

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA  
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS  
PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO  
ESPECIALIZAÇÃO EM ATIVIDADE FÍSICA, DESEMPENHO MOTOR  
E SAÚDE**

**A SISTEMATIZAÇÃO INICIAL DE UM PROGRAMA  
EM ATIVIDADE FÍSICA E ESPORTE PARA PESSOAS  
COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL**

**ARTIGO DA ESPECIALIZAÇÃO**

**Débora Leimann**

**Santa Maria, RS, Brasil  
2014**

**A SISTEMATIZAÇÃO INICIAL DE UM PROGRAMA EM  
ATIVIDADE FÍSICA E ESPORTE PARA PESSOAS COM  
DEFICIÊNCIA INTELECTUAL**

**Débora Leimann**

Artigo apresentado ao Curso de Especialização do Programa de Pós-Graduação em Atividade Física, Desempenho Motor e Saúde, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM,RS), como requisito parcial para a obtenção do grau de **Especialista em Atividade Física, Desempenho Motor e Saúde.**

**Orientadora: Prof. Luciana Erina Palma**

**Santa Maria, RS, Brasil  
2014**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA  
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS  
PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO  
ESPECIALIZAÇÃO EM ATIVIDADE FÍSICA, DESEMPENHO MOTOR  
E SAÚDE**

**A Comissão Examinadora, abaixo assinada,  
aprova o Artigo de Especialização**

**A SISTEMATIZAÇÃO INICIAL DE UM PROGRAMA EM ATIVIDADE  
FÍSICA E ESPORTE PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA  
INTELECTUAL**

elaborada por  
**Débora Leimann**

como requisito parcial para a obtenção do grau de  
**Especialista em Atividade Física, Desempenho Motor e Saúde**

**COMISSÃO EXAMINADORA:**

**Luciana Erina Palma, Dr.**  
(Presidente/Orientador)

**Marco Aurélio Acosta, Dr. (UFSM)**

**Rafaella Righes Machado, Esp. (UFSM)**

Santa Maria, 13 de outubro de 2014.

## **A SISTEMATIZAÇÃO INICIAL DE UM PROGRAMA EM ATIVIDADE FÍSICA E ESPORTE PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL**

**Débora Leimann**

**Luciana Erina Palma**

### **RESUMO**

O Programa Segundo Tempo – Esportes Adaptados (PST-EA) da Universidade Federal de Santa Maria – RS, proporcionou a prática de atividades físicas e esportivas para pessoas com deficiência intelectual. O objetivo desse estudo foi investigar a sistematização inicial da atividade física e do esporte para alunos com deficiência intelectual, pertencentes ao PST-EA. Foram analisados os planos de aula do primeiro semestre do Programa. Buscou-se observar os temas/objetivos das aulas, juntamente com as avaliações das mesmas. Foram analisados 35 planos de aula com seus 16 temas diferentes. Conclui-se que os diversos temas contribuíram para o início da sistematização do Programa, pois foram importantes para se conhecer o aluno e verificar suas potencialidades e dificuldades.

**Palavras-chave:** Sistematização, Atividade Física e Esporte, Deficiência Intelectual.

### **1. INTRODUÇÃO**

Atualmente, tem se dado destaque à prática de atividade física e esportiva como benefício à saúde. De acordo com a Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte (1996), a qualidade de vida e a saúde do homem podem ser aperfeiçoadas e conservadas pela prática regular de atividade física, pois o sedentarismo representa risco à saúde.

Conforme a Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte (1996), “Estudos epidemiológicos vêm demonstrando expressiva associação entre estilo de vida ativo, menor possibilidade de morte e melhor qualidade de vida” (p.79). A atividade física segundo Nahas (2003) é entendida como um aspecto inerente ao ser humano, com dimensões biológica e cultural, sendo relevante nas escolhas e nos benefícios provenientes desse comportamento. Ela é definida como “qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética –

portanto voluntário, que resulte num gasto energético acima dos níveis de repouso.” (CASPERSEN *et al.*, 1985, *apud* NAHAS, 2003, p.39).

