

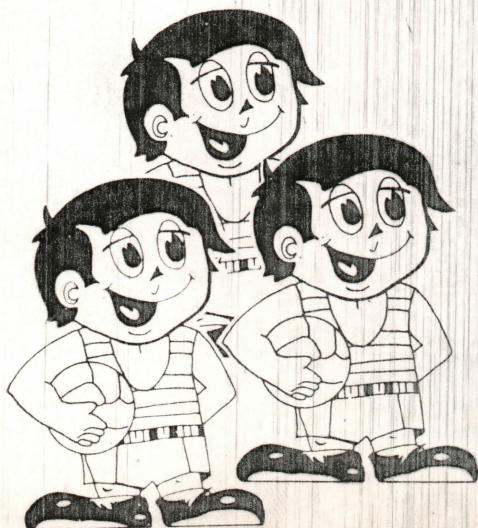


MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E CULTURA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS

Dr. Alfredo G. de Faria Junior
Matrícula 2870

Flávia Faissal de Souza
Rua Marino da Costa, 104 Apt° 103
Jardim Guanabara Tel: 393-7297
RG: L.P. 9403864 MEC - RJ

EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O EXCEPCIONAL



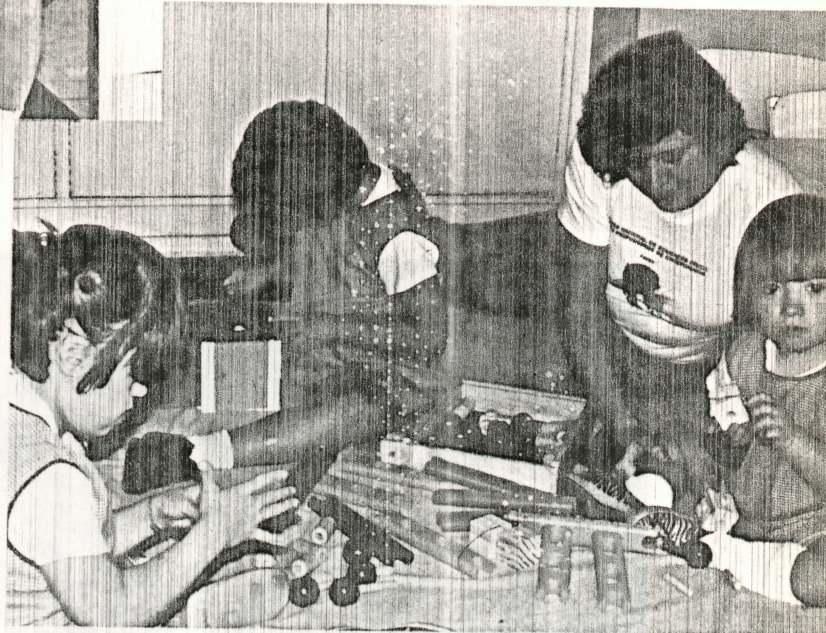
SEED/MEC
1982



A Secretaria da Educação Física e Desportos do Ministério da Educação e Cultura agradece ao autor, Prof. Vilsón Bagatini e colaboradores desta obra destinada aos Deficientes Físicos a autorização para publicação deste excelente trabalho, que virá enriquecer a bibliografia nacional e permitir aos especialistas brasileiros familiarizarem-se com os princípios do esporte para deficiente e suas aplicações práticas.



eu quero vencer...



***se não for possível,
ao menos
deixa-me tentar***

Prof. Vilson Bagatini





Dedico: a minha esposa, Lurdes e a meu filho
Rafael (7 anos), gente miuda como você.

"Quando eu e meu filho brincamos, percebo que o faço mais feliz que todos os seus brinquedos"

Declaração universal dos direitos da criança	1
Fundamentação sobre o excepcional	7
Etiologia da deficiência mental e da lesão cerebral	11
Como iniciar um trabalho de estimulação precoce	13
Atividades de estimulação precoce	17
Como fazer material de educação física com ajuda dos alunos	27
Psicomotricidade (teoria)	29
Consciência corporal	33
Psicomotricidade (exercícios)	45
Como organizar uma sessão de educação física para alunos excepcionais e deficientes mentais	57
Adaptação de circuitos esportivos	59
Modelo de treinamento em circuito	65
Relaxação	73
Aprendendo o Dó, Ré, Mi	77
Jogos recreativos	79
Atividades desenvolvidas com bolas de borracha	83
Trabalho desenvolvido com cordas	89
Relação do material necessário para aplicar o teste	93
Interesse do exame psicomotor	95
Coordenação visomotora	
Coordenação dinâmica	
Controle do próprio corpo	
Imitação de gestos simples (1ª parte)	
Imitação de gestos simples (2ª parte)	
Organização perceptiva	
Linguagem (memória imediata e pronúncia)	
Exame psicomotor (segunda infância)	
Coordenação dinâmica geral	
Equilíbrio (coordenação estática)	
Rapidez (prova de pontear do M. Stambak)	
Organização do espaço (orientação direita-esquerda)	
Estrutura espaço-temporal	
Observação da lateralidade	
Sincinesia-paratonia	
Atendimento individual na área psicomotora (1ª infância)	
Atendimento individual na área psicomotora (2ª infância)	
Labirinto — Coordenação dinâmica das mãos (Ozeretski)	
Ficha de avaliação	

DECLARAÇÃO UNIVERSAL DOS DIREITOS DA CRIANÇA

Nações Unidas, 1959

- Toda criança gozará de proteção especial.
- Toda criança tem direito a um nome e a uma nacionalidade.
- Toda criança tem direito aos benefícios da Previdência Social.
- Toda criança e toda mãe tem direito a cuidado e proteção especial.
- Toda criança tem direito a alimentação, habitação, recreação e assistência médica adequada.
- Toda criança tem direito a educação.
- Toda criança precisa de amor e compreensão e deve ser criada junto de seus pais.
- A Declaração Universal dos Direitos da Criança precisa ser cumprida. . .

Colaboração:
Prof. Vilson Bagatini



Meu Pai, Tu que me criaste como o teu filho, ajuda-me a me aceitares como sou. Sou dependente, pequeno para alguns, grande, porém a teus olhos. Senhor, sou cheio de deficiências. Mas, eu preciso de uma oportunidade. Não pelo compaixão. Não desejo pena. Quero, a meu modo, colaborar. Não importa o lugar a mim destinado na construção, desde que ajude a erguê-la. Não me destes muitos talentos, mas os que possuo, farei frutificar. Senhor, faze que me encarem como uma pessoa, um irmão. Desejo dar aos outros o amor que de mim brota e que, às vezes, não sou capaz de demonstrar. Ajuda-me a viver sem muletas, como uma pessoa digna e honesta.

Ensina-me a trabalhar pelo engrandecimento do meu País.

Ajuda-me a mostrar nos olhos a pureza e a gratidão por existir. Ainda que fraco, possuo a força de querer vencer.

Faze-me digno daqueles que confiam em mim e estão dispostos a me ajudar. Sou como plantinha verde, a que precisam regar e cuidar, para tornar-me árvore. Mas, mais tarde oferecerei sombra.

Senhor, quero ser útil aos outros.

Talvez eu não possa falar, mas quero sorrir.

Talvez eu não ouça, mas possa cantar.

Talvez eu não possa ver, mas acarinhar, com minhas mãos sinceras.

Talvez eu não consiga aprender muito, mas saberei amar.

Senhor, faço-Te um apelo: não desperdices a minha vida!

Ajuda-me a desenvolver o máximo minhas potencialidades, a expandir meus horizontes. A ter um lugar ao sol.

Lembra-Te de que disseste: "Deixar vir a mim os pequeninos". . .

Quero ir ao Teu encontro, Senhor!

MENSAGEM

Dora Schifini Contieri

"Dizes que sou o futuro. . . Não me desampares no presente. . ."

Para que realmente possamos esperar alguma coisa da criança de hoje precisamos:

- dedicar-nos a ela com amor e afeição;
- nela pensar com carinho e compreensão.
- para ela nos dirigir com segurança e ação.

A todas as crianças devemos estender nossa mão, e nós, que trabalhamos com a criança excepcional, também a esta incluímos em nossas lembranças trazendo esta mensagem:

— o excepcional é um ser limitado, mas nele encontramos potencialidades que se trabalhadas, servirão para desviá-lo da marginalização da sociedade, integrando-os no trabalho e na vida comunitária.

— o excepcional antes de ser um excepcional é uma criatura humana e como tal tem direito a um atendimento, a uma educação. (Lei 5.751 de 14/05/69).

— o excepcional merece e precisa de um professor especializado, que melhor conhecendo-o, e melhor dominando as técnicas do trabalho dentro da especialização, possa realmente, com firmeza, segurança, dedicação e amor, conduzi-lo a se tornar um ser participante e integrado na sociedade.

Por tudo isto, e porque acreditamos no trabalho de um bom professor junto ao excepcional, é que a vós nos dirigimos com os nossos respeitos e nossos agradecimentos, solicitando a divulgação do Curso de Formação para Professores em Educação Especial.

CRIANÇA



Meiga como uma flor, espelha-se
Em teus olhos: a singeleza de uma alma pura
Em teus movimentos a graça e a poesia
Em teu sorriso a sinceridade.
Em todo o teu ser: — o amor;
Tudo em ti nos lembra
O bom e o belo
Em ti tudo nos lembra
O bom e o belo
Em ti tudo nos lembra a confiança e a esperança
Perto de ti sentimos
Que precisamos ser puros e bons
Porque perto de ti sentimos
O quanto vale a vida
Vivida como uma vida de criança.

CRIANÇA EXCEPCIONAL

Dora S. Contieri

Para ti queremos ser
— a professora amiga
que saiba te oferecer amor e carinho,
mesmo quando
Com nada nos possa gratificar;
— a professora inteligente
que saiba te proteger, oportunizando-te crescimento,
desenvolvimento de tuas possibilidades;
— a professora compreensiva
que saiba aceitar-te nas carências,
porque és como és — e não como querias.

CRIANÇA EXCEPCIONAL

Dora. S. Contieri



És diferente,
Mas és.
Tens limitações,
mas também tens potencialidades.
És mais difícil,
mas o difícil também é nossa tarefa.
Antes de tudo, porém, és uma pessoa humana.
E, como tal, mereces
Nossa dedicação,
Nosso trabalho,
Nosso amor
Mereces — Educação.

SER PROFESSORA DE EXCEPCIONAL



Entre tantas crianças
Te apresentas assim... um tanto estranha e diferente
Talvez porque não enxergues,
ou porque não ouças
ou ainda porque
Tua capacidade mental deficiente
Não permite acompanhar o crescimento normal do cotidiano
Mas afinal — quem és?
— Um excepcional
Que hoje é uma criança, amanhã um homem.
E, neste caminho a trilhar,
Queremos, como professora e amiga,
Te ajudar.
Dando-te: carinho, amor e compreensão.

