

# **A experiência das práticas esportivas para crianças e adolescentes com superdotação/altas habilidades - um relato de experiência do Projeto de Extensão HEAD**

**Anna Gabriela Valeriano dos Santos<sup>1</sup>**

**Layza Rodrigues Costa<sup>2</sup>**

**Luísa Scalzo Palhares Matter<sup>3</sup>**

**Sâmara Garcia de Barros Ferreira<sup>4</sup>**

**Karina Fideles Filgueiras<sup>5</sup>**

## **RESUMO**

Este documento é um relato de uma experiência desenvolvida pelos extensionistas do projeto HEAD, “Enriquecimento da Aprendizagem para Desenvolvimento de Habilidades - HEAD”, fundado em 2007, cujo objetivo é elaborar atividades e gerar experiências para crianças com altas habilidades/superdotação. As tarefas apresentam traços únicos, destinados para cada área de interesse. As propostas foram elaboradas no mês de outubro do ano de 2022, aplicadas às segundas-feiras, nos turnos da manhã e da tarde. Os exercícios praticados desenvolveram e propiciaram não apenas habilidades sociais, mas também orientaram as crianças do projeto sobre a importância da prática da atividade física ao ar livre, além de demonstrar que elas podem ser desafiadoras e divertidas. Tal projeto foi importante também para os discentes da área da fisioterapia, pois eles puderam concluir que as crianças realmente precisam de oportunidades que as incentivem a sair de seu próprio espaço e a descobrir novos interesses e novos métodos de socialização. Esse processo contribui para ambos os grupos, discentes e crianças, no sentido de propiciar a diminuição da insegurança e da dificuldade de não se adaptarem a contextos sociais específicos.

**Palavras-chave:** crianças; superdotação; altas habilidades; exercícios físicos; fisioterapia.

## **The experience of sports practices for children and adolescents with giftedness/high abilities - an experience report from the HEAD Extension Project**

## **ABSTRACT**

This document is a report of an experience developed by the extension workers of the HEAD project, "Enrichment of Learning for Skill Development - HEAD," founded in 2007, whose goal is to create activities and generate experiences for gifted children. The tasks feature unique elements tailored to each area of interest. The proposals were formulated in the month of October in the year 2022, and they were implemented on Mondays, during both morning and afternoon sessions. The practiced exercises not only fostered social skills but also guided the project's children on the importance

---

<sup>1</sup> Graduanda em fisioterapia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. E-mail: annvsant@gmail.com.

<sup>2</sup> Graduanda em fisioterapia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. E-mail: layzarc123@gmail.com.

<sup>3</sup> Graduanda em fisioterapia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. E-mail: luisascalzo21@gmail.com.

<sup>4</sup> Graduanda em fisioterapia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. E-mail: mu14gbs@gmail.com.

<sup>5</sup> Doutora em Educação pela FaE/UFMG. Professora Adjunto IV da Faculdade de Psicologia da PUC Minas. E-mail: kfideles@hotmail.com.

of engaging in outdoor physical activities, in addition to demonstrating that these activities can be both challenging and enjoyable. This project was also significant for students in the field of physiotherapy, as they were able to conclude that children truly require opportunities that encourage them to step out of their own space and discover new interests and methods of socialization. This process contributes to both groups, students and children, in terms of reducing insecurities and the difficulty of adapting to specific social contexts.

**Keywords:** children; giftedness; high abilities; physical exercises; physical therapy.

## 1 INTRODUÇÃO

O projeto de extensão HEAD, Enriquecimento da Aprendizagem para o Desenvolvimento de Habilidades, da PUC Minas, é destinado a crianças com características de altas habilidades/superdotação ou que demonstram grande interesse em aprender. O objetivo do HEAD é propiciar o enriquecimento curricular, de acordo com o interesse dos beneficiários, por meio de encontros e oficinas. A equipe do projeto HEAD é composta atualmente por uma professora coordenadora, 15 alunos extensionistas e 62 crianças participantes.

A Política Nacional de Educação Especial define as crianças com altas habilidades/superdotação como sendo:

[...] educandos que apresentarem notável desempenho e elevada potencialidade em qualquer dos seguintes aspectos, isolados ou combinados: capacidade intelectual geral; aptidão acadêmica específica; pensamento criativo ou produtivo; capacidade de liderança; talento especial para artes e capacidade psicomotora.

