batata”.

- Deitados no chão, em decúbito dorsal, com os braços estendidos e as mãos dadas. O lenço (“batata”) sai da mão de um dos participantes, que deve levar o lenço a mão oposta, tocando a mão do vizinho, que segue com a brincadeira.

### Equilíbrio

Atividades que beneficiem o equilíbrio, por meio da melhoria do padrão de recrutamento de fibras musculares. Deslocamento anteroposterior e lateral; posicionar-se (estático) ou deslocar-se (dinâmico).

- Equilibrar-se sentado na bola suíça, fazendo variação do apoio dos pés como um jogo (bipodal, monopodal).
- Equilíbrio em um pé só, “avião”, com e sem auxílio da barra.
- “Andar sobre a trave”, colocando um pé na frente do outro, usando como “trave” a guia da calçada, ou o piso-guia de palco.

## **3.2 Exploração do corpo no espaço**

Com o intuito de melhorar a localização espacial e a autoconfiança no deslocamento. O sujeito deve estar disposto a explorar as possibilidades que o ambiente e seu corpo oferecem. Nesta fase, foram adicionados implementos gímnicos, como arcos e bolas, além de atividades relacionadas aos elementos estruturantes da dança, como níveis, direções, dimensões e deslocamento.

### Níveis

- “Cabeça, ombro, joelho e pé”, após a introdução da brincadeira comum, foi proposto que com a palavra cabeça, os participantes deveriam saltar com os braços juntos ao corpo. Na palavra ombro, deveriam tocar os ombros com as mãos elevando os cotovelos. Na palavra joelho, deveriam fletir os joelhos a 90° graus, como se estivessem sentados em uma cadeira e tocar os joelhos. E na palavra pé, deveriam sentar-se no chão, estender as pernas a frente e tentar tocar os pés.
- Apresentação do tecido (tecido em cetim azul 6x6m). Os participantes foram convidados a deitar em decúbito dorsal no chão, com pernas e braços estendidos, para uma proposta de relaxamento. Foi colocada uma música calma e após um minuto de música, o tecido foi puxado, cobrindo todos os participantes. Com auxílio dos monitores, o tecido foi movimentado em ondulação, e solicitado que um a um os participantes saíssem de baixo do

tecido e se posicionassem para movimentá-lo também. Sendo que deveriam ondular o tecido desde o plano baixo, até o plano alto (do joelho até acima da cabeça). Após todos saírem, foram conduzidos a passar em pé ou com tronco levemente fletido por baixo do tecido.

### Direções

As direções foram trabalhadas desde o primeiro dia de aula com o reconhecimento da sala de dança (orientações verbais). Esse elemento teve contribuição fundamental para a introdução de coreografias mais complexas.

- “Campo minado”, os participantes se posicionaram na barra, distantes um do outro por toda a volta da sala. Os participantes deveriam dar um passo para a direção que fosse falada. Quem erra “pisou na mina” e deve substituir a professora, falando as direções, até que alguém erre novamente.
- Estafeta, os participantes se posicionam em fila mantendo uma mão no ombro da pessoa a sua frente. O primeiro da fila, fala uma direção e dá um passo para a direção citada, os sujeitos atrás repetem o movimento na mesma direção. Quem erra, assume a liderança da fila. Se ninguém errar, o primeiro na fila segue para a última posição após cinco movimentos, deixando o participante seguinte assumir.

### Tablado

Uma das vivências mais proveitosas foi realizada no tablado de ginástica. Devido a maciez do piso, os participantes tiveram maior confiança em realizar movimentos como giros, rolamentos, saltos (com trampolim e queda no colchão), e cambalhotas.

- Chegada dos participantes, apresentação e reconhecimento do espaço e implementos (bolas, arcos, colchão, trampolim, trave, entre outros), e uma explanação sobre a ginástica de solo e experimentação de alguns elementos gímnicos supracitados.
- “Caça ao Tesouro”, os participantes circularam pelo espaço, com passadas firmes, prestando atenção no som dos companheiros para localizá-los. Os participantes com baixa visão foram convidados a usar vendas, para uma “caçada” justa. Os implementos foram espalhados pelo espaço, no mesmo número de participantes. Quem achava um implemento deveria sinalizar verbalmente e aguardar ao lado do tablado.
- Após todos possuírem implementos em mãos, eles foram divididos em três grupos, de acordo com o implemento que cada um encontrou. Foi feita a proposta que cada grupo deveria criar, ensaiar e apresentar uma composição coreográfica utilizando o implemento na coreografia e os elementos gímnicos realizados anteriormente. Os três grupos aceitaram e cada grupo

recebeu um monitor para colaborar na atividade. Após alguns minutos para conversa e ensaio as coreografias foram apresentadas.