SOU UM EXCEPCIONAL



Comecei como tu
Tornei-me diferente.
Diferente eu sou;
Distanciado não quero ficar.
Ache-me a mim
Preciso alegrar-me com teu carinho
Preciso aquecer-me com teu calor
Preciso que me alentes nas resvaladas
Preciso que me leves até onde eu sozinho não posso chegar.
Preciso que venhas a mim
Porque a vida só me será possível
Se possível for eu sentir o teu amor
Se tu quiseres dar-me do muito que preciso
o mínimo que mereço
Educa-me,
Olha-me com carinho,
Trata-me com amor.
Ache-me a mim: eu preciso de ti,
— Pois eu sou um excepcional.

EU

(Ao ser excepcional)

Jurema Kalua Vianna Potrich

Eu sou assim,
sincero,
espontâneo,
leal.

Eu peço a ti,
que sorrias,
que me aceites como eu sou,
que me guies com amor.

Eu gosto sim,
de sorrir e participar,
de ouvir e ser ouvido,
de amar e ser amado.

Eu posso enfim,
viver,
amar,
ser feliz!



ÉS COMO ÉS

Dora S. Contieri

Quer física, psicológica ou socialmente

És super ou sub-dotada.

És um excepcional.

— Por que causas?

Uma, algumas, várias,

Pré, para ou post-natais.

Não importa,

A verdade é que — és como és — e não como querias ou poderias ser.

Mas nós te aceitamos, criança excepcional,

Te aceitamos e trabalhamos por ti

— interessamo-nos por ti,

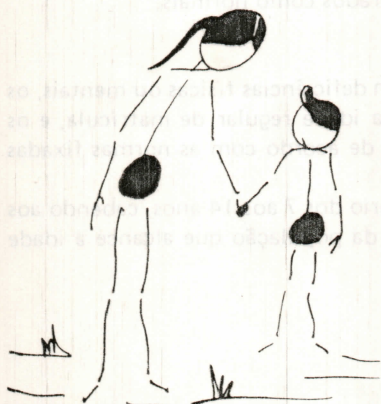
— batalhamos por ti,

Porque sabemos tuas limitações,

mas acreditamos nas tuas potencialidades

E queremos te ajudar a crescer,

No que és capaz.



FUNDAMENTAÇÃO SOBRE O EXCEPCIONAL

Prof. Vilson Bagatini



No Brasil os objetivos da Educação, em linhas gerais são:

1. O desenvolvimento das potencialidades do Educando.
2. Como elemento da **auto realização**.
3. **Qualificação para o trabalho**.
4. Preparo para o exercício consciente da cidadania.

E para a Educação Especial:

Tem idênticos objetivos, e se preocupam com o atendimento aos excepcionais — aqueles que se desviam dos padrões comuns, considerados como normais.

Lei Federal 5692/71.

No seu Artigo 9º — os alunos que apresentem deficiências físicas ou mentais, os que se encontram em atraso considerável quanto a idade regular de matrícula, e os superdotados, deverão receber tratamento especial, de acordo com as normas fixadas pelos competentes conselhos de Educação.

Artigo 20 — o ensino de 1º grau será obrigatório dos 7 aos 14 anos, cabendo aos municípios promover anualmente, o levantamento da população que alcance a idade escolar e proceder a sua chamada para a matrícula.

EXCEPCIONAL

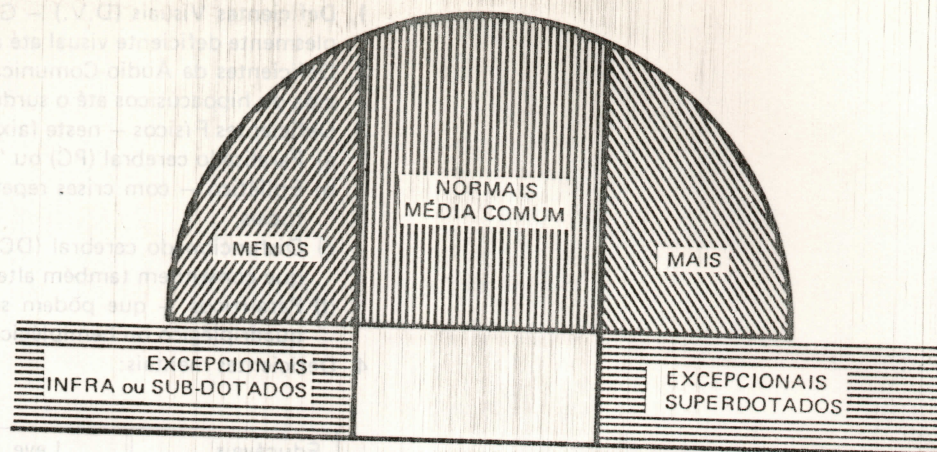
1 — Conceito.

É interpretado de maneira a incluir os seguintes tipos: os mentalmente deficientes, todas as pessoas fisicamente prejudicadas, as emocionalmente desajustadas, bem como os superdotados;

Enfim, todos os que requerem consideração especial, no lar, na Escola e na Sociedade, temporariamente ou por toda a vida.

Helena Antipoff

São todos os indivíduos que fogem da faixa da normalidade para mais ou para menos. Para mais são chamados os superdotados, para menos são os infradotados ou sub-dotados.



O atendimento PSICOPEDAGÓGICO de ambos os grupos tem uma característica comum: ACELERAÇÃO.

No primeiro caso: SUPERDOTADOS — aceleração do Aluno fazendo-o galgar mais rapidamente o período escolar, adaptando assim, o aluno ao ensino.

No segundo caso: INFRADOTADOS — aceleração no sentido de adaptar o ensino ao aluno, mediante recursos variados, métodos e técnicas especiais que propiciem o desenvolvimento em todas as áreas.

SUPERDOTADOS

Serão futuramente os elementos que ocuparão os postos-chaves, como fatores de desenvolvimento e progresso ao nosso país, etc, etc. . .

INFRADOTADOS

Existem no Brasil órgãos especializados, que planejam, orientam e executam todo o trabalho dirigido ao excepcional deficitário.

CENESP — Centro Nacional de Educação Especial — criado pelo MEC. O CENESP goza de autonomia administrativa e também financeira — procura desenvolver no território nacional a expansão e melhoria do atendimento ao excepcional.

FUNDAÇÕES — Existem ainda as fundações que se preocupam com os assuntos referentes aos excepcionais.

FEDERAÇÃO NACIONAL DAS APAES — A mãe das APAES no Brasil.

APAES — São Associações de Pais e Amigos dos Excepcionais que estão mais íntima e diretamente ligadas ao assunto.

ESCOLAS — e **CLASSES ESPECIAIS** — São os locais onde oficialmente dá-se atendimento ao aluno excepcional.

CLÍNICAS — São órgãos particulares que dão atendimento ao cliente que foge da faixa da normalidade.

Classificação dos Sub-dotados:

De acordo com a classificação seguida pelo CENESP, quatro são os tipos básicos de sub-dotados:



1. Deficientes Visuais (D.V.) — Graduação lesional desde o amblíope ou simplesmente deficiente visual até a cegueira profunda (CEGO);
2. Deficientes da Áudio-Comunicação — aparecem aqui, os de audição reduzida ou hipoacúsicos até o surdo sem nenhum resíduo de audição;
3. Deficientes Físicos — neste faixa incluem-se:
 - a) Paralisado cerebral (PC) ou "Encefalopatia Infantil";
 - b) Epilético — com crises repetidas, sejam elas — generalizadas, parciais ou focais;
 - c) Disfuncionado cerebral (DCM) com complexo quadro de manifestações que constituem também alterações de conduta;
 - d) Paralíticos — que podem ser: diplégico — paraplégico — triplégico — quadriplégico ou hemiplégico.
4. Deficientes mentais:

Educáveis	Leve
Treináveis	Moderada
Dependentes	Severa

Características fundamentais dos DM:

- a) Diminuição do rendimento intelectual;
- b) Desadaptação Social;
- c) Alteração da linguagem.

RÓTULO.

Rotular uma pessoa não é critério científico e nem humano, pois mesmo os deficientes mentais podem trazer-nos surpresas pela tolerância, paciência e afetividade.

AMOR — CARINHO E COMPREENSÃO. FATORES DECISIVOS NA RECUPERAÇÃO.

Um cérebro infantil pode tornar-se deficiente ou lesionado principalmente em três momentos decisivos da vida.

1. FASE PRÉ-NATAL.
2. FASE PERI-NATAL.
3. FASE PÓS-NATAL

Em outros casos, pode-se prever uma fatalidade, pelo estado de saúde atual da futura mamãe, desnutrida, intoxicada, diabética, alcohólatra, ou ainda quedas, choque com carros e outras lesões comuns em acidentes.

CAUSAS DA CRIANÇA DEFICIENTE

1 - FASE PRÉ-NATAL

1.1 - Pré-disponentes Maternos

- RH negativo.
- Diabete.
- Desnutrição - Projeto Mocotó Florianópolis.
- Stress emocional.
- Idade materna: menos de 16 e mais de 35 anos.
- Primípara.
- Mais de 40 anos para múltiparo.
- Gravidez com menos de 36 semanas.
- Gravidez com mais de 42 semanas.
- Exames Pré-Nupciais.

1.2 - Gestação

- RX.
- Doenças infecciosas (rubéola, caxumba, sarampo).
- Toxiplasmose - Doença adquirida através da carne de porco.
- Queda de joelhos - pode haver um deslocamento da placenta.
- Hemorragia.
- Tóxicos.
- Altas doses de Vitaminas - A, AB, C e etc. . .
- Má formação congênita de origem desconhecida.



1.3 – Alterações Fetais.

- Alterações cromossômicas (mongolismo 21 ou Síndrome do Dawn).
- Alterações metabólicas (fenilcetonúria).
- Gemelaridade.
- Má formação dentária – lábio-leporino.
- Rubéola (cegueira).

2 – FASE PARA NATAL OU NEO-NATAL

2.1 – Condições de Parto

- Tempo.
- Recursos.
- Condições do recém-nascido.
- Condições de APGAR.
- Apresentação cefálica.
- Trabalho de parto.
- Mais de 18h para primípara.
- Mais de 8h para múltiparo.
- Inércia uterina.
- Apresentação anormal, sai c/ os pés.
- Apresentação prolongada com fórceps.
- Depressão anestésica (anestesia na mãe em excesso).
- Circular do cordão umbilical (anoxia).
- Menos de 2.500 grs e mais de 4 kg.

