

A IMPORTÂNCIA DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

THE IMPORTANCE OF PHYSICAL EXERCISE FOR PEOPLE WITH DISABILITIES

LA IMPORTANCIA DEL EJERCICIO FÍSICO PARA LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Leire Laura Modena Martins¹
Pâmella Calixto de Sousa²
Thaynara Pereira de Jesus Martins³
Halline Cardoso Jurema⁴

RESUMO: A pesquisa investigou a contribuição da Educação Física Adaptada (EFA) para a inclusão de pessoas com deficiência (PcD), destacando seu papel no bem-estar e integração social. Trata-se de um estudo bibliográfico baseado na análise de artigos científicos publicados entre 2020 e 2025, utilizando bases de dados como o Google Acadêmico e a metodologia PRISMA para a seleção dos estudos. Os resultados evidenciaram que a EFA promove inclusão social, desenvolvimento motor e cognitivo, além de fortalecer a autoestima e a socialização das PcD. O esporte mostrou-se fundamental na promoção da saúde mental e na redução de barreiras atitudinais. Entretanto, desafios como a falta de professores especializados, infraestrutura integrada e resistência dos docentes à adaptação das atividades ainda persistem. A pesquisa conclui que a EFA é essencial para a inclusão, mas sua efetividade depende de investimentos em capacitação docente, infraestrutura acessível e estratégias pedagógicas inclusivas. A implementação de políticas educacionais voltadas à acessibilidade pode garantir a participação ativa do PcD, contribuindo para uma sociedade mais equitativa e inclusiva.

1858

Palavras-chave: Inclusão. Educação Física Adaptada. Pessoas com Deficiência.

ABSTRACT: The research investigated the contribution of Adapted Physical Education (EFA) to the inclusion of people with disabilities (PWD), highlighting its role in well-being and social integration. This is a bibliographic study based on the analysis of scientific articles published between 2020 and 2025, using databases such as Google Scholar and the PRISMA methodology for selecting studies. The results showed that EFA promotes social inclusion, motor, and cognitive development, in addition to strengthening the self-esteem and socialization of PWD. Sports have proven to be fundamental in promoting mental health and reducing attitudinal barriers. However, challenges such as the lack of specialized teachers, integrated infrastructure, and teacher resistance to adapting activities persist. The research concludes that EFA is essential for inclusion, but its effectiveness depends on investments in teacher training, accessible infrastructure, and inclusive pedagogical strategies. The implementation of educational policies focused on accessibility can guarantee the active participation of PcD, contributing to a more equitable and inclusive society.

Keywords: Inclusion. Adapted Physical Education. People with Disabilities.

¹Acadêmica do curso de Educação Física. Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

²Acadêmica do curso de Educação Física. Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

³Acadêmica do curso de Educação Física. Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

⁴ Professora e Orientadora do curso de Educação Física. Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

RESUMEN: La investigación investigó la contribución de la Educación Física Adaptada (EFA) a la inclusión de personas con discapacidad (PcD), destacando su papel en el bienestar y la integración social. Se trata de un estudio bibliográfico basado en el análisis de artículos científicos publicados entre 2020 y 2025, utilizando bases de datos como Google Scholar y la metodología PRISMA para la selección de estudios. Los resultados mostraron que la EF promueve la inclusión social, el desarrollo motor y cognitivo, además de fortalecer la autoestima y la socialización de las personas con discapacidad. El deporte demostró ser fundamental para promover la salud mental y reducir las barreras actitudinales. Sin embargo, aún persisten desafíos como la falta de docentes especializados, infraestructura integrada y la resistencia de los docentes a adaptar las actividades. La investigación concluye que la EPT es esencial para la inclusión, pero su eficacia depende de inversiones en formación de docentes, infraestructura accesible y estrategias pedagógicas inclusivas. La implementación de políticas educativas orientadas a la accesibilidad puede garantizar la participación de las personas con discapacidad, contribuyendo a una sociedad más equitativa e inclusiva.

Palabras clave: Inclusión. Educación Física Adaptada. Personas con Discapacidad.