Existem diferentes formas de expressão dessas altas habilidades/superdotação, além de elas poderem surgir em momentos específicos (Fleith, 1999). Crianças com AH/SD mostram alto desempenho em diversas áreas do conhecimento, além de capacidade psicomotora e intelectual, diferenciando-se assim das demais pessoas (Schipper, 2020, p.14). Outra característica das crianças com AH/SD é a precocidade, que, de acordo com Winner (1996), permite que tenham maior facilidade em aprender e progredir em determinados temas, se comparadas a seus pares etários (Oliveira *et al.* 2021). No entanto, também fazem parte do cotidiano de algumas dessas crianças, características que podem comprometer seu desempenho e que, por isso, devem ser levadas em consideração, como a dificuldade na interação social (Costa *et al.* 2022). Sendo assim, as habilidades e o perfil físico, mental e emocional das crianças participantes do projeto HEAD são variadas.

Entretanto, observa-se em grande parte delas sinais de ansiedade e preocupação excessiva, nos fatores que contribuem para o déficit da autoestima, o isolamento social e os hábitos de vida deletérios, como alimentação inadequada e exposição excessiva ao uso de telas.

Diante disso, é relevante construir métodos que minimizem as questões sociais e emocionais que podem ser prejudiciais para o desenvolvimento psicossocial do público infanto-juvenil com AH/SD. A exemplo, a prática esportiva lhes é fundamental, visto que o exercício físico, proposto de forma lúdica, proporciona experiências de trabalho em equipe, expõe a criança a situações de vitórias e derrotas, cujo efeito é a redução do medo de errar, aumento da interação e a criação de um ambiente participativo e dinâmico (Lazzoli, 1998).

Sendo assim, o objetivo deste relato de experiência é apresentar as atividades que foram elaboradas no complexo esportivo da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC Minas), pelos estudantes do curso de Fisioterapia, extensionistas do projeto de extensão HEAD.

## **2 METODOLOGIA**

Este estudo é um relato de experiência, desenvolvido por discentes do curso de Fisioterapia, extensionistas do projeto HEAD, da PUC Minas, destinado a crianças de 7 a 13 anos de idade, com características de alta habilidade/superdotação ou que demonstram grande interesse em aprender. Um dos seus objetivos é propiciar o enriquecimento curricular, de acordo com o interesse dos beneficiários, por meio de encontros e oficinas de conhecimento. A equipe é composta, atualmente, por uma professora coordenadora, 15 alunos extensionistas e 62 duas crianças participantes, divididas entre os turnos matutino e vespertino, de forma *online*, atendendo a crianças de todo o Brasil, e presencial, com crianças da região de Belo Horizonte (MG).

As atividades propostas foram elaboradas no mês de outubro de 2022 (Quadro 1), aplicadas às segundas-feiras, manhã e tarde, no Complexo Esportivo da PUC Minas. A pertinência desse espaço para o projeto está em que, inaugurado no ano de 1977, está localizado dentro do campus Coração Eucarístico e tem, entre seus propósitos, não ser apenas uma estrutura física de lazer, mas um centro gerador de projetos de esporte, qualidade de vida e conhecimento.

No primeiro turno, um extensionista do curso de Fisioterapia ficou responsável por organizar as tarefas jogo da velha e vôlei sentado, denominados aqui Jogo 1 e Jogo 2 respectivamente.

Quadro 1 - As atividades, o espaço, os materiais necessários do Complexo Esportivo da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC Minas) e a duração:

Atividade	Espaço a ser utilizado	Materiais necessários do complexo	Duração
Jogo da Velha	Espaço Amplo	10 cones (5 de cada cor).	15 minutos
Vôlei Sentado	Espaço Amplo	1 bola e 6 cones	10 minutos
Caça ao Tesouro	Espaço Amplo (necessário para montar as pistas)	Objetos: tampinhas, fitas pente de cabelo e porta joias.	30 minutos
Vôlei Guiado	Quadra de vôlei	1 bola de vôlei, Lenço ou Toalha	20 minutos

Fonte: (acervo dos autores.)

O jogo da velha teve a duração de 15 minutos, foram utilizados dez cones (cinco de cada cor) posicionados na quadra de futebol. As oito crianças foram divididas em duas equipes de quatro. Estrategicamente, os cones laranjas e pretos tinham como função serem o círculo e o X. As equipes jogarem em sequência.