2.2 – Condições do APGAR

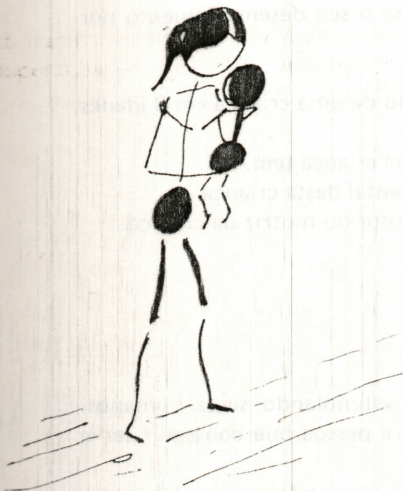
- Choro.
- Coloração da pele.
- Rítmo respiratório e circulatório.
- Reflexos.
- Anoxia (falta O_2).

3 – FASE PÓS-NATAL

- Subnutrição (pobre em proteínas).
- Infecções – de forma geral, otite média.
- Traumatismos (de forma geral).
- Carência afetiva.
- Abandono.
- Encefalite.
- Meningite.
- Anoxia.
- Falta de vacinas normais.

NEONATÓLOGO

É o médico que acompanha o neném desde o nascimento até os primeiros dias de vida, fazendo todos os testes possíveis para um melhor controle.



COMO INICIAR UM TRABALHO DE ESTIMULAÇÃO PRECOCE

Prof. Vilson Bagatini



Primeiramente vamos definir o que é estimulação precoce.

Estimulação — é toda a ação dirigida para o atendimento dos sinais emitidos por uma criança. É acionar todos os estímulos para o desenvolvimento da mesma.

Precoce — prematuro, antecipado, temporão, antes do tempo.

Estimulação precoce — é o ato de acionar todos os estímulos antes do tempo para o desenvolvimento de uma criança.

Como vamos estimular uma criança excepcional se o seu desenvolvimento normal já está retardado?

É exatamente neste ponto que queremos chegar.

Para fins didáticos, vamos dividir o desenvolvimento de uma criança em 3 idades:

1. Idade cronológica — é a idade que realmente uma criança tem.
2. Idade mental — é a idade de desenvolvimento mental desta criança.
3. Idade motriz — é a idade de desenvolvimento motor ou motriz da criança.

Ex.: CRIANÇA — 5 anos de idade cronológica;
— 3 anos de idade mental;
— 2 1/2 anos de idade motriz.

No mundo da Estimulação: são seres humanos estimulando seres humanos.

O agente da estimulação é a mãe, afora isso, será a pessoa que conseguir ser o modelo de imitação da mãe substituta.

Não adianta o professor ou estimulador, mandar a criança fazer o movimento, pois isso será muito fácil, o difícil será imitar os gestos carinhosos da mãe.

Boa vinculação — até os dois anos, a criança que tiver uma boa vinculação com a mãe, terá mais liberdade, terá mais segurança em desprender-se da mãe, tornando-se independente.

De zero a dois anos, é onde se estabelece a maior relação com o mundo. Acima de dois anos de idade mental é uma senhora personalidade.

Normalmente, uma criança excepcional, que tem 5 ou 6 anos de idade cronológica e tem menos de 2 ou 3 anos de idade mental e motriz, só irá atingir um desenvolvimento mental e motriz de 5 a 6 anos, com 8 ou 9 anos, se deixarmos crescer e se desenvolver normalmente. É neste ponto que queremos chegar. Se estimularmos precocemente, essa defasagem será bem menor, e as distâncias entre as três idades serão estreitadas, às vezes atingindo quase um desenvolvimento normal.

O nosso trabalho de estimuladores, visa fazer essas três idades correrem mais juntas possíveis, passando etapa por etapa sem queimar nenhuma.

Falamos em crescimento e desenvolvimento.

O que é crescimento?

Crescimento — é o aumento orgânico da massa.

Desenvolvimento — é a capacidade do indivíduo de adquirir funções mais complexas.

Como se dá o desenvolvimento?

Em todos os seres vertebrados a direção geral de organização da conduta vai da cabeça aos pés, e dos braços para os dedos.

Esta lei da direção evolutiva se põe claramente na série de padrões motores que adquire a criança.

Primeiro são os lábios, depois seguem os músculos dos olhos, logo depois os do pescoço, braços, troncos, pernas e finalmente os pés.

Por primeira infância entendemos o período de 0 a 2 anos.

E aqui, um resumo da marcha e o rumo do desenvolvimento Pré-Escolar (2 aos 5 anos):

1. Os primeiros 3 meses do primeiro ano de vida.
A criança adquire o controle sobre os 12 pequenos músculos que regem o movimento dos olhos.
2. Dos 3 aos 6 meses (16 a 28 semanas) adquire domínio sobre os músculos que sustentam a cabeça e que dão movimento aos braços, estende a mão em busca de objetos.
3. Dos 6 aos 9 meses (28 a 40 semanas) adquire o controle sobre as mãos e tronco, é capaz de sentar-se, pega e passa os objetos de uma mão para a outra.
4. Dos 9 aos 12 meses (40 a 52 semanas) estende seu domínio para as pernas e para os pés, e ao seu indicador e polegar, já pára de pé.
5. Aos 2 anos: caminha e corre, articula palavras e frases, possui controle sobre os esfínteres, anal e urinário, adquire um sentido rudimentar de identidade e posições pessoais (personalidade).
6. Aos 3 anos: expressa-se com orações usando as palavras como instrumentos de pensamento; demonstra uma positiva propensão a compreender o meio que a cerca e a ajustar-se aos requerimentos culturais. Já pode-se dizer que: "não é mais um bebê".
7. Aos 4 anos: formula infinidades de perguntas, percebe analogias, manifesta uma tendência a conceitualizar e generalizar, na rotina diária é quase totalmente independente.
8. Aos 5 anos: já alcançou a maturidade do seu controle motor. Salta e brinca, fala sem articulações infantis, conta contos, inclusive um longo conto, prefere os jogos com os companheiros e sente um orgulho social por suas tarefas pessoais com êxito, é um pequeno cidadão, conforme e seguro de si mesmo em seu mundo limitado.
 - O crescimento psicológico alcançado nos cinco primeiros anos de vida é prodigioso. Tanto por seu alcance, como por sua velocidade. As transformações alcançadas durante os cinco primeiros anos, excedem a qualquer outro período de mais anos.

RESUMO

1. Sustenta a cabeça
2. Senta.
3. Engatinha.
4. Fica em pé.
5. Anda.
6. Corre.
7. Complexidade de movimentos.

CRITICIDADE —quanto maior a idade da criança, menor é a fase crítica para qualquer doença.

Diagnóstico de uma criança excepcional.

O difícil é fazer o diagnóstico antes dos 5 anos de idade, após isso, até a vizinha do lado sabe se a criança tem problemas (Dr. Álvaro).

FOME

— Não adianta introjetar conhecimentos numa criança, se a sua necessidade momentânea é a alimentação.

BRINQUEDO — Não adianta deixar o brinquedo com a criança, precisamos induzi-la e estimulá-la a brincar.

Passos a seguir numa estimulação precoce.

1. Adaptação do aluno ao Professor.
2. Adaptação do aluno ao meio ambiente.
3. Adaptação do aluno ao material que irá trabalhar.
4. Atividades em geral, como:
 - exercícios fundamentais de locomoção;
 - esquema corporal — conhecimento do próprio corpo;
 - noções de espaço e tempo;
 - adequação e percepção espacial e temporal;
 - proprioceptividade — mostrar em si, nos outros, e em bonecos. Montar; identificar; em si no espelho, em bonecos, etc. . .

A CRIANÇA É UM VIR A SER, NÃO UM ADULTO EM MINIATURA.
É UM SER EM FRANCO CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO.

(Dr. Alvaro)

A Educação Física no Atendimento Precoce do Deficiente Mental

I — Adaptação do aluno ao Professor; ao meio ambiente; ao material:

O trabalho precoce com o deficiente mental é de significativa importância, pois evita um atraso psicomotor mais acentuado, estimulando os desempenhos da criança, para que etapas não vencidas, não provoquem novos problemas.

O primeiro agente deste trabalho é o professor, e o primeiro objetivo do professor deve ser conseguir um relacionamento afetivo com a criança a ser trabalhada. Através deste relacionamento, o professor deve procurar obter a confiança do aluno, pois esta confiança depositada no professor vai ser o caminho para os desempenhos positivos desejados.

O educando de que falamos, tem pouca idade, e portanto, vem do lar, onde era o "bebê", para a escola onde será o "aluno". O professor deve ter muito cuidado para que esta mudança não seja brusca, o que poderá causar uma rejeição por parte da criança.

No início do trabalho, portanto, nada será exigido dela, ao contrário, o professor a acompanhará no que quiser fazer na "sala de educação física", procurando comunicar-se com ela, estimulando a sua adaptação.

A sala de educação física deverá ser um ambiente amplo e agradável. A criança terá que adaptar-se também a este novo ambiente, onde deverá sentir-se livre para a exploração, tendo sempre a presença do professor ao seu alcance.

É muito importante que este ambiente passe a fazer parte do universo da criança, para que possa ser iniciado o trabalho.

Neste ambiente, já deverão estar os materiais que posteriormente farão parte dos exercícios orientados, para que, possam ser manipulados pela criança, livremente.

Assim, também os materiais pertencentes à sala devem ser bem familiares ao educando, para que o trabalho orientado seja iniciado.

Os materiais necessários para o trabalho proposto são os seguintes:

— Tapete, banco sueco, canos, bastões chatos e arredondados, arcos, suportes de arcos, colchões, escada tipo pódio, espaldar, bolas, tacapes, rema-rema, medicine ball, barreiras, canaletas de madeira, suportes de estafeta e outros.

Este trabalho de adaptação da criança ao professor, ao ambiente, e ao material a ser utilizado, terá sua duração determinada pela individualidade e condições da própria criança. Após uma boa e segura adaptação do educando, pode-se realizar todo o trabalho de estimulação.

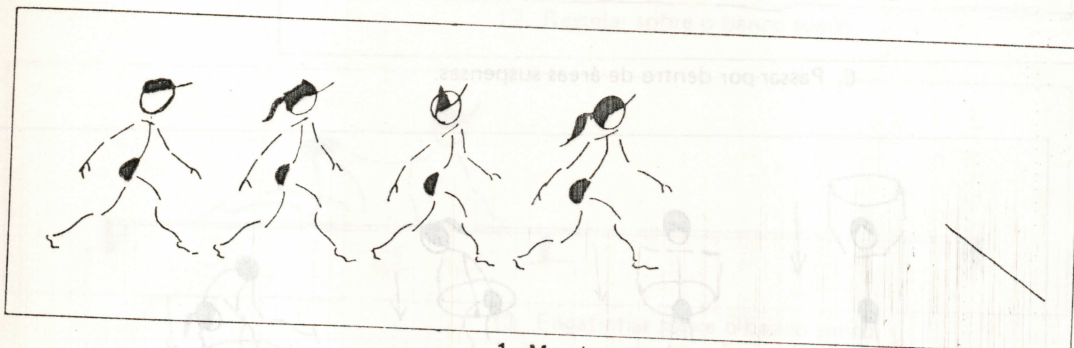
II — Atividades desenvolvidas com a criança de zero a cinco anos.