INTRODUÇÃO

A inclusão de pessoas com deficiência (PcD) na prática de exercícios físicos tem sido amplamente reconhecida como essencial para melhorar a qualidade de vida, saúde e bem-estar social desse grupo. Historicamente, pessoas com deficiência foram frequentemente excluídas de várias atividades, inclusive da educação física, devido à falta de infraestrutura adequada, profissionais especializados e a barreiras culturais e sociais. No entanto, o aumento da conscientização sobre os benefícios da atividade física e das modalidades adaptadas impulsionou movimentos que integram esses indivíduos em práticas que promovem autoestima, integração e saúde.

1859

A educação física adaptada (EFA) é uma ferramenta valiosa para incluir pessoas com necessidades especiais, oferecendo práticas ajustadas às limitações e capacidades de cada participante. Modalidades como natação paraolímpica, basquete em cadeira de rodas e atletismo adaptado abrem espaço para que pessoas com deficiência possam se engajar em atividades antes inacessíveis. Esse tipo de exercício não só fortalece o corpo e promove desenvolvimento motor, mas também melhora a confiança e o sentimento de pertencimento.

Além dos aspectos físicos, o exercício em grupo é importante para a inclusão social de PcD, pois possibilita interação, colaboração e construção de laços, o que contribui para a redução do estigma. A educação física inclusiva, assim, atua como agente de transformação social, promovendo um ambiente que valoriza a diversidade e acolhe as diferenças, indo além do desenvolvimento físico e incentivando uma sociedade mais justa.

Apesar dos avanços, a inclusão de PCD na educação física ainda encontra desafios consideráveis. A carência de infraestrutura, a escassez de equipamentos específicos e a ausência de políticas públicas consistentes limitam o acesso de muitos portadores de deficiência a essas atividades. Além disso, a falta de formação especializada entre profissionais da área dificulta a criação de ambientes seguros e adequados para atender de forma eficaz a essa população.

Muitos profissionais de educação física não possuem o treinamento necessário para adaptar as atividades conforme os tipos de deficiência, o que pode resultar em exclusão ou atendimento inadequado. Essa situação reforça a necessidade de investimentos em capacitação e recursos adaptados para garantir acessibilidade e verdadeira inclusão.

Este estudo visa explorar as práticas mais eficazes para promover a inclusão de pessoas com necessidades especiais, além de identificar os principais desafios e soluções propostas para superá-los. A análise de abordagens pedagógicas inclusivas e políticas públicas é crucial para desenvolver estratégias que garantam a prática de atividades físicas em condições seguras e adaptadas às necessidades específicas de cada indivíduo, assegurando um direito fundamental.

Dessa forma, a educação física inclusiva para PCD se apresenta como uma via importante para melhorar a qualidade de vida, promovendo não apenas benefícios físicos, mas também integração social e o desenvolvimento de uma sociedade que acolhe todos os indivíduos com equidade e respeito.

Logo, a escolha desse tema reflete um compromisso em promover a inclusão e o desenvolvimento de práticas acessíveis, com impacto positivo tanto para nossa formação acadêmica e profissional quanto para a sociedade e o avanço do conhecimento científico.

Com base no exposto, o objetivo da pesquisa foi investigar a contribuição da educação física para a inclusão de PCD, enfatizando como as atividades físicas adaptadas podem promover o bem-estar e a integração social desse público.

REVISÃO DA LITERATURA

EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA E INCLUSÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIAS

A EFA é um campo que visa proporcionar atividades físicas ajustadas às necessidades e capacidades de indivíduos com deficiência, promovendo a acessibilidade e a inclusão. Segundo autores como Silveira FR (2017), a EFA é fundamental para garantir que os PCD possam participar de atividades físicas em igualdade de condições, respeitando suas limitações e

potencialidades. Esse campo busca desenvolver programas de exercícios que atendam aos aspectos físicos, emocionais e sociais desses indivíduos, promovendo uma integração que impacta diretamente sua qualidade de vida.

