

## PROPOSTA DE ATIVIDADES NA NATUREZA PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL

Fernanda Cordero-Tapia<sup>1, x</sup>

(<sup>1</sup>Universidad Católica del Maule, Avenida San Miguel 3605, 3460000, Talca, Chile; <sup>x</sup>fcordero@ucm.cl)

### RESUMO

A realização de atividades de sensibilização e empatia sobre a problemática da deficiência no processo de formação inicial do professor de Educação Física (EF) é um tema que deve ser abordado a partir da sua própria experiência, lhe permite conhecer, compreender as dificuldades e obstáculos que uma pessoa com deficiência visual apresenta na sua vida cotidiana. A vivência de atividades deste tipo permite abordar a formação do futuro profissional de uma forma abrangente, o qual se pretende que este adquira competências sociais e de comunicação, e um desenvolvimento integral, dinâmico e inclusivo que responda às necessidades de todos os alunos, considerando as qualidades, capacidades e limitações de cada um, sem qualquer tipo de distinção, esta vivência lhe dá docente la possibilidade de adaptar-se à la diversidade de aula. As experiências apresentadas foram realizadas no processo de formação inicial de professores de Educação Física numa Universidade do centro-sul do Chile.

**Palavras-chave:** Formação inicial docente; Deficiente visual; Atividades na natureza

### INTRODUÇÃO

O estabelecimento de uma educação inclusiva para o sistema educativo nacional não tem sido uma tarefa fácil, tornou-se um grande desafio, para o qual é necessário o apoio de todos os organismos envolvidos para cumprir os requisitos da legislação chilena, tal como indicado na Lei da Inclusão N° 20.845, em que um dos seus princípios está relacionado com a não discriminação arbitrária, o que implica a inclusão e a integração nos estabelecimentos de ensino, enquanto na Lei Geral da Deficiência N° 20. 422, no artigo 1.º, indica que o direito à igualdade de oportunidades para as pessoas com deficiência deve ser assegurado, a fim de obter a sua plena inclusão social, garantindo o gozo dos seus direitos e eliminando qualquer forma de discriminação baseada na deficiência, e a Lei Geral da Educação n.º 20.536, o artigo 4.º estabelece que a educação é um direito de todos, pelo que, nesta perspectiva, é essencial proporcionar uma sala de aula inclusiva, onde não haja discriminação e que favoreça o desenvolvimento social e comunicativo de todos os alunos, para além das suas deficiências, os alunos com deficiência visual, embora apresentem dificuldades de natureza prática.

Nesta perspectiva, o espaço de aprendizagem da Educação Física (EF) favorece o desenvolvimento integral dos alunos, proporcionando oportunidades de participação em grupo, de trabalho em equipa, de resolução de problemas e de relacionamento entre pares. Na formação inicial de professores (FIP), devem ser estabelecidas diretrizes que permitam aos futuros professores atenderem e detectar os alunos com necessidades educativas especiais, de modo a melhorar as suas práticas pedagógicas, gerando apoios e adaptações que favoreçam a aprendizagem dos seus alunos na sala de aula. As experiências na FIP que implicam colocar-se no lugar do outro para perceber as dificuldades quotidianas que este tem quando tem uma deficiência, neste caso as de natureza visual, dão ao futuro profissional a oportunidade de compreender e adaptar estratégias pedagógicas para uma sala de aula diversificada e inclusiva. Dentro dos conteúdos curriculares, as atividades de natureza são temas a desenvolver na sala de aula e cada vez mais encontramos experiências que reivindicam e incorporam a presença de todo o tipo de pessoas nas atividades de natureza em geral e nas caminhadas em particular (OLAYO,

1996 ARRIBAS, FERNÁNDEZ ATIENZAR; VINAGRERO, 2008; NAVARRETE, 2009; ARRIBAS, 2012; CASTILLO *et al.*, 2015; TORREBADELLA, 2009; HERNÁNDEZ; GÁMEZ; GAMONALES 2021).