Imagem I - Apresentação do Jogo da Velha;



Fonte: (acervo dos autores)

O vôlei sentado durou dez minutos, também com a divisão do grupo em duas equipes de quatro. Para cada uma foi entregue uma bola e seis cones. O roteiro consistia em as crianças passarem a bola uma para a outra, sentadas no chão da quadra. Os cones faziam o papel das redes de vôlei. Sendo assim, caso a bola batesse em um desses cones, a equipe adversária marcaria um ponto e, se a criança de uma equipe não conseguisse pegar a bola e a deixasse cair no chão, a equipe rival ganharia pontos.

Pela observação das atividades, percebeu-se que houve mais facilidade na montagem das estratégias do jogo da velha. Inversamente, houve mais interação no decorrer do vôlei sentado, visto que, nesse jogo, a preocupação era cada participante passar a bola um para o outro sem deixá-la cair.

Dessa forma, a segunda atividade promoveu o exercício da coragem e da força necessárias. As crianças pensaram em estratégias de atuação durante o jogo e acabaram usufruindo com prazer da atividade, sem competirem com a equipe adversária. Em suma, todas as crianças gostaram mais da segunda atividade do que a primeira, o que se pôde verificar pela sua reação: o tempo estava quase acabando e não queriam parar de brincar.

Imagem II - O Jogo do Vôlei Sentado;



Fonte: (acervo dos autores.)

No turno da tarde, dois extensionistas do curso de Fisioterapia ficaram encarregados de elaborar as atividades caça ao tesouro e vôlei guiado, visando ao trabalho em equipe, a propriocepção, a estratégia, a coordenação, a escuta afetiva e o dinamismo. A duração da primeira foi de 30 minutos, com o uso de objetos como tampinhas, fitas, pente de cabelo e porta joias. A segunda durou 20 minutos, e os materiais usados foram bola de vôlei, lençol ou toalha.

O caça tesouro proposto pelas estudantes diferencia-se do habitual, devido às características das pessoas com AH/SD de déficits nas áreas sociais e/ou emocionais, como o isolamento social, o distanciamento do grupo de pares, a sensação de ser diferente, a inadaptação ao contexto social, a insegurança, a raiva por não atingir a perfeição. Os sentimentos são de inadequação, ideação suicida, baixa autoestima, depressão, ansiedade, irritabilidade, hostilidade, com comportamento agressivo e impulsivo (Oliveira *et al.*, 2021).

Sendo assim, o caça tesouro teve início com a divisão as crianças em dois grupos. Em seguida, houve uma atividade competitiva entre eles, de forma que a equipe vencedora esconderia os “tesouros”, e a outra equipe tentaria achar. Observou-se que essa atividade estimulou a interação social das crianças (na medida em que eles trabalhavam juntos para realizar o que foi proposto), bem como a aceitação à frustração de que nem sempre é possível ganhar.

Imagens III - A atividade competitiva



Fonte: (acervo dos autores.)

Imagens IV - A atividade do caça ao tesouro



O vôlei guiado teve como objetivo promover o desenvolvimento de propriocepção, estratégia, coordenação e principalmente trabalho em equipe, iluminados pelo pensamento de Cohen e Lotan (2017, p. 39):

Quando recebem uma tarefa para o grupo, solicita-se aos alunos que dependam uns dos outros. Eles agora são responsáveis não apenas pelo seu próprio comportamento, mas pelo comportamento do grupo e pelo resultado dos esforços de todos.

Dessa forma, o objetivo do jogo era fazer com que houvesse socialização entre as crianças que não se conheciam ou que não tinham muita afinidade entre si. Para isso, os extensionistas utilizaram alguns materiais (lençol, bola) e formaram duas equipes (vermelha e branca) com seis crianças. Em seguida, houve os seguintes passos: cada equipe foi orientada a segurar as bordas de cada lençol; foi colocada a bola em um dos lençóis; a equipe em posse da bola deveria lançá-la para a outra equipe. A missão era conseguir colocar a bola no lençol da equipe adversária. Toda vez que uma das equipes conseguia atingir o lençol da adversária, marcava um ponto. Se a bola caísse no chão, não era ganhava pontuação. Para recomeçar, a bola era reposta no lençol da equipe que havia ganhado ponto.

Durante a partida, os grupos de um lado e do outro tiveram duas vidas (caso um deles não conseguisse pegar a bola arremessada pelo rival e a deixasse cair no chão do seu lado do campo,

perderia uma vida). Se um grupo perdesse as duas vidas, o adversário ganharia, porém, se os dois perdessem as duas vidas, o placar ficaria em empate.

Imagem V

Explicando às equipes o objetivo do vôlei guiado



Fonte: (acervo dos autores.)