Estudos como o de Santos AP e Silva JM (2015) destacam que a prática regular de atividades físicas adaptadas oferece inúmeros benefícios aos portadores de necessidades especiais, contribuindo para a melhora da coordenação motora, aumento da força muscular, mobilidade e equilíbrio, que são fundamentais para a autonomia. Além dos ganhos físicos, os aspectos psicológicos também são beneficiados, como a elevação da autoestima, redução do estresse e combate a sintomas de depressão e ansiedade. Esses efeitos positivos são essenciais para promover o bem-estar integral de PCD, auxiliando na superação de barreiras emocionais e sociais.

DESAFIOS E BARREIRAS PARA A INCLUSÃO E CARÊNCIA DE PROFISSIONAIS

A inclusão de PCD na prática de atividades físicas enfrenta diversos desafios, entre os quais se destacam a falta de infraestrutura adequada, a carência de recursos adaptados e a ausência de políticas públicas abrangentes. De acordo com Costa JA, Pereira LM (2018), a falta de equipamentos adaptados e espaços acessíveis limita o acesso de PCD às atividades físicas, o que prejudica a inclusão e reduz as oportunidades de participação social. Outro fator é a falta de programas específicos de formação para educadores físicos que atendam às necessidades dessa população, uma carência que impacta diretamente na qualidade do atendimento oferecido a PCD.

1861

A capacitação de profissionais da educação física para trabalhar com PCD é uma questão central na inclusão desse público em atividades físicas. Autores como Nunes EG, Oliveira RF (2019) apontam que, para uma educação física realmente inclusiva, é essencial que os profissionais possuam conhecimentos específicos sobre as adaptações necessárias, as técnicas de atendimento e as particularidades de cada deficiência. A falta de formação específica limita a capacidade de profissionais em promover atividades inclusivas, gerando um atendimento que muitas vezes não é adequado para atender as necessidades dos PCD. A formação de profissionais especializados é, portanto, fundamental para garantir a segurança e eficácia das práticas propostas, além de facilitar a criação de um ambiente acolhedor e inclusivo.

POLÍTICAS PÚBLICAS E INCLUSÃO

A promoção da inclusão de PCD na educação física é respaldada por legislações e políticas públicas que visam garantir igualdade de oportunidades e o direito ao esporte e lazer. Documentos como a Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, adotada pela ONU, e o Estatuto da Pessoa com Deficiência, no Brasil, estabelecem o acesso à prática esportiva como um direito essencial para o desenvolvimento integral dos indivíduos com deficiência. Contudo, pesquisas indicam que a implementação efetiva dessas políticas ainda é limitada e depende da conscientização social, investimentos governamentais e estruturação de programas voltados à inclusão de PCD na educação física (GOMES AMM, 2021).

A revisão da literatura evidencia a importância da EFA para promover a inclusão de PCD, ressaltando os benefícios físicos e emocionais proporcionados por essa prática. No entanto, a falta de infraestrutura adequada, a carência de profissionais capacitados e as limitações na implementação de políticas públicas representam desafios significativos (MORIYAMA AKM, SANTOS LL, OLIVEIRA MS, 2024).

A literatura sugere que o avanço da inclusão de PCD depende de investimentos em formação de profissionais, desenvolvimento de políticas mais eficazes e adaptação de espaços e equipamentos para garantir acessibilidade. Dessa forma, a EFA se apresenta como uma via não só para o desenvolvimento físico, mas também para o fortalecimento da autonomia, integração social e valorização dos portadores de necessidades especiais (AGUIAR LL, 2021). 1862

METODOLOGIA

TIPO DE ESTUDO

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, conforme Marconi MA e Lakatos EM (2017, p. 54), realizada com base em artigos científicos. Nesse sentido, essa modalidade de pesquisa utilizou-se da análise de dados já publicados sobre a temática, sem a interferência da opinião dos autores.

Logo, a pergunta norteadora foi: “Como a educação física adaptada contribui para a inclusão social e o desenvolvimento integral de PCD?” Desse modo, esta revisão possibilitou uma exploração das fontes disponíveis, contribuindo para a construção de um embasamento teórico amplo.

CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Como critérios de inclusão, foram considerados artigos publicados e disponibilizados gratuitamente na internet, bem como publicações em português, que embasassem o tema, para isso, foram selecionados artigos publicados entre 2020 e 2025. Foram excluídos estudos que tratassesem de assuntos não abordados no presente artigo científico, assim como textos em inglês, espanhol ou outras línguas estrangeiras.

BASES DE DADOS E COLETA DE DADOS

Os procedimentos metodológicos utilizados foram analisados por meio de uma lista de fontes bibliográficas relevantes. Essa lista foi elaborada a partir de artigos científicos já publicados no Google Acadêmico. Para a busca das informações coletadas, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “educação física adaptada”, “inclusão”, “PcD”, “atividade física”, “esporte”.

Esse processo facilitou a sistematização dos dados obtidos, organizando-os em torno de temas ou tópicos específicos relacionados a temática. Esses termos foram cruzados com o auxílio do operador booleano AND (*e*), utilizando o método de busca avançada a partir da categorização por título, resumo e assunto (Tabela 1).

1863

Tabela 1. Estratégia de busca utilizada na base de dados.

Base de Dados	Estratégia de Busca	Estudos Encontrados
Google Acadêmico	“educação física adaptada” AND “inclusão” AND “PcD” AND “atividade física” AND “esporte”	184

Fonte: Autoras da Pesquisa (2025).