1ª etapa:

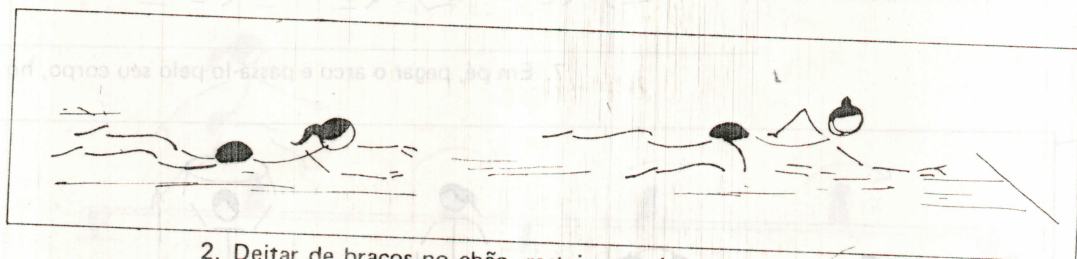
— Exercícios Psicomotores.

- A – Objetivo:
- Desenvolver
 - Coordenação Dinâmica Geral.
 - Equilíbrio Estático.
 - Equilíbrio Dinâmico.
 - Adequação Espacial.

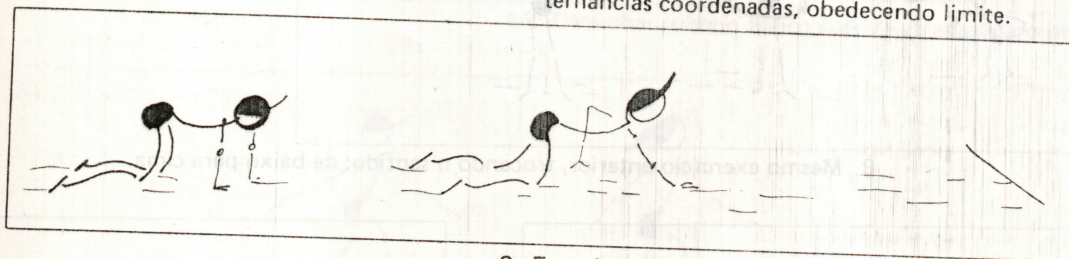
B – Desenvolvimento:



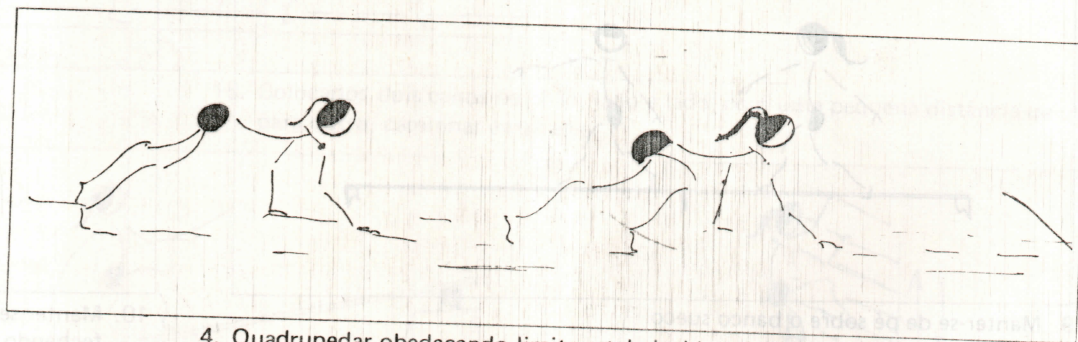
1. Marcha cadenciada obedecendo limite, em coluna por um.



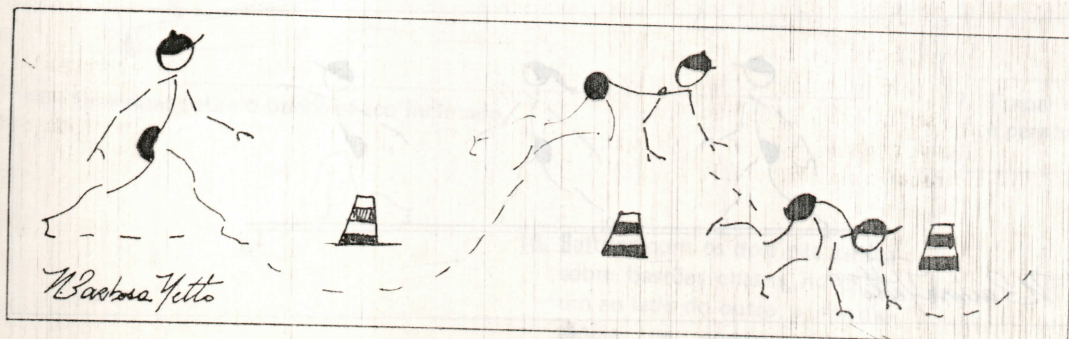
2. Deitar de braços no chão, restegar movimentando os braços e pernas, com alternâncias coordenadas, obedecendo limite.



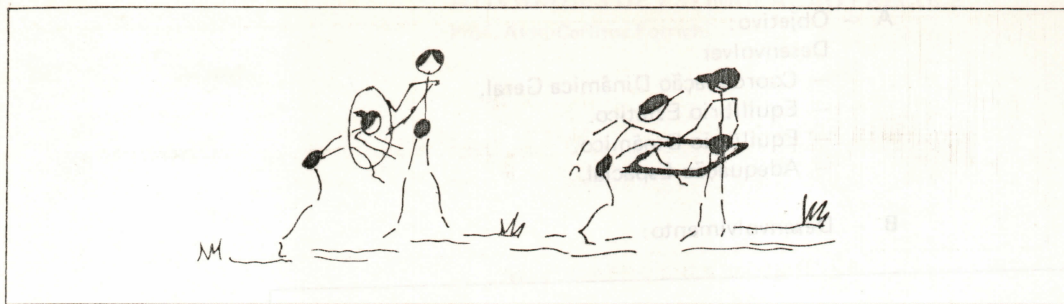
3. Engatinhar dentro de espaço determinado.



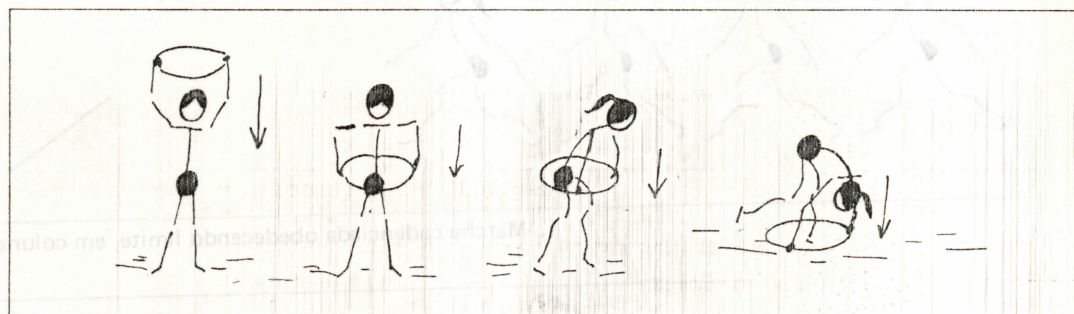
4. Quadrupedar obedecendo limite estabelecido.



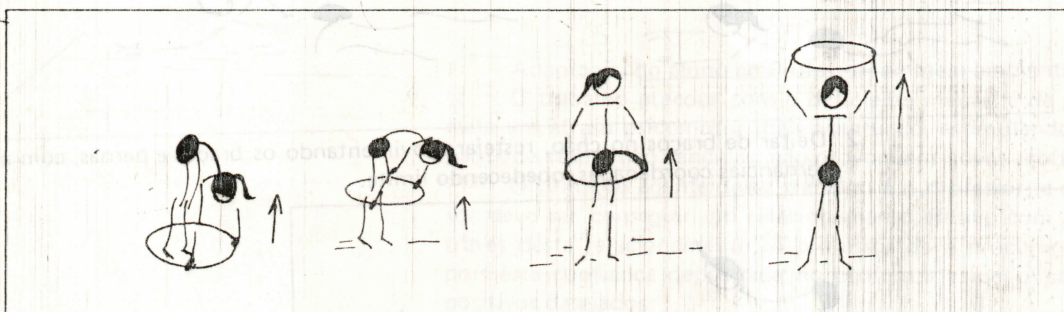
5. Caminhar, engatinhar, e quadrupedar entre obstáculos.



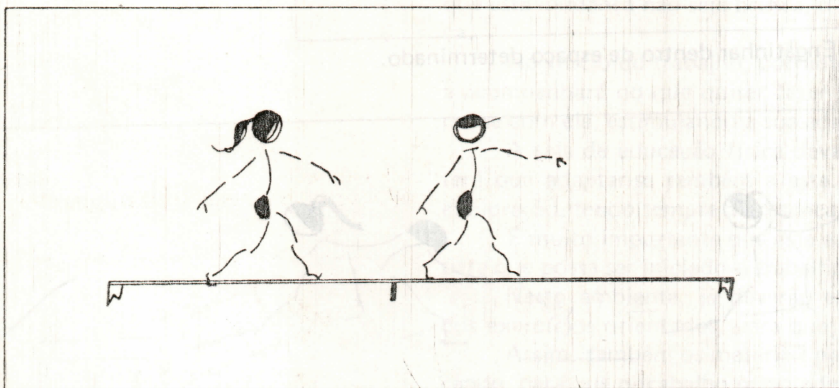
6. Passar por dentro de áreas suspensas.



