



## REFLEXÕES SOBRE OS MOTIVOS DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA POR DEFICIENTES VISUAIS

Ana Claudia Soares<sup>1</sup>, ANTUNES, Fabiana Ritter<sup>2</sup>

Resumo: A adesão á programas de atividade física vem ganhando cada vez mais destaque no processo de desenvolvimento humano dos sujeitos, se relacionando de maneira direta com o elo que tange a busca pela qualidade de vida. Os benefícios atrelados à prática de atividades físicas são diversos e se representa de maneira natural na vida dos indivíduos, independente de suas necessidades ou individualidades específicas. No sentido de compreender um pouco sobre as potencialidades das atividades físicas e sua relação na vida das pessoas com deficiência é que se desenvolve esse artigo. O interesse por essa temática se detém á ideia de quase um total da população do país conhece ou se relaciona com pessoas que apresentam algum tipo de deficiência ou mobilidade reduzida. O objetivo do artigo é desempenhar reflexões sobre os motivos da prática de atividade física por deficientes visuais. O mesmo teve como base a busca de dados em referências nacionais e internacionais obtidas de diversas plataformas de pesquisa científica, dentre elas, SciELO, Google Acadêmico, Periódicos da CAPES entre outros. Sua compreensão segue a lógica de atender as necessidades e interesses dessas pessoas a fim de impulsiona-los a prática de algum tipo de atividade física. Em termos gerais a deficiência visual se apresenta com a maior incidência entre as demais classes de deficiências correspondendo a um total de 18,8% da população brasileira com perda total ou parcial da visão. Os benefícios atrelados à prática de atividades físicas apresentam-se entre os mais variados e relevantes, entre eles se enquadram benefícios de aspectos físicos, sociais e afetivos, correspondentes de acordo com à individualidade de cada um. Um dos maiores desafios de trabalhar com pessoas com necessidades especiais é a maneira de enxerga-las, ou seja, a deficiência não pode ser administrada como a maior característica do sujeito, mas sim mais uma individualidade de sua totalidade. A pesquisa apontou que ao conhecer os aspectos que motivam os deficientes visuais a participarem de programas de atividades físicas, é possível criar, ampliar, qualificar e significar estas atividades para eles. Sendo assim, esses conhecimentos oferecem subsídios para se articular á programas e ações já existentes para esse público no sentido de aprimora-las. É importante elencar que a prática acarreta diretamente no âmbito dos benefícios sociais das pessoas com deficiência visual se destacando em três importantes aspectos motivacionais, seriam eles: a saúde e bem-estar, a qualidade de vida e a sociabilidade. Esses entre outros aspectos apresentam-se como importantes papeis motivacionais aos indivíduos com deficiência, uma vez que têm como objetivo melhorar o aspecto de vida, oportunizando á eles novas experiências.

**Palavras-Chave:** Atividade Física. Deficiência Visual. Motivação.

<sup>1</sup> Acadêmica do 9º semestre do Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – UNIJUÍ.

<sup>2</sup> Ma professora do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIJUÍ. Doutoranda em Educação nas Ciências pelo Programa de Pós-Graduação da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – UNIJUÍ- RS.