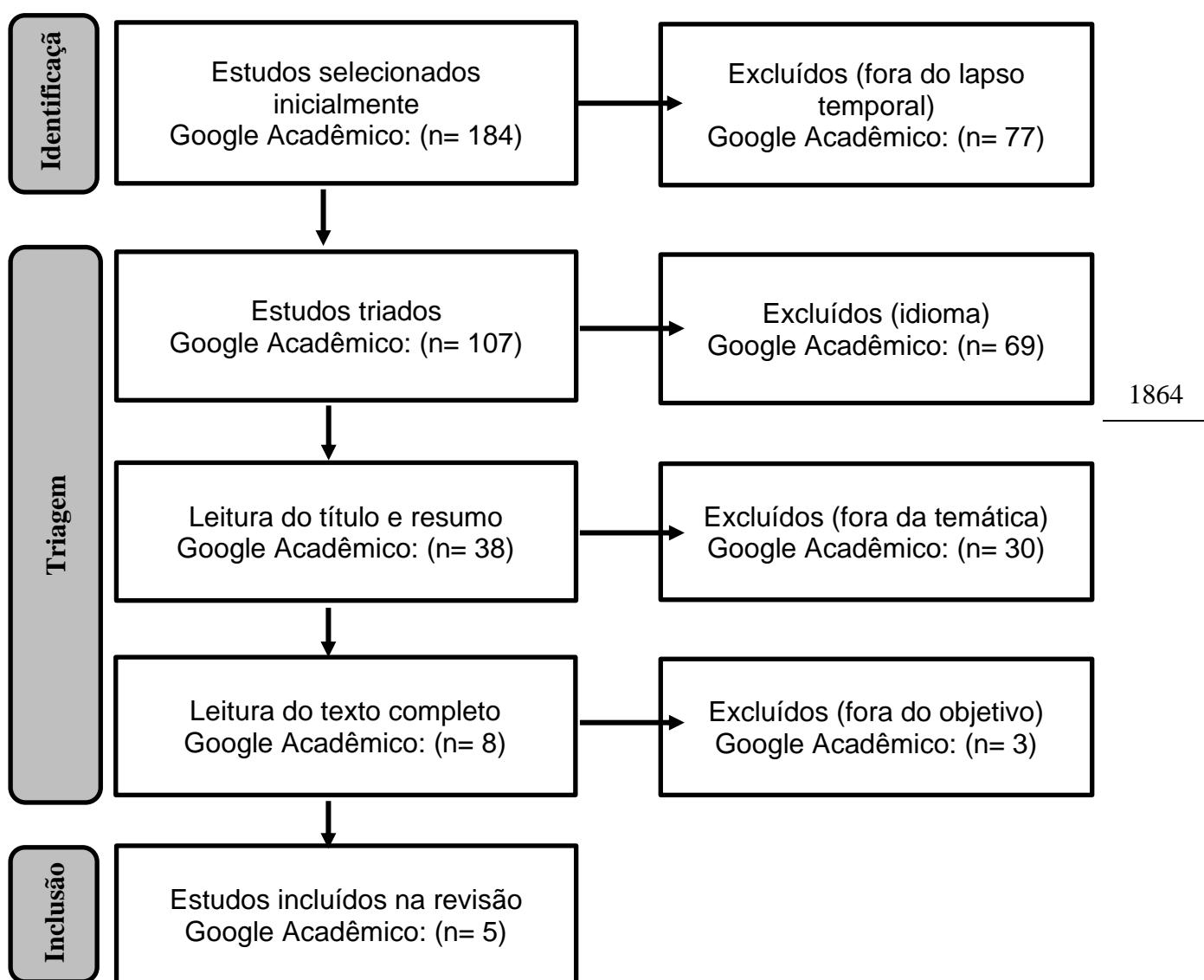
3.4 ANÁLISE DE DADOS

A análise dos dados seguiu o modelo *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). O PRISMA é reconhecido como um guia padrão que visa promover a transparência e a qualidade na apresentação de revisões (Page et al., 2023). A análise dos dados incluiu a identificação inicial de estudos relevantes na base de dados, a seleção criteriosa de estudos de acordo com os critérios pré-estabelecidos e a extração das informações relevantes para a pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na revisão foram inicialmente identificados 184 estudos relacionados ao tema investigado. Aplicando os critérios de seleção, foram excluídos 179 desses estudos (Figura 1). Assim, 5 estudos permaneceram para a análise detalhada, constituindo a base para as discussões apresentadas. A partir desses estudos selecionados, foi extraído o autor(es), ano de publicação, título e resultados principais (Quadro 1).

Figura 2. Fluxograma de seleção dos estudos.



Fonte: Autores da Pesquisa (2025).

Quadro 1. Caracterização dos estudos.

Autor(es)/Ano	Título	Principais Resultados
SILVEIRA ABA et al., (2021)	Professores de educação física escolar estão preparados para atuar com pessoas com deficiência?	Os professores possuem alunos com deficiência, se consideram capazes de atuar com esse público, mas apresentam conceitos incorretos sobre os tipos de deficiência. Utilizam adaptações nas atividades, mas a formação inicial carece de complementos, e é fundamental o conhecimento sobre adaptações pedagógicas para apoiar a inclusão.
CATUNDA FN et al., (2023)	Esporte adaptado e saúde mental: promovendo a qualidade de vida a partir de experiências vividas	O esporte adaptado vai além da atividade física, atuando como agente de transformação social e promovendo o empoderamento de pessoas com deficiência.
MINUZZI RB et al., (2023)	A contribuição da educação física adaptada para pessoas com deficiência intelectual e/ou múltipla: a percepção dos gestores de APAES	A Educação Física adaptada pode atender às necessidades das pessoas com deficiência, promovendo sua inclusão e socialização, além de fomentar a interação e o desenvolvimento físico e social.
SILVA IN; PAULA AI (2023)	Inclusão de alunos com deficiência na Educação Física. Identificando contextos, atitudes e níveis de atividade física	Baixa participação de estudantes incluídos nas aulas de Educação Física, com melhor inclusão de alunos com deficiência intelectual e surdez. O contexto das aulas e as atitudes dos professores influenciam diretamente a participação e o nível de atividade física.
AQUINO GC; RICHARTZ T (2024)	Sugestão de atividades de Educação Física adaptadas para alunos usuários de cadeira de rodas	Necessidade de aulas adaptadas para inclusão equitativa de alunos cadeirantes, garantindo participação ativa e respeitando suas singularidades.

Fonte: Autoras da Pesquisa (2025).