De acordo com De Rose Jr *et al.* (2009), a atividade física, como prática regular é indicada para diferentes faixas etárias na promoção da saúde, prevenção e tratamento de diversas patologias. Há um universo de oportunidades para a prática de atividade física e do esporte. Conforme Gorgatti e Costa (2005), as atividades esportivas têm contribuído para ampliar as possibilidades de participação das pessoas que apresentam diferentes condições e peculiaridades, bem como, pessoas que possuem algum tipo de deficiência.

A prática de atividades físicas para as pessoas com deficiência é identificada internacionalmente como a atividade física adaptada, sendo o espaço que promove a saúde, estilo de vida ativo e reabilita as funções deficientes, facilitando a inclusão. A atividade física adaptada tem por objetivo integrar e empregar fundamentos teórico-práticos das diversas disciplinas da motricidade humana, bem como as áreas da saúde e educação em programas educacionais e de reabilitação de pessoas de qualquer faixa etária que possuem algum tipo de deficiência (MAUERBERG-DE-CASTRO, 2005).

Historicamente, o conceito de deficiência tem se (re)construído, em épocas que pautam diferentes olhares a essa temática. Conforme o Censo Demográfico do ano de 2010, estima-se que 23,9% da população brasileira apresentam algum tipo de incapacidade ou deficiência (BRASIL, 2012). De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2002) a deficiência não é uma doença, pois ela trata de um problema nas funções ou em alguma estrutura do corpo, como uma perda ou um desvio importante, incluindo as funções mentais.

A deficiência intelectual, segundo a Associação Americana de Deficiência Intelectual e Desenvolvimento, AAIDD (2011), é caracterizada como restrições expressivas no funcionamento intelectual, juntamente com comprometimentos no comportamento adaptativo, expresso nas habilidades sociais, práticas e conceituais. A pessoa com deficiência é diagnosticada durante seu desenvolvimento infantil até os 18 anos, e ainda pode apresentar diferenças nos aspectos psicomotor, cognitivo e afetivo-social. Tais aspectos são fundamentais para o desenvolvimento das características comportamentais, educacionais e da independência nas atividades diárias.

Gorgatti e Costa (2005) apontam que a pessoa com deficiência intelectual precisa da prática de atividade física, já que, esta atua como um importante recurso em seu desenvolvimento e tal prática deve ser proporcionada a todas as pessoas com deficiência. Há

inúmeros programas e estratégias para que pessoas com deficiência possam praticar atividades físicas e esportivas.

Pela importância da atividade física, este estudo foi desenvolvido no Programa Segundo Tempo – Esportes Adaptados – PST-EA, que visou oferecer prática de atividade física e esportiva para pessoas com diferentes deficiências, entre elas, a intelectual. Através do Ministério do Esporte e com o objetivo de democratizar o acesso à prática e à cultura do esporte, o PST-EA estimulou o desenvolvimento integral e a qualidade de vida de seus participantes. O Programa atingiu, prioritariamente, pessoas com deficiência e/ou necessidades especiais em situação de vulnerabilidade social.

O Programa trabalhou com atividades físicas e esportivas planejadas para o público alvo, foram desenvolvidas atividades sistematizadas para o benefício dos participantes. Há diversos estudos apontando o benefício da atividade física sistematizada para diferentes grupos de pessoas, porém o estudo de uma sistematização do esporte e de atividade física para pessoas com deficiência é pouco conhecido. Estudar este tema surge da necessidade de respostas relacionadas à prática do esporte e da atividade física sistematizada, em um programa de esportes adaptados para alunos com deficiência intelectual, visto que há poucos estudos relacionando a sistematização da atividade física para pessoas com deficiência intelectual.

Segundo Gorgatti e Costa (2005), as pessoas com deficiência intelectual têm maior dificuldade no domínio motor, já que são caracterizadas por lentidão e atraso no alcance da sequência de desenvolvimento comparado a indivíduos sem deficiência. Diante disso, este estudo buscou compreender a sistematização inicial da atividade física e do esporte dentro do PST-EA, para os participantes com deficiência intelectual.