### 3.3 Sonoridade e Percussão corporal

Esse elemento foi usado em diversas atividades e coreografias desenvolvidas durante esta pesquisa e em toda o programa. Auxilia na compreensão do ritmo e tempo de movimento. Estar atentos a sons de pisadas, palmas, assobios, voz e até o som da respiração colabora na localização dos colegas e evita encontrões.

- “Encontro às escuras”, é uma atividade que consiste em se deslocar pela sala, em silêncio absoluto, emitindo som com as passadas. Participantes com baixa visão foram convidados a fazer uso de venda. Eles percorreram o espaço sem trombar com os colegas, orientando-se pelo som emitido pelos outros participantes. A mesma atividade foi repetida substituindo o som das passadas por som de palmas.
- Música Minimal, como jogo de musicalização e descontração em equipe. Nessa atividade usa-se apenas vocalizações e a percussão corporal para compor uma música coletivamente.
- Exploração de instrumentos disponíveis no local, como bumbo, afoxé, pandeiros, surdo, atabaques, chocalhos de lata, castanholas, caxixis, tantan, triângulo e guizos.

### 3.4 Processo expressivo

Para obter melhorias na expressão corporal e facial foram utilizadas algumas temáticas diferentes, para atender diferentes tipos de corpos, pessoas e estímulos. Com diferentes propostas de atuação da expressão, como a expressão verbal, experimentação corporal, transmissão de informações sensoriais e expressão artística.

#### Rodas de conversa e entrevistas

Realizada em todas as aulas, no início e no fim. Ao chegar, o bate papo começava pela professora, com explicações sobre as músicas, atividades e a finalidade delas, além de orientações quanto as próximas aulas. Era solicitado aos sujeitos que relatassem suas experiências com as atividades propostas na aula, sua aplicação na vida diária e social, e alterações percebidas por eles. Ao término das aulas, durante o lanche, num formato mais descontraído, professora e monitores, conversam individualmente ou em pequenos grupos, acerca das atividades do dia e assuntos variados. Essa atividade deu abertura para que os participantes procurassem a professora e os monitores para relatar situações vividas no dia a dia,

dificuldades, desabafos e relatos sobre as alterações percebidas em seus corpos e mentes.

### Arteterapia

Em parceria com o professor de artes plásticas José Laranjeira, da Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação (FAAC) da UNESP Bauru, tivemos acesso a uma aula guiada pelo mesmo sobre argila e modelagem, que aconteceu no laboratório e ateliê didático do Departamento de Artes, com música de fundo para ambientar os participantes ao relaxamento e ao lazer.

Os sujeitos receberam orientações sobre a argila, história, usos e manipulação. Cada participante recebeu uma peça de 1 kg de argila para manipular pensando nas aulas. Professora e monitores conversaram com os participantes, um a um, colhendo informações sobre a manipulação e os movimentos que se encaixariam numa coreografia. A partir dessa coleta, iniciou-se o processo de síntese das ideias dos participantes para construir uma composição coreográfica final.

### Diferentes ambientes

Proporcionar a variação do ambiente de aula colaborou com a autoconfiança dos sujeitos para com o deslocamento corporal e autonomia. Durante esta pesquisa foram realizadas atividades e estímulo ao uso autônomo dos seguintes espaços:

- Sala de dança, hall e banheiros anexos (DEF);
- Área externa a sala de dança, calçadas, jardim e gramado (DEF);
- Tablado de ginástica (DEF);
- Laboratório aquático (piscina) e vestiários (DEF);
- Ginásio (quadra poliesportiva) e arquibancadas (DEF);
- Laboratório ateliê de modelagem em argila (FAAC);
- Teatro Municipal “Celina Lourdes Alves Neves” (Bauru / SP).

## **3.5 Processo criativo**

O processo criativo foi entrelaçado em todas as fases do programa, estimulando a liberdade de expressão, a apresentação, discussão e inclusão das propostas citadas pelos participantes, a valorização dos movimentos realizados por eles, e o desenvolvimento de composições coreográficas. A todo o momento os participantes foram estimulados a darem suas opiniões e agregar novas ideias as aulas e atividades, usando da imaginação, criatividade e experiências prévias.

