

PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA: JOGOS PRÉ DESPORTIVOS PARA O ENSINO DA BOCHA ADAPTADA ÀS PESSOAS COM DEFICIÊNCIAS MÚLTIPLAS

Amália Rebouças de Paiva e Oliveira

Amanda Chinchio

Thais Almeida Vaz

Manoel Osmar Seabra Junior

Faculdade de Ciência e Tecnologia - UNESP- Presidente Prudente

INTRODUÇÃO

O desenvolvimento de jogos pré – desportivos para o ensino da bocha adaptada às pessoas com deficiências múltiplas foi idealizado a partir de um projeto de extensão do LETAIA, Laboratório de Estudos e Pesquisa em Tecnologia Assistiva, Inclusão Escolar e Adaptação do departamento de Educação Física da UNESP, Presidente Prudente, com a finalidade de facilitar o ensino dessa modalidade.

A bocha é um jogo com caráter competitivo, que pode ser disputado de forma individual, em duplas, ou e equipe. O kit de bolas é composto por seis bolas vermelhas, seis bolas azuis e uma bola branca. O objetivo do jogo é lançar as bolas o mais próximo possível da bola branca. Cada competidor recebe seis bolas, aquele que inicia a partida é responsável pelas bolas vermelha, e seu adversário pelas bolas azuis (SANTOS,2008)



Figura 1. Kit de Bocha Adaptada

Fonte: <https://www.google.com.br/search?q=kit+de+bocha+adaptada&biw=1242&bih=606&source=lnms&tbn=>

A bocha adaptada é semelhante ao esporte convencional e tem categorias pré – estabelecida de acordo com a deficiência do participante (LIMA et al.; 2006).

Os jogos pré – desportivos são uma alternativa para o ensino de jogos coletivos, pois simulam a situação real de um esporte, promovendo assim a oportunidade de desenvolver técnicas, gestos, e situações específicas do jogo (OLIVEIRA; PAES, 2004). Greco (1998) complementa afirmando que situações reduzidas do jogo auxilia na tomada de decisão dos seus praticantes.

Neste projeto foram aplicadas 24 sessões durante o período de seis meses, com a duração de uma hora e 30 minutos em seis participantes adultos com deficiências múltiplas. As sessões foram registradas por meio da filmagem e de um caderno de campo. A partir desses encontros foram elencados os jogos – pré desportivos utilizados no ensino da bocha adaptada.

DESENVOLVIMENTO

Foram elencados treze jogos pré- desportivos que foram utilizados para a iniciação da bocha adaptada.

Cada intervenção foi composta pela seguinte sequencia pedagógica:

- Alongamento e aquecimento – dez minutos
- Três jogos pré–desportivos – vinte minutos cada
- Jogo da bocha adaptada – dez minutos
- Alongamento – vinte minutos

Posteriormente, os jogos pré – desportivos utilizados no respectivo projeto, à saber:

ATIVIDADE 1: ALONGAMENTO

- Habilidade trabalhada: Flexibilidade
- Recursos utilizados: Bola

Descrição da atividade: os participantes sentam-se em fileira com os dois braços estendidos a uma distância que alcancem a mão do outro participante. Durante um tempo previamente estipulado foram realizados o movimento de adução e abdução de braço, segurando a bola. Ao fazer a abdução eles seguraram a bola de um lado e faziam adução trocando de mão e, mais uma vez, fizeram abdução do outro braço para entregar a bola para o participante que se seguia o qual repetia o mesmo movimento dando sequência a atividade.



Figura 2. Fotografia do alongamento.
Fonte: arquivo pessoal.

ATIVIDADE 2: AQUECIMENTO

- Habilidade trabalhada: Força e flexibilidade
- Recursos utilizados: Elástico

Descrição da atividade: Para cada dois participantes foi utilizado um elástico. Eles realizaram o movimento de adução e abdução para trabalhar força e coordenação. Quanto mais completo o movimento, maior era a tensão do elástico.



Figura 3. Alongamento dois.
Fonte: arquivo pessoal

ATIVIDADE 3: FITAS NO CHÃO

- Habilidade trabalhada: Arremesso
- Material utilizado: Elástico

Descrição da atividade: Várias fitas foram dispostas no chão, em diferentes distâncias. Foram utilizadas seis bolas e os jogadores foram divididos em duplas. O objetivo do jogo era para que a 'bolinha' parasse em cima de cada fita demarcada no chão e também tirasse a 'bolinha' do adversário de cima da fita. Somente após jogar todas as bolas, que a somatória de pontos era computada. O jogador que obtivesse maior número de bolas em cima das fitas seria considerado vencedor.

ATIVIDADE 4: CORDAS AO CHÃO

- Habilidade trabalhada: Arremesso e Força.
- Materiais utilizados: Cordas e bolas.



Figura 4. Fotografia da atividade quatro.
Fonte: elaboração própria.

Descrição da atividade: Quatro cordas foram colocadas no chão em diferentes distâncias, seguindo uma sequência. Quanto mais distante maior seria a pontuação. Sendo o primeiro espaço equivalente a cinco pontos, o segundo dez pontos e o terceiro vinte pontos. Os participantes foram divididos em duas equipes e receberam doze bolas que deveriam ser jogadas uma em seguida da outra, revezando entre eles. O objetivo do jogo era acertar as bolas em cada espaço entre as cordas. A equipe que obtivesse a maior pontuação final venceria o jogo.



Figura 5. Fotografia da atividade quatro.
Fonte: arquivo pessoal.

ATIVIDADE 5: BOLINHAS NO TATAME.

- Habilidade trabalhada: arremesso.
- Materiais utilizados: Tatames e bolas.

Descrição da atividade: Um tatame ficava disposto ao chão, dividido em vários quadrados, cada quadrado tinha um número, sendo que os mais distantes eram os que equivaliam à maior pontuação. O objetivo do jogo era acertar os quadrados que tinham os maiores números, para assim, atingir a maior pontuação final. Bolas de diferentes tamanhos e pesos eram disponibilizadas à eles para que fosse trabalhado diversas competências.



Figura 6. Fotografia da atividade quatro.
Fonte: arquivo pessoal.

ATIVIDADE 6: COLOCA E TIRA

- Habilidade trabalhada: Arremesso e Força
- Materiais utilizados: Bolas de bocha e bambolê.

Descrição da atividade: Todos os participantes eram dispostos em fila e em duplas, um ao lado do outro. Cada jogador ficava com duas bolas de bocha. Um bambolê era colocado em frente de cada dupla. O participante 1 jogava a bola tentando acertar dentro do bambolê e o 2 tentava tirar a bola de dentro do bambolê. Colocar a bola dentro do bambolê valia um ponto e se o outro jogador conseguisse tirar, o ponto adquirido por quem conseguiu deixar a bola dentro do bambolê era passado para quem conseguiu tirar. Era jogado duas vezes, começando na segunda vez pelo jogador de número 2. Quando encerrava a segunda partida era feita a somatória de pontos para saber quem ganhou a competição.



Figura 7. Fotografia da atividade quatro.
Fonte: arquivo pessoal.

ATIVIDADE 7: BOMBA

- Habilidade trabalhada: Arremesso
- Materiais utilizados: Giz, bolas de bocha e bambolês.

Descrição da atividade: Desenhou-se na quadra duas fileiras de círculos e na frente destes eram dispostos os bambolês. Cada círculo tinha uma pontuação diferente. Quanto menor o círculo, maior seria o valor imposto, sendo o círculo menor de três pontos, mediano de cinco pontos e o maior de dez pontos. Cada participante recebeu seis bolas de bocha. Os jogadores deveriam acertar a bola de bocha dentro dos círculos estipulados. Quando o jogador lançava a bola e parava dentro do círculo, era somado os pontos de sua partida (de acordo com a pontuação de cada círculo). Quando lançava a bola e acertava a bola do outro participante, a bola do adversário explodia, subtraindo a pontuação adquirida com a bola que foi alvo. Quando não restava bola em mãos, era feita a somatória de pontos. O participante que tivesse mais pontos venceria.



Figura 8. Fotografia da atividade sete.

Fonte: elaboração própria.

ATIVIDADE 8: ARREMESSO DE LETRAS.

- Habilidade trabalhada: Arremesso
- Materiais utilizados: Bolas de bocha, garrafa pet e letras de papel.

Descrição da atividade: Formavam-se dois grupos, grupo A e grupo B. Cada grupo era representado por uma cor, sendo o grupo A cor vermelha e grupo B cor azul. Cada grupo recebia doze bolas de bocha. Eram colocadas garrafas pet espalhadas pela quadra, sendo das cores azuis e vermelhas, em frente aos jogadores que estavam dispostos em fileira. Cada grupo arremessava as bolinhas e acertava a garrafa da respectiva cor do seu grupo, sen-

do um jogador de cada vez, revezando com o jogador do time oposto. Quando o jogador acertava sua garrafa, ele ganhava letras que formava a palavra “VENCEDOR”. Para cada garrafa derrubada uma letra o participante ganhava. Se o jogador derrubasse a garrafa da cor oposta, então quem ganhava a letra era o time adversário. O time que formasse a palavra primeiro seria o vencedor.



Figura 9. Fotografia da atividade oito.

Fonte: elaboração própria.

ATIVIDADE 10: BOLA NA GARRAFA COM BOLINHA DE MEIA.

- Habilidade trabalhada: Arremesso e força.
- Materiais utilizados: Bolas de meia e garrafa pet.

Descrição da atividade: Os jogadores faziam o arremesso da bocha com bolas de meia, com o objetivo de acertar e derrubar a garrafa pet localizada a frente. Essa prática diferenciava-se pela força que o participante fazia para arremessar a bola, fazendo com que trabalhasse o fundamento do arremesso e obtivesse maior precisão.



Figura 10. Fotografia da atividade dez.

Fonte: elaboração própria.

ATIVIDADE 11: BOLA AO ALVO

- Habilidade trabalhada: Arremesso e força.
- Materiais utilizados: Garrafas pet e bolas.

Descrição da atividade: Foram colocadas garrafas pet em vários ângulos diferentes na quadra. Os participantes foram divididos em dois grupos. Revezando-se entre os grupos, os participantes lançavam as bolas nas garrafas. Os grupos que derrubassem o maior número de garrafas venceriam.

Observação: As bolas variavam de peso e tamanho.



Figura 11. Fotografia da atividade onze.
Fonte: elaboração própria.

ATIVIDADE 12: COR E ALVO.

- Habilidade trabalhada: Arremesso e força.
- Materiais utilizados: Garrafas pet e bolas de bocha.

Descrição da atividade: Foram colocadas garrafas pet em vários ângulos e distancias diferentes na quadra. Os participantes foram dispostos à uma distância igual na quadra. Foram distribuídas seis bolas de bocha para cada participante. Revezando-se, os jogadores lançavam as bolas nas garrafas. Cada garrafa tinha uma cor e uma pontuação diferente, sendo azul (cinco pontos), vermelha (sete pontos) e amarela (dez pontos). O jogador que derrubasse a maior somatória de pontos vencia.



Figura 12. Fotografia da atividade 12.
Fonte: elaboração própria.

ATIVIDADE 13: BOLICHE COM GARRAFAS.

- Habilidade trabalhada: Arremesso e força.
- Materiais utilizados: Garrafas pet, água e bolas.

Descrição da atividade: Garrafas pet com um pouco de água foram colocadas em formação de boliche (cinco garrafas enfileiradas, em seguida quatro garrafas enfileiradas a frente e assim por diante até chegar a uma garrafa). As garrafas que foram colocadas atrás eram as que valiam mais pontos. Os jogadores foram divididos em duplas e cada jogador recebia seis bolas pequenas que seriam jogadas uma de cada vez. O jogo terminava após cada um ter jogado seis vezes, fazendo a somatória de pontos e o que obtivesse maior pontuação vencia a partida. O objetivo do jogo era lançar a bola e derrubar a maior quantidade de garrafas possíveis.



Figura 13. Fotografia da atividade 13
Fonte: elaboração própria.

ATIVIDADE 14: GOL A GOL.

- Habilidade trabalhada: Arremesso e força
- Materiais utilizados: Bambolês, trave de gol, bolas de diferentes tamanhos e pesos.