## **2. METODOLOGIA**

Trata-se de uma pesquisa aplicada de caráter qualitativo, na qual, segundo Minayo (2007, p.21), “trabalha com o universo dos significados, dos motivos, das aspirações, das crenças, dos valores e das atitudes”.

A pesquisa tem como base a Pesquisa Descritiva, em que segundo Gil (2002), tem por propósito principal a descrição e o estudo das características do objeto a ser examinado.

A pesquisa tem como objeto de estudo os planos de atividade do PST – EA, realizados na Escola Antônio Francisco Lisboa de Santa Maria/RS.

Foram utilizados os planos de atividade do segundo semestre do ano de 2012, pois neste período iniciou-se o Programa na escola. Como total, foram analisados 35 planos, visto que foi o número de aulas ministradas no decorrer do semestre. Optou-se por selecionar os planos do primeiro semestre do Programa para investigar como se desenvolveram as aulas iniciais, qual foi o enfoque dado e também analisar as avaliações contidas nos planos de aula para entender a escolha dos conteúdos. É importante investigar o início do Programa para compreender como sistematizar o início de um trabalho em atividade física e esporte para grupos com deficiência intelectual.

Como critério de inclusão no estudo, determinou-se analisar somente os planos de atividades de Educação Física do período de Agosto à Dezembro de 2012, pois o PST-EA também atuava com atividades de Terapia Ocupacional.

Foram analisados os planos de atividade com enfoque no objetivo de cada um e o tema/conteúdo, juntamente com a avaliação dos mesmos. Os planos de atividade do Programa Segundo Tempo, bem como as avaliações destes, foram instruídos e baseados em Mauerberg-deCastro (2005). Todos os planos tinham a seguinte estrutura: Data; Horário da aula; Número do plano; Temática Central (objetivo); Objetivos; Atividades propostas (Parte Inicial, Principal e Final); Recursos materiais e adaptações; Avaliação da aula.

Para examinar o material de estudo, os planos de atividade foram agrupados de acordo com o seu tema central. As aulas foram avaliadas pelos critérios baseados em Mauerberg-deCastro (2005): quanto ao ambiente, quanto à instrução da atividade/tarefa, quanto às atividades/tarefa e quanto ao feedback/retroalimentação da atividade.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O planejamento de um programa para pessoas com deficiência deve contemplar o desenvolvimento do saber, do saber fazer, do saber ser e do saber conviver, considerando a totalidade do ser humano, abrangendo os domínios cognitivo, motor, emocional e social (GORGATTI e COSTA, 2005).

Os pareceres analisados foram do início do Programa, durante este período foram realizados 16 temas de aulas diferentes. O quadro abaixo refere-se as aulas analisadas deste estudo, o qual foi organizado conforme o tema central e o número de aulas dado aos temas.

Quadro 1: Temas das aulas

<b>Tema</b>	<b>Número de aula</b>
Atividades circenses	01

Atividades recreativas	11
Basquetebol	02
Cinema	01
Coordenação motora	04
Equilíbrio	01
Esquema e imagem corporal	01
Estímulos sensoriais, atenção e noção espacial	01
Futsal	03
Gincana	01
História Montada	01
Jogos cooperativos	01
Jogos pré-desportivos	03
Jogos tradicionais	01
Socialização do grupo	01
Voleibol	02
<b>TOTAL=</b>	<b>35</b>

Conforme as avaliações observadas, os temas foram sendo criados de acordo com as maiores dificuldades que os alunos mostravam nas aulas, por isso, não aconteceram na sequência citada a cima, mas voltaram a ser desenvolvidos em outras aulas posteriores.

Observou-se um maior número de aulas com o tema “atividades recreativas” que conforme os objetivos destas, foram para promover o desenvolvimento motor e cognitivo dos alunos. Com o mesmo objetivo, também foram abordadas 4 aulas com o tema coordenação motora.