Atualmente, no Chile, tem sido promovida uma série de projetos que envolvem a acessibilidade universal a áreas selvagens, tanto para pessoas com deficiências visuais como motoras, que têm sido promovidos pela Corporação Nacional Florestal (CONAF), que tem prestado uma série de serviços e facilidades de acesso a pessoas com deficiência, como forma de contribuir para a inclusão social e ajudar a aproximar toda a população da natureza. Por sua vez, o Serviço Nacional para Deficientes (SENADIS) e, de acordo com as informações recolhidas, apoiou a iniciativa de clubes de desportos de montanha, como o *Club Ayüwn Montañismo Inclusivo*, localizado em Santiago do Chile, que desenvolve atividades inclusivas para pessoas com deficiência no Chile, como *trekking* e caminhadas para cegos e surdos-mudos, a fim de aproximar as pessoas com estas deficiências da natureza. Entre as instituições pioneiras a nível mundial no desenvolvimento de atividades para pessoas com deficiência visual está a ONCE, que promoveu encontros de Escolas de Desporto em que alunos cegos ou com deficiência visual severa de diferentes partes de Espanha se reúnem com o objetivo de partilhar experiências desportivas e, assim, promover a sua integração social através do desporto, demonstrando que esta prática pode e deve ser para todos. Existe também a Federação Espanhola de Desportos para Cegos, que promove a prática de desportos para deficientes visuais e, no âmbito das atividades ao ar livre, desenvolve-se a prática de corridas de montanha, onde se realizaram testes e pequenas experiências em muitas das suas modalidades, sendo o trabalho mais desenvolvido o que utiliza a "barra direcional", que é utilizada desde atividades de caminhada até grandes expedições.

## METODOLOGIA

O trabalho se apresenta na modalidade de relato de experiência a partir de dois conteúdos desenvolvidos com os professores em formação da atividade curricular de Atividades motrizes em contato com a natureza com as atividades de rapel e caminhada, cujo objetivo é sensibilizar a os professores em formação de Educación Física respeito a como adequar suas estratégias metodológicas para um aula diversa e inclusiva, para tal se estabelece uma proposta metodológica que lês permita vivenciar a deficiência visual e por sua vez levar em frente em sus futuras práticas pedagógicas.

Duas atividades associadas a atividades na natureza (caminhada e rapel) são desenvolvidas com estudantes de pedagogia em uma área externa no perímetro urbano da cidade. O trabalho é realizado em duplas para a caminhada adaptada e em trios para o rapel, com o objetivo de vivenciar as dificuldades, limitações e emoções relacionadas à falta de visão. Para a atividade, é necessário que um dos elementos do par use uma venda que lhe permita simular a deficiência visual. Objetivos para ambas as atividades:

- i. Experimentar as emoções e dificuldades geradas pela falta de visão ao realizar uma atividade física no ambiente natural.
- ii. Sensibilizar aos professores estagiários sobre as dificuldades e complicações que as pessoas com deficiência visual têm no seu cotidiano.

Proposta de atividades para uma sessão de caminhada adaptada de acordo com a literatura e as definições dadas a esta prática. Para o efeito, entenderemos a caminhada e a caminhada adaptada da seguinte forma:

- i. Caminhadas: trata-se de um desporto não competitivo de aventura e resistência física, que consiste em caminhar por caminhos rurais para estar em contacto com a natureza. Existe um percurso pré-estabelecido e pode durar de algumas horas a vários dias, consoante a capacidade física do indivíduo.
- iii. Caminhada adaptada: trata-se de uma atividade adaptada que procura aproximar as pessoas com diferentes deficiências (motoras ou visuais) do meio natural, a fim de estarem em contacto com a natureza.

- Para o desenvolvimento da atividade, foi utilizada uma barra direcional, que não é mais do que uma barra cilíndrica, com cerca de 3 metros de comprimento, na qual são colocadas três pessoas em fila. A pessoa em primeiro lugar deve ter visão total, a pessoa em segundo lugar pode ser cega ou ter visão residual, e a pessoa em terceiro e último lugar deve ter pelo menos visão residual. O objetivo é que o guia marque o caminho a seguir, enquanto o último classificado dá estabilidade ao grupo para que o cego se possa adaptar às irregularidades do terreno com uma certa garantia de sucesso. Em terrenos amplos e sem grandes dificuldades, o manuseamento é simples e as orientações de utilização são em grande parte determinadas pela coesão entre a pessoa com deficiência visual e o seu guia, que é o resultado de uma prática contínua. As situações mais comuns são enumeradas a seguir:

- a) Quando nos encontramos em situações em que existe uma ravina ou um desfiladeiro num dos dois lados onde existe a possibilidade de queda, a barra deve ser colocada no lado do corpo mais próximo do perigo, de modo a reduzir o risco, utilizando-a como corrimão. A barra atua como um batente para limitar a deslocação lateral.
- b) Manobra de mudança de lado: a mudança de lado da barra é efetuada por cima e é feita quando estão prontos, por exemplo, à chamada de um, dois e três, a manobra é efetuada.
- c) Viragem normal: para efetuar uma viragem, o aviso verbal é normalmente suficiente, mas se o caminho for estreito ou a viragem demasiado apertada, deve notar-se que a barra vira de frente e depois fecha, o condutor deve abrir antes de iniciar a viragem.
- d) Antes de qualquer passagem estreita, é importante avisar a pessoa com deficiência visual para se aproximar o mais possível da barra, pois isso aumentará a segurança.
- e) Beco sem saída: Em algumas situações, é possível encontrar um local estreito e sem saída, onde não há outra alternativa senão dar meia volta. Se for necessário dar a volta num espaço estreito, procure deixar a barra o mais vertical possível, da seguinte forma: o condutor levantará a sua ponta da barra, enquanto a outra ponta a baixará.
- f) Utilização de duas barras: em caso de grande dificuldade de locomoção ou medo excessivo, podem ser utilizadas duas barras, uma de cada lado do corpo, para dar maior apoio e ajudar no movimento.
- g) Situações sem barra: quando as atividades aumentam de nível técnico, há, sem dúvida, momentos em que as limitações da barra direcional vão aparecer, pelo que é de vital importância, ao programar a atividade, prever essas circunstâncias e planear a forma de atuar.

Início da sessão. Atividade 1: Apresentação de um *flipchart* sobre caminhadas adaptadas. Através de uma apresentação, explica-se aos alunos o que é o pedestrianismo adaptado, relacionando-o com a segurança em espaços naturais, cuidados individuais e em grupo.

Desenvolvimento da sessão. Atividade 2: Reconhecer o ambiente. Pede-se aos alunos que formem pares, um dos pares tem os olhos vendados e o outro atua como guia. Cada aluno com os olhos vendados será guiado até uma árvore pelo seu parceiro, dando-lhe várias instruções para atingir o alvo. Uma vez no local, são deixados sozinhos durante cerca de 3 minutos, que podem ser menos ou mais, consoante as características do local, a disposição dos participantes, as

condições do terreno etc. A pessoa vendada tem de descobrir o máximo possível, por exemplo: o que a rodeia, a que cheira, como é a casca, qual o tamanho das folhas, se pica ou não, se faz barulho com o vento, se tem flores ou frutos, se é grande ou pequena, se é fina, se é lisa, se é trepável, etc., e depois regressar ao ponto de partida. Depois, tiram a venda e olham com atenção até reconhecerem a sua árvore a partir das informações recolhidas durante o tempo em que lá estiveram. Em seguida, trocam de papéis, o guia vendasse a si próprio e caminham para um ponto diferente do primeiro parceiro. Uma vez terminada a atividade, sentam-se em círculo e partilham as suas experiências.

Atividade 3: Utilização da barra direcional para caminhadas adaptadas. Esta atividade explica como utilizar a barra direcional para pessoas com deficiência visual e as precauções a tomar em termos de instruções e observação do terreno.

Atividade 4: Caminhada guiada. Os participantes são convidados a formar pares diferentes dos da atividade 2. Um dos pares tem os olhos vendados e o outro atua como guia. Nesta ocasião, o aluno com os olhos vendados utiliza a barra direcional, ficando o parceiro guia na segunda posição e o aluno com os olhos vendados na primeira posição. Em seguida, realiza-se um passeio por um dos trilhos durante 8 a 10 minutos e, por indicação do professor, trocam-se os papéis. No final da atividade é feita uma reflexão sobre as emoções e sensações que tiveram quando foram privados da visão e sobre o papel do guia na atividade.

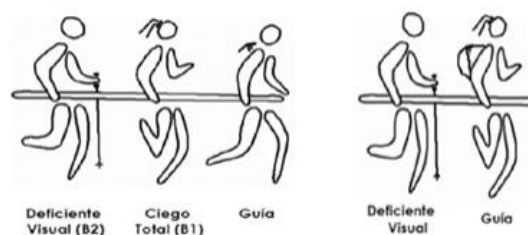


Imagem 1. Utilização da barra direcional. Fonte: FEDC (2016).

Atividade 5: Inclusão na sala de aula.

Em equipes de 5 pessoas, reflitam sobre as implicações da caminhada adaptada com base na experiência e como a desenvolveriam na sala de aula com os seus próprios alunos. Como reagente, pode ser utilizada a seguinte questão: Que impacto gerou a atividade a nível grupal e individual e como a desenvolveria no local de trabalho?

Atividade 6: Encerramento da sessão. *Feedback* da sessão.

- Sugestões de atividades para uma sessão de Rapel Adaptado

Início da sessão. Atividade 1: Atividade 1

O professor explica o que é o rapel, o equipamento e a implementação necessários para a sua prática e como pode ser adaptado a pessoas com deficiência visual, salientando a segurança individual dos envolvidos quando trabalham em superfícies verticais.

Atividade 2: Reconhecer o equipamento para a prática de rapel.

Pede-se aos alunos que formem pares, um dos pares tem os olhos vendados e o outro atua como guia, apresentando e passando cada um dos materiais necessários para a prática (descensor, mosquetão, capacete, arnês, luvas, corda e correias), o que permitirá ao aluno que tem os olhos vendados, através do tato, identificar o equipamento. Posteriormente, trocam de papéis, neste

caso é-lhes dado o equipamento e, tocando-o, têm de nomear a ferramenta (isto porque observaram o equipamento e podem reconhecê-lo pelo tato). Uma vez terminada a atividade, sentam-se em círculo e partilham as suas experiências.

#### Atividade 3: Técnica de rapel

A técnica de rapel é explicada através de uma demonstração pelo professor:

1. Pernas afastadas à largura dos ombros.
2. A corda é segurada com a mão mais hábil para controlar a passagem da corda através do dispositivo (descensor).
3. A mão livre pode ser colocada na pega do arnês ou na parte superior do descensor.

#### Atividade 4: Praticar a técnica sem visão.

A atividade é feita em trios: um fica vendado, outro faz de guia e o terceiro faz a segurança na linha de descida. O guia é quem passa o equipamento ao parceiro vendado e este último, seguindo as instruções do guia, prepara-se com o equipamento individual. Em seguida, uma vez equipado e com a corda instalada na parede, pratica-se a técnica. O guia orienta o parceiro com os olhos vendados para instalar o dispositivo de fixação do arnês. Uma vez instalado o dispositivo, o guia dá as instruções de transmissão de segurança ao parceiro vendado, que deve aplicar a técnica demonstrada pelo professor através do tato, uma vez que não pode ver o que o rodeia, enquanto no final da linha estará o parceiro que efetuará a segurança. Uma vez feito isto, os outros dois membros do trio devem assumir o papel de uma pessoa com deficiência visual. No final da atividade, o professor convida os alunos a falar sobre a sua experiência.

#### Atividade 5: Encerramento da sessão. *Feedback* da sessão.

### PROCEDIMENTO DA EXPERIENCIA DO CAMINHADA E RAPPEL ADAPTADO

Uma vez concluídas as principais atividades da sessão de caminhada, os participantes são convidados a formar um círculo para dar feedback, onde são colocadas as seguintes questões (a título de exemplo):

- 1) Da sua experiência, quais são as vantagens e desvantagens que visualizou no momento de realizar a atividade?
- 2) Acha que é importante desenvolver este tipo de atividade com alunos que não são deficientes visuais?
- 3) Quando se colocou no lugar de uma pessoa com deficiência visual, que impacto teve essa experiência em si?
- 4) Quais são os aspectos positivos e negativos que visualizou ao desempenhar o papel de guia de uma pessoa com deficiência visual?
- 5) A partir da sua experiência e como professor estagiário, quais são as vantagens e desvantagens que visualizou no momento de realizar a atividade?
- 6) Considera importante desenvolver este tipo de atividade com alunos que não sejam deficientes visuais? Por favor, justifique a sua resposta.

Segue-se um resumo em formato de "nuvem de palavras" dos alunos consultados:





Figura 1. Nuvem de palavras sobre o caminhar adaptado. Fonte: desenvolvido pelos autores

Após o término das atividades de rapel, os alunos são convidados a formar um círculo para dar feedback sobre a sessão através das seguintes questões:

- 1) Com base na tua experiência e como professor estagiário, quais são as vantagens e desvantagens que visualizaste ao realizar a atividade?
- 2) Acha que é importante desenvolver este tipo de atividade com alunos que não são deficientes visuais?
- 3) Quando se colocou no lugar de uma pessoa com deficiência visual, qual foi o impacto que essa experiência teve em si?
- 4) Quais são os aspectos positivos e negativos que visualizou ao desempenhar o papel de guia de uma pessoa com deficiência visual?
- 5) A partir da sua experiência e como professor estagiário, quais são as vantagens e desvantagens que visualizou no momento de realizar a atividade?
- 6) Considera importante desenvolver este tipo de atividade com alunos que não sejam deficientes visuais? Por favor, justifique a sua resposta. Os resultados dos alunos consultados são apresentados em seguida:



Figura 2. Nuvem de palavras sobre rapel adaptado. Fonte: elaboração dos autores.

## CONCLUSÃO

O desenvolvimento destas atividades no FIP favorece os futuros professores a colocarem-se no lugar dos seus alunos com deficiência visual, a partir da experiência os professores estagiários salientam que este tipo de experiência ajuda a ser mais empático e que é necessário desenvolver estas atividades na sala de aula com os alunos do grupo de curso, uma vez que lhes permite valorizar as suas capacidades pessoais, permitiu-lhes tomar consciência da situação real que vive uma pessoa com deficiência visual e, ao mesmo tempo, experimentar as limitações que

têm na sua vida cotidiana. É dada importância ao papel do guia ou professor, que é o de transmitir confiança e segurança. A experiência é vista como uma oportunidade para aprenderem a lidar com situações deste tipo na sala de aula e, ao mesmo tempo, refletem sobre a insegurança do espaço que estão a percorrer e a falta de confiança demonstrada pelos seus colegas de equipa, uma vez que dizem que é a primeira vez que sentem medo. Apercebem-se de como os outros sentidos adquirem um papel fundamental na forma de perceber as coisas na ausência da visão, associando-a a sensações, percepções e movimentos corporais. Sem dúvida, a realização deste tipo de atividade reforça o trabalho de formação profissional, realça a empatia e a tomada de consciência da importância de conhecer e aprender com a diversidade e a diferença, que podemos encontrar nas nossas salas de aula e no ambiente em que vivemos.

## REFERÊNCIAS

ARRIBAS, H. **O montanhismo como uma prática de lazer inclusiva**. Revista Pedagógica Adal, v. 25, p. 27-32, 2012.

ARRIBAS, H., FERNÁNDEZ-ATIENZAR, D., VINAGRERO, J.A. Caminar por la naturaleza: un planteamiento de ocio e inclusión. **Revista Tándem**, v. 27, p. 17 -27, 2008.

CASTILLO RETAMAL, F., *et al.* Necessidades educativas especiais e educação física: As atividades na natureza como instrumento de socialização. **Licere**, v. 18, n. 4, p. 71- 93., 2015.

FEDC. **Apresentação e técnicas de utilização da barra direcional. Funções do guia de montanha para atletas cegos**. 2016. Disponível em: <<https://docplayer.es/13190419-Presentacion-y-tecnicas-de-utilizacion-de-la-barra-direcional-funciones-del-guia-de-montana-para-deportistas%20ciegos.html>>. Acesso em: 1 abr. 2024.

HERNÁNDEZ-BELTRÁN<sup>1</sup>, *et al.* A Joëlette como ferramenta de inclusão. Revisão da literatura. **Revista de Educação, Motricidade e Pesquisa**, v. 16, p. 47-68, 2021.

OLAYO MARTÍNEZ, J. M, *et al.* **O alunado com deficiência: uma proposta de integração** (I). Secretaria de Estado del Consejo Superior de Deportes, Madrid, Edición 1, 1996.

TORREBADELLA-FLIX, X. Para um modelo de atividades físicas e desportivas inclusivas em meio natural. **Revista Digital de Educação Física**. v. 23, p. 25-39, 2009.