



**Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos
Santos - UNICEPLAC
Curso de Educação Física
Trabalho de Conclusão de Curso**

**Inclusão de crianças e adolescentes com autismo
nas atividades físicas e no esporte**

Brasília
2024

**Ana Paula da Silva Sousa
Brenda Letícia Plaza de Goes**

**Inclusão de crianças e adolescentes com autismo
nas atividades físicas e no esporte**

Projeto social apresentado como requisito
para conclusão do curso de Bacharelado em
2024 pelo Centro Universitário do Planalto
Central Aparecido dos Santos – Uniceplac.
Orientador: Prof. Daniel Tavares de
Andrade

Brasília
2024

Ana Paula da Silva Sousa
Brenda Letícia Plaza de Goes

Inclusão de crianças e adolescentes com autismo nas atividades físicas e no esporte

Projeto social apresentado como requisito para
conclusão do curso de Bacharelado em 2024 pelo
Centro Universitário do Planalto Central
Aparecido dos Santos – Uniceplac.

Brasília, Julho de 2024

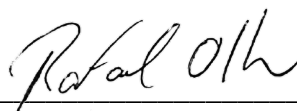
Banca Examinadora



Prof. Dr. Daniel Tavares de Andrade
Orientador



Prof. Dra. Gisele Kede Flor Ocampo
Examinador



Prof. Dr. Rafael dos Reis Viera Olher
Examinador

Inclusão de crianças e adolescentes com autismo nas atividades físicas e no esporte

Brenda Letícia Plaza de Goes

Ana Paula da Silva Sousa

RESUMO: O Transtorno do Espectro Autista (TEA) se manifesta em um conjunto de características que afetam a maneira como a pessoa se comunica, interage e se comporta. As limitações impostas pelo TEA podem, de fato, dificultar a interação social, o desenvolvimento psicológico, motor e cognitivo, entre outras áreas. É nesse contexto que surge o nosso projeto social, idealizado para promover o bem-estar e o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes com TEA. Através de um programa inovador de atividades físicas e esportivas, cuidadosamente planejadas e acompanhadas por profissionais especializados em educação física e TEA, almejados: Despertar o potencial individual; Promover a inclusão social; Melhorar a qualidade de vida; Ultrapassar limites e medos; Desenvolver habilidades socioemocionais. Juntamente com a interação dos pais, estando todos presentes na vida e no desenvolvimento de seus filhos, acompanhando seus progressos, vendo juntamente com a gente o desenvolvimento de seus filhos como um todo, social, emocional, cognitivo, motor e etc. sabemos que a presença dos pais e de todos que estiveram a fim de ajudar e nos apoiar nesse projeto é de extrema importância e com isso receberemos cada apoio de braços abertos. O mais interessante é que tenhamos cada vez mais essas crianças e adolescentes envolvidas com seus pais, colegas e com a sociedade, sem distinção de qualquer coisa que seja. Nosso projeto visa criar um ambiente propício para o aprimoramento dessas habilidades, preparando as crianças e adolescentes para os desafios da vida social. Acreditamos que através da educação física e do esporte, podemos fazer a diferença na vida de crianças e adolescentes com TEA, abrindo portas para um futuro mais promissor e cheio de possibilidades, contribuindo para uma vida mais plena e saudável.

Palavras-chave: TEA, Inclusão, Educação física.

¹Brenda Letícia Plaza de Goes do Curso Educação Física, do Centro Universitário do Planalto Central
Apparecido dos Santos – Uniceplac. E-mail: lele.plaza@gmail.com.

²Ana Paula da Silva Sousa do Curso Educação Física, do Centro Universitário do Planalto Central
Apparecido dos Santos – Uniceplac. E-mail: anapsilvasousaapss@gmail.com.

ABSTRACT: Autism Spectrum Disorder (ASD) manifests itself in a set of characteristics that affect the way a person communicates, interacts and behaves. The limitations imposed by ASD can, in fact, hinder social interaction, psychological, motor and cognitive development, among other areas. It is in this context that our social project arises, designed to promote the well-being and integral development of children and adolescents with ASD. Through an innovative program of physical and sports activities, carefully planned and monitored by professionals specialized in physical education and ASD, the following aims: Awaken individual potential; Promote social inclusion; Improve quality of life; Overcoming limits and fears; Develop socio-emotional skills. Together with the interaction of parents, everyone being present in the lives and development of their children, monitoring their progress, seeing together with us the development of their children as a whole, social, emotional, cognitive, motor, etc. We know that the presence of parents and everyone who was willing to help and support us in this project is extremely important and we will receive every support with open arms. The most interesting thing is that we have more and more children and adolescents involved with their parents, peers and society, without distinction of anything whatsoever. Our project aims to create an environment conducive to improving these skills, preparing children and adolescents for the challenges of social life. We believe that through physical education and sport, we can make a difference in the lives of children and adolescents with ASD, opening doors to a more promising future full of possibilities, contributing to a fuller and healthier life.

Keywords: Tea, Inclusion, Physical Education.

1.0 Apresentação:

1.1. Objetivo Geral

Desvendar o potencial pleno de cada criança e adolescente com Transtorno do Espectro Autista (TEA) através de um programa inovador de atividades físicas e esportivas, promovendo o desenvolvimento integral, a inclusão social e a qualidade de vida. Através de um ambiente acolhedor e inclusivo, onde cada indivíduo se sinta valorizado e respeitado.

1.1.1 Objetivo específico:

Aprimorar a coordenação motora grossa e fina, o equilíbrio, a agilidade, a força e a propriocepção através de atividades. Fortalecer a consciência corporal e a espacialidade através de atividades que explorem diferentes movimentos e percepções sensoriais. Estimular a concentração, a memória, a atenção.

1.2 Conceito de autismo:

O autismo tem sido bastante pesquisado por diversos estudiosos na área da deficiência cognitiva.

“O autismo é uma condição caracterizada pelo desenvolvimento acentuadamente anormal e prejudicado nas interações sociais, nas modalidades de comunicação e no comportamento (American Psychiatric Association, 2013).”

A primeira classificação do autismo foi como sintoma da “Reação Esquizofrênica Tipo Infantil” (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 1952).

Passando assim, ao longo dos anos por diversos estudos e mudanças em relação ao seu nome, seu diagnóstico e fatores relacionados ao comportamento e desenvolvimento, o TEA (transtorno do espectro autista), é uma condição onde o seu desenvolvimento neurológico possui uma deficiência, afetando assim sua vida social e comportamental, com isso, pessoas que têm TEA possuem dificuldades na socialização, comunicação, interação, tem comportamentos repetitivos, e também uma dificuldade de formulação de pensamento e aprendizagem (American Psychiatric Association, 1952).

Depois foi inserida na categoria de “Perturbações esquizofrênicas”, ficando associada a esquizofrenia até a nona edição (1979), com a nomenclatura “Psicose infantil” ou “Síndrome de Kanner” (Vargas e Schimidt, 2011).

Seguindo os estudos, devido aos comportamentos analisados, o autismo foi inserido na categoria de “perturbações esquizofrênicas”, mantendo-se associado à esquizofrenia até 1979, com a nomenclatura “Psicose infantil” ou “Síndrome de Kanner”, depois o autismo passou a ter designação própria “Transtorno autista”, incluído nos transtornos invasivos do desenvolvimento (TID) (Araújo e Neto,2014). No DSM 5, houve um rompimento desse modelo, passando assim o autismo a ser considerado um transtorno do espectro autista (TEA). (Disturb Comun, 2014).

Segundo a American Psychiatric Association, (2014) Leo Kanner, foi um dos maiores pesquisadores, procurando aprofundar-se nos estudos relacionados ao autismo, percebendo diversas características em onze casos do autismo em que analisou, sendo assim, diante dos seus achados que contribuíram para o meio científico, ele se tornou um dos seus estudiosos mais importantes em relação ao autismo. Com características identificadas através dessas pesquisas, Kanner denominou o autismo como “distúrbios do contato afetivo e da relação social” (Buscaglia, 2016).

O autismo foi enquadrado na categoria de transtornos globais do desenvolvimento (TGD), pois seus primeiros sinais podem surgir na infância, antes mesmo dos 3 anos de idade, quando há suas fases de desenvolvimento, assim acaba tendo partes de seu desenvolvimento afetadas (Cunha,2021)

No decorrer dos estudos, foi percebido que as características típicas do autismo não eram globais, pois afetava a pessoa como um todo, mas especificamente nos domínios da comunicação social e comportamentos, chegaram então à conclusão de que a classificação “Transtorno Autismo”, era inapropriado, preferindo assim abordar como um espectro único, com características que variam ao longo de um continuum, essa nova linha de entendimento relacionado ao autismo poderia apresentar melhor suas características que apareciam no decorrer do seu desenvolvimento, no que resultou na terminologia Transtorno do Espectro Autista (TEA) (Schmidt, 2017). Orrú, 2011, conceitua autismo como: autismo, que vem d origem grega (autos) que significa “ Em si mesmo”, digire-se aos comportamentos ao próprio indivíduo. Não se considerando uma doença, mas uma síndrome (conjunto de sinais e sintomas).

Segundo Schliemann, Alves, Duarte, 2020.

O autismo traz também prejuízos como:

“Estas se revelam em prejuízos no equilíbrio e controle postural, no planejamento e encadeamento de ações motoras, na imitação de ações e gestos, na coordenação motora global e fina, nas atividades locomotoras e na marcha atípica na ponta dos pés.” (Rev. Bras. Educ Fís Esporte, (São Paulo) 2020 jul; 34).

1.2.2. Como é feito seu Diagnóstico?

Quanto mais precocemente começar o tratamento, melhor a criança pode se desenvolver, independentemente do tipo ou grau no qual ele tenha (Nunes, 2011).

Seu diagnóstico é feito de forma clínica e por indicadores, sendo observados os comportamentos, histórico de desenvolvimento, guiados por alguns critérios universais e em teorias do desenvolvimento e neurociências, e através de conversas com os pais, o TEA contém tipos e subdivisões como o Autismo Atípico; Autismo Alto funcionamento; Síndrome de Asperger; Autismo (verbal); Autismo Ecolalia; Autismo não verbal; Autismo Clássico, também sugere que há diversas variantes que os indivíduos com TEA podem demonstrar, com isso, entender os diferentes tipos de autismo ajuda a compreender e lidar melhor com cada um deles, quando forem trabalhar com alguém com TEA (Gilberg, 2015).

Com estudos notou-se que a causa do espectro autista está relacionada a fatores genéticos, que desenvolvem distúrbios interligados aos hormônios de serotonina, também ligados a falhas cromossômicas, fazendo com que, assim, o indivíduo tenha diversos transtornos envolvendo comportamentos sociais e intelectual do genoma (Jerusalinsky, 2017).

1.2.3. Tipos de Autismo

Autismo de baixo funcionamento é o mais grave, tendo sintomas mais severos envolvendo déficits de comunicação, poucas habilidades sociais e movimentos repetitivos estereotipados, possuindo assim o (QI) de inteligência abaixo da média (Guzman, 2012).

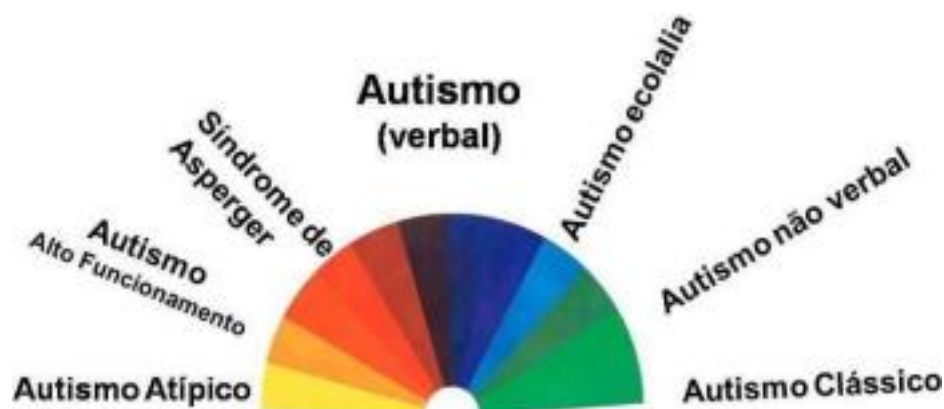
Autismo Clássico não possui prejuízos nem atraso de linguagem, mas encontra alguns desafios (Guzman, 2012).

O Autismo Verbal envolve uma dificuldade no desenvolvimento da fala, assim como o de ecolalia e não verbal, em que ambos apresentam desenvolvimento cognitivo extensivo e amplo da aprendizagem verbal e de gestos (Cunha, 2012).

Autismo Atípico possui início na infância, sendo um autismo precoce, porque não conseguem desenvolver relacionamentos sociais, e possui comprometimento de fala (Nikolov, 2016).

Autismo de Alto Funcionamento tem características como competências linguísticas em atraso ou não funcional, comprometimento do desenvolvimento social. (Marinho; Merkle, 2012). Mas pessoas nas quais têm autismo de alto funcionamento possuem o (QI) de inteligência normal e comportamento também mais normal, sem exibir comportamentos compulsivos (Jerusalinsky, 2017).

A Síndrome de Asperger possui características distintas, poucas habilidades sociais, problema com o desenvolvimento da motricidade fina e grossa, e possui habilidades verbais excepcionais (Jerusalinsky, 2017).



Quadro do espectro autista
Figura 1- Fonte: Gillberg (2015)

1.1. Tratamento que busca amenizar sintomas do TEA

O tratamento do TEA tem como objetivo amenizar e estimular de um lado a cognição, linguagem e interações sociais e, de outro, reduzir ou eliminar a rigidez comportamental e as estereotípias motoras, remediando as dificuldades sensoriais e motoras associadas a esse transtorno (Schliemam, Alves, Duarte).

Com isso, exercícios físicos e práticas esportivas têm tido um crescimento no seu interesse, pelos seus grandes efeitos e benefícios na vida de quem tem TEA, podendo melhorar seu condicionamento físico, saúde metabólica, uma melhor qualidade de vida, ajudando no seu cognitivo, habilidades motoras, desenvolvimento social, seu comportamento, e sua comunicação, pois pessoas que possuem TEA tem grande comprometimento motor, social e comportamental. Dificultando assim sua participação nas atividades físicas e esportivas, no meio escolar e fora dela (Bezerra, 2013).

1.2. Autismo no Brasil e no mundo

O autismo afeta 1 a cada 54 nascimentos nos Estados Unidos, sendo maior e mais frequente em pessoas do sexo masculino, já no Brasil não se tem uma análise avaliando a incidência dos casos em todo o território nacional. Mas segundo os dados da Organização das Nações Unidas (ONU,2017), e os dados da (Global Burden of Disease Collaborative Network) estima-se que há aproximadamente 2,7 milhões de indivíduos com autismo, 1% da população (Centers for Disease Control and Prevition, CDC).

2.0. Educação Física e autismo:

A (Silva, Lopes, Rabay, Santos, Moura, 2018) nos mostra que a atividade física surge como um universo de benefícios, englobando a criança como um todo, nos aspectos como motor, a força, a agilidade e a coordenação se aperfeiçoam, abrindo portas para a descoberta de novos movimentos e habilidades, no plano intelectual, a concentração, a memória e a capacidade de aprendizado florescem, impulsionando o desenvolvimento cognitivo de forma lúdica e prazerosa, a interação social se torna uma oportunidade de conexões e aprendizados, onde as crianças com TEA se conectam com seus colegas, desenvolvendo habilidades socioemocionais que enriquecem suas vidas, a comunicação se torna mais fácil, a empatia e a autoestima aumentam, atividades voltadas à natureza se tornam uma aliada poderosa, proporcionando um ambiente propício para a exploração sensorial, o desenvolvimento da criatividade e a conexão com o mundo ao redor, as brincadeiras lúdicas, com bolas e esportes, são ferramentas importantes que estimulam a interação, a colaboração e o trabalho em equipe, ajudando a desenvolver a comunicação, respeito e responsabilidade. Mesmo que o tempo pareça curto, cada minuto dedicado à atividade física é um investimento no futuro das crianças com TEA. A atividade física não é apenas um movimento, é um leque de benefícios que transformam a vida das crianças com TEA, é um convite para a descoberta, para a superação e para a construção de um futuro próspero (Diálogos em saúde, 2018).

O autismo, ou transtorno do espectro do autismo (TEA), é uma síndrome comportamental que prejudica o desenvolvimento motor e psiconeurológico, levando a dificuldades cognitivas. O psiquiatra austríaco Leo Kanner conduziu o primeiro estudo em

1943. Com base nos casos de 11 crianças que acompanhou, constatou que elas apresentavam dificuldades nas relações sociais, na comunicação/linguagem e no comportamento (TOMÉ, 2010).

Aguiar e Duarte (2005, p.224):

“[...] o ensino inclusivo é a prática da inclusão de todos, independentemente de seu talento, deficiência (sensorial, física ou cognitiva), origem socioeconômica, étnica ou cultural.”

As crianças precisam de atenção durante o processo de aprendizagem, mas as crianças com autismo requerem mais cuidados do que outras crianças, utilizando métodos ideais e estratégias de desenvolvimento que permitem aos professores desenvolver e estimular aspectos físicos e cognitivos do autismo de forma interativa e autônoma (BEZERRA, 2011).

Conforme Tomé, 2007:

A implantação da educação física é um grande auxiliar no desenvolvimento cognitivo do autista, possibilita um melhor desenvolvimento das habilidades sociais, da coordenação motora e melhora na qualidade de vida. No início da aprendizagem é necessário conhecer cada aluno individualmente, suas habilidades motoras, interesses e capacidades comunicativas.

2.1 Natação e autismo

Segundo Miranda (2011), a natação é um meio de desenvolvimento pessoal das crianças com TEA, pois com ela a criança aprende como respirar, melhora a sua coordenação motora, sua socialização, seu humor, seu cognitivo, sendo assim um ambiente no qual as crianças com TEA possam se sentir estimuladas e ao mesmo tempo causar um relaxamento quando executadas as tarefas motivadas e passadas nas aulas (Soares et al, 2017).

Marques (2003) diz que há vários tratamentos em forma de terapias, um desses tratamentos inclui a natação.

Com a natação iniciada prematuramente em crianças com TEA, podem ter grande influência na sua melhora cognitiva e social, pois quando bebê, a criança já nasce com reflexos e suas capacidades motoras no meio líquido, com isso o meio aquático ajuda a estimular essa maturação de seus reflexos e coordenação motora, ajudando a desenvolver sua comunicação social, a respirar de modo correto, a lidar e conhecer o seu próprio corpo e a superar seus limites e medos (Soares et al, 2017).

De acordo com a Messias, Mourão e Borges (2022) foi realizado um estudo de caso com pais de crianças com TEA, e com as crianças em relação à prática da natação como grande estimulador em relação ao autismo, os pais foram entrevistados e também assinaram um termo de consentimento para que pudesse assim acontecer esse estudo de caso com eles e com seus filhos, responderam perguntas em relação aos benefícios perceptíveis em seus filhos quanto à prática da natação, foram 4 crianças, sendo eles do sexo masculino o primeiro de 8 anos (11 meses de natação), 2 com cinco anos (3 meses), e uma criança de 3 anos (1 ano e 5 meses).

A primeira pergunta levada em questão foi a melhoria da interação social com a prática da natação, foi notado que houve uma melhora significativa dessas crianças em relação a sua interação social como podemos ver no gráfico de acordo com os pais entrevistados, sua comunicação e um pouco da perda do medo ao falar com as pessoas que fazem parte e também as que não fazem parte da sua vida pessoal e ficaram também mais atentos (Messias, I. de O., Mourão, W.M. S., E Borges, L. J.. 2022).

O segundo ponto foi em relação à melhoria da coordenação motora, onde com os resultados da prática da natação em relação a coordenação motora houve uma ajuda muito grande, devido a facilidade de deslocamento que a água pode proporcionar e assim deixar de certo modo a criança mais livre e mais confortável (Messias, I. de O., Mourão, W.M. S., E Borges, L. J.. 2022).

Com essas melhorias da coordenação e tendo consciência de seus movimentos mais livres, juntamente com os estímulos dados nas aulas para despertar o conjunto de habilidades que cada uma delas possui, a criança passa a ter uma melhor desenvoltura dentro e fora da água, tendo uma melhor relação do que se pode explorar através de seus movimentos (Messias, I. de O., Mourão, W.M. S., E Borges, L. J.. 2022).

O terceiro foi em relação ao desenvolvimento da fala, onde notou-se que a criança melhorou muito a fala, e aos que ainda não sabem falar, porém melhorou o seu entendimento, a criança sabendo se comunicar e entender melhor tende a se dar melhor para com a sociedade e trazendo benefícios como a sua interação no ambiente escolar ou em qualquer ambiente em que não faz parte de sua rotina (Messias, I. de O., Mourão, W.M. S., E Borges, L. J.. 2022).

Os gráficos podem mostrar o quanto a natação é necessária, e quanto antes começar a prática da natação em crianças com TEA melhor será o seu desenvolvimento global, melhorando os aspectos cognitivos, sociais, interação, comunicação, consciência corporal, influenciando assim na sua aprendizagem (Messias, I. de O., Mourão, W.M. S., E Borges, L. J.. 2022).

Segundo (J. Health Biol Sci. 2017), pesquisas realizadas nos seus artigos analisados, a atividade física como um todo e a natação em si trazem benefícios que em pouco tempo de prática já pode haver uma percepção de melhora em crianças com TEA, assim 16 meninos autistas foram avaliados durante 10 semanas, sendo estimulados a praticarem atividades aquáticas, notou-se que houve melhora no comportamento antissocial, e desenvolvimento de habilidades aquáticas. Com isso destacamos que a continuidade dessa prática pode trazer não só esses como outros vários benefícios para a vida de cada um deles no meio aquático e na atividade física em geral.

2.2 Equoterapia



Imagem: Coletivo inclusão, set. 27 2020.

A equoterapia é um recurso terapêutico que utiliza o cavalo através de uma abordagem interdisciplinar nas áreas de saúde, educação e equitação, o cavalo com seu movimento tridimensional, desempenha um papel na facilitação neuromuscular e sensorial, que está associada à conexão emocional estabelecida entre paciente, cavalo e terapeuta, auxiliando no desenvolvimento motor, cognitivo, sensorial, psicológico e social, eventos de networking para pessoas com deficiência e/ou necessidades especiais (ASPAC 2024).

Referimo-nos à equoterapia como uma prática terapêutica auxiliada pela presença de um cavalo, com o objetivo de promover a aprendizagem emocional, construir conexões e auxiliar na socialização e interação da criança, portanto, os animais em questão estão envolvidos em abordagens terapêuticas e educativas numa abordagem interdisciplinar (ANDE, 1999, apud EQUOTERAPIA, 2008).

Nesse tipo de intervenção, o cavalo atua como agente promotor de benefícios físicos e mentais. Além disso, é uma atividade que envolve todo o corpo e ajuda a desenvolver as seguintes áreas: força muscular; relaxamento; consciência do próprio corpo; melhorar a coordenação do movimento; melhore o equilíbrio (MENDES, 2008).

Nesta terapia a criança recebe sempre os movimentos do cavalo, o que ajuda a estimular a movimentação ativa recomendado para pacientes em tratamento de diversos tipos de distúrbios do movimento, como paralisia cerebral, problemas neurológicos, ortopédicos e posturais (síndrome de Down), autismo, esquizofrenia (MOTTI, 2007).

Além disso, pessoas com deficiências de visão, audição, atenção, percepção, fala e linguagem, bem como aquelas com transtorno de déficit de atenção (DDA), transtorno de hiperatividade (TDAH) e problemas posturais, insônia ou estresse também podem se beneficiar deste benefício da intervenção (ANDE, 2021).

3. DESENVOLVIMENTO METODOLÓGICO

O intuito do projeto é fazer com que as crianças e adolescentes estejam cada vez mais próximos do esporte e tendo assim uma vida mais ativa, de forma a se

desprender um

13

pouco das telas e das redes sociais, interagindo com a sociedade. Levaremos para as cidades do DF, iniciando pela cidade satélite do Gama.

Oferecemos uma oportunidade única para que crianças e adolescentes se envolvam na prática esportiva de maneira significativa, não apenas introduzindo-os ao mundo do esporte, mas também fornecendo parâmetros para desenvolver suas habilidades. Através de uma variedade de atividades e esportes, buscamos estimular o crescimento cognitivo, afetivo, emocional e social, promovendo interações valiosas com colegas e pais. Nossa abordagem personalizada permite adaptar exercícios e escolher esportes de acordo com os interesses individuais, garantindo maior engajamento e desenvolvimento. Ao realizar ajudamos os participantes a compreender melhor os comandos, ganhar controle sobre seus corpos e identificar seus próprios limites. Mais importante ainda, desafiamos a superar seus limites, incentivando um crescimento pessoal e da autoconfiança.

Um dos esportes mais indicados é a natação, mas temos um leque de atividades em que podem ser trabalhadas para o desenvolvimento geral, e também até que se identifiquem com algum esporte em que queiram seguir.

Outra possibilidade que traz bastantes benefícios para os autistas é a equoterapia, onde estudos já mostraram que o contato com os cavalos ajuda a estimular várias áreas de cognitivo, social, afetivo e etc. Agrupando essas atividades com as demais atividades que relacione e desenvolva essas e outras várias habilidades através de jogos esportivos, cartas, tabuleiros, contato com a natureza, relaxamentos, alongamentos, atividades especializadas para cada tipo de desenvolvimento, exercícios de respiração, entre vários outros a serem colocados nos planos no decorrer do projeto.

Queremos procurar parcerias para que nos ajude com o nosso projeto em relação às atividades mais específicas como a natação e a equoterapia, para que seja possível ofertar para aqueles que mais precisarem essas atividades e poder através delas ajudar a desenvolvê-los juntamente com alguns exercícios que serão passados em revezamento com os dias em que estiverem ou na natação ou na equoterapia.

Pretendemos encontrar um espaço no gama onde possamos passar atividades específicas para a ajuda do desenvolvimento motor dessas crianças e adolescentes, fazendo pelo menos umas três vezes na semana aulas ligadas nesse intuito motor e cognitivo, estimulando também através de brincadeiras e atividades a interação social de cada um com seus colegas, com seus pais e com nós voluntários ali presentes. Nos outros dias em que não tivermos essas aulas, eles serão encaminhados e acompanhados também por nós nas outras atividades propostas.

3.1. Atividades propostas

- Natação (2x por semana)
- Equoterapia (2x por semana)
- Movimento livre
- Jogos com bolas
- Circuitos de obstáculos
- Danças e coreografias

Atividades de coordenação motora grossa e fina
Atividades de equilíbrio

14

Atividades de força
Atividades de agilidade
Atividades de flexibilidade
Atividades de socialização
Atividades sensoriais

3.2. Estrutura Legal

Para garantir a realização do nosso projeto de forma eficaz, buscamos lugares como o centro olímpico, onde possui um espaço amplo, onde podemos explorar várias áreas para o desenvolvimento das atividades.

Centro Olímpico do Gama:

Espaço ideal para atividades físicas e esportivas, pedindo assim a licença para utilização do espaço.

3.3. Parcerias

Parceria com Haras

Parcerias com Haras na região da cidade do gama DF, ou em outras regiões administrativas do DF onde possam oferecer o acesso aos cavalos para que disponibilizar essa forma de atividade para nossas crianças e adolescentes.

Parceria com Órgão de Transporte para promover a facilitação para essa locomoção. **3.4. Recursos Humanos**

Equipe de Gestão (2 pessoas).

Equipe de Profissionais Qualificados (4 a 6 pessoas)

Educação Física (2 a 3 profissionais)

Psicologia (1 profissional)

Fisioterapia (1 profissional)

3.5. Cronograma de atividades

Quadro 1 - Quadro de atividades propostas para a segunda-feira

Atividade	Nível	Tempo	Material	Foco
Aquecimento (Caminhada, corrida leve, e alongamentos)	Fácil	10	-	Coordenação motora grossa, flexibilidade
Circuito de atividades com diferentes obstáculos (Escalar, pular, engatinhar etc.)	Moderado	20	Cones, cordas, colchonetes	Coordenação motora grossa, agilidade, equilíbrio.
Jogos com bola (Chutar, jogar, pegar)	Moderado	20	Bolas de diferentes tamanhos e texturas	Coordenação motora fina, percepção espacial, trabalho em equipe.
Relaxamento (Respiração, yoga leve)	Fácil	10	-	Relaxamento, autoconsciência

Quadro 2 - Quadro de atividades propostas para a quarta-feira

Atividade	Nível	Tempo	Materiais	Foco
Aquecimento (Caminhada, corrida leve, alongamentos)	Fácil	10	-	Coordenação motora grossa, flexibilidade
Dança (Com diferentes ritmos e estilos musicais)	Moderado	20	-	Coordenação motora fina, expressão corporal e ritmo.
Esportes em equipe (Futebol, basquete, vôlei etc.)	Moderado	20	Bola, rede, cones	Coordenação motora grossa, trabalho em equipe, comunicação.
Relaxamento (Técnicas de respiração, alongamentos e relaxamentos)	Fácil	10	Colchonetes	Flexibilidade, relaxamento e respiração.

Quadro 3 - Quadro de atividades propostas para a sexta-feira

Atividades	Nível	Tempo	Materiais	Foco

Aquecimento (Caminhada, corrida leve, alongamentos)	Fácil	10	-	Coordenação motora grossa, flexibilidade
Atividades na natureza (Caminhada, piquenique, brincadeiras ao ar livre)	Moderado	30	-	Coordenação motora grossa, percepção sensorial, interação com o meio ambiente.
Jogos (Jogos de tabuleiro ou jogos de cartas)	Fácil	20	Tabuleiro e cartas	Coordenação motora fina, coordenação e estratégia.
Relaxamento (Relaxamento e meditação)	Fácil	10	-	Relaxamento autocontrole, atenção plena.

3.6. Divulgação das ações do Projeto

Para ajudar na divulgação pensamos nas seguintes formas:

- Postagens de storys, fotos no feed -Instagram
- Postagem de storys e publicações compartilhadas no Facebook
- Postagem de fotos no status, envio de fotos em grupos, e lista de transmissão no Whatsapp
- Banners informativos espalhados em locais estratégicos pela cidade do gama
- Parcerias com entidades locais que apoiem nosso projeto
- Eventos de divulgação em escolas, e no centro olímpico.
- Campanhas de doação de materiais para o projeto
- Eventos beneficentes para arrecadação em prol do projeto

3.7. Planejamento Financeiro

Quadro 4 – Planejamento financeiro

Categoria	Descrição	Quantidade	Custo Unitário	Custo Total
Materiais de Educação Física	Bolas (futebol, vôlei, basquete)	3 unidades	R\$50,00	R\$150,00
	Colchonetes	8 unidades	R\$30,00	R\$240,00
	Cones	20 unidades	R\$5,00	R\$100,00
	Apitos	8 unidades	R\$10,00	R\$80,00
	Redes (futebol, vôlei)	2 unidades	R\$100,00	R\$200,00
	Jogos educativos	5 unidades	R\$20,00	R\$100,00
	Uniformes (camisetas e shorts)	16 unidades (2 por pessoa)	R\$30,00	R\$480,00
Salário	Professor de Educação Física	2	R\$2.500,00	R\$5.000,00
	Monitor	7	R\$1.500,00	R\$10.500,00
Transporte	Vale transporte	8	R\$200,00	R\$1.600,00
Total Geral				R\$18.450,00

De onde virá esse recurso?

Pretendemos buscar apoio em relação aos recursos através da Lei do incentivo ao esporte. A Lei de Incentivo ao Esporte do Distrito Federal - LIEDE, da lei nº 6.155, de 25 de junho de 2018 e o Decreto nº 44.738, 14 de julho de 2023, que a regulamenta prevê o incentivo fiscal para o financiamento de projetos esportivos e paraesportivos no Distrito Federal.

E também arrecadarmos o valor para os gastos através de rifas, e demais

eventos beneficentes em prol de conseguir recursos para custear os gastos do nosso projeto.

Monitoramento das ações do projeto

Montar um prontuário para cada um dos alunos, realizando uma avaliação no primeiro dia, para saber as dificuldades, facilidades, limitações, tipo do autismo, quais as partes de desenvolvimento que tem sido afetada com o autismo. Após a primeira avaliação, realizar outras avaliações no final da semana, fazendo assim um relatório detalhado sobre o que eles têm consigo desenvolver, o que ainda há necessidade de estimular, o que têm despertado mais interesse nessas crianças e adolescentes se por exemplo é alguma atividade que se identifique mais ou algum esporte, para assim encaminhar a um treinamento preparatório possibilitando a sua inclusão nesse esporte.