A EFA promove a inclusão social e o desenvolvimento integral das PCD ao possibilitar sua participação ativa nas aulas, respeitando suas limitações e potencialidades. Além de estimular o desenvolvimento motor e cognitivo, a EFA fortalece a autoestima, a socialização e o senso de pertencimento, reduzindo barreiras atitudinais. Como afirmam Aquino GC e Richartz T (2024), a inclusão nas aulas de Educação Física "não se trata apenas de adaptar a disciplina, e sim de adotar uma perspectiva educacional, valorizando a diversidade e comprometida com a construção de uma sociedade inclusiva". Assim, a EFA não só amplia

oportunidades de participação escolar, mas também impacta positivamente a qualidade de vida e a integração social das PCD.

O esporte adaptado desempenha um papel fundamental na inclusão social e na promoção da saúde mental das PCD, indo além da atividade física ao fortalecer a autoestima, reduzir a ansiedade e estimular a socialização. Catunda et al., FN (2023) destacam que "o esporte adaptado transcende a mera atividade física, assumindo o papel de agente de transformação social e promovendo o empoderamento de pessoas com deficiência". No entanto, desafios como a ansiedade pré-competição e a falta de formação específica para treinadores mostram a necessidade de maior investimento em suporte psicológico e infraestrutura. A implementação de programas de apoio à saúde mental no paradesporto é essencial para proporcionar um ambiente mais inclusivo e garantir o bem-estar dos atletas.

A EFA tem um papel fundamental na inclusão social e no desenvolvimento das pessoas com deficiência intelectual e múltipla, promovendo a interação, autoestima e habilidades motoras. A pesquisa de Minuzzi RB et al., (2024) destacam que "a EFA tem sido um importante aliado na aprendizagem das pessoas com deficiência". No entanto, a falta de professores especializados e infraestrutura adequada ainda são desafios enfrentados pelas APAEs. A ampliação da EFA pode contribuir significativamente para a autonomia e qualidade de vida dos alunos, reforçando a importância de políticas educacionais inclusivas.

1866

A inclusão de alunos com deficiência na Educação Física ainda enfrenta desafios, como falta de adaptação das atividades, resistência dos professores e barreiras atitudinais. A pesquisa de Silva IN e Paula AI (2023) revelam que "a precariedade do atendimento educacional de alunos com deficiência deve-se muitas vezes ao despreparo profissional e à falta de informação dos docentes". Apesar do baixo índice de participação, estudantes surdos e com deficiência intelectual apresentaram níveis de atividade física semelhantes aos colegas sem deficiência, evidenciando que a inclusão é possível quando há incentivo e planejamento adequado. A implementação de formação continuada para professores e estratégias pedagógicas inclusivas é essencial para garantir um ensino de qualidade e equitativo.

O estudo de Silveira ABA et al., (2021) revelam que a maioria dos professores de Educação Física se sente pouco preparada para atuar com Pessoas com Deficiência (PCD), apesar de terem estudado o tema durante a graduação. A formação acadêmica básica aborda a inclusão, mas de forma insuficiente, resultando em práticas pedagógicas limitadas e adaptação improvisada das aulas. Segundo os autores, "a formação dos professores não é suficiente para

prepará-los para atuar com PCD no ambiente escolar". Além da falta de capacitação, barreiras estruturais e metodológicas dificultam a inclusão, levando à exclusão disfarçada dos alunos com deficiência. O artigo reforça a necessidade de formação continuada, adaptação curricular e investimentos em infraestrutura para garantir uma Educação Física verdadeiramente inclusiva.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo evidencia que a EFA desempenha um papel essencial na inclusão social e no desenvolvimento integral das PCD. No entanto, ainda existem desafios significativos que impedem uma inclusão efetiva, como a falta de formação específica dos professores, barreiras estruturais e metodológicas, e a ausência de estratégias pedagógicas adequadas. Embora a maioria dos docentes reconheça a importância da inclusão e tente adaptar suas aulas, a formação acadêmica limitada e a falta de suporte das instituições escolares resultam em práticas muitas vezes ineficazes, levando à exclusão disfarçada dos alunos com deficiência.

Diante desse cenário, é fundamental investir em capacitação contínua para os professores, adaptar os currículos escolares e garantir infraestrutura acessível. Além disso, estratégias como tutoria entre pares, flexibilização de conteúdos e metodologias inclusