Federação de Taekwondo do Estado de São Paulo.

Transtorno do Espectro Autista e a Deficiência Intelectual sem limitação.

Um Taekwondo caminhando para inclusão.

Prof° Anderson Toledo.
Taekwondo Team Shekinah.

dez/21

Federação de Taekwondo do Estado de São Paulo.

Anderson Toledo.

Transtorno do Espectro Autista e a Deficiência Intelectual sem limitação – Um Taekwondo caminhando para inclusão.

São Paulo – SP

2021

Federação de Taekwondo do Estado de São Paulo.

Transtorno do Espectro Autista e a Deficiência Intelectual sem limitação – Um Taekwondo caminhando para inclusão.

Trabalho de monografia apresentado à Federação do Estado de São Paulo, como requisito parcial para obtenção do Título de 4° dan.

São Paulo – SP

2021

Dedico este trabalho em principal ao Deus altíssimo, que apesar dos meus erros e defeitos nunca desistiu de mim.

AGRADECIMENTOS

Talvez eu não consiga agradecer a todos que fizeram acreditar que esta possibilidade seria possível, foram tantas circunstâncias impeditivas e por algumas vezes pensei que nunca conseguiria realizar este feito. Peço desculpas aos quais por lapso esquecerei de citar.

Agradeço ao Mestre Alex que no momento mais critico que passei estendeu o braço e o seu espaço, juntamente a Família AMT para que pudesse dar continuidade a um sonho, mesmo parecendo impossível.

Agradeço ao Grão-Mestre Kim, por abrir as portas da FETESP e fazer possível esta realização.

Aqui deixo registrado a minha gratidão eterna ao meu irmão, aluno e amigo que com todo esforço e compaixão, soube lidar com toda tempestade, obrigado Danilo Rocha.

Por fim além dos meus pais, minha irmã e família, agradeço a minha Anja Bianca Padovan e Maryah, esta com auxílio fundamental para realização deste trabalho. Sem o amor e carinho delas, não sei exatamente onde poderia estar.

Muitos fizeram parte em diferentes estações e sempre serei extremamente grato a todos.

Sumário

Introdução ---------- 07

1 – Sobre o Taekwondo ---------- 08

2 – D.Intelectual e o TEA ---------- 09

2.1 – Deficiência Intelectual ---------- 09

2.2 – Transtorno do Espectro Autista ----------10

3 - Introdução do Taekwondo no D.I e ao TEA ---------- 13

3.1 – Metodologia ---------- 13

3.2 - Inicio das Atividades ---------- 17

4 – Composição das Aulas ---------- 18

5 – Exame de Faixas e Considerações ---------- 17

5.1 – Exame de Faixa ---------- 20

5.2 - Considerações ----------21

6 - Conclusão ----------25

7 - Bibliografia ----------27

Introdução

Este trabalho tem por ventura, apresentar através de números e gráficos realizados em projetos com deficientes intelectuais a importância da arte marcial Taekwondo no processo evolutivo dos alunos participantes. É possível por meio destes identificar uma súbita Crescência em diversos aspectos do participante que para não interferir no processo experimental e até mesmo devido a característica dos envolvidos estavam autorizados mas não cientes deste processo de estudo.

Antes de ocorrer as aulas, todos os alunos foram submetidos a exames laboratoriais onde com os resultados em mãos foi possível realizar a *anamnese*, e um questionário que visou buscar detalhes sobre a saúde dos indivíduos e classificar a capacidade para prática ou não do Taekwondo.

Como parte envolvente deste período inicial, também é realizado um questionário com os participantes sem interferência dos responsáveis (parte esta realizada aos que obtinha capacidades de responder), onde eram realizados perguntas sobre o seu convívio social, informações estas de suma importância para preenchermos a lacuna final sobre o crescimento interpessoal com aqueles ao qual o aluno interage seja em sua família, ou locais que mais frequenta. As perguntas com teor apenas de conhecimento de estudo vinha desde o amigo mais próximo, quanto a quantidade de pessoas ao qual gostava mais e tinha como mais próximo.

Este estudo faz parte de projetos concluintes entre os anos de 2015 à 2018, em oficinas assim chamada pela Instituição nos diversos Núcleos espalhados pelo estado de São Paulo. (Revista publicada em 2017).

Como parte dos objetivos a mesma busca através de suas atividades e projetos, romper barreiras do preconceito, por acreditar que todos são capazes de ao estabelecer o contato com o esporte, expor aquilo nos torna únicos e especiais: a individualidade.

"**Trabalhar com inclusão é um grande ato de amor, que transcende até as nossas mais sinceras convicções.**

Uma grande aventura de entrega que se assemelha a escutar a voz de Deus, mesmo não tendo certeza de nada – Carlos Henrique Toni"

1 – Sobre o Taekwondo.

Arte Marcial Milenar Coreana, desenvolvido para os moldes atuais que conhecemos pelo mestre sul-coreano *Choi Hong Hi*, em 1955. Sua tradução tem por significado “caminho dos pés e das mãos" através da força da mente.

O taekwondo integra uma das lutas consideradas como artes marciais e, embora seja visto dessa forma, a luta tem uma filosofia que valoriza a perseverança, a integridade, o autocontrole, a cortesia, o respeito e a lealdade entre os praticantes. Os seus movimentos foram desenhados com o propósito de desenvolver a crença de que o sucesso é possível a cada um. Isso porque os exercícios do taekwondo mantêm a confiança física e mental dos participantes.

O esporte ganhou notoriedade a partir do momento que se expandiu para outros países. Em 1974, chegou a Ásia, em 1976, chegou até a Europa e ao Oriente médio e, em 1978, já estava sendo disputado em **jogos Pan-Americanos**.

Participou como esporte de exibição nas Olimpíadas de Seul, em 1988, e de Barcelona, em 1992. Ficou ausente dos **Jogos de Atlanta** que ocorreu em 1996, mas retornou no ano de 2000, quando foi incluído no programa olímpico e passou a valer medalhas.

No Brasil, a modalidade foi introduzida em 1970 com a chegada do mestre Sang Min Cho à cidade de São Paulo.

Segundo relata em seu livro, CHO (2013, p. 72) “No dia 8 de agosto de 1970, quase dois meses após a sua chegada, foi inaugurada a primeira academia oficial de Taekwondo do Brasil, no bairro Liberdade, em São Paulo, com o apoio da colônia coreana. Nessa época, Mestre Cho já contava com 50 alunos, todos coreanos, na maior parte adolescentes, que ouviram falar da sua presença em São Paulo através de suas famílias”

Para os praticantes da arte, os exercícios se transformam em belos movimentos quando conjugados com o espírito. Para eles, o corpo inteiro é considerado uma arma, já que eles podem misturar velocidade e flexibilidade.

2 – Deficiência Intelectual e o Transtorno do Espectro Autista

2.1 – **Deficiência Intelectual**

Deficiência vem da palavra *deficientia* do latim e sugere algo que possua falhas, imperfeições, não é completo. É o termo usado para definir a ausência ou a disfunção de uma estrutura psíquica, fisiológica ou anatômica. Diz respeito à biologia da pessoa. (OMS/ Organização Mundial de Saúde), 2007.

De acordo com o CIDID (Classificação Internacional de Deficiências, Incapacidades e Desvantagens):

> Deficiência- perda ou anormalidade de estrutura ou função psicológica, fisiológica ou anatômica, temporária ou permanente. Incluem-se nessas a ocorrência de uma anomalia, defeito ou perda de um membro, órgão, tecido ou qualquer outra estrutura do corpo, inclusive das funções mentais. Representa a exteriorização de um estado patológico, refletindo um distúrbio orgânico, uma perturbação no órgão. [...]

Existe nos dias atuais uma grande dúvida sobre a classificação entre deficientes físicos (D.I) e deficientes mentais (D.M), porém através das modificações dos documentos (SALAMANCA), e por associações influentes (American Association of Mental Retardation (AAMR) para American Asoociation on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD) indica-se que o termo correto a ser utilizado é "pessoa com Deficiência", para qualquer deficiência, e em termos de deficiência cognitiva o termo a ser utilizado é "pessoa com deficiência intelectual"

> O que podemos concluir desse panorama é que todos os termos tornam-se problemáticos na medida em que são lançados na arena de vozes sociais, na linguagem cotidiana, inscrevendo-se no verdadeiro sentido atribuído à anormalidade nas práticas sociais discursivas. (PAN, 2008, p.27)

Segundo Pan (2008), o que permite conceber a pessoa com esse diagnóstico como alguém que apresenta uma forma particular e dinâmica de pensamento e com possibilidades sempre abertas para seu desenvolvimento. Dentro de sua condição específica, dada pelo seu 23 diagnóstico, merece ser levada ao mais alto nível de progresso possível no contexto de suas interações.

A D.I. é uma das deficiências mais encontrada em crianças e adolescentes, atingindo 1% da população jovem (VANCONCELOS, 2004). Caracterizada pela redução no desenvolvimento cognitivo, ou seja, no QI, normalmente abaixo do esperado para a idade cronológica da criança ou adulto, acarretando muitas vezes um desenvolvimento mais lento na fala, no desenvolvimento neuropsicomotor e em outras habilidades.

Os conceitos para um diagnóstico baseiam-se em alguns envolvimentos de fatores como: Biomédicos, Etiológicos, Comportamentais, Sociais e Educacionais.

As causas geralmente são desconhecidas dentre 30% a 50% dos casos de D.I, partindo de um pressuposto que as causa podem ser genéricas, Congênitas ou Adquiridas. Podemos citar as mais conhecidas pelo público comum a Síndrome de Down, Síndrome alcoólica fetal, Malformações cerebrais e Desnutrição proteico-calórica. A ONU obtém como classificação 40% causas genéticas, 60% causas

ambientais. (HONORA & FRIZANCO, 2008, p.104).

Existem inúmeras classificações utilizadas pela AAIDD (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities), e a DSM-IV tr (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais 4º Edição, texto revisado), (terminologia mais utilizada para American Psychiatric Association).

Dentre algumas citações destaca-se:

a. Funcionamento intelectual inferior à média: QI de aproximadamente 70 ou abaixo;

b. Déficits ou prejuízos concomitantes no funcionamento adaptativo atual, em pelo menos duas das seguintes áreas: comunicação, cuidados pessoais, vida doméstica, habilidades sociais/interpessoais, uso de recursos comunitários, independência, habilidades acadêmicas, trabalho, lazer, saúde e segurança;

c. Início anterior aos 18 anos.

2.2 – Transtorno do Espectro Autista

O Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) é um transtorno do desenvolvimento neurológico, caracterizado por dificuldades de comunicação e interação social e pela presença de comportamentos e/ou interesses repetitivos ou restritos. Esses sintomas configuram o núcleo do transtorno, mas a gravidade de sua apresentação é variável. Trata-se de um transtorno pervasivo e permanente, não havendo cura, ainda que a intervenção precoce possa alterar o prognóstico e suavizar os sintomas. Além disso, é importante enfatizar que o impacto econômico na família e no país, também será alterado pela intervenção precoce intensiva e baseada em evidência. Deste modo, este documento está substancialmente focado no diagnóstico e intervenção precoces.

O TEA tem origem nos primeiros anos de vida, mas sua trajetória inicial não é uniforme. Em algumas crianças, os sintomas são aparentes logo após o nascimento. Na maioria dos casos, no entanto, os sintomas do TEA só são consistentemente identificados entre os 12 e 24 meses de idade. Por exemplo, aos 6 meses de idade, Ozonoff e colaboradores não encontraram diferenças entre bebês que mais tarde receberam o diagnóstico de TEA e aqueles que continuaram a desenvolver-se tipicamente no que diz respeito à frequência de comportamentos sociais e comunicativos próprios dessa idade (sorriso social, vocalizações dirigidas e olhar para o rosto de outras pessoas).

Por outro lado, diferenças na frequência desses comportamentos eram claramente percetíveis aos 12 e/ou 18 meses de idade. Há também evidência de que, a partir dos 12 meses de idade, as crianças que mais tarde recebem o diagnóstico de TEA distinguem-se claramente daquelas que continuam a desenvolver-se tipicamente em relação à frequência de gestos comunicativos (apontar) e da resposta ao nome. Outros sinais já aparentes aos 12 meses de idade incluem o manuseio atípico de objetos (enfileirar ou girar os brinquedos) e/ou sua exploração visual. (Sociedade Brasileira de Pediatria, p. 1-2).

É possível identificar alguns sinais logo nos seus primeiros anos de vida, tais como:

- Contato ocular ou sorriso social;
- Não se voltar para sons, ruídos e vozes no ambiente;
- Baixo contato ocular e deficiência no olhar sustentado;

- Não seguir objetos e pessoas próximos em movimento;
- Apresentar pouca ou nenhuma vocalização;
- Não aceitar o toque;
- Não responder ao nome;
- Interesses não usuais, como fixação em estímulos sensório-viso-motores;
- Incômodo incomum com sons altos;

Nos últimos anos, houve uma grande estimativa da prevalência do autismo. Dado este que pode ter sido aumentado devido a novos estudos na área, segundo dados colhidos nos Estados Unidos de 1 para cada 150 crianças em 2000 e 2002, para 1 a cada 68 em 2010/12, e 1 a cada 58 em 2014. (Pesquisas realizadas em crianças até 8 anos).

Como já dito acima este contexto se prevalece conforme foram realizados uma vasta ampliação dos critérios diagnósticos e do instrumentos de rastreamento e diagnósticos com propriedades psicométricas adequeas.

É comum associar o TEA a outros transtornos psiquiátricos, tais como: Déficit de Atenção, Hiperatividade, Depressão e Ansiedade. A dificuldade Motora também é relativamente frequente nestes pacientes, o que não interfere no seu prognóstico de TEA.

O TEA é causado por uma combinação de fatores genéticos e fatores ambientais. Estudos comparando gêmeos idênticos e gêmeos fraternos mostram que a taxa de concordância do TEA é significativamente maior entre os primeiros do que entre os segundos, sugerindo um forte componente genético na etiologia do autismo.

De fato, há evidência de que a arquitetura genética do TEA envolve centenas ou milhares de genes, cujas variantes, herdadas ou de novo, e comuns ou raras na população, compreendem múltiplos modelos de herança. Apesar de claramente importantes, os fatores genéticos não atuam sozinhos, sendo sua ação influenciada ou catalisada por fatores de risco ambiental, incluindo, entre outros, a idade avançada dos pais no momento da concepção, a negligencia extrema dos cuidados da criança, a exposição a certas medicações durante o período pré-natal, o nascimento prematuro e baixo peso ao nascer.

O exame para identificação do TEA deve ser realizado por um pediatra que atraves de alguns aspectos realizados por um parâmetro internacional, pode facilmente diagnosticar este paciente. Através de um questionário com perguntas de simples entendimento também é possível fazer essa identificação. (Questionário disponível no Site do Ministério da Saúde, mas para uma melhor e mais precisa identificação procurar um Pediatra).

O primeiro passo para o diagnóstico diferencial é a busca de informações, colhidas dos pais ou cuidadores, sobre a gestação e as condições do parto destas crianças, através de uma anamnese detalhada.

A Síndrome de Asperger é classificada dentro do TEA, estes pacientes possuem uma diferenciação entre os demais, pois geralmente são identificados tardiamente, devido não haver atraso de linguagem verbal e a cognição é preservada. Segundo o livro: Transtorno do Espectro Autista (p.4). “O comprometimento da linguagem pode ser verificado através de um discurso de mesma entonação, empobrecido na linguagem não-verbal e no entendimento da linguagem de sentido figurado. Podem apresentar olhar nos olhos não sustentado, com tendência a desviar

o olhar com frequência, face pouco expressiva, pouco interesse no outro, teoria da mente deficiente, interesses restritos, pouca socialização, dentre outros. Há também aqueles pacientes que apresentam habilidades supranormais que podem ser as mais variadas possíveis.”

Segundo a literatura, o TEA não tem cura. Entretanto, as descobertas da Neurociência e as terapias de intervenção precoce podem apresentar resultados de ganhos significativos no desenvolvimento neuropsicomotor das crianças. Quanto mais precoce a detecção das alterações no DNPM, maior a capacidade de organização neural através da neuro plasticidade e potencial de mielinização cerebral, uma vez que nos primeiros anos de vida que a formação sináptica apresenta maior velocidade e resultados satisfatórios, associado a estimulação precoce aproveitando-se o período sensitivo determinado pelas janelas de oportunidade no cérebro do paciente.

3 – Introdução do Taekwondo no D.I e ao TEA

3.1 Metodologia:

Após um estudo de local ficou decidido á realização nas seguintes instituições:

- ABADS (Associação Brasileira de Assistência e Desenvolvimento Social)

Av. Morvan Dias Figueiredo, 2801

- EMEF Frei Damião

Rua Daniel Alomia, 325 – Jd Sipramar

(Instituições bases para este projeto, o trabalho científico abrange-se em outros locais do Estado de São Paulo).

Com a definição de espaço, uma reunião com responsáveis é feita para passarmos informações e detalhes do projeto.

Após foi aplicado exames laboratoriais e a partir dos resultados aplicado uma anamnese, questionário esse que busca detalhes sobre a saúde dos indivíduos e assim, os classificou como aptos ou não para a prática do Taekwondo.

Neste exame inicial, além do exame de sangue também é feito uma consulta com Clínico Geral, cedido pela instituição. No caso de um aluno não puder fazer estes procedimentos é indicado para Unidade Básica de Saúde (UBS) mais próxima.

Nos primeiros procedimentos do projeto, já como parte efetiva da aula é feito uma avaliação Física especifica, e que será usado como base de estudos posteriores e como dados gráficos para efeito de comparação. A avaliação é realizada como primeiro passo pois assim conhecemos o aluno sem a interferência das aulas, o mesmo procedimento é realizado com ao menos uma semana antes do término do período letivo, assim, podendo identificar este individuo da mesma forma após todas as atividades aplicadas nas aulas que se seguiram. A avaliação que será explicada abaixo é feita sem que ocorra qualquer interferência externa (vide avaliador), onde o avaliado possui tempo e espaço que desejar, ao fim do programa é repetido tal avaliação pois também é percebido se o participante está ágil para realização.

Peso e Altura:

Verificado em seu início de testes a medição de estatura e peso, dados importantes para comparação final pois se trata de um quesito mais visível e palpável para os responsáveis que acompanha os alunos.

Agilidade:

Neste exercício, o aluno recebe um objeto no “start”, e deve leva-lo até o ponto destino “fim”, retorna pelo mesmo caminho, recebe um novo objeto e fazendo o mesmo percurso finaliza no mesmo ponto. Neste procedimento o aluno é cronometrado desde a retirada do objeto 1, até entrega de objeto 2, ao sentir que pode estar com dificuldade este apenas recebe instruções e sem toques para que não ocorra interferências na pesquisa. O tempo é relatado, e exercício repetido com mesma exatidão, verificando assim a agilidade do aluno caso o tenha no término de todo projeto.

Banco Wells:

Realizado a medição do quanto o aluno consegue atingir com sua flexibilidade atual, e quanto foi conseguido com decorrer das atividades da arte marcial e claramente se houve alteração.

Abdominal e Flexão.

Procedimento realizado somente em alunos que tenham entendido o exercício, pois como citado não pode ocorrer interferências externas devido a possível dificuldade, caso não consiga realizar dentro do tempo de 1 minuto, seja qualquer um dos exercícios ou um dentre eles, é colocado apenas como não realizado. Caso no fim do projeto ao ser percebido que foi realizado tais tarefas, subentende que houve uma evolução. No tempo informado é contado todo esforço realizado pelo aluno, quantas o mesmo possa ter feito.

A vigência deste projeto foi entre os anos de 2015 a 2018, aulas oferecidas duas vezes por semana com 1h cada, 50 indivíduos subdivido em duas turmas com 25 participantes em cada período. Dentre os participantes cerca de 60% foram disponibilizados para pessoas com deficiência intelectual e 40% para pessoas sem

deficiência, mas em situação de vulnerabilidade social. Com isso foi possível promover uma maior interação entre ambos os indivíduos.

A intenção deste tipo de projeto foi buscar contribuir com o processo de inclusão da pessoa com deficiência intelectual à sociedade por meio da prática do Taekwondo, e o maior objetivo foi estimular, manter ou ampliar a capacidade funcional dos participantes.

Neste quesito abordou-se aprimorar os aspectos:

- **Sociais**: Integração com amigos, familiares, professores, família e/ou membros que de certa forma puderam acompanhar dentro de cada disponibilidade as atividades oferecidas; O cultivo e a incorporação de conceitos importantes e básicos como: sociedade, comunidade, comunicação, companheirismo, equipe, liderança, direitos e deveres. Entende-se que a integração social por meio da prática do Taekwondo procurou despertar ou desenvolver o respeito à diversidade, bem como eliminar os preconceitos.

- **Cognitivos**: aprimorar o raciocínio lógico, tais como tempo de reação e tomada de decisões, equilíbrio e segurança emocional e psicológica.

- **Motores**: Trabalhar os aspectos físicos, buscando à promoção da saúde, autoconfiança, autoestima, consciência corporal e, consequentemente, da qualidade de vida.

É preciso ressaltar que neste projeto participaram além de Professores de Taekwondo (3), Psicólogo (1), Fisioterapeuta (1), Fotógrafo (1) e Supervisor de Equipe (1) este capacitado pelo Conselho Regional de Educação Física – CREF. Cada um com um papel extremamente fundamental para o desenvolvimento das aulas e assim, como consequência dos estudos realizados, já que eram estes que aplicavam os dados a serem colhidos e repassados a equipe responsável.

Professores: Responsáveis pela realização das aulas, enaltecendo as atividades práticas, transmitindo o conhecimento da arte marcial, não se esquecendo os pilares ali prestados para o desenvolvimento do participante. O professor traz em si um papel de relevância, pois é a referência para os alunos por manter-se sempre a frente, é válido lembrar que todos passaram por capacitações e qualificações técnicas para melhor pudessem transmitir de forma coerente todas técnicas, filosofias e regras do Taekwondo.

Psicólogo: Sempre atento e disponível a intervenções caso haja necessidade, o mesmo em acordo com as atividades, visa o melhor aproveitamento desta. A cada fim de aula fecha o encontro, consolidando e fortalecendo o que foi ensinado, refletindo sempre o trabalho e o desempenho.

Fisioterapeuta: Auxilia com o desenvolvimento motor dos alunos, seu empenho

junto ao professor traz aspectos de estímulos físicos, táteis, auditivos e visuais.

Fotógrafo: Captura os alunos em atividade e momentos de interação

Supervisor: Quem realiza as avaliações físicas, além de coordenar e organizar demais ações de auxílio aos demais profissionais.

3.2 – Início das atividades:

Grupo identificado como homogêneo, e como todo e qualquer início de projeto obteve seus problemas, o medo, anseios e até certa curiosidade em respeito ao Taekwondo foram evidenciados pelos alunos e também pelos responsáveis.

Em cada aula, foi possível sanar tais dúvidas e curiosidades, a repetição de pequenas demonstrações entre os professores, fechando com o apoio do psicólogo que ao fim de cada etapa questionava situações de conflito e abordava aspectos positivos. Tudo o que era citado levava-se em consideração pois assim os alunos se sentiam parte integrante de um processo de construção, fortalecendo assim a voz deles que por vezes foram caladas ou negligenciadas. Neste processo com a psicóloga também ressalta-se aspectos convividos fora dos tatames pois fortalece os vínculos entre todos.

Conforme citado na Brochura (Olga Kos, p. 18), "Através das atividades e da troca de informações percebeu-se uma evolução técnica e significativa dos participantes [...]

[...] Para atingir estes objetivos, a estratégia mais adequada foi o diálogo entre a equipe e os participantes, como também o diálogo dos participantes entre si."

4 – Composição das Aulas.

O trabalho com este tipo de público necessita de algumas atenções com a aplicação da aula, pois os alunos primeiramente necessitam ganhar autoconfiança no que está sendo apresentado e neles próprios. A partir daquilo que foi inicializado desde a primeira aula, deverá acontecer nas demais, pois o aluno com Espectro Autista e D.I são trabalhados pela repetição e estimulação, seja ela visual ou de tato.

É possível encontrar alguns sintomas de agressividade nos primeiros momentos, porque o mesmo está sendo retirado de sua zona de conforto e apresentado a diversas informações não ao qual não obtinha antes, mas o mesmo a partir do que é repetido constantemente passa a adequar essa nova atualidade.

Em alguns núcleos os responsáveis foram convidados a participar das primeiras aulas para que eles se sentissem mais seguros com este novo espaço, essa participação é encerrada sempre que enxergamos evolução e segurança para todos. Pois além de todos os atributos desejados à alcançar com o Taekwondo, um deles é a autonomia, o que com a presença dos responsáveis junto as aulas pode não acontecer.

Todas as aulas são iniciadas com o Juramento do Taekwondo, onde, diferente das demais academias é falado pausadamente para entendimento de todos e sempre ensinados sobre cada significado do que está sendo dito. O Juramento é de suma importante assim como todo o roteiro da aula, pois aprendem a não FAZER MAL USO DO TAEKWONDO, RESPEITAR INSTRUTORES E SUPERIORES (explicado que isso vale para todos, pais, pessoas mais velhas, professores da escola, etc.). A repetição leva a gerar o pensamento e assim como já mencionados por pais dos alunos, auxiliam nas demais áreas deles.

Passado o Juramento é realizado o aquecimento, em conversa com todos os membros da equipe multidisciplinar ficou acordado esta ação em primeiro, pois com ela é possível através da movimentação corporal traze-los ainda mais para dentro daquele universo sem o intermédio qualquer ocasionado fora dali. O aquecimento pode ser diverso, desde pequena corrida, saltos e demais conhecidos, neste quesito não existe muita mudança pois foi bem aceito sem transtornos por todos. Vale ressaltar que todos os membros da equipe, enquanto um realiza a ação, eles acompanham estimulando sempre para que este membro a repita.

Posterior ao aquecimento, entra a parte dos chutes, defesas e poomse. Toda a parte envolvente do Taekwondo foi anteriormente discutida e cronologicamente pensada, é de

se concluir que cada oficina possui aspectos e situações diferentes umas das outras, mas tudo é planejado e pensado caso a caso. No início é passado apenas os chutes básicos da arte marcial, chute empurrado (Mirô Tchagui), chute lateral (ap dolio – bandal) e soco. A repetição traz um aspecto de entendimento ao aluno, que passa a já identificar tais movimentos nas aulas que vão transcorrendo posteriormente e assim realizando com mais facilidade, força e volume os movimentos.

É devido abrir um parêntese neste quesito, pois uma das maiores preocupações dos pais dos alunos é de que eles apresentam uma maior agressividade das quais já tinham. O que foi possível enxergar o contrário significativo desta prática.

O aluno que em todo instante foi orientado ao não fazer, é estimulado a chutar e com o máximo de potência, o que o faz descarregar uma energia que traz sensação de benefício e ao mesmo tempo alívio, está sensação gera sorrisos e alegria o que nos faz conquistar espaço e confiança no aluno. Com esta conquista passamos a evoluir os desafios, onde acrescentamos cordas, cones, bolas, bastões, entre outros.

"Com atividades recreativas, as brincadeiras foram desenvolvidas com cones, cordas, aparadores de chutes, luvas, bolas, bastões e tiveram como foco o desenvolvimento dos aspectos cognitivo, motor e social." (KOS, 2017, p.15).

As aulas com este tipo de público é avaliada por cada campo conquistado, e assim sempre elevando para uma nova etapa. O intuito, mesmo que com alguns aspectos repetitivos é estimular todos os fundamentos neurais e físicos, o que dia após dia, através dos relatos daqueles que mais convivem com os alunos é sabido da mudança, além da disciplina e atenção que é notoriamente notada nas aulas.

Como parte do cronograma foi acrescido em algumas aulas parte do Poomse da faixa branca, onde trabalhamos as defesas, noção de espaço, equilíbrio, lateralidade e comando. Encarado como mais um desafio, repetido por diversas vezes e estimulados de que ao realizar com perfeição ganhariam uma faixa nova e mais bonita.

Ao fim de toda aula, era trabalhado por uma psicóloga os desafios aderentes a ação ocorrida naquele dia, sempre dando espaço para que todos falassem e sentissem pertencentes aquele espaço.

5 – Exame de Faixa e Considerações.

5.1 – Exame de Faixa:

Para avaliar o desenvolvimento técnico dos participantes foi realizado o exame de faixa, denominado graduação. Nesta graduação os professores avaliam o desempenho técnico dos participantes e suas evoluções. No exame, o Mestre juntamente com os profissionais do Taekwondo avalia os aspectos iniciais básicos, como execução de movimentos específicos, assiduidade nas oficinas, comprometimento e aspectos emocionais em relação ao desenvolvimento técnico da arte marcial. (KOS, 2017, p.19).

A avaliação é composta por:

- Chutes da Graduação
- Execução do Diagrama
- Movimentos técnicos básicos
- Respeito à Hierarquia
- Comprometimento

Este exame tem por didática avaliar os alunos, mas com um potencial maior que é o de analisar os apectos conquistados em todo o decorrer do projeto, é a prova de que é possível realizar. A avaliação encerra com muita festa e alegria por parte de todos porque a prova maior da inclusão foi mostrar a eles e talvez a nós próprios de que não há limites. Os chutes e movimentos são realizados com o professor delegando as funções, em alguns casos os demais membros da equipe acompanham ao lado do aluno para que se sinta mais seguro, ninguém é excluído, notas são atribuídas apenas “A” e “B” e repassadas a eles. Porém o que é visto neste dia é a superação e assim a faixa é entregue a todos.

Desde o momento que nascem e à medida que crescem, as crianças se esforçam para agir e se relacionam com o ambiente físico e social que as rodeiam. É brincando queos bebês descobrem como as coisas funcionam e assim começam a interagir com as atividades do cotidiano.

“O Empenho e a satisfação de todos foram evidenciados no exame de faixa, demonstrando a compreensão das suas próprias evoluções. Houve entendimento do grupo com relação às suas responsabilidades e ao respeito aos demais, seja a equipe ou participantes” (KOS, 2017, p.27).

5.2 – Considerações.

> Considerando as análises e resultados apresentados, entende-se que o método multidisciplinar de avaliação propiciou abrangência adequada à compreensão da aprendizagem no contexto inclusivo. Os resultados sugerem que a autonomia foi construída nos grupos por meio da cooperação em ambientes de respeito, cortesia e disciplina, onde a arte do Taekwondo se realizou com êxito. (KOS, 2016, p. 31)

Nos diversos núcleos onde foi realizado as aulas de Taekwondo, o trabalho realizado por repetições diárias houve uma fixação de memorização por parte dos alunos o que demonstra grande ganho, seja no âmbito físico ou mental.

> [...] Para promoção da saúde da pessoa com (e sem) deficiência, reitera-se a importância de exercícios psicomotores, como praticados no Taekwondo. Os frutos na prática podem ser observados em diferentes áreas de conhecimento, Psicologia e fisioterapia, por exemplo, corroboraram com as avaliações dos instrutores nas artes marciais [...] (KOS, 2016, p. 31)

Com os dados colhidos, mais a vivência e as respostas recebidas, é possível perceber que o Taekwondo, traz benesses não encontradas antes da realização da prática. Tais movimentos como lateralidade, noção espacial, entendimento de esquerda e direita, em cima em baixo não eram possíveis de identificação. Movimentos estes que foram implementados pacientemente em cada aula, e em situações cotidianas já encontradas em todos os treinos em academias diversas. Situações como, cumprimentar bandeira ao entrar e sair, respeitar as regras de não sair sem autorização, manter-se na fila seja para realização do juramento ou na aplicação dos chutes, que antes se fazia dificultoso pois os alunos possuem distração muito rápida devido suas condições, ainda sim com o decorrer foi subentendido tais tarefas, e passaram a realizar sem quaisquer tipo de ônus.

> [...] O estudo organizou um banco de dados com os fatores reunidos pelo Perfil Evolutivo, no intuito de aprofundar a pesquisa de dinâmicas de grupo e possibilitar diferentes análises além das apresentadas nesse estudo. Em síntese, considera-se que um ambiente saudável, portanto inclusivo, é aquele onde as diferenças coexistem em liberdade. (KOS, 2016, p. 31)

A seguir, é possível observar nos gráficos os ganhos alcançados em números, vale ressaltar que estes dados são de pesquisas realizadas ao longo dos diversos núcleos e números reais de pesquisa científica. (Os nomes dos Núcleos foram

inibidos.

Conforme se observa, a disciplina do grupo atingiu 87% de autonomia, indicando que muitos praticantes encontram seu caminho no respeito ás atividades coletivas. Os acordos de convivência também contribuíram na criação de um ambiente favorável ao desenvolvimento de habilidades psicomotoras, conforme apresentado nos indicadores de *qualidade do movimento.* As *técnicas e execução das formas*, também mantiveram um desempenho satisfatório, com diferença de 20% entre início e término do projeto, indicando que o conteúdo mais específico da arte marcial foi apreendido com *disciplina*.

Gráfico 1

Gráfico 2

Abaixo, gráficos de núcleos diferentes para parâmetros de observação:

Gráfico 3

Gráfico 4

Em relação ao desenvolvimento psicológico, este grupo apresentou evoluções globais, segundo a percepção dos psicólogos. Participação e estabilidade nas atividades foram essenciais. E o desenvolvimento da habilidade em armazenar e resgatar conteúdos (a memória) garantiu maior autonomia na aprendizagem.

Gráfico 5

[...] Outro dado importante, colhido por entrevistas, foi a diferença na rede social dos participantes entre início e término das atividades conforme apresentado a seguir:

Gráfico 6 **Gráfico 7**

Na segunda avaliação, houve um aumento significativo no número de relações qualificadas como íntimas, ou seja, a companhia de pessoas próximas aumentou junto com o desenvolvimento em uma prática esportiva coletiva

preciso ver os jogos como uma atividade que faz parte do cotidiano infantil. Eleé o canal de comunicação da criança com o mundo. A princípio, este mundo pertence aosadultos, por isso, os jogos e brincadeiras são importantes para a criança realizar atividadespróprias do mundo adulto, o que facilita sua apropriação e seu ingresso neste mundo futuramente.

