

METODOLOGIA DE TREINAMENTO DE INICIAÇÃO AO ATLETISMO PARA DEFICIENTES INTELECTUAIS E FÍSICOS NA ESCOLA PRIMAVERA

Evelyn Bettinelli Romualdo Sabadin – Escola Primavera, Ensino Fundamental na Modalidade
Educação Especial, Curitiba/PR/Brasil

evelynromualdo@seed.pr.gov.br

RESUMO

Introdução: A Escola Especializada Primavera é uma entidade filantrópica que atende aproximadamente 150 crianças, adolescentes e adultos, com deficiência intelectual, desde 1971. A escola conta com uma quadra poliesportiva coberta de 15x9m e parceria com a AABB, que cede o espaço-físico para Educação Física e treinamento. Eventualmente é utilizada a pista de atletismo do Colégio Estadual do Paraná treinos em condições concretas de competição. O conteúdo de Atletismo é trabalhado no primeiro bimestre na grade curricular e os alunos que se destacam são convidados a treinar em contraturno escolar, passam por avaliação física, médica e também psicológica para pedir a elegibilidade à ABDEM; os que são maiores de 14 anos são filiados a um clube paradesportivo e participam de competições a nível municipal, estadual e nacional. Atualmente a escola conta com dois alunos filiados à ADFP e dezesseis à ONG Saúde Esporte, e recebe repasse da Lei Municipal de Incentivo ao Esporte. **Objetivo:** explicitar como é feito atualmente o treinamento de iniciação ao atletismo dos alunos da Escola Primavera. **Metodologia:** O estudo caracteriza-se como um relato de caso. **Resultados:** Desde 2011, há um horário específico para treinamento de atletismo na escola em contraturno. Atualmente os treinos ocorrem nas segundas-feiras à tarde e nas sextas-feiras de manhã, no espaço da escola, AABB ou Colégio Estadual do Paraná. O planejamento é feito com base nas competições que acontecerão durante o ano, tendo períodos de adaptação, competição e transição. No início do ano, no retorno das férias e no fim do ano letivo é feita avaliação física composta por: composição corporal e antropometria, testes de impulsão, de força, agilidade, velocidade, resistência e resistência de velocidade. Uma sessão de treinamento é composta por aquecimento articular, trote, alongamento, educativos/técnicas e parte específica de uma das áreas que será treinada no dia: ou arremesso e lançamentos, ou saltos, ou corridas de velocidade, ou revezamento, etc. A metodologia e os exercícios utilizados são em sua maioria do Manual de Orientação para Professores de Educação Física - elaborado pelo CPB, do Guia Prático de Mini-Atletismo da IAAF e da Apostila de Atletismo da Special Olympics. Os locais e materiais utilizados para treinamento geralmente são adaptados para se parecerem com os reais (setor de arremesso, caixa de salto, raíais), quanto mais próximo ao concreto, melhor o entendimento do aluno. No trabalho com deficientes intelectuais é muito importante que a explicação seja dada com poucas informações de cada vez, e com muito reforço positivo para o aluno sentir confiança de que está aprendendo. Durante os treinos também é trabalhado a importância dos valores como a cidadania, a cooperação, a responsabilidade, o respeito e a autonomia. **Conclusão:** Os alunos que participam de treino em contraturno desenvolvem a autonomia, o respeito, tem a auto-estima melhorada e geralmente se tornam exemplos para os alunos mais novos. A oportunidade de praticar esporte na escola é única para a maioria destes alunos, que dependem de transporte especial e não tem condições de se deslocar sozinhos a um clube ou outro local de treinamento.

PALAVRAS-CHAVE: treino, atletismo, escola.

METHODOLOGY OF TRAINING OF ATHLETICS INITIATION TO STUDENTS WITH INTELLECTUAL AND PHYSICAL DISABILITIES ON PRIMAVERA SCHOOL

ABSTRACT

Introduction: Primavera Specialized School is a philanthropic organization that serves approximately 150 children, adolescents and adults with intellectual disabilities since 1971. The school has a sports court indoor with 15x9m and partnering with the AABB, which gives space to physical education and training. Eventually is used the track of the Paraná State College to training in practical conditions of competition. The content of Athletics is ministered in the first quarter in the curriculum and students who excel are invited to train after school, undergo physical assessment, medical and psychological also to ask for eligibility to ABDEM (INAS); those over 14 years are affiliated to a paralympic club and participate in competitions at local, state and national levels. Currently the school has two students affiliated to ADFP and sixteen to NGO Health Sport and receives transfer of Municipal Law for Encouragement of Sport. **Aim:** To explain how it is done currently initiation training to athletics to Primavera School students. **Methodology:** The study is characterized as a case report. **Results:** Since 2011, there is a specific time to athletic training school after classes. Currently the trainings take place on Monday afternoon and on Friday morning at the school premises or AABB or Paraná State College. The planning is done based on the competitions that will take place during the year, with periods of adaptation, competition and transition. At the start of the year, the return of holidays and end of the school year is done physical assessment consisting of: body composition and anthropometry, jump tests, strength, agility, speed, endurance and speed endurance tests. A training session consists of heating articulate, jogging, stretching, educational / technical and specific part of one of the areas that will be trained on: throws, or jumps or sprints or relays, etc.. The methodology and exercises used are mostly of the Guidance Manual for Teachers of Physical Education - prepared by the CPB, the Practical Guide to Mini-Athletics and Athletics Handout Special Olympics. The locations used for training and materials are usually adapted to resemble the real (throw area, jump box, rays), the closer to the concrete, the better student understanding. In working with intellectually disabled is very important that the explanation is given with little information at a time, and with much positive reinforcement for the student to feel confident that you are learning. During practice is also working the importance of values such as citizenship, cooperation, responsibility, respect and autonomy. **Conclusion:** Students who participate in training after classes develop autonomy, respect, self-esteem has improved and often become role models for younger students. The opportunity to practice sport at school is unique for most of these students, who rely on special transportation and is unable to travel alone to a club or other place of training.

KEYWORDS: training, athletics, school.