Identificar paixões e talentos

Orientar pais e responsáveis

Estimulá-los a prática do esporte e das atividades físicas no seu

dia-a-dia 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando que é um tema de grande relevância e atualidade na área da educação e da saúde: a inclusão de alunos com Transtorno do Espectro Autista (TEA) nas aulas de Educação Física. A educação inclusiva é um direito garantido por lei e uma necessidade para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária. No entanto, sabemos que a prática pode ser desafiadora, especialmente quando lidamos com a diversidade de necessidades apresentadas por alunos com TEA. O Transtorno do Espectro Autista é uma condição do desenvolvimento neurológico que afeta a comunicação, a interação social e o comportamento. As características do TEA são variadas, abrangendo desde dificuldades leves até desafios significativos na comunicação e no comportamento. Importância de entender que cada aluno com TEA é único e pode apresentar diferentes necessidades e habilidades. A educação física oferece benefícios importantes para alunos com TEA, como a melhora da coordenação motora, o desenvolvimento de habilidades sociais e a promoção do bem-estar físico e emocional. A atividade física pode ajudar a reduzir comportamentos estereotipados e aumentar o foco e a atenção. Falta de formação específica para professores de educação física sobre TEA. Barreiras estruturais e falta de recursos adequados nas escolas. Necessidade de adaptar as atividades e as abordagens pedagógicas para atender às necessidades desses alunos. Estratégias para a Inclusão Eficaz. Formação e capacitação contínua de professores sobre TEA e práticas inclusivas. Adaptação do ambiente e dos equipamentos para tornar as aulas

mais acessíveis. Utilização de métodos de ensino diferenciados, como a instrução visual e a segmentação de tarefas complexas em passos mais simples. Envolvimento dos alunos neurotípicos para promover um ambiente de aceitação e cooperação. Colaboração com outros profissionais, como psicólogos e terapeutas ocupacionais, para desenvolver

estratégias individualizadas.

Em conclusão, a inclusão de alunos com Transtorno do Espectro Autista na Educação Física é não apenas um direito, mas uma oportunidade de enriquecer o ambiente escolar e promover uma sociedade mais inclusiva. Para que isso aconteça de maneira eficaz, é essencial que os professores estejam preparados, que as escolas ofereçam os recursos necessários e que haja um esforço conjunto de toda a comunidade escolar. Através da compreensão, do respeito e da adaptação, podemos garantir que todos os alunos, independentemente de suas habilidades, tenham a oportunidade de participar plenamente e se beneficiar da educação física.

REFERÊNCIAS

MACIEL, João Paulo da Silva. Educação Física Inclusiva e autismo: uma revisão sistemática de literatura. **Revista Educação Pública**, v. 21, nº 25, 6 de julho de 2021.

GILLBERG, C. **Transtornos do espectro do autismo**. **Revista de Iniciação Científica Cesumar**, Maringá, v. 4, nº 1, p. 63-68, 2015.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-5: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

Schimidt, Carlo. **Transtorno do espectro autista: onde estamos e para onde vamos**. Redalcy. org. Psicologia em estudo, vol.22, núm. 2, julho-, 2017, pp. 221-230 Disponível: <https://www.redalyc.org/pdf/2871/287176492010.pdf>

REVIDE. **Educação Física e pessoas com desenvolvimento atípico**. Disponível em: <https://www.revide.com.br/blog/paulo-chereguini/autismo-e-exercicio-fisico-andar-nas-pontas-dos-pe//>. Acesso em: 22 set. 2019.

Brazilian Journal of Realth Review. **Educação Física especial aplicada ao autismo no Brasil**. Curitiba, v.3, n.4, p.7722-7728 jul./ago. 2020. Disponível: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/12849/10797>

Revista Diálogos em Saúde. **Os benefícios da atividade física para pessoas com autismo**. jan/jun. 2018. Disponível: <https://periodicos.iesp.edu.br/dialogosemsaude/article/view/204>

Revista Valore, Volta Redonda: **Estratégias de aprendizagem utilizadas no ensino da natação para autistas**. 2 (2): 316-328, Ago./Dez. 2017. Disponível: [Vista do Estratégias de aprendizagem utilizadas no ensino da natação para autistas \(emnuvens.com.br\)](https://emnuvens.com.br)

Cenas Educacionais. **A atividade Física e transtorno do espectro autista: uma revisão de periódicos brasileiros.** Caetité- Bahia-Brasil, v.4, n. e11933, p. 1-14, 2021.

Disponível:

<https://www.revistas.uneb.br/index.php/cenaseducacionais/article/view/11933/8633>

Cadernos da Pedagogia. **Natação adaptada para pessoas com transtorno do espectro autista na perspectiva do ensino estruturado.** Universidade Federal de São Carlos. ISSN 1982-4440, v.15, n. 33, p. 04-14, setembro- dezembro/2021. Disponível:

<https://www.cadernosdapedagogia.ufscar.br/index.php/cp/article/view/1666/641>

Messias, I. de O. ., Mourão, W. M. S. ., & Borges, L. J. . (2022). A INFLUÊNCIA DA NATAÇÃO NO DESENVOLVIMENTO DOS AUTISTAS Revista Ibero Americana de Humanidade, Ciências e Educação, 8(11), 1717-1724. São Paulo, v.8 n.11. Disponível:

<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/7768/3027>

REASE, Revista Ibero Americana de Humanidade, Ciências e Educação. **O papel do profissional de Educação Física na vida do autista.** São Paulo, v.7. n.10. out. 2021.

