

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

XIV Salão de Extensão

PREPARAÇÃO FÍSICA PARA DEFICIENTES VISUAIS - 2013

ÁREA TEMÁTICA: Esporte Lazer e Saúde.

COORDENADOR: Prof. Dr. Alexandre Velly Nunes

COORDENADOR ADJUNTO: Prof. Darci Barnech Campani

APRESENTADOR: Marcelo de Paula Moraes

O Projeto Preparação Física para Deficientes Visuais visa o atendimento aos atletas dos esportes de combate da UFRGS, em especial aos Deficientes Visuais que representam a UFRGS e a ACERGS em eventos regionais e nacionais e que desejam programar e/ou executar a sua preparação física.

O Projeto é parte componente do projeto “XXIV EDIÇÃO - BUGRE LUCENA – 2013 – Inclusão Social através do Judô – crianças e adolescentes em situação de risco, deficientes visuais e menores infratores”, funcionando como complemento aos treinos técnicos dos alunos/atletas.

Como participantes das equipes de Judô e Jiu-jitsu da UFRGS/ACERGS, filiados às suas respectivas federações, esses alunos/atletas representam a Universidade e a ACERGS em competições de nível regional, nacional e internacional. Portanto, fez-se necessário programar um trabalho de preparação física específico para competidores de judô e jiu-jitsu brasileiro, portadores de deficiência visual, a fim de proporcionar melhoria de seu desempenho nesses eventos.

Este projeto busca proporcionar aos atletas um acompanhamento específico e individualizado de cada um para a melhoria de seu desempenho e estabelece uma metodologia específica para que os deficientes visuais possam participar e se integrar com os demais atletas destas modalidades.

A turma não é fechada somente para deficientes visuais, há também a participação de judocas videntes nos treinamentos, com a finalidade de promover a inclusão e exercitar o Jita Kyohei (conhecimento mútuo). O atendimento acontece junto ao Dojô da ESEF onde existe uma estrutura completa de musculação e monitores qualificados para a orientação dos programas e que atuam sob a supervisão do coordenador do projeto. Conta ainda com o apoio do Laboratório de Pesquisa do Exercício (LAPEX) da Escola de Educação Física.

A turma de 2013 é composta de alunos de diversas graduações, tendo em seu grupo alunos de faixa branca (1º grau) até faixa verde (6º grau). Alguns alunos já

tiveram experiência de competição, disputando categorias especiais e também categorias abertas.

Além disso, na integração com a graduação, o Projeto tem por objetivo servir de base para trabalhos, monografias e vivências, contribuindo para estudos na área de esportes paraolímpicos.

Os resultados podem ser conferidos nos seguintes aspectos:

- Análise das dificuldades dos atletas;
- Os atletas progrediram na execução do programa de treinamento;
- Os atletas apresentaram melhoria no desempenho em competições.
- Integração com o Projeto Bugre Lucena;
- Participação nos Jogos Inclusivos;
- Participação em competições de nível nacional;
- Participação em competições da Federação Gaúcha de Judô.