- “Qual é a música?” Divididos em três grupos, os participantes escolhiam

uma música popular para reproduzi-la, fazendo uso de instrumentos sem uso do canto, a voz poderia ser usada apenas como instrumento, ou seja, vocalizações, assobios etc. Após a apresentação de cada grupo, a plateia (participantes dos outros grupos e monitores) tentavam acertar qual a música interpretada, como num jogo de adivinhação.

- Em diversas oportunidades os sujeitos eram questionados sobre qual solução eles dariam aos problemas encontrados. Desde a escolha de músicas que agradassem a maioria dos participantes, até a solução para dificuldades na realização das atividades. Com o tempo, o grupo foi se acostumando a colaborar uns com os outros. Expressando-se mesmo sem ser solicitado, explicitando suas vontades, pensamentos e ideias para inovar os jogos, as atividades e construir composições musicais e coreográficas. Criando e aperfeiçoando uma sequência de músicas e movimentos para chegar a um produto final que agradasse ao grupo. A troca de experiências entre os sujeitos, trazendo memórias da infância, da rotina ou das aulas anteriores foi de grande valia ao grupo.

### 3.6 Dança

O processo de desenvolvimento da composição coreográfica final foi um trabalho árduo, porém muito prazeroso, que envolveu a todos participantes do projeto. Durante esse processo foi necessário o desenvolvimento do piso-guia de palco, para melhor orientar os participantes com relação as dimensões do palco. O piso-guia de palco (figura 1), surgiu da dificuldade de localização espacial em ambientes em que não houve o tempo adequado para assimilação do espaço. A partir disso, usamos feijões velhos e fita adesiva para traçar no piso o caminho a ser percorrido e delimitar o espaço da coreografia.



Figura 1. PISO-GUIA DE PALCO: Piso tátil feito de feijões velhos e fita adesiva, podendo ser substituído por barbante ou miçangas. (DETALHE: imagem do piso aproximada).

Fonte: Arquivo das pesquisadoras. Fotografia: Cláudio Júnior [10/abr./2017].

A composição coreográfica recebeu o nome de “Dançando no Escuro: O espetáculo”. A história foi baseada na vida da integrante mais velha do grupo, Vó Inah (96 anos). O tema, as músicas, materiais a serem manipulados e os movimentos foram escolhidos e aperfeiçoados coletivamente, através de reuniões de planejamento, aplicação das propostas e aperfeiçoamento das mesmas para sanar problemas e minimizar dificuldades.

A inclusão da plateia também foi pensada pelo grupo. O espetáculo recebeu a audiodescrição dos materiais usados, sua manipulação, entradas e saídas de palco. Esses áudios foram gravados de forma a intercalar narrativa e músicas. Para a parcela da plateia deficiente auditiva, foi adicionada uma apresentação em vídeo, exibida em um telão no palco, com cenas relacionadas a história contada e legenda da narração. Em um momento da coreografia, os participantes usaram Libras (Língua Brasileira de Sinais) para cantar o refrão da música “Eu Amei Te Ver” (Tiago Iorc).

Muitas pessoas acompanharam o programa, seja observando as aulas, seguindo por rede social *Facebook*, ou por meio das discussões em sala de aula acerca dos projetos de extensão desenvolvidos na UNESP. Todos se surpreenderam e se alegraram quando foi anunciada a estreia do espetáculo no palco do Teatro Municipal de Bauru “Celina Lourdes Alves Neves”, seja lendo no jornal ou assistindo as entrevistas dos participantes na televisão. Essa reação aconteceu não só dentro da universidade, mas também nas famílias e pessoas do círculo social dos participantes, atuando diretamente nas relações sociais dos sujeitos.

#### 4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

O programa foi desenvolvido e aplicado com empenho pelas pesquisadoras, monitores e sujeitos. E os resultados do programa de atividades rítmico-expressivas foram aos poucos sendo relatados pelos participantes, monitores, profissionais do Lar Escola e familiares. Melhorias no convívio e interação social, na autoestima, autoconfiança, no equilíbrio e na mobilidade corporal foram evoluindo positivamente e sendo apontados durante todo o processo desta pesquisa. As pesquisadoras analisaram esses relatos fazendo uso de fotos e vídeos de aula, comparando o “antes e depois” das atividades. Dados esses que apontam para reflexões acerca dos benefícios da inclusão, do convívio com a diversidade humana e da importância da interação social.