ISSN – 2675-3375. Disponível: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/3022>

Revista Associação Brasileira de Atividades Motoras. **Perfil Motor de crianças com o transtorno do espectro autista após oito semanas de estimulação psicomotora.**

Marília, v.21, n.1, p. 00-00, jan./jun., 2020. Disponível:

<https://revistas.marilia.unesp.br/index.php/sobama/article/view/9752>

Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. **Educação Física Inclusiva e Autismo: perspectivas de pais, alunos, professores e seus desafios.** São Paulo, 2020. Jul; 34 nesp: 77- 86. Disponível

Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício. **Educação inclusiva e autismo: a educação física como possibilidade educacional.** Volume 12, número 4, julho/agosto 2013. Disponível:

<https://convergenceseditorial.com.br/index.php/revistafisiologia/article/view/3340/5296>

JRG, Revista JRG de Estudos Acadêmicos. **Contribuições para o diagnóstico do transtorno do espectro autista: de Kanner ao DSM-V.** Ano III, volume, III, n.7, jul./dez. ISSN: 2595- 1661. Disponível:

<http://www.revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/248/350>

Aguiar RP, Pereira FS, Bauman CD. **Importância da prática de atividade física para pessoas com autismo.** J Health Biol Sci.2017 Abr-Jun; 5(2): 178-183. Disponível: <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/1147/428>

ANDRADE, Marcelo Fernando Liz de, SOUSA, Francisco José Fornari, Acadêmico do curso de Educação Física do Centro Universitário UNIFACVEST, **OS BENEFÍCIOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA COM AS CRIANÇAS AUTISTAS.** Disponível: <https://www.unifacvest.edu.br/assets/uploads/files/arquivos/f0859-andrade,-marcelo-fernando-liz-de.-lages---unifacvest.-tcc-curso-de-licenciatura-em-educacao-fisica-2021..pdf>

Barbosa, Gardenia de Oliveira. UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS CENTRO DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS HUMANAS PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO ESPECIAL, SÃO CARLOS - SP 2016 **,APRENDIZAGEM DE POSTURAS EM EQUOTERAPIA POR CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA)** .Disponível: <https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/8649/TeseGOB.pdf?sequence=1&isAllo wed=y>

Agradecimentos

Gostaria de agradecer aos meus pais, por ter me dado à oportunidade de fazer minha graduação e realizar o meu sonho de me tornar uma profissional de educação física. As dificuldades, os empecilhos e desafios durante toda essa trajetória foram diversos, mas nada disso me fez desistir do meu maior objetivo que sempre tive que foi a minha tão sonhada faculdade de educação física. Obrigada por todo esforço, por sempre estarem do meu lado, me apoiando, não me deixando desistir, estando comigo nos momentos bons e ruins, nos momentos mais difíceis. Obrigada por serem os melhores pais desse mundo, por sempre estar ao meu lado e por tudo o que fazem por mim. Os momentos difíceis foram muitos, pandemia, tranquei a faculdade, mas apesar disso em nenhum momento pensei em desistir, quando tive a oportunidade voltei novamente e continuei com a minha graduação. Espero poder retribuir tudo que sempre fizeram por mim, me tornando uma profissional de excelência, uma boa filha, trabalhadora e batalhadora assim como vocês dois são. Amo vocês e obrigada por tudo. Meu agradecimento à minha mãe, por ser o meu braço direito, por me levantar quando estou nos momentos mais difíceis, por enxugar minhas lágrimas nas horas de raiva e desespero, por rezar por mim para que essa caminhada sempre fosse possível e que eu conseguisse cumpri-la, por me apoiar, puxar minha orelha, me fazer rir para distrair um pouco da rotina puxada, por sempre me incentivar e aplaudir cada um dos meus sucessos, nós duas sabemos muito bem tudo o que passei para chegar até aqui, e sabemos o quanto tudo isso foi difícil pelas coisas passadas, mas que conseguir passar por cada barreira com seu apoio, cuidado e amor sempre. Agradecer também em especial ao meu pai que nunca mediu esforços para que eu pudesse fazer minha faculdade, sei que muitas vezes brigamos por algumas questões, mas sempre fui e sempre serei grata por cada esforço, cada momento e por tudo que o senhor faz por mim sempre, mesmo com as dificuldades, por que nós sabemos o quanto esse processo é suado, mas o senhor sempre fez e sempre faz o seu melhor para que eu possa ter a melhor, obrigada. Amo vocês infinitamente.

Quero agradecer também aos meus professores, que estiveram comigo no decorrer desta caminhada, ajudando, apoiando, incentivando e passando um pouco do grande conhecimento que vocês têm, para agregar cada dia mais na minha vida, não só profissional, mas também pessoal. O processo para que eu chegasse até aqui não foi fácil, mas com a ajuda de cada um de vocês nada disso seria possível, pois no decorrer dos dias e da convivência, pude aprender diversas coisas, aprendi a lidar com situações diversas, a lidar melhor com as pessoas, e a entender o quanto a nossa área profissional é importante para todas as pessoas do

mundo, podendo salvar vidas, e trazer uma melhor qualidade de vida para cada uma das pessoas que passarem pelo meu caminho.

Gostaria também de agradecer aos meus amigos, que dividiram comigo ao longo dessa caminhada momentos bons, ruins, momentos em que estava chateada, momentos de risadas, momentos de preocupações, momentos de aprendizado, obrigada por também me proporcionarem conhecer e adquirir um pouco do conhecimento de cada um, obrigada pelos trabalhos em grupos, obrigada aos que não fazem parte da faculdade por estarem também sempre ao meu lado me ajudando e contribuindo com o meu crescimento pessoal a cada dia.

Letícia Plaza!

Gostaria de expressar minha profunda gratidão à minha mãe, que foi meu pilar e apoio inabalável durante toda a jornada do meu TCC. Seu amor, incentivo e compreensão foram fundamentais para me manter focada e motivada.

Também gostaria de agradecer aos meus professores, cuja orientação, conhecimento e feedback foram estimáveis para o sucesso desse trabalho. Suas contribuições ajudaram a moldar meu pensamento e a aprimorar minha pesquisa

Por fim, um agradecimento especial aos meus amigos, que estiveram ao meu lado durante os momentos desafiadores e compartilharam alegrias nas conquistas. Seu apoio moral e encorajamento foram essenciais para atravessar os altos e baixos deste processo.

Minha gratidão a todos que tornaram possível a realização deste trabalho. Ana!