Descrição da atividade: Três bambolês foram colocados nas traves do gol, dois no alto em cada ângulo e um abaixo, no centro. Os jogadores foram divididos em duas equipes. Bolas de diferentes tamanhos e pesos eram disponibilizadas aos atletas, que tinham o objetivo de acertar as bolas por dentro dos bambolês até que todos de cada equipe tivessem arremessado uma vez. Cada bola por dentro do bambolê equivalia a um ponto e a equipe que fizesse maior pontuação seria a vencedora.



Figura 14. Fotografia da atividade 14.

Fonte: elaboração própria.

COMENTÁRIOS GERAIS

Algumas adaptações como distância das cadeiras, disposição dos bambolês, peso e tamanho das bolas podem ser feitas de acordo com a necessidade dos participantes.

Como elemento essencial a prática leva a memorização e a repetição com fundamentos que permitem o aprimoramento do jogo real. Pode-se também ser praticado com modelos relacionados com as situações do dia a dia de modo que esteja explorando a reflexão para que possa favorecer a aquisição de um saber adaptado às situações causadas pela imprevisibilidade frente às atividades dos adversários.

É de extrema importância para o atleta iniciante a prática pré-desportiva, já que esta prática trabalha como facilitador na inclusão e na melhora das habilidades do desporto. A adequação das atividades faz-se necessária na atuação e na manifestação do Esporte, na avaliação dos gestos motores para possíveis correções, exercendo assim um papel importantíssimo na diminuição

das doenças e manutenção da saúde do praticante e aprimoramento da modalidade (BITTAR et al., 2013).

Os jogos pré-desportivos inseridos nas práticas esportivas desenvolvem grandes conhecimentos nos aspectos cognitivos através das regras e estratégias que os participantes precisam no decorrer dos jogos, no afetivo, utilizando-se da sociabilização e cooperação uns com os outros e no motor, desenvolvendo assim as habilidades motoras específicas do esporte além das manipulativas gerais, sendo assim, os jogos pré-desportivos podem fazer parte do conteúdo influenciando sempre no processo de ensino-aprendizagem.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os jogos pré-desportivos são essenciais para a iniciação da bocha adaptada, e possibilitam a familiarização dos praticantes com o esporte em questão.

Uma sequência pedagógica estabelecida previamente permite que pessoas com deficiências múltiplas tenham acesso à prática esportiva e aos benefícios que a atividade física regular proporciona.

A coletividade empregada nos jogos pré-desportivos favoreceu a interação dos participantes. É importante ressaltar que, os jogos devem ser planejados e estruturados de modo a promover a autonomia e independência dos participantes.

É importante utilizar os recursos e estratégias como ferramenta auxiliar no ensino da bocha adaptada.

REFERÊNCIAS

- BITTAR, I. G. L. et al. Efeitos de um programa de jogos pré-desportivos nos aspectos psicobiológicos de idosos. *Rev. bras. geriatr. gerontol.*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 713-725, 2013
- LIMA, S. M. et al. P. Bocha Adaptado: fatores motivacionais na deficiência física. *Lecturas Educación Física y Deportes*, *Rev Digital de Buenos Aires*, n.95, p. 1-6, 2006.
- OLIVEIRA, V.; PAES, R.R. A pedagogia da iniciação esportiva: um estudo sobre o ensino dos jogos desportivos coletivos. *Lecturas, Educación Física y Deportes: Revista Digital, Buenos Aires*, v.10, n.71, 2004.
- SANTOS, W.B dos. Regra de bocha ponto – rafa – tiro. *Confederação Brasileira de Bocha e Bolão – CBBB*, Confederação bochística internacional, Porto Alegre, 2008.

NOTAS SOBRE OS AUTORES

Amália Rebouças de Paiva e Oliveira

Mestre em Educação Especial pela Universidade Federal de São Carlos – UFScar; pesquisadora no Grupo de Estudo e Pesquisa em Inclusão Escolar, Tecnologia Assistiva e Atividade Motora Adaptada – GEPITAMA (FCT-Unesp).

Amanda Cristina Chinchio

Licenciada em Educação Física – UNESP- Presidente Prudente

Thais Almeida Vaz

Licenciada em Educação Física – UNESP- Presidente Prudente

Manoel Osmar Seabra Junior

Professor do Departamento de Educação Física da Unesp de Presidente Prudente, SP

