

ATLETISMO PARA DEFICIENTE VISUAL

*Paulo Cordeiro de Souza¹
Maria Rita Bruel²*

Resumo: O presente trabalho teve por objetivo pesquisar os metodos e encaminhamentos metodologicos para trabalhar a modalidade de atletismo com deficientes visuais. Por meio da pesquisa bibliografica e de uma entrevista com um profissional que trabalha com reabilitacao para portadores de deficiencia visual e participa de competicoes regionais com seus alunos/atletas na modalidade de atletismo. O atletismo para as pessoas com deficiência visual (cegos e com baixa visão) segue a mesma lógica do esporte convencional. No entanto suas regras são alteradas para possibilitar a participação das pessoas que não recebem ou recebem de maneira muito limitada as informações visuais, acaretando adptações também no treinamento desportivo específico. A prática do ensino exige muita dedicação e conhecimento do profissional em relação ao seu aluno e sobre o esporte, porém o mais importante é a determinação do deficiente visual.

Palavras-chave: Deficiente visual. Atletismo adaptado. Método de treinamento

Résumé: Le présent travail a été par objectif rechercher les méthodes et acheminements méthodologiques pour travailler la modalité d'athlétisme avec handicapés visuels. À travers de la recherche bibliographique et d'un interview avec un professionnel qui travaille avec réhabilitation pour le porteur de handicapé visuel et participe de competitions régionals avec ses élèves/athlètes dans la modalité athlétisme. L'athlétisme pour personnes avec handicapé visuel (aveugles et vision bas) suit la même logique du sport conventionnel. Néanmoins, ses règles sont modifiés pour possibiliter la participation des personnes qui ne reçoivent pas ou reçoivent de manière très limité les informations visuelles, que provoque des adaptations aussi dans l'entraînement de sport spécifique. La pratique d'enseignant demande beaucoup de dévouement et connaissance du professionnel par rapport à son élève et sur le sport, le plus important est la détermination du handicapé visuel.

Mot-clés: Handicapé visuel, Athlétisme adapté, Méthode d'entraînement

INTRODUÇÃO

O objetivo deste artigo é sistematizar o resultado de uma pesquisa sobre atletismo para deficiente visual. Essa pesquisa foi feita com base em bibliografia de artigos relacionados ao tema, em debates na internet e com o apoio de uma entrevista realizada com o professor de Educação Física Jefferson José Bauer que trabalha na Secretaria de Educação de Mafra, que já teve a oportunidade de trabalhar a modalidade do atletismo com seus alunos e também participar de algumas competições estaduais.

Segundo o professor Jefferson, o método a ser seguido para se trabalhar a modalidade com os deficientes visuais é bastante semelhante ao método desenvolvido com as pessoas ditas normais. Porém necessita adaptar algumas regras em relação ao numero de atletas nas provas de corridas devido a utilização dos guias, e o aumento da tabua de salto no salto triplo e salto em distância e principalmente a utilização de guias durante todas as provas, sendo elas de pista ou campo. O professor também relata que o treinamento geralmente é individual e gradativo, pois cada aluno/atleta tem um rendimento diferenciado, e as escolhas das provas geralmente são realizadas conforme as potencialidades de cada aluno/atleta. A prática do ensino exige muita dedicação e conhecimento do profissional em relação ao seu aluno e sobre o esporte, porém o mais importante é a determinação do deficiente visual que a cada competição aumenta.

O treinador e o aluno/atleta criam vínculos muito fortes, pois essa parceria requer muita confiança do aluno/atleta em seu treinador, que é seu guia e até poderá influenciar em seu rendimento nas competições.

Quanto aos benefícios, podemos com segurança afirmar que são muitos, mas o principal é o sentimento de autonomia que o esporte possibilita, vai auxiliar na auto-estima do aluno/atleta. Os benefícios físicos são os mesmos que uma pessoa sem limitações recebe. A Educação Física Adaptada pode proporcionar aos educandos oportunidades de utilizarem suas habilidades através de atividades motoras, a fim de desenvolverem o máximo de suas capacidades. Soler (2005) afirma que os esportes trazem muitos benefícios, proporcionando o desenvolvimento global dos portadores de necessidades especiais, tornando possível reconhecer suas habilidades e integrá-los à sociedade, uma vez que isso proporciona elevação da auto-estima. O convívio com outras pessoas que enfrentam as mesmas dificuldades traz para os deficientes a superação de suas dificuldades (físicas e psicológicas), a melhora de seus relacionamentos amorosos, costuma ser difícil ou até impossível que as pessoas deficientes mantenham relacionamentos estreitos e íntimos com as outras pessoas "deficientes" e ficam à margem do casamento e da paternidade, mesmo que não haja empecilho nenhum para isso.

DESENVOLVIMENTO

O atletismo é hoje o esporte mais praticado nos mais de 70 países filiados à Federação Internacional de Desportos para Cegos (IBSA). Além dos Jogos Paraolímpicos, fazem parte de seu calendário, maratonas, jogos mundiais e campeonatos mundiais para jovens. Um dos grandes fatores de difusão da modalidade é o fácil acesso e a naturalidade dos movimentos, já que correr, saltar, lançar e arremessar são atividades inerentes à sobrevivência do homem.

O atletismo para deficientes visuais é constituído basicamente por todas as provas que compõem as regras oficiais da Federação Internacional de Atletismo (IAAF), com exceção de salto com vara, lançamento do martelo, corridas com barreira e obstáculos. As provas são divididas por grau

de deficiência visual (B1, B2 e B3) e as regras são adaptadas para os atletas B1 e B2. Para esses, é permitido o uso de sinais sonoros e de um guia, que corre junto com o competidor para orientá-lo. Eles são unidos por uma corda presa às mãos, e o atleta deve estar sempre à frente. As modalidades para os competidores B3 seguem as mesmas regras do atletismo regular.

A Conferência Internacional de Classificação de Deficiências em 1993 apresenta duas classes dentro da deficiência visual: a cegueira e a baixa visão. Para definir as classes segue-se o seguinte critério: a cegueira é definida como acuidade visual inferior a 3/60 metros ou campo visual baixo no melhor olho de correção; a baixa visão corresponde a acuidade visual entre 3/18 e 6/60 no melhor olho e com a melhor correção (OMS, 2001). Para a prática esportiva utiliza-se uma classificação separando as pessoas com cegueira e baixa visão (a classificação esportiva chama este último de deficientes visuais), em classes distintas. Esta classificação, respeita uma avaliação oftalmológica, realizada para que os atletas possam competir dentro de classes, desenvolvendo, assim, o esporte de maneira mais igualitária conforme o grau de deficiência.

A classificação esportiva é dividida em três grupos funcionais: B-1 é aquele considerado cego, podendo perceber ou não luminosidade, mas não conseguindo distinguir o formato de uma mão colocada a sua frente; B-2 aquele que possui resíduo visual, tendo um campo visual de até 5 graus e/ou acuidade visual de até 2/60 metros ou 20/400 pés; já o B-3 é aquele que tem campo visual variando de 5 à 20 graus e/ou acuidade visual entre 2/60 metros ou 20/400 pés à 6/60 metros ou 20/200 pés. Sendo que esta capacidade visual é aquela obtida no olho de melhor correção, após cirurgia e com o uso corretivo de lentes (IBSA, 1998).

Segundo a literatura existente devemos desenvolver uma proposta pedagógica para as pessoas com deficiências visuais incluindo a troca do significado de termos que usualmente utilizamos na definição e caracterização dessa parcela da sociedade. O termo capacidade deve substituir as palavras que normalmente agregamos ao termo deficiência, já que ao falarmos de deficiência, o que vem logo em nossa mente é impossibilidade, incapacidade e inadequação.

Devemos pensar que a pessoa tem, por exemplo, a visão como um problema estrutural ou fisiológico, o que o deixa incapacitado de enxergar com nitidez, mas por causa do problema no olho ele não é necessariamente deficiente em suas ações diárias, apenas o seu órgão visual é deficiente e trazendo sim uma incapacidade funcional na percepção visual e uma limitação nas ações diárias (OMS, 2001). É preciso pensar o Homem como um ser que sofre influências diversas e complexas do meio (Gallahue e Ozmun, 2000 apud Prof. Ms. Ciro Winckler de Oliveira Filho. Esta lógica ajuda na construção de uma intervenção pedagógica baseada na diversidade. As respostas ocorrem de modo a sempre adequar o sujeito da melhor maneira na busca de sua autonomia seja ela biológica, psicológica, física ou social.

A pessoa com deficiência visual apresenta: locomoção insegura, com pouco controle e pouca consciência corporal, problemas posturais e insegurança, o que pode gerar comprometimento no equilíbrio (estático), na coordenação, na agilidade, bem como no controle corporal e postura (ADAMS et al., 1985). As estruturas prejudicadas pela deficiência visual, segundo Cobo, Rodrigues e Bueno (2003) são a recepção e interpretação de informações, aprendizagem de esquemas motores e por imitação, na auto-avaliação e controle das ações. O esporte pode ser uma ferramenta para minimizar estes problemas, sua prática oportuniza a experiência motora diferenciada, o que pode diminuir as defasagens apresentadas como perfil desta população. Sendo assim, vale reforçar esse estudo sobre a prática do atletismo, que pode atuar como um auxiliar no desenvolvimento global da pessoa.

O processo ensino aprendizagem da pessoa com deficiência visual no atletismo deve respeitar a individualidade do aprendiz, partindo do conhecimento corporal (Gallahue e Ozmun, 2000) e das incapacidades sensoriais do aluno. A pessoa vidente corre durante toda a infância e juventude, enquanto a pessoa cega normalmente apresenta um nível menor de estímulos nestas fases e por medo

do desconhecido e, conseqüentemente, de se machucar, ela não se arrisca sem ter o auxílio de um guia ou conhecer muito bem o meio que irá percorrer, o que reflete em menores oportunidades de ações e acarretará em um nível acentuado de sedentarismo.

Os métodos de ensino de uma atividade corporal e de sua movimentação no espaço e tempo não diferem muito daqueles que tratam o indivíduo não deficiente visual, porém existe a especificidade de encaminhamento ao se considerar as necessidades de se vencer as adversidades naturais da deficiência ou da incapacidade.

O primeiro passo para uma aula de corrida é o reconhecimento do espaço, tanto para o aluno cego quanto para o de baixa visão. É fundamental conhecer as dimensões (largura e comprimento) do local, percebendo os obstáculos, se houverem, e reconhecendo referências que possam auxiliar na orientação espacial (sons, cheiros ou luz em determinados pontos). Assim é possível criar, o mapa mental do ambiente, diminuindo o medo do imprevisto. Toda vez que existir alguma alteração do meio é muito importante que aluno saiba desta mudança.

Para correr, o aluno poderá estar acompanhado de um guia, que irá orientar o corredor em seu deslocamento. O guia poderá correr ao lado do aluno e ligado a este por uma corda entre as mãos, ou mão e braço ou ainda segurando na camisa do corredor cego. Nunca poderá puxar, empurrar ou lançar o atleta à frente, estas ações prejudicam o desenvolvimento motor do iniciante, exceto quando, durante o início da aprendizagem, tais ações são caracterizadas por um comando que traga proteção aos alunos. Com o aluno de baixa visão o guia pode correr, também, ao lado dando informações verbais, além da tátil.

Para as provas de lançamento e de saltos os estímulos serão direcionados pelas informações verbais explicativas. Por isso pode-se combinar diferentes informações em um mesmo exercício. Exercícios para arremesso de peso podem ser desenvolvidos da seguinte maneira: o chamador irá posicionar o atleta no setor de arremesso, orientá-lo espacialmente (através de informações táteis e sonoras), colocá-lo próximo dos implementos e irá, após isto, colocar-se em frente do atleta batendo palmas para indicar a direção do arremesso, assim, no caso de um giro, o atleta saberá qual a direção correta de soltar o peso. Nas provas de salto o aluno/atleta poderá ter auxílio de até dois guias, um que o ajudará a reconhecer o espaço a ser percorrido até o salto, e o segundo que se posicionará a sua frente orientando através de informações táteis e sonoras.

Os giros são elementos complexos na aprendizagem do atleta com deficiência visual, pois, com a ausência da visão o sistema vestibular será imprescindível no equilíbrio, lembrando que este funciona por movimentação e o giro em uma pessoa não treinada irá atrapalhar na orientação da lateralidade no atleta.

Na construção do método pedagógico pode-se usar mais alguns elementos auxiliares como as informações táteis diretas e indiretas ou informações sonoras verbais ou sinaléticas.

CONCLUSÃO

Apartir deste artigo posso concluir que para trabalhar com portadores de deficiência visual ou qualquer outra pessoa, o profissional precisa ter muita dedicação, força de vontade e se entregar pela causa. Assim como uma pessoa sem limitação os deficientes visuais também querem ser desejados ter prestígio” querem ser reconhecidos”, o esporte pode proporcionar essa conquista . O atletismo adaptado para deficiente visual como qualquer outro esporte tem suas dificuldades. Espero com esse

artigo ajudar a você leitor ter uma compreensão maior sobre o assunto, e abrir espaço para novas pesquisas.

REFERÊNCIAS

ADAMS, R. C. et al.. **Jogos, esportes e exercícios para deficientes físicos**. 3. ed. São Paulo: Manole, 1985.

COBO, A.D., RODRIGUEZ, M. G. BUENO S.T. **Aprendizagem e Deficiência visual**. São Paulo: Santos Livraria e Editora 2003

CONDE, A.J.M. **Atividades físicas adaptadas ao deficiente visual**, *Revista Integração* - Brasília, SENEb, ano 3, n. 07, Ed. Especial, p. 10-11, 1991.

GALLAHUE, D.L. & OZMUN, J.C. **Compreendendo o desenvolvimento Motor**: Bebês, crianças, Adolescentes e Adultos. Phorte Editora: São Paulo, 2000

OLIVEIRA FILHO, Ciro Winckler de et al. A iniciação no atletismo para pessoas cegas e com baixa visão. **Lecturas**: EF y Deportes: revista digital, Buenos Aires, a.10, n.75, ago. 2004. Disponível em: <www.efdeportes.com/efd75/cegas.htm>. Acesso em: 22 jul. 2008

OMS, CIDDM 2: **Classificación Internaccional del Funcionamento, la Discapacidad y la Salud**. <http://www.who.ch/icidh>, consultado 01 de maio de 2008

SOLER, Reinaldo. **Educação física inclusiva na escola em busca de uma escola plural**. 1ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2005.

¹ Acadêmico da 6ª fase do curso de Educação Física da Universidade do Contestado-UnC-MAFRA Av. Nereu Ramos, 1071 Bairro Jardim do Moinho. 89300-000 -Fone: (47) 3641 5525 - (47) 3641 5524.

² Professora orientadora. Mestre em Educação Física e professora titular da disciplina Metodologia da Pesquisa no Curso de Educação Física da UnC-Mafra.