

A IMPORTÂNCIA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS COM TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE (TDAH)

THE IMPORTANCE OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN THE DEVELOPMENT OF CHILDREN WITH ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)

LA IMPORTANCIA DE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EL DESARROLLO DE NIÑOS CON TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD (TDAH)

Núbia Pereira Santos

Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes
E-mail: nubiapsantoss@gmail.com

Paulo Vitor Antunes Fonseca

Escola Estadual Benjamin Versiani dos Anjos
E-mail: paulovitoraf@hotmail.com

Betania Maria Araujo Passos

Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes
E-mail: betania.passos@ead.unimontes.br

RESUMO

O transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é um transtorno neurobiológico comum que afeta tanto crianças quanto adultos. Existem três principais tipos de sintomas associados ao TDAH: Desatenção, hiperatividade e impulsividade. O presente estudo tem como objetivo discutir sobre a importância das aulas de educação física para crianças com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), nos aspectos afetivo-social, cognitivo e motor. Como metodologia utilizamos a revisão bibliográfica. O estudo se insere na pesquisa. As crianças com TDAH podem ter dificuldades em manter o foco em tarefas, serem inquietas, terem dificuldades em esperar a vez e agir impulsivamente. A Educação e conscientização sobre o TDAH são importantes para reduzir o estigma associado ao transtorno. Muitas vezes, as crianças com TDAH têm talentos e habilidades únicas, e a compreensão dessas diferenças podem contribuir para um ambiente mais inclusivo nas aulas de Educação Física. A Educação Física desempenha um papel significativo, pois ajuda no foco e concentração, desenvolve habilidades sociais, estabelece rotina e aumenta a autoestima dessas crianças. Além de ajuda a melhorar a atenção, concentração, autonomia e regulação emocional, que são áreas de desafio para crianças com TDAH. A prática de atividades físicas nas aulas estimula a liberação de neurotransmissores, como a dopamina, que podem ajudar a reduzir os sintomas do TDAH. Os conteúdos desenvolvidos nas aulas de Educação Física para esses indivíduos podem incluir atividades que demandem coordenação motora, equilíbrio e concentração, como ioga, atividades com bolas e cordas, dança e esportes que exigem foco, como tênis ou xadrez. Jogos cooperativos, atividades em grupos também podem ser benéficas, pois ajudam a desenvolver habilidades sociais e interação com os colegas. Portanto as aulas de Educação Física, contribuem para a redução dos sintomas nas crianças com TDAH, no entanto, é importante adaptar práticas pedagógicas das aulas de Educação Física de acordo com às necessidades individuais de cada criança com TDAH.

Palavras chave: TDAH. Aulas. Educação Física.

.ABSTRACT

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) is a common neurobiological disorder that affects both children and adults. There are three main types of symptoms associated with ADHD: Inattention, hyperactivity and impulsivity. The present study aims to discuss the

importance of physical education classes for children with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD), in the affective-social, cognitive and motor aspects. As a methodology we used a bibliographic review. The study is included in the research. Children with ADHD may have difficulty staying focused on tasks, be restless, have difficulty waiting for a turn, and act impulsively. Education and awareness about ADHD are important to reduce the stigma associated with the disorder. Children with ADHD often have unique talents and abilities, and understanding these differences can contribute to a more inclusive environment in physical education classes. Physical Education plays a significant role, as it helps with focus and concentration, develops social skills, establishes a routine and increases the self-esteem of these children. It also helps improve attention, concentration, autonomy and emotional regulation, which are areas of challenge for children with ADHD. Practicing physical activities in class stimulates the release of neurotransmitters, such as dopamine, which can help reduce the symptoms of ADHD. The content developed in Physical Education classes for these individuals may include activities that require motor efficiency, balance and concentration, such as yoga, activities with balls and ropes, dance and sports that block focus, such as tennis or chess. Cooperative games and group activities can also be beneficial as they help develop social and interaction skills with colleagues. Therefore, Physical Education classes are additional to reducing symptoms in children with ADHD. However, it is important to adapt pedagogical practices in Physical Education classes according to the individual needs of each child with ADHD.

Keywords: ADHD. Classes. Physical education.

RESUMEN

El trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) es un trastorno neurobiológico común que afecta tanto a niños como a adultos. Hay tres tipos principales de síntomas asociados con el TDAH: falta de atención, hiperactividad e impulsividad. El presente estudio tiene como objetivo discutir la importancia de las clases de educación física para niños con trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), en los aspectos afectivo-social, cognitivo y motor. Como metodología utilizamos una revisión bibliográfica. El estudio está incluido en la investigación. Los niños con TDAH pueden tener dificultades para concentrarse en las tareas, estar inquietos, tener dificultades para esperar su turno y actuar impulsivamente. La educación y la concientización sobre el TDAH son importantes para reducir el estigma asociado con el trastorno. Los niños con TDAH suelen tener talentos y habilidades únicos, y comprender estas diferencias puede contribuir a crear un entorno más inclusivo en las clases de educación física. La Educación Física juega un papel importante, ya que ayuda con el enfoque y la concentración, desarrolla habilidades sociales, establece una rutina y aumenta la autoestima de estos niños. También ayuda a mejorar la atención, la concentración, la autonomía y la regulación emocional, que son áreas de desafío para los niños con TDAH. Practicar actividad física en clase estimula la liberación de neurotransmisores, como la dopamina, que puede ayudar a reducir los síntomas del TDAH. Los contenidos desarrollados en las clases de Educación Física para estas personas pueden incluir actividades que requieran eficiencia motriz, equilibrio y concentración, como el yoga, actividades con pelotas y cuerdas, danza y deportes que bloqueen la concentración, como el tenis o el ajedrez. Los juegos cooperativos y las actividades grupales también pueden ser beneficiosos ya que ayudan a desarrollar habilidades sociales y de interacción con colegas. Por lo tanto, las clases de Educación Física son adicionales para reducir los síntomas en niños con TDAH, sin embargo, es importante adaptar las prácticas pedagógicas en las clases de Educación Física de acuerdo a las necesidades individuales de cada niño con TDAH.

Palabras clave: TDAH. Clases. Educación Física.

Apoio Financeiro Programa Institucional de Bolsas de iniciação á Docência Residência Pedagógica (RP) Bolsa CAPES/MEC.