Imagem VI - Iniciando o jogo.



### 3 DISCUSSÃO

As atividades realizadas no projeto HEAD tiveram como objetivo também aprimorar o trabalho em equipe, desenvolver o raciocínio, a agilidade, a estratégia, a escuta afetiva e a concentração, além de fornecer experiências agradáveis em ambiente externo, de forma lúdica, como forma de instigar as crianças a adotar a prática de atividades físicas.

Algumas crianças com AH/SD e com altas expressões de criatividade demonstram baixa autoestima e baixa aceitação social. A baixa autoestima e a baixa aceitação social na fase infanto-juvenil podem influenciar negativamente o desempenho escolar, além de prejudicar o desenvolvimento social, o que, a longo prazo, promove efeitos socioemocionais negativos na fase adulta (Kroesbergen, 2015). Vários estudiosos se debruçam sobre o problema e já há registro de que o exercício físico é uma ferramenta excepcional no aumento da autoestima em crianças e adolescentes, uma vez que proporciona experiências de trabalho em equipe, expõe a criança a situações de vitórias e derrotas, criando um ambiente de socialização e interação (Lazzoli, 2015).

Além disso, a prática contínua de atividades físicas agradáveis e de acordo com o gosto do público tem o efeito de melhorar as habilidades de comunicação, auxiliar no desempenho escolar, melhorar o humor e reduzir o estresse, a ansiedade e a depressão. No entanto, é necessário que as crianças sejam estimuladas e orientadas quanto à adoção e continuidade da prática (Ministério Da Saúde, 2021).

Relacionado à questão que relatamos, há um outro fator que pode ser preocupante: a obesidade infantil. Ela pode surgir devido: a) à diminuição do nível de atividade física, provavelmente motivada pelas formas atuais de recreação das crianças, de comportamento cada vez mais sedentário; b) ao fácil acesso a alimentos hipercalóricos; c) ao forte componente emocional (Pinheiro, 2022).

A obesidade é considerada um problema de saúde pública, por quase sempre estar relacionada a um grande número de situações patológicas, nas quais se incluem disfunções do aparelho locomotor (Kiess, 2001), pois o tecido ósseo remodela-se de acordo com a carga exercida sobre ele e, portanto, durante a infância, quando os ossos possuem maior quantidade de colágeno e por isso são mais flexíveis, ficam mais tolerantes à deformação plástica e menos resistentes à compressão. Assim, quando há um aumento da sobrecarga, os indivíduos em fase de crescimento são mais susceptíveis às deformações.

Sabe-se que, em indivíduos com peso normal, a maioria das articulações da extremidade inferior é exposta a uma força de reação de aproximadamente três a seis vezes maior durante a locomoção. Em consequência disso, os indivíduos obesos experimentam maior sobrecarga em suas articulações que os indivíduos com peso normal (Wearing, 2006). Assim, é evidente que a prática de exercícios em crianças e adolescentes é de extrema importância para a manutenção da saúde e para que se evitem outros problemas dela decorrentes. Assim, como as demais crianças atualmente revelam preferência por atividades que envolvam os usos das telas, como técnicas de programação, jogos, entre outros, no caso das propensas à obesidade, isso é um fator que merece atenção quando relacionado à saúde física.

O quadro de informações até aqui apresentado ilustra como as atividades praticadas tiveram como intencionalidade desenvolver e propiciar não apenas habilidades sociais, como também de orientar as crianças quanto à importância da prática da atividade física ao ar livre, além de demonstrar pelo próprio desempenho, como ele pode ser desafiador e divertido. Dessa forma, a atividade física, sendo exercida de maneira estimulante, pode promover efeito positivo na adoção de práticas saudáveis pelas crianças, cujo estímulo será mais benéfico, se precoce. Assim, como as atividades estão associadas à melhora da saúde física e mental e ao desenvolvimento de habilidades socioemocionais, são diminuídos fatores deletérios para a vida das crianças. Sendo assim, a atividade física deve ser incorporada ao cotidiano infantil, de forma que haja uma substituição do comportamento sedentário pela adoção de uma vida saudável (Ministério da Saúde, 2021).

Ao final das atividades, as crianças participantes relataram que gostaram da dinâmica e pediram que houvesse mais encontros como esse. Algumas disseram que já poderia ter havido outras atividades além das que foram realizadas. Portanto, foi possível perceber a importância do estímulo

e das atividades voltadas para o interesse dessa faixa etária com as suas características peculiares, o que sugere que seja propiciada a adoção de atividades físicas em suas rotinas.