7. Em pé, pegar o arco e passá-lo pelo seu corpo, ho sentido de cima para baixo.



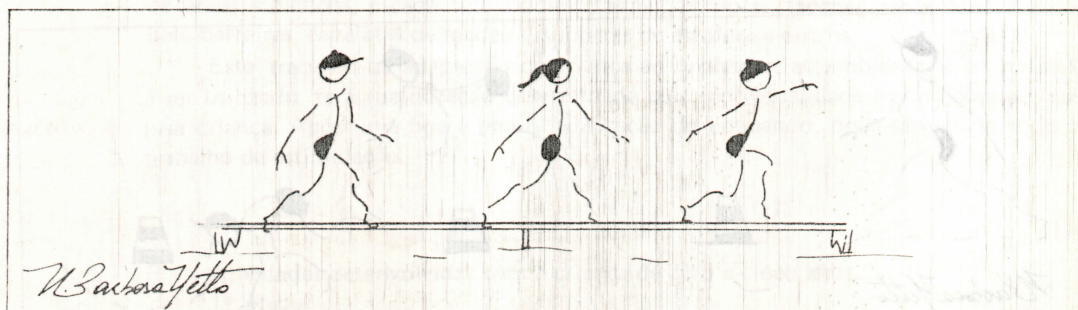
8. Mesmo exercício anterior, trocando o sentido: de baixo para cima.



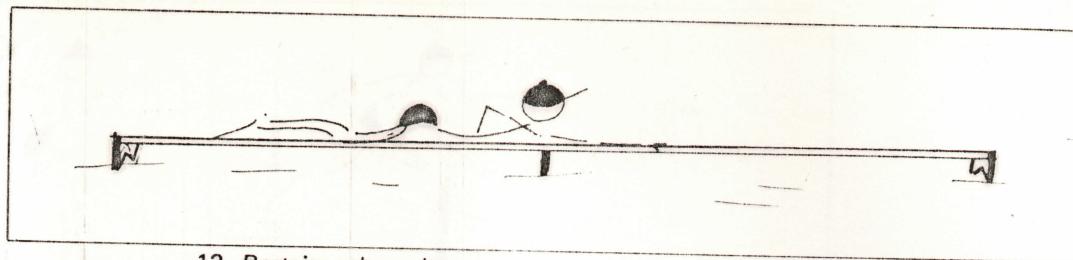
9. Manter-se de pé sobre o banco sueco.



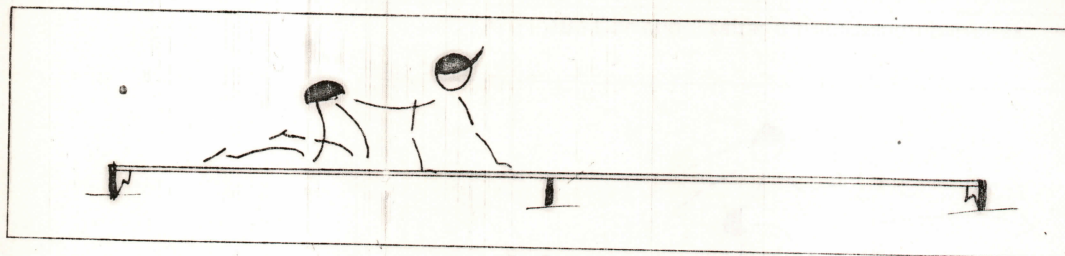
10. Manter-se de pé sobre o banco sueco, fechando os olhos.



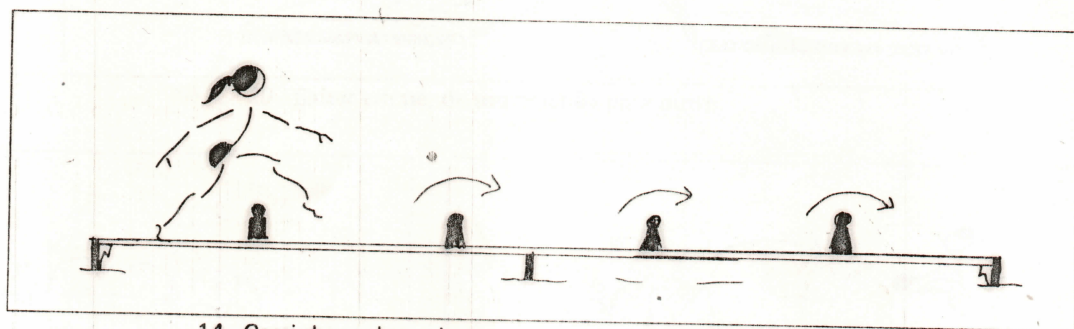
11. Caminhar sobre o banco sueco.



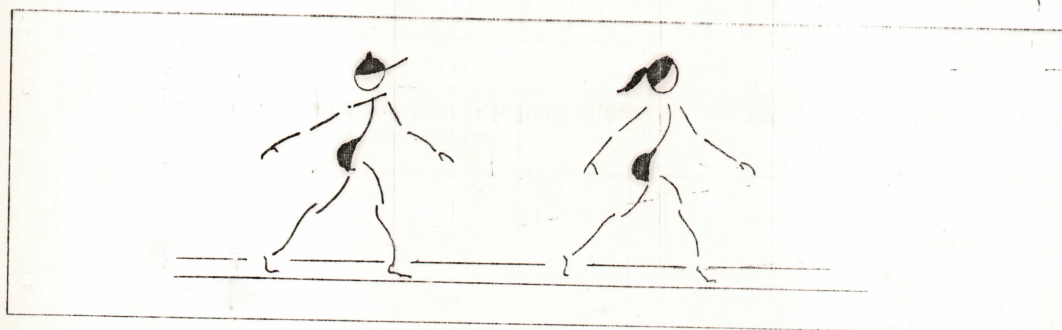
12. Rastejar sobre o banco sueco.



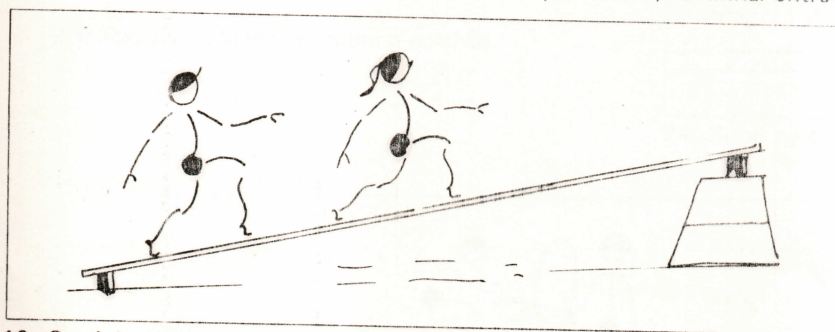
13. Engatinhar sobre o banco sueco.



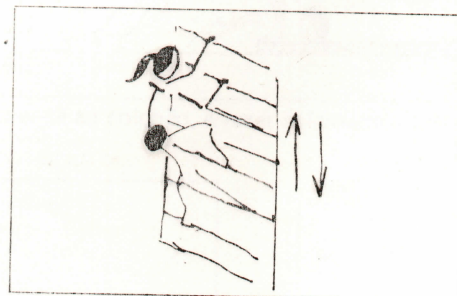
14. Caminhar sobre o banco sueco, ultrapassando obstáculos.



15. Colocados dois canos no chão, lado a lado, com uma pequena distância de um para outro, caminhar entre eles.



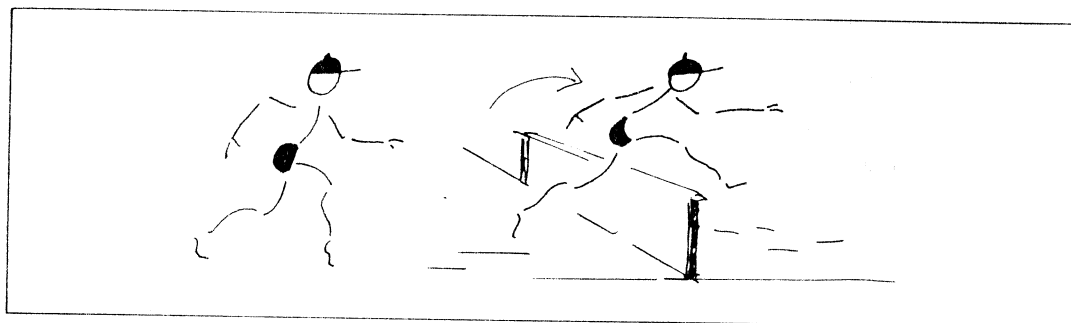
16. Caminhar sobre o banco sueco inclinado.



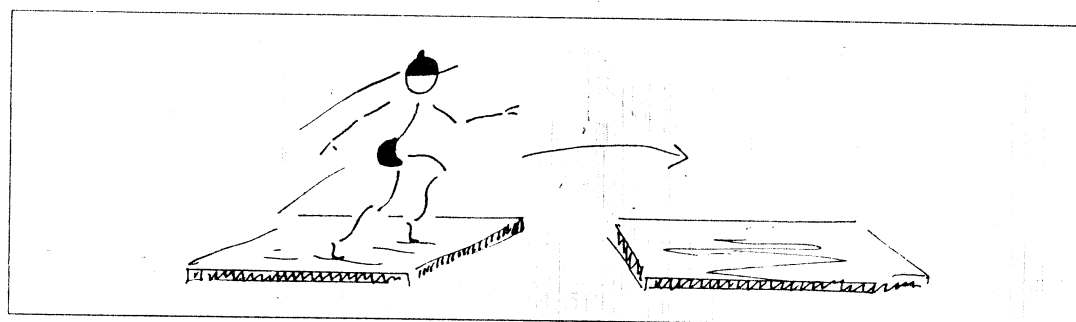
17. Trepas no espaldar, alternando braços e pernas, subindo e descendo.

18. Saltitar com os dois pés juntos sobre bastões chatos, no chão, um ao lado do outro, a uma distância de aproximadamente 30 cm.

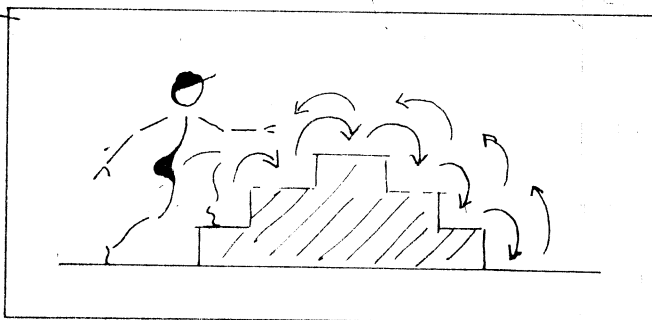




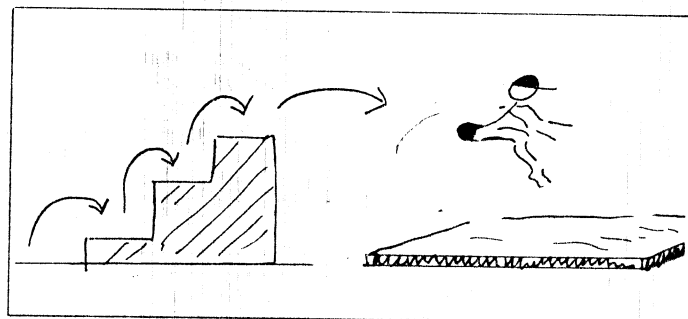
19. Correndo, saltar ultrapassando barreiras.



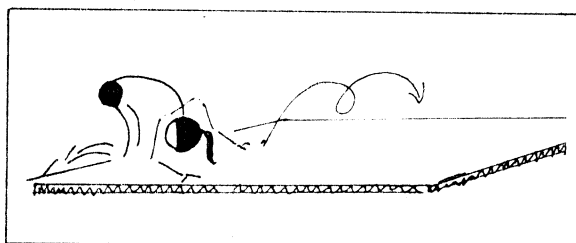
20. Saltar em pé, de um colchão para outro.



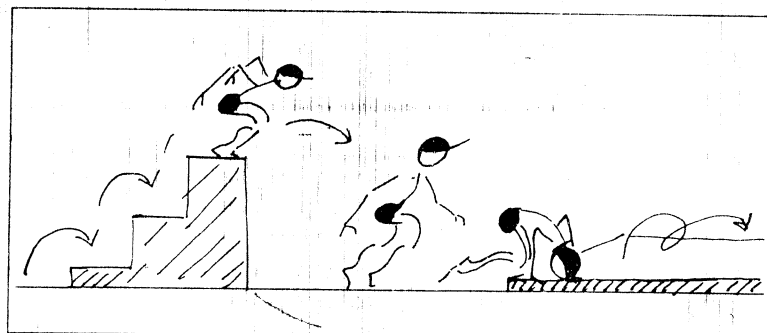
21. Subir e descer uma escada com 3 degraus largos de cada lado, em forma de Pódium.



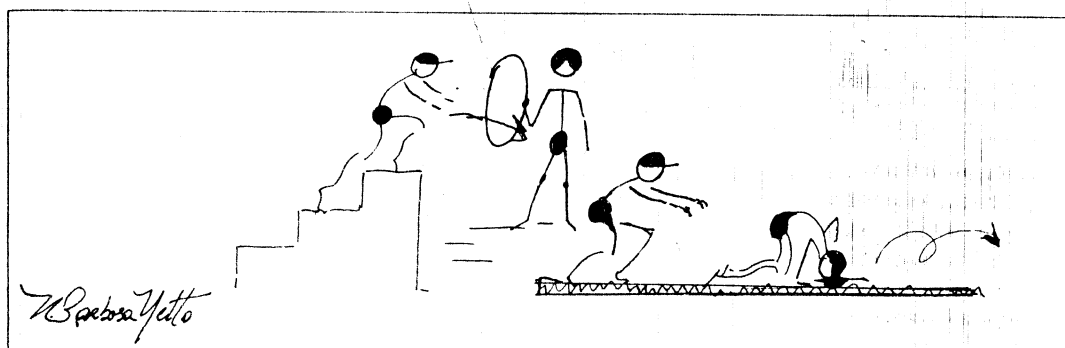
22. Subir na mesma escada, e atirar-se sobre um colchão.



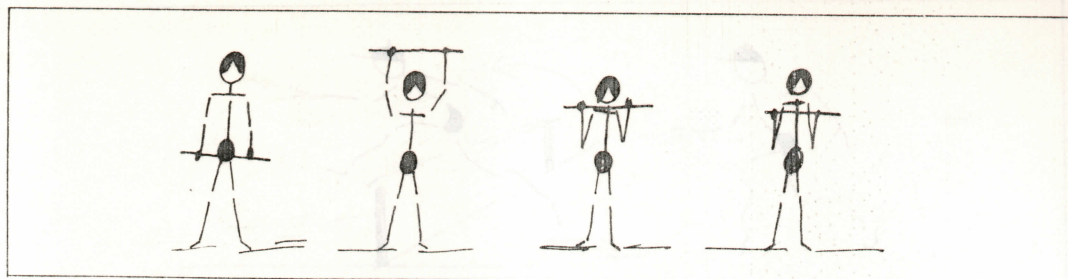
23. Realizar rolamentos sobre o colchão.



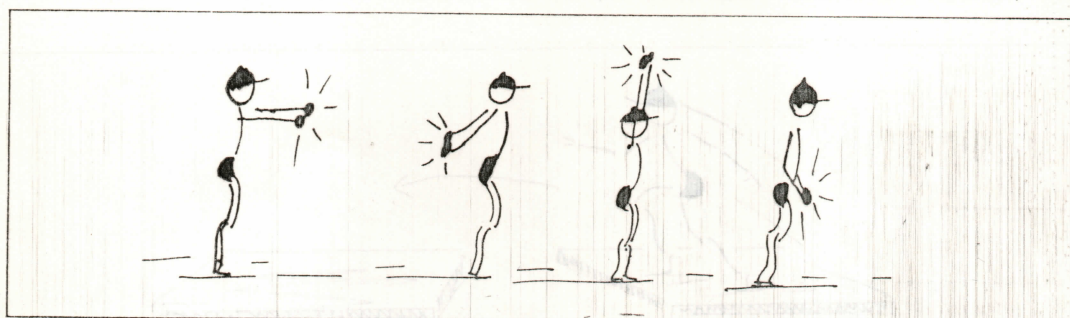
24. Subir na escada, atirar-se ao colchão, e fazer rolamentos sobre ele.



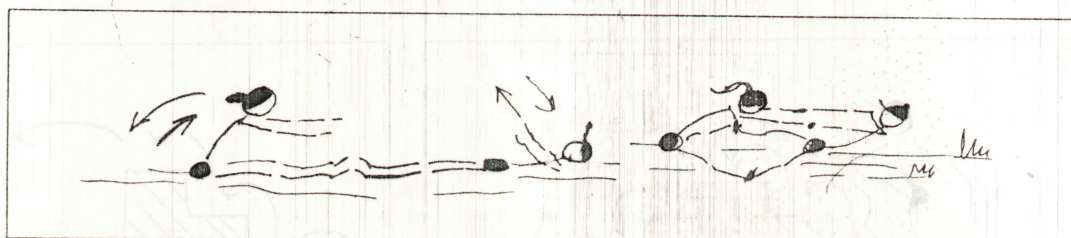
25. Subir na escada, atirar-se ao colchão passando por dentro de um arco suspenso, e fazer rolamentos sobre o colchão.



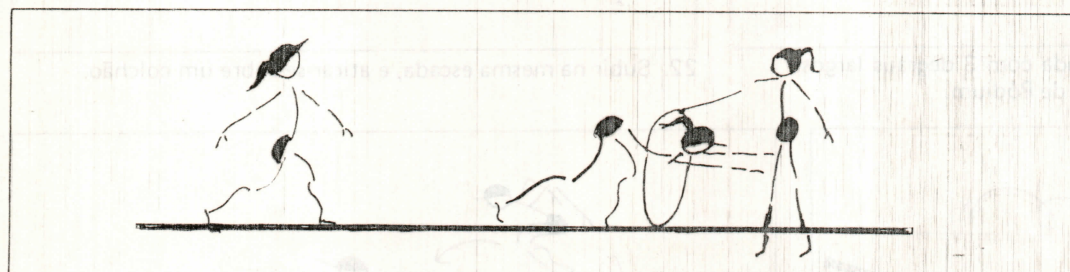
26. Em pé, segurar um bastão com as duas mãos, movimentando os braços sob a ordem do professor: — em baixo; — em cima; — atrás; — no peito; etc. . .



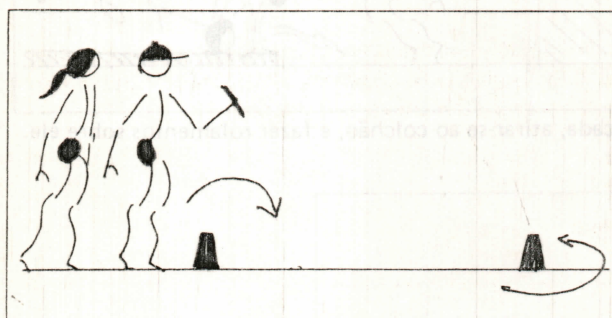
27. Em pé com um tacape em cada mão, bater os mesmos, na frente e atrás, em cima e em baixo.



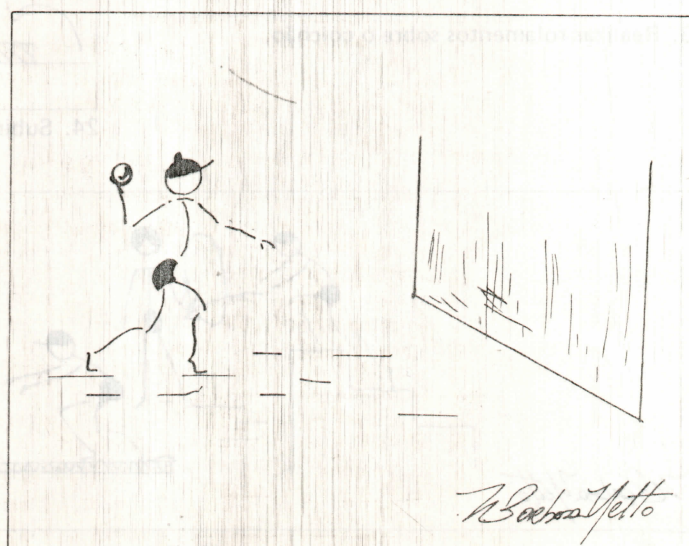
28. Sentados no chão, dois a dois, movimentar-se com coordenação, deitando e sentando.



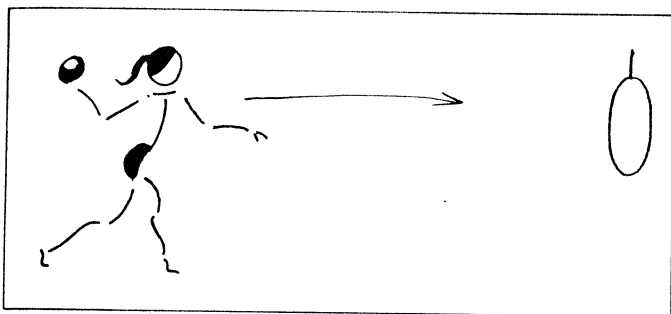
29. Caminhar sobre o banco sueco, passando por dentro de um arco fixo sobre o mesmo.



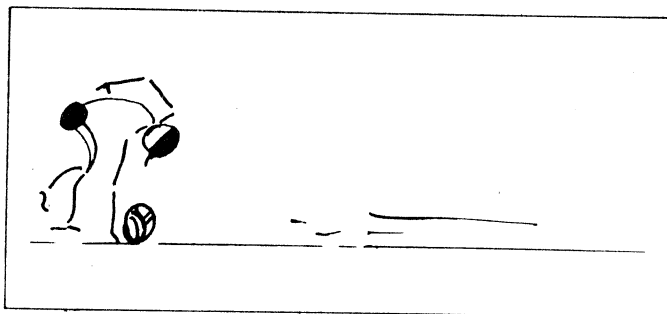
30. Em pé, coluna por um, coloca-se um obstáculo na frente da 1ª coluna, e um outro obstáculo mais adiante. O primeiro aluno, com um bastão na mão, correrá e contornará o último obstáculo, retornando e entregando o bastão a próxima criança, até que todos façam o exercício.



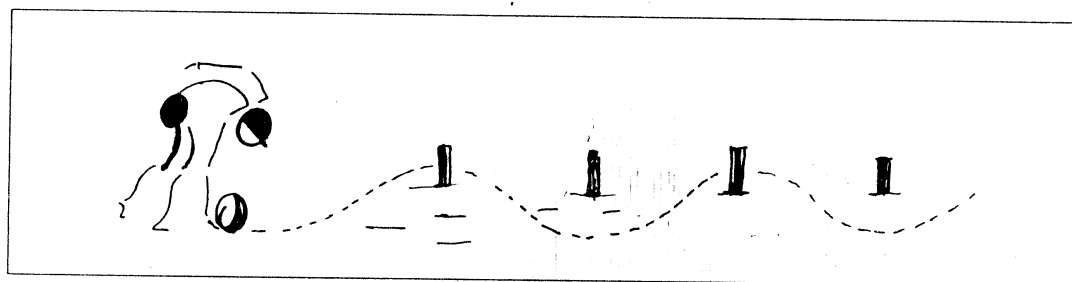
31. Arremessar uma bola na parede.



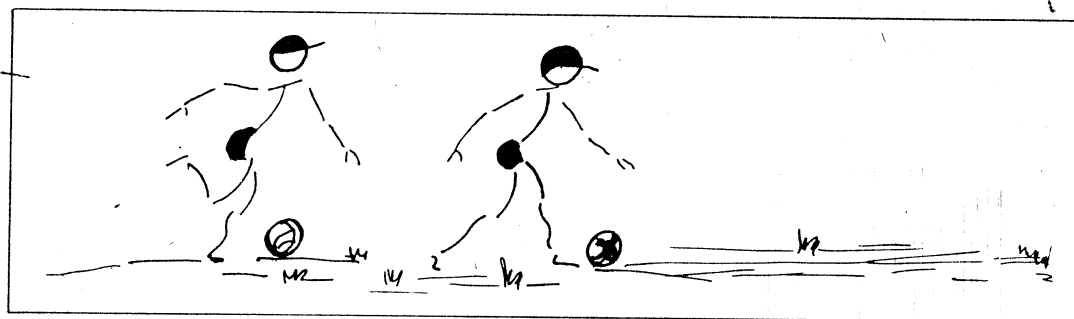
32. Arremessar uma bola, fazendo-a passar dentro de um arco suspenso.



33. De pé, com o corpo curvado, rolar um médecine ball no chão.



34. Rolár o médecine ball no chão entre obstáculos.



35. Chutar bolas livremente.

2ª etapa:

— Iniciação à Educação Física.

Sessões de atividades físicas adaptadas ao educando deficiente mental, com duração de aproximadamente 15 a 20 minutos.

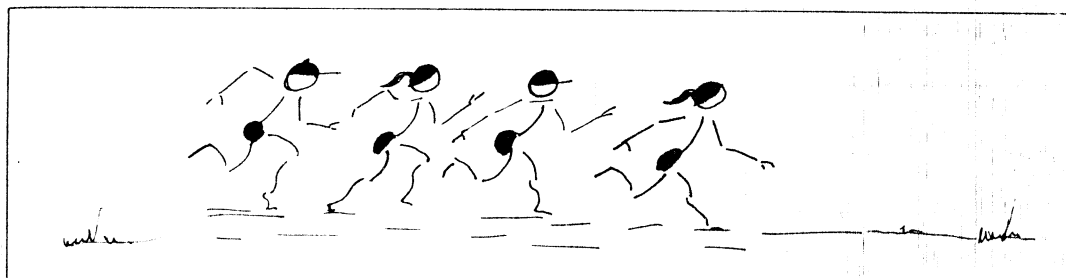
A — Objetivo:

Iniciar o educando no treinamento de atividades físicas organizadas em pequenas sessões, visando desenvolver suas habilidades para a ginástica, atletismo e desportos, como também, dando continuidade ao seu desenvolvimento psicomotor.

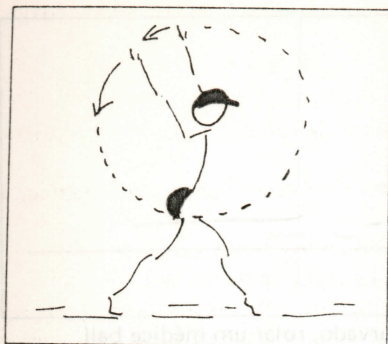
B — Desenvolvimento:

1ª sessão:

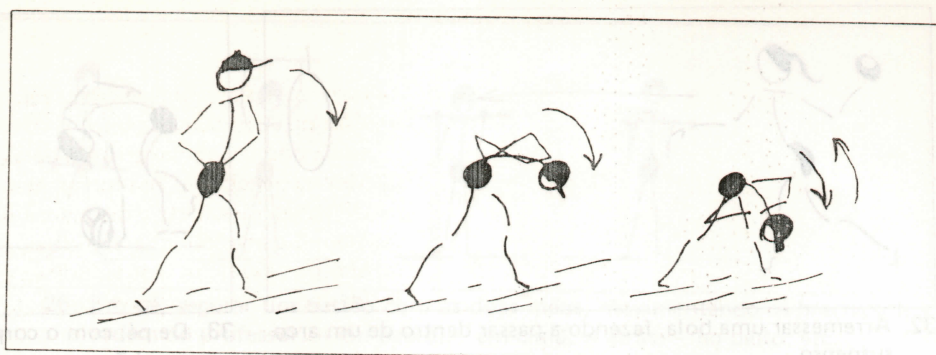
Objetivo específico: **Atletismo.**



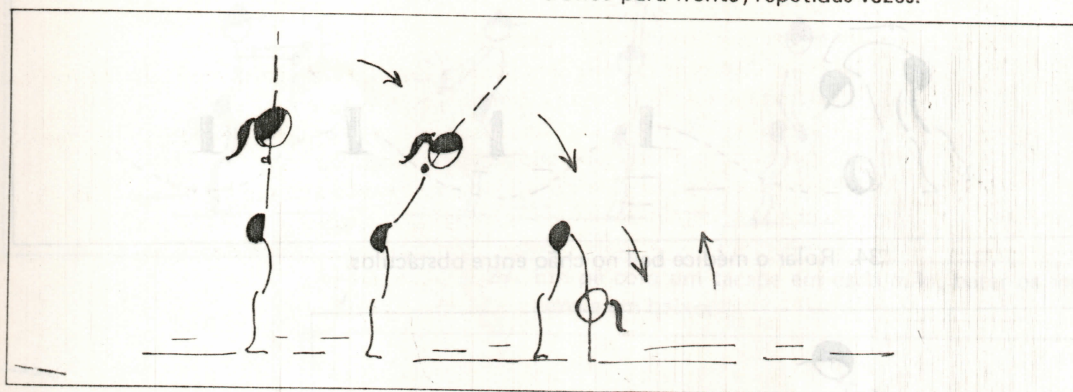
1. Corrida em coluna por um, em linha reta.



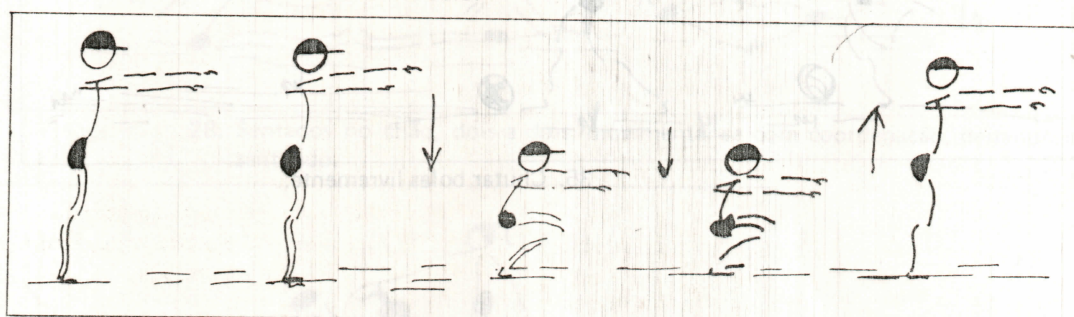
2. Caminhando e fazendo movimentos de circundação dos braços.



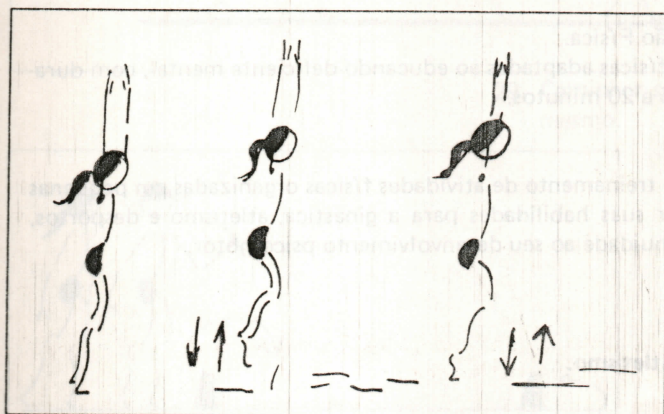
3. Em fileira, mãos nos quadris. Pequeno afastamento das pernas. Flexionar o tronco para frente, repetidas vezes.



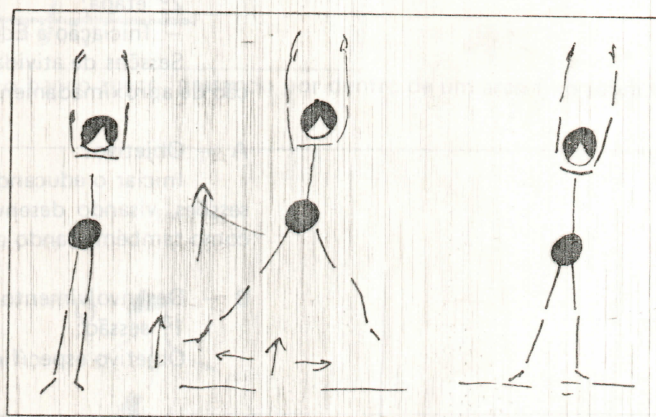
4. Em fileira, braços estendidos acima da cabeça. Flexionar o tronco tocando com os dedos no solo.



5. Em fileira, braços paralelos e estendidos na frente. Acocorar-se flexionando os joelhos e voltar a posição inicial várias vezes.



6. Braços estendidos ao longo do corpo, saltar com os pés juntos várias vezes.



7. Idem ao anterior, porém abrindo e fechando as pernas.



8. Sentados, apoiados no antebraço, mãos espalmadas ao lado. Pernas flexionadas, pés planos no solo. Fazer o movimento de pular.

Aplicação

- Corrida em pista marcada com raia.
 - a) Alunos dispostos nas raia, na extremidade de saída. Ao sinal do professor, os alunos correm livremente pela pista.
 - b) Mesmo exercício, porém os alunos deverão correr obedecendo às marcações, não invadindo a pista dos outros.
 - c) Mesmo exercício, mas a saída será com os alunos sentados.
 - d) Mesmo exercício, mas a saída será com os alunos ajoelhados.
 - e) Mesmo exercício, porém a saída será com as mãos no chão e uma perna flexionada, sendo a outra estendida. Haverá um ponto pré-estabelecido de chegada.

2ª sessão:

Objetivo específico: **Esporte coletivo**

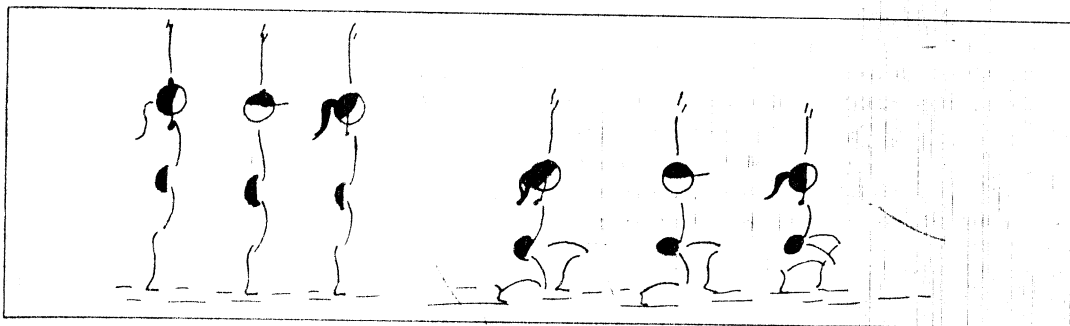
1. Alunos dispostos em círculo, de mãos dadas. Ao sinal do professor, deslocam-se lateralmente para direita e depois para esquerda.
2. Alunos sobre o risco da pista de corrida, na posição de lado. A um sinal do professor correm para um lado e depois para o outro.
3. Alunos sobre o risco da pista, de lado, deslocando-se e saltitando, abrindo e fechando as pernas de um lado e depois de outro.
4. Alunos em coluna sobre o risco, com os braços estendidos, ao lado da linha dos ombros, caminhando e batendo palmas à frente.
5. Mesmo exercício, batendo palmas acima da cabeça.

Aplicação

- Basquete.
 - a) Rolar a bola para frente.
 - b) Arremessar a bola no chão.
 - c) Arremessar a bola na parede.
 - d) Arremessar a bola no professor e vice-versa.
 - e) Arremessar a bola numa tabela com uma cesta a uma altura de dois metros. Aos poucos a tabela pode ser elevada.

3ª sessão:

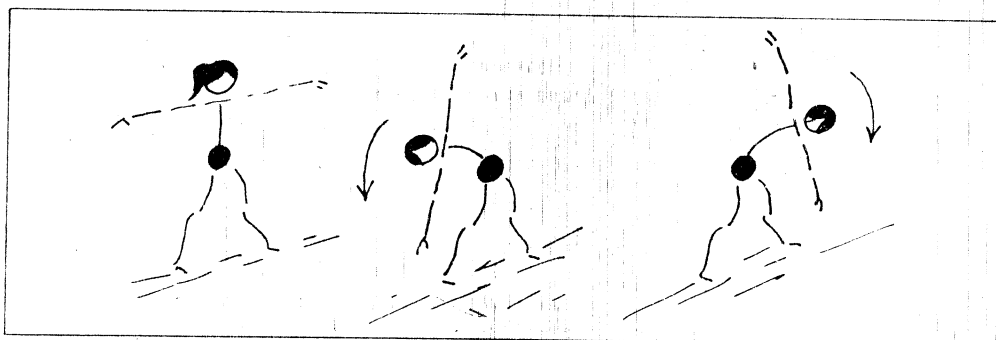
Objetivo específico: **Ginástica.**

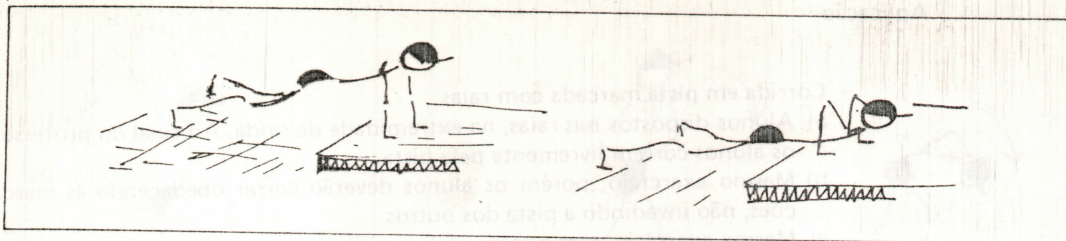


1. Alunos em fileira, braços no prolongamento do corpo. Flexionar as pernas, no movimento de correr, sem haver deslocamento.

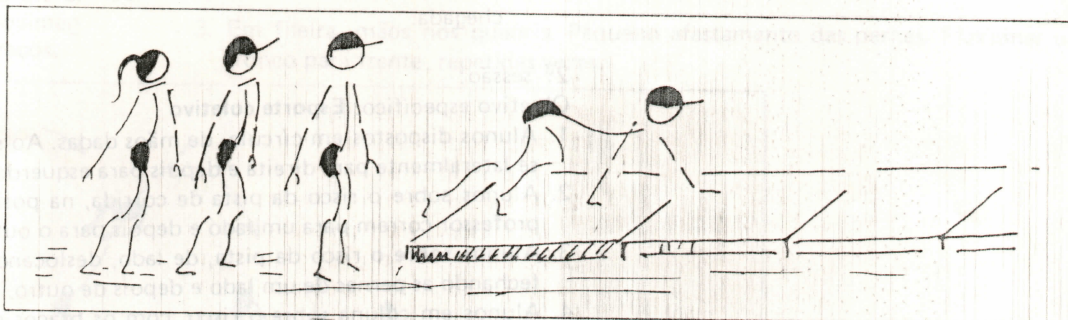
2. Pernas em pequeno afastamento, braços estendidos ao lado, na altura dos ombros, palma das mãos para baixo.

Inclinar o tronco para a direita e depois para a esquerda, sem dobrar os braços e as pernas.

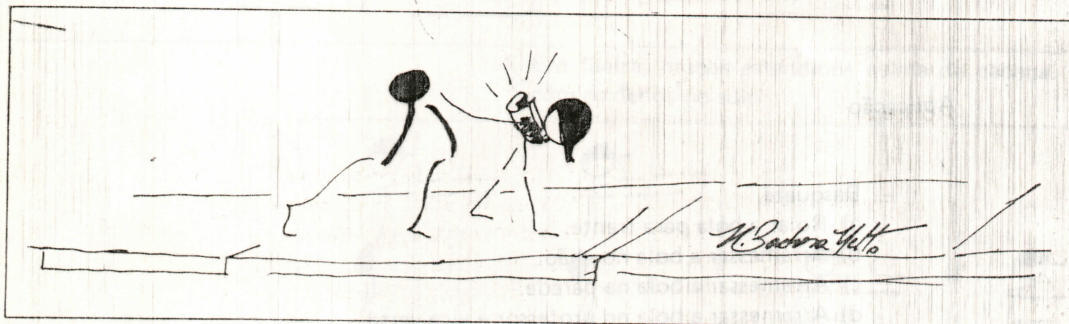




3. Alunos dispostos ao redor do colchão, com as mãos sobre os mesmos, pernas levemente afastadas. Flexionar o tronco para frente, até encostar o peito no colchão, voltando a posição inicial. (5 a 6 vezes).



4. Colocar os colchões um na frente do outro. Alunos em coluna em frente ao colchão. Um por um sobe no colchão, fazendo o movimento de quadrupedar sobre ele.



5. O mesmo exercício, porém com um pedaço de papel preso entre o queixo e o peito.

Aplicação

— Cambalhota:

- Com o auxílio do professor, um a um executa a cambalhota.
- Em colunas, executar a cambalhota livremente no colchão.
- Um aluno deitado numa extremidade do colchão. O outro vem correndo, salta por cima do companheiro, e após executa a cambalhota.

- Aros de vime de 60 cm de diâmetro.
- Aros de vime de 45 cm de diâmetro.
- Bastões com 80 cm de comprimento.
- Bastões com 60 cm de comprimento.
- Bastões com 30 cm de comprimento.
- Bolas de meias.
- Sarrafos com 80 cm de comprimento por 2 cm de largura.
- Sarrafos com 5 metros de comprimento por 2 m de largura.
- Escada com 4 degraus para subir e 4 degraus para descer.
- Trave feita de caibros de 7 cm² e 5 metros de comprimento.
- Colchões de espuma - 1,90 por 1,10 - altura 10 cm.
- Rampa para salto em altura e distância.
- Balizas com latas, ferro ou madeira e cimento.
- Sarrafo para salto em altura.
- Suporte para salto em altura - Cubos de roda com haste de ferro ou plástico.
- Cordas elásticas, feitas com elásticos comuns.
- Alvos feitos de lona.
- Disco de partida.
- Chicote queimado, feito de couro.
- Chocote queimado feito de madeira, divide-o no meio.
- Caixa de areia para salto em distância, salto em altura, etc.
- Barra fixa.
- Rampa para subir e pular.
- Plinto com 8 caixas de 15 cm cada uma.
- Goleirinhas para servir de alvo para os pequenos.
- Banco sueco.

Relação de outros materiais que podem ser úteis:

- Bolas de tênis.
- Bolas de borracha de diversos tamanhos.
- Bolas de couro de diversos tamanhos e pesos.
- Medicine Ball de diversos pesos.
- Espaldares.
- Cabo de guerra.
- Diversas cordas de diversos tamanhos.
- Tijolos coloridos.
- ~~Tijolos de diversos tamanhos.~~
- ~~Tijolos de madeira para construir em cima.~~
- Pés feitos de couro, lona ou ainda de madeira bem fina.