Para maior autonomia na alimentação, a *praxia fina* pode ter sido fundamental. No uso de utensílios de preparo ou talheres, verifica-se os efeitos das atividades fora do contexto dos treinos, segundo o relato de familiares.

5 – Conclusão

Concluímos que o Taekwondo, assim como qualquer outro exercício físico na vida de quaisquer pessoa se mostra benéfico, mas para este tipo de público é uma ferramenta de extrema contribuição para o seu desenvolvimento, desde que bem aplicado, realizado inúmeras vezes e respeitando os limites de cada aluno.

O TEA e o D.I, possuem um vasto campo de interação e é preciso entender caso a caso, pois se diferenciam em sua peculiaridade. Estas diferenciações devem ser percebidas e observadas logo em seus primeiros passos para que assim não haja perdas, pois são alunos com rápida assimilação ao fator tempo, caso não se sintam parte do contexto, perdem interesse, e este começo torna-se muito importante para conquistar os demais territórios aos quais desejamos.

Os estímulos necessitam ser decorrentes em cada conquista, seja das mais pequenas as mais audaciosas, um chute, um chute acompanhado de grito, sequência de chutes seja ele dois ou três. Tudo precisa ser aplaudido e comemorado, devemos entender que são alunos aos quais de certa forma nasceram limitados seja por familiares, sociedade e até em alguns casos a medicina. Quando percebem que conseguiram efetuar algo por mais pequeno que seja, passam a obter uma maior noção corporal e desafiam a si para novos desafios, é nítido a alegria dos participantes pois ao notarem que conseguiram atingir o objetivo os próprios se aplaudem, assim os demais do grupo participam deste festejo seguindo os aplausos.

O grupo como citado passa por 60% com deficiência e 40% não, o que torna muito importante para inclusão real do grupo, seja dos que possuem algum tipo de deficiência como os que não possuem. Os alunos denominados não deficientes passam a crescer com uma nova visão deste público, além de demonstrar um aspecto de ajuda ao próximo muito forte, no início era minimamente forçado, e após seguia com muita naturalidade. Assim os denominados deficientes também se sentiam iguais devido a tal convivência, o crescimento torna-se mútuo.

Sobre o exame de faixa, esta ferramenta se mostra eficiente pois os alunos além de objetivos próximos, precisa de um ao longo alcance para que enxerguem aonde devem chegar. E esse objetivo precisa ser trabalhado todos os dias, e sempre mostrando que o ganho é de grande serventia para eles, fazendo assim com eles necessitem desta conquista. O dia é trazido como uma comemoração, sempre enaltecendo o trabalho realizado no Dojan, onde os responsáveis somente puderam

acompanhar em seu início, apesar de verem o crescimento pessoal não era acompanhado formalmente em aula. O convite é estendido a todos familiares e amigos, pois a ideia assim como comumente já ocorre é o de comemorar uma nova etapa, mas que no caso deles talvez sequer havia passado pela cabeça dos que os acompanham. Mesmo com o crescimento já observado anteriormente, após o exame esse vinculo é fortalecido e um ganho importante para a continuidade do trabalho.

É possível enxergar o crescimento em diversos fatores, psicológicos, psicomotores e de convívio social, conforme observado em gráfico. Em alguns casos estes alunos que inicialmente adentraram a arte marcial por meio de um projeto, após lapidados integram academias da região ou do próprio professor, pois já não observam mais os limites que antes eram impostos aos mesmos. Esse ganho é importante para o Taekwondo, pois demonstra um caminho, que ainda pode ser longe na visão de alguns, em tese dificultoso, mas que já possui seu início. Estes alunos se tornam apaixonados pela arte marcial, e as levaram para o resto de suas vidas como um marco de mudança considerável, por extremo desejo não abandonaram pois entenderam que foi através deste, ao qual obtiveram novas habilidades e conquistas.

Bibliografia:

KOS, OLGA. *Instituto Olga Kos Inclusão Cultural*. **Revista Karatê e Taekwondo Esporte é Inclusão.** p. 04 – 25, Out 16

KOS, OLGA. *Instituto Olga Kos Inclusão Cultural*. **Revista Taekwondo Saúde. Caminho para Inclusão.** p. 08 – 16; 26 – 30, Abr 15

CARAZZATO JG. *Atividade Física na Criança e no Adolescente*. Em Ghorayeb N & Barros T. O Exercício. Ed. Atheneu. 1999.

EDUCA MAIS BRASIL. *Taekwondo – Arte Marcial de Origem Coreana.* Disponível em: < https://www.educamaisbrasil.com.br/enem/educacao-fisica/taekwondo> Acesso em 15/11

CHO, MING SANG. **A vida do introdutor do Taekwondo no Brasil.** São Paulo; p. 72 – 73, 2013

Departamento Científico de Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento. **Transtorno do Espectro do Autismo**. p. 01 – 12; Abr 2019

TÉDDE, SAMANTHA. *CRIANÇAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL: A APRENDIZAGEM E A INCLUSÃO.* São Paulo; p. 19 – 25, 2012.