As autoras deste estudo construíram atividades que levassem a essa análise das crianças, tarefas que as estimulassem, principalmente de forma cognitiva, tendo em vista que elas gostam de desafios. Foi trabalhado, assim, sua intelectualidade, sua condição física e social, por meio do incentivo da adoção de práticas de atividades físicas ao ar livre.

#### 4 CONCLUSÃO

Todos os agentes do projeto gostaram muito das atividades realizadas e de todo o conhecimento trocado entre monitores e crianças participantes. Destacamos a importância de trabalhar com assuntos e dinâmicas que estimulem as crianças com AH/SD no desenvolvimento das habilidades, principalmente as sociais, que, como apontado anteriormente, ainda pode ser um empecilho no seu crescimento. Sendo assim, as atividades foram trabalhadas de forma que estimulassem o seu crescimento pessoal. Além disso, os discentes concluíram que as crianças realmente precisam de oportunidades que as incentivem a sair de seu âmbito social e familiar e a descobrir novos interesses e *hobbies*, o que promove a diminuição de sensações prejudiciais como insegurança, irritabilidade e dificuldade de não se adaptarem a contextos sociais específicos.

Portanto, para o grupo de trabalho no projeto de extensão HEAD, Enriquecimento da Aprendizagem para o Desenvolvimento de Habilidades, da PUC Minas, mantém-se o sentimento de gratidão e a sensação de missão cumprida, com a certeza de que nos dedicamos, com a reciprocidade entre o conhecimento adquirido e repassado.

#### REFERÊNCIAS

- BRANDALIZE, M. *et al.* **Alterações ortopédicas em crianças e adolescentes obesos.** Fisioter. Mov., Curitiba, v. 23, n. 2, p. 283-288, abr./jun. 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/fm/a/k9wJFqtXFCqkyK5KDFdQXgf/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 25 nov. de 2022.
- BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Especial. **Saberes e práticas da inclusão: desenvolvendo competências para o atendimento às necessidades educacionais especiais de alunos com altas habilidades/superdotação.** 2. ed. Brasília: MEC/ Secretaria de Educação Especial, 2006.

BRAZ. P. *et al.* **Enriquecimento para um aluno com altas habilidades/superdotação na educação infantil. Enriquecimento para um aluno com altas habilidades/superdotação na educação infantil.** [s. l.], p. 1-19, 28 jan. 2022. DOI <https://dx.doi.org/10.24109/2176-6681.rbep.102i262.4448>. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/rbeped/a/JdVfMxMvZpVt9q4ZxnLyFvN/?lang=pt#>>. Acesso em: 25 nov. 2022.

COHEN. E. *et al.* **Planejando o trabalho em grupo: estratégias para salas de aula heterogêneas.** Penso, Porto Alegre, 3. ed. Porto Alegre, 2017.

COSTA. M.M. *et al.* **Crianças com altas habilidades/superdotação: revisão sistemática.** 72 Revista Brasileira de Educação. Especial. Bauru, v.28, 0121, p.71-88, 2022.

FLEITH. D. S. **Psicologia e educação do superdotado: Definição sistema de identificação e modelo de estimulação.** Cadernos de Psicologia da SDP. Vol. 5, nº1, 37-50, 1999.

KROESBERGEN. E. H. *et al.* **The psychological well-being of early identified gifted children.** Gifted Child Quarterly, v.60, n.1, 16-30, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1177/0016986215609113>.

LAZZOLI. J. K. A. *et al.* **Atividade física e saúde na infância e adolescência.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte [online]. v.4. n.4, 107-109. 1998. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1517-86921998000400002>.

OLIVEIRA. A.P. *et al.* **Habilidades Sociais e Problemas de Comportamento de Crianças com Altas Habilidades/Superdotação.** Psicologia: Ciência e Profissão. v.41, p.1-17, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003219590>.

SCHIPPER. C.M. *et al.* **Altas habilidades/ superdotação: conceito Ensino da Pessoa com Altas Habilidades/Superdotação.** Porto Alegre, Grupo A Educação S. A, 2019, p.13-17. E-book. ISBN 9786581492939.

PINHEIRO.P. **Obesidade infantil: causas, riscos e como evitar.** MD.Saúde. Disponível em: <<https://www.mdsaude.com/pediatria/obesidade-infantil/>>. Acesso em: 01/12/2022.