

BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA CRIANÇAS CADEIRANTES

Everton Kintof da ROCHA¹
Felipe da Silva LIMA²
João Aldo ZANACHI³
Alírio Gonçalves da SILVA⁴

RESUMO

INTRODUÇÃO: O presente trabalho abordou o tema atividades físicas para crianças cadeirantes, onde essas pessoas apresentam questões particulares quanto a saúde e a segurança. É fundamental tratar esses alunos como uma pessoa normal, que necessitam apenas de algumas adaptações físicas e estruturais para melhor se adaptar ao ambiente. Com esse questionamento identifica-se que a atividade física de forma planejada visa aumentar ou manter os níveis de força muscular, resistência, além de contribuir para o aumento da auto-estima, confiança e o bem estar psicológico de crianças cadeirantes. **OBJETIVO:** O objetivo deste trabalho foi analisar os níveis de exercícios para adquirir força e resistência das crianças cadeirantes que praticam atividades físicas. **METODOLOGIA:** A metodologia utilizada para o desenvolvimento deste trabalho foi a de revisão bibliográfica. **RESULTADO:** com ênfase na compreensão da importância destas atividades para o desenvolvimento de força e resistência ao cadeirante, quando se trata daqueles que praticam atividades físicas, o cuidado deve ser especializado. Sendo assim, a definição de resistência, sua função, as preocupações das escolas com esses alunos, a maneira de estimulá-los é identificada pela capacidade que o corpo tem de desenvolver um movimento por um determinado tempo. A escola deve estimular outras buscas, novos conhecimentos dando ênfase em outros sentidos do prazer, através de um trabalho disciplinar com foco maior na força e na resistência. **CONCLUSÃO:** Com a pesquisa realizada pode-se concluir que sem a força e resistência básica, os alunos com essa deficiência certamente não conseguiriam se coordenar, entretanto se faz necessário o estímulo das atividades físicas, pois estas têm importância significativa para que as crianças consigam se movimentar, e com isso reduzindo também o número de crianças emocionalmente abaladas, e consigam ter estabilidade, confiança na locomoção dos membros superiores com melhoria de força e resistência, influenciando de forma persistente no desenvolvimento do aprendizado do aluno.

Palavras-chave: Força. Resistência. Cadeirantes.

¹ evertonkintof@gmail.com

² lipe.s.lima@hotmail.com

³ jzanachi@gmail.com

⁴ alriogoncalvesdasilva@yahoo.com.br