A boa divulgação do projeto (mídias jornalísticas e redes sociais), proporcionou respostas sociais positivas para os participantes do projeto, como a valorização da pessoa com deficiência no círculo familiar e nos círculos de amizade. E auxiliou no contato com outros pesquisadores na área da dança inclusiva, para que assim pudéssemos compartilhar os conhecimentos adquiridos com esta pesquisa, sendo



possível reproduzir algumas das propostas apresentadas por esta pesquisa.

Consideramos que os objetivos desta pesquisa foram alcançados, e concluímos que a dança inclusiva proporciona benefícios psicossociais para as pessoas com deficiência visual.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Bianca M. de et al. **Efeito das atividades rítmicas nas habilidades motoras de paciente atáxico: um estudo de caso.** 2013. Disponível em: [<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/3900/2753>]. Acesso em: 15 ago. 2017.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física, 3o e 4o ciclos.** Brasília, 1998. v. 7.

BRASIL. Ministério da Educação; Secretaria de Educação Básica; Conselho Nacional de Educação; Câmara de Educação Básica. **Base Nacional Comum Curricular.** Brasília, DF: MEC/SEB, 2018. Disponível em: <[http://basenacionalcomum.mec.gov.br/wpcontent/uploads/2018/04/BNCC\\_19mar2018\\_versaofinal.pdf](http://basenacionalcomum.mec.gov.br/wpcontent/uploads/2018/04/BNCC_19mar2018_versaofinal.pdf)>. Acesso em 05 ago. 2018.

FREITAS, Patrícia Silvestre de; CIDADE, Ruth Eugênia Amarante. **Noções sobre educação física e esporte para pessoas portadoras de deficiência: uma abordagem para professores de 1º e 2º grau.** Uberlândia: Gráfico Breda, 1997. 86p

FUX, Maria. **Dançaterapia.** 2. ed. São Paulo: Summus, 1988.

GORGATTI, Márcia Greguol; COSTA, Roberto Fernandes da. Atividade Física e Deficiência Visual. In: GORGATTI, Márcia Greguol; COSTA, Roberto Fernandes da. **Atividade Física Adaptada: Qualidade de Vida Para Pessoas Com Necessidades Especiais.** 2. ed. São Paulo: Manole, 2008. Cap. 2.

LABAN, R. **O Domínio do Movimento.** São Paulo: Summus, 1978.

SILVA, Cristiane Ap. Carvalho; RIBEIRO, Grazielle Machado; RABELO, Ricardo José. **A influência da dança no equilíbrio corporal de deficientes visuais.** *Movimentum*, Ipatinga - MG, Unileste, v.3, n.1, Fev./Jul. 2008.

SOUZA, Elizabeth Paoliello Machado de. **Ginástica Geral: Uma área do conhecimento da Educação Física.** 1997. 163 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, Campinas, 1997.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

Adaptações corporais 182, 188

Adolescentes 1, 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 23, 25, 26, 38, 40, 41, 42, 43, 51, 52, 53, 88, 95, 96, 98, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 118, 120, 121, 122, 123, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 139, 140, 141, 142, 143, 145, 147, 262, 264, 265, 270, 272

Aptidão física 39, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 89, 141, 142, 145, 146, 151, 154, 155, 156, 159, 167, 168, 194, 204, 239

Aquathlon 149, 151

Atividade física 2, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 25, 26, 41, 42, 43, 51, 52, 53, 55, 67, 140, 141, 145, 146, 147, 149, 151, 152, 158, 164, 165, 166, 167, 171, 173, 178, 180, 181, 186, 187, 188, 194, 196, 198, 199, 201, 202, 204, 205, 206, 207, 210, 211, 212, 213, 216, 217, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 231, 235, 236, 238, 239, 251

Atividade motora adaptada 55

### B

Brincadeiras 32, 34, 35, 36, 38, 40, 52, 57, 81, 101, 103, 126, 127, 128, 129, 130, 132, 133, 135, 136, 137, 142, 268

### C

Circo 78, 79, 81, 83, 84, 85, 86

Comportamento sedentário 41, 52, 151, 225, 242

Comunidades tradicionais 229

### D

Dança 55, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 64, 65, 66, 67, 81, 82, 103, 172, 176, 177, 179, 235, 236, 239

Deficiência visual 55, 56, 57, 58, 67

Desempenho cognitivo 262

Desenvolvimento infantil 26, 72

Desenvolvimento motor 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 32, 36, 37, 38, 52, 53, 88, 93, 95, 141, 146, 147, 151, 247

### E

Educação física 2, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 34, 35, 36, 37, 38, 41, 42, 43, 44, 48, 53, 55, 57, 58, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 76, 77, 78, 80, 81, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 90, 93, 94, 97, 104, 115, 116, 120, 124, 129, 130, 140, 142, 144, 146, 147, 150, 152, 155, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 175, 177, 178, 179, 180, 181, 188,

204, 206, 210, 228, 232, 241, 242, 243, 245, 247, 248, 251, 261, 263, 265, 266, 267, 268, 271, 273

Educação física escolar 31, 37, 41, 42, 53, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 78, 81, 85, 86, 87, 88, 90, 124, 247, 248, 263, 265, 273

Educação infantil 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 88, 138, 265

Envelhecimento 171, 172, 178, 180, 202, 203, 204, 205, 214, 216, 218, 219, 224, 227, 228, 237, 253, 254, 255, 258, 259, 260

Escolares 1, 5, 10, 14, 23, 24, 26, 27, 39, 40, 41, 43, 44, 45, 47, 51, 52, 53, 80, 265

Esporte de base 96, 98, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 112, 113, 122

Estágio 20, 21, 22, 28, 29, 30, 31, 32, 34, 37, 38, 50, 53

Estudantes 3, 4, 5, 6, 7, 80, 241, 242, 243, 244, 246, 247, 251, 252, 262, 265

Exercício físico 51, 53, 186, 187, 192, 194, 196, 197, 198, 199, 200, 204, 205, 211, 218, 219, 225, 235, 246, 249, 250, 251, 256, 273

## **F**

Funcionalidade 168, 253

## **G**

Ginástica artística 87, 88, 90, 93, 94, 95, 120

## **H**

Hidroginástica 103, 148, 149, 150, 151, 177, 178

## **I**

Idosos 55, 149, 150, 169, 170, 171, 172, 173, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 202, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 210, 211, 212, 213, 214, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 227, 228, 238, 239, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 264

Inatividade física 2, 202, 203, 205, 210, 214, 218, 228, 242, 245, 246, 251

Inclusão 4, 19, 26, 38, 42, 55, 64, 66, 70, 96, 99, 100, 104, 112, 114, 123, 124, 142, 151, 176, 195, 205, 219, 225, 243

## **J**

Jogos 2, 32, 34, 35, 36, 38, 40, 42, 52, 57, 65, 73, 74, 80, 81, 101, 103, 126, 127, 128, 129, 130, 132, 133, 135, 136, 137, 139, 141, 142, 161

## **L**

Lutas 42, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 80, 81, 102, 103

## **M**

Manifestações religiosas 230

Maturação sexual 39, 40, 43, 44, 45, 47, 49, 50, 52, 53

Mialgia 192

Militares 153, 154, 155, 156, 158, 159, 160, 161, 163, 165, 166, 167, 168

Mini-tênis 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145

Músculo 12, 184, 253, 255, 256, 257

## **N**

Natação 103, 111, 112, 120, 123, 148, 149, 150, 151, 152

## **P**

Políticas públicas 70, 96, 97, 98, 100, 102, 103, 104, 105, 114, 115, 118, 122, 123, 124, 125, 187

Práticas corporais 58, 77, 78, 103, 251, 265

Processo evolutivo 182, 183, 184, 187

Produções culturais 126, 128, 129, 130, 131, 133, 134, 137

Psicomotricidade 30, 34, 37, 87, 88, 94, 95

## **Q**

Qualidade de vida 2, 26, 53, 67, 149, 151, 152, 153, 155, 165, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 176, 178, 200, 211, 216, 217, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 226, 227, 228, 229, 231, 232, 238, 239, 241, 243, 251, 253, 255, 258, 273

## **S**

Salto vertical 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23

Serviços de saúde escolar 26

Smartphone 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 23

## **T**

Trabalhador 159, 164, 192, 200

Treinamento de força 186, 253, 257, 258, 260, 273

## **V**

Violência 40, 72, 163, 261, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272

 **Atena**  
Editora

**2 0 2 0**