Conforme Dalla Déa e Duarte (2013), é importante perceber as características motoras dos alunos porque é comum para estes exporem atrasos nas habilidades e capacidades físicas, como também a lentidão motora. Porém nem sempre a dificuldade na execução e entendimento das atividades é uma característica motora, pois outro aspecto comum que as pessoas com deficiência intelectual apresentam é a falta de atenção e apatia ao aprender pela sua dificuldade intelectual.

Alguns temas foram propostos em uma aula, porque conforme a avaliação, foi suficiente para abordar a temática. Como tema, a “Socialização do grupo”, foi proposta na primeira aula do Programa, para que os alunos conhecessem o projeto e os monitores



analisassem a turma, porém este tema esteve sempre presente em todas as aulas, nas atividades propostas em grupo, mas nesse caso, a proposta da aula foi envolvendo somente este tema para que todos pudessem se conhecer.

Os alunos também tiveram a oportunidade de vivenciar uma aula de cinema, no qual puderam assistir filme com o objetivo da aula voltada ao lazer. As atividades de lazer, conforme Cruz e Barreto (2003), são centradas nas emoções e no prazer, elas são importantes para o desenvolvimento saudável da pessoa com deficiência intelectual, pois o lazer para ela corresponde ao que observa e vivencia em seu cotidiano. O lazer tem papel importante para a realização pessoal e na participação na criação de uma nova cultura da pessoa com deficiência intelectual, desenvolvendo um mundo novo.

Em uma aula também os alunos realizaram e exploraram os jogos tradicionais do Rio Grande do Sul, onde eles conheceram alguns dos jogos mais populares do estado. Para Martins Junior (2004), os jogos tradicionais são atividades que se tornam tradições regional ou nacional transmitidas pela comunidade que as pratica e passam aos seus descendentes. Pensando em uma sistematização mais ampla, com mais tempo e mais aulas, este tema poderia ser explorado em mais oportunidades para ampliar os conhecimentos dos alunos, pois conforme Martins Junior (2004), os jogos tradicionais possuem suas características próprias e respeitam as tradições, além disso, são importantes no desenvolvimento motor, intelectual, afetivo, psico e sociomotor dos que praticam.

O quadro a seguir representa as avaliações gerais das aulas conforme os critérios de Mauerberg-de Castro (2005).

Quadro 2: Avaliação das aulas

Avaliação das aulas	Aulas
Ambiente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espaço para a aula não disponível: 5 aulas</li> <li>• Espaço e Material disponível: 22 aulas</li> </ul>
Instrução da atividade	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicação verbal prévia a execução: 8 aulas</li> <li>• Instruções foram suficientes: 4 aulas</li> <li>• Comunicação verbal junto com a demonstração: 23 aulas.</li> <li>• Dificuldades na compreensão da</li> </ul>

	<p>tarefa: 1 aula.</p>
Atividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De forma global: 3 aulas.</li> <li>• Com repetição: 14 aulas.</li> <li>• De forma global e em partes: 4 aulas.</li> <li>• Tempo de realização das atividades foi suficiente: 13 aulas.</li> <li>• Tempo não foi suficiente: 6 aulas.</li> <li>• Ritmo eficaz: 8 aulas.</li> <li>• Ordem foi a mais adequada: 3 aulas.</li> <li>• A intensidade, velocidade e quantidade das atividades foram adequadas aos alunos/grupo: 6 aulas.</li> <li>• Ritmo e velocidade lentos: 1 aula.</li> </ul>
Feedback da turma	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diretamente com o aluno: 7 aulas.</li> <li>• Questionando o aluno: 3 aulas.</li> <li>• Através de estímulos: 13 aulas.</li> <li>• De forma contínua: 15 aulas.</li> <li>• Foi concomitante com a atividade: 17 aulas.</li> <li>• A cargo do aluno: 1 aula.</li> </ul>

De acordo com as avaliações das aulas, as dificuldades da turma foram sendo percebidas no decorrer de cada aula e o tema da aula seguinte era realizado pela observação das maiores dificuldades que a turma encontrou nas atividades já executadas.

Segundo as avaliações das aulas, alguns temas foram desenvolvidos poucas vezes para a turma conhecer alguns conteúdos, pois grande parte dos alunos nunca tinha vivenciado a maioria dos temas propostos. Como no caso dos esportes: futsal, voleibol e basquetebol foram desenvolvidos em poucas aulas para a turma explorar de forma superficial cada modalidade para que no próximo semestre fosse trabalhado com maior profundidade.

A sistematização da avaliação das aulas foi instruída e baseada em Mauerberg-deCastro (2005), conforme o quadro 2, por isso, os pareceres foram retratados de acordo com esta classificação. No que tange o ambiente das aulas, podemos observar que o espaço e o

material foram disponíveis em quase todas as aulas, exceto em 5 delas por não haver o ambiente acessível a prática.

Em relação as instruções das atividades pode-se analisar que a comunicação verbal junto com a demonstração foi a maneira mais eficiente de explicar as atividades propostas. Pode-se então afirmar que comunicação verbal juntamente com a demonstração é a melhor forma de instruir pessoas com deficiência intelectual. Para Dalla Déa e Duarte (2013), as principais adaptações pedagógicas nas aulas para pessoas com deficiência intelectual estão na maneira da explicação das atividades, pois para eles é preciso informações claras, simples, precisas e com exemplos. Para se ter sucesso no entendimento da tarefa é necessário apresentar o maior número possível de informação, além da explicação verbal, o professor poderá acrescentar informação visual, praticando o movimento para o aluno visualizar.

No que refere a avaliação das atividades é possível constatar que a maneira mais eficaz no entendimento destas foi com repetição, pois desta forma, foram realizadas maior número de aulas, havendo maior assimilação dos alunos à atividade. Realizar as atividades de modo global e em partes foi mais eficiente do que somente pela forma global, pois foi executado mais vezes no decorrer das aulas.

Quanto ao feedback da turma, as avaliações apresentaram que os estímulos (palmas, toques físicos no aluno, indicação de “positivo”, sorriso, etc.) são importantes para o aluno, pois eles foram usados na maioria das aulas. De acordo com Diehl (2008), é muito importante incentivar o aluno com interjeições positivas na realização da atividade, pois o estimula para que não desista da tarefa.

O feedback nas aulas mostrou-se mais eficiente quando foi realizado de forma contínua e concomitante com a atividade. Estes itens construíram o feedback na maioria das aulas, podemos então assegurar que eles são importantes ferramentas para trabalhar com alunos com deficiência intelectual.

Como um espaço universal no qual todos os beneficiados participavam das atividades esportivas, o PST-EA abrangeu diferentes ambientes em que eram desenvolvidos os trabalhos pedagógicos. Os participantes com diferentes deficiências, inclusive a deficiência intelectual, eram estimulados a prática de atividade física e esportiva em níveis variados, no qual adquiriram autonomia, independência, autoestima, autoconfiança, relações pessoais e equilíbrio emocional, além de melhorar os aspectos motores. Garantindo igualdade de condições, o PST-EA visou o desenvolvimento e o conhecimento de todos os alunos com deficiência, seja ela motora, sensorial ou intelectual, para a participação e interação com os

outros colegas, buscando sempre desenvolver suas capacidades físicas, sua inteligência, personalidade e autonomia, que lhe permitirá levar uma vida mais ativa e independente.

O início do programa, no período de agosto a dezembro de 2012, as atividades realizadas não tiveram uma sequência de conteúdos programáticos, justamente para que fosse possível compreender as dificuldades dos alunos a cada aula, possibilitando a preparação das futuras atividades baseando-se nas observações e análises realizadas no transcorrer das aulas. Neste período, diversos temas foram trabalhados, destes, alguns foram apenas introduzidos para que fosse possível aprofundá-los em semestres futuros.

O PST-EA teve dois anos de duração, no qual houve então a sistematização das aulas a longo prazo. Para o estudo, foi analisado somente um semestre deste período, por isso, teve a opção de oferecer vários conteúdos em curto tempo para depois sistematizar e aprofundar os conteúdos.

Para sistematizar um programa em atividade física e esporte para pessoas com deficiência intelectual a médio e a longo prazo é necessário que se conheça cada indivíduo, suas peculiaridades, suas dificuldades nas áreas motoras, cognitiva e social, como também conhecer o universo em que vive. Além disso, Diehl (2008), ressalta que se conheça o histórico do aluno, para que nas atividades seja possível adequar a todos e também, cabe ao professor adotar quando necessário, novas estratégias metodológicas para alcançar seus objetivos.

Para começar um trabalho com pessoas com deficiência intelectual, é necessário considerar que as atividades devem ir do simples ao complexo. Conforme Campeão (2009), é importante iniciar atividades físicas e esportivas para pessoas com deficiência intelectual levando em conta fatores que irão facilitar a aula. As habilidades devem ser desenvolvidas aos poucos, aumentando as dificuldades gradativamente e o espaço nas primeiras aulas, deve ser livre de obstáculos e sem delimitações ou com delimitações flexíveis para a participação do aluno.

No início das atividades, deve ser utilizado pouco material, e com o passar do tempo, podem ser apresentados gradativamente para que o aluno não se disperse. É importante também, proporcionar objetos grandes e no decorrer das aulas expor objetos menores para a manipulação dos mesmos. Campeão (2009) ainda salienta que é importante deixar que o aluno manuseie os objetos antes de iniciar as atividades para que ele reconheça e se sinta confiante. Além disso, nas primeiras aulas, as atividades devem ser curtas e com poucas

regras para que não haja dispersão, no decorrer destas, as regras tendem a ficar mais complexas com atividades que envolvam táticas.

Winnick (2004), aponta que as características físicas e motoras da pessoa com deficiência intelectual são a que menos percebemos, embora muitas apresentem atraso no desenvolvimento motor. Tais atrasos, muitas vezes, estão relacionados a fatores cognitivos associados à compreensão e atenção. Na maioria dos casos, quanto maior o nível de deficiência, mais lento é o desenvolvimento motor. Gorgatti e Costa (2005), na mesma direção, defendem que os problemas motores da pessoa com deficiência intelectual estão relacionados tanto a fatores maturacionais, quanto da falta de experiências para tal desenvolvimento.

Pessoas com deficiência intelectual precisam de atividades físicas para ter uma boa qualidade de vida. Para Gorgatti e Costa (2005), é interessante desenvolver propostas de atividades que procurem ampliar as capacidades físicas, pois esses indivíduos muitas vezes possuem alguns problemas de saúde decorrentes do sedentarismo. As atividades físicas, auxiliam no benefício à saúde e conforme os autores, é recomendável trabalhar a flexibilidade, a capacidade aeróbia e a velocidade, o que nas aulas analisadas foi trabalhado.

As aulas analisadas foram suficientes para entender como sistematizar um plano inicial de atividade física e esporte para pessoas com deficiência intelectual, pois abrangeu diversos temas para observar os domínios da turma e suas potencialidades, interesses e necessidades.

#### **4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir desse estudo, compreende-se que para sistematizar inicialmente, atividades físicas e esportivas em um Programa para pessoas com deficiência intelectual é necessário que se conheça o aluno, suas potencialidades e dificuldades. É importante observar as limitações e o grau de deficiência de cada um para a prática de atividades físicas e esportivas.

Através do estudo, constatou-se que apresentar à turma diversos conteúdos é uma maneira eficaz para iniciar um trabalho sistemático, pois auxilia o professor para analisar as habilidades e capacidades físicas dos alunos, sendo assim, poderá trabalhar mais precisamente as suas dificuldades. De acordo com as avaliações das aulas, pode-se concluir que a maneira eficaz de instruir as atividades para pessoas com deficiência intelectual é com comunicação verbal juntamente com a demonstração, pois facilita o entendimento dos alunos para a prática da atividade.

Sendo assim, para sistematizar o início de um programa em atividade física e esporte para pessoas com deficiência intelectual é necessário considerar o aluno, atividades adequadas e o modo como as atividades são instruídas, repetidas e como é dado o feedback para o aluno. É importante realizar atividades físicas e esportivas de maneira em se realizará do simples ao complexo, proporcionando ao aluno alcançar os objetivos para criar autonomia.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

**American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (2011).** Disponível em: <[www.aaid.org/content\\_100.cfm?navID=21](http://www.aaid.org/content_100.cfm?navID=21)>. Acesso em 22 de out. de 2012.

BRASIL. Secretaria de Direitos Humanos da Presidência da República (SDH/PR). Secretaria nacional de Promoção dos Direitos da Pessoa com Deficiência (SNPD). Coordenação-Geral do Sistema de Informação da Pessoa com Deficiência. **Cartilha do Censo 2010: pessoas com deficiência**, 2012. Disponível em: <<http://www.pessoacomdeficiencia.gov.br/app/sites/default/files/publicacoes/cartilha-censo-2010-pessoas-com-deficiencia-reduzido.pdf>>. Acesso em: 8 de mar. de 2014.

CAMPEÃO, Márcia da S. **Atividades esportivas para pessoas com deficiência mental: atividade física e esportes para pessoas com deficiência mental.** In: FERREIRA, Eliana Lucia (Org.). Esportes e atividades inclusivas. Niterói: Intertexto, 2009. p. 11-52.

CRUZ, L. R.; BARRETO, S. D. **A importância do lazer na inclusão da pessoa portadora de deficiência mental na sociedade.** Instituto Catarinense de Pós-Graduação. Disponível em: <http://www.posuniasselvi.com.br/artigos/rev02-01.pdf> . Acesso em: 09 Jul. 2014 Revista 2: jan-jun/2003

DALLA DÉA, Vanessa Helena Santana; DUARTE, Edison; **"O aluno com Deficiência Intelectual"**, "Educação Física Escolar: Atividades Inclusivas", 01/2013, ed. 1, 1, Editora Phorte, pp. 22, pp.57-78, 2013

DE ROSE JR, D. et al (Org.) **Esporte e atividade física na infância e na adolescência: uma abordagem multidisciplinar.** Porto Alegre: Artmed, 2002.

DIEHL, Rosilene Moraes. **Jogando com as diferenças: jogos para crianças e jovens com deficiência: em situação de inclusão e em grupos específicos.** 2.ed. São Paulo: Phorte, 2008.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GORGATTI, M. G; COSTA, R.F. **Atividade Física Adaptada.** Barueri - Sp: Manole, 2005

MARTINS JUNIOR, J. **A escola como espaço da atividade física continuada.** In VIEIRA, J. L.; (Org) Educação física e esportes: estudos e proposições. Maringá: EDUEM, 2004 (p.73-102).

MAUERBERG-DE-CASTRO, Eliane. **Atividade Física Adaptada.** Ribeirão Preto. SP:

Tecmedd, 2005.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org). **Pesquisa Social: Teoria, Método e Criatividade**. 25ª ed. Revista e atualizada - Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2007.

NAHAS, Markus Vinicius. **Atividade Física, saúde e qualidade de vida: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 3 ed. Londrina: Midiograf, 2003.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Rumo a uma linguagem comum para funcionalidade, incapacidade e saúde: CIF**. Genebra: OMS/WHO; 2002. Disponível em: <[http://www.fsp.usp.br/cbcd/Material/Guia\\_para\\_principiantes\\_CIF\\_cbcd.pdf](http://www.fsp.usp.br/cbcd/Material/Guia_para_principiantes_CIF_cbcd.pdf)>. Acesso em 14 de nov. 2013.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE MEDICINA DO ESPORTE. **Posição oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: Atividade Física e Saúde** - Revista Brasileira Medicina Esportiva, Vol. 2, N.º 4 – Out./Dez., 1996. Disponível em: <<http://medicinadoexercicio.com//media/file/Atividade%20fisica%20e%20saude.pdf>>. Acesso em: 25 de out.2012

WINNICK J.P. **Educação Física e Esportes Adaptados**. Barueri: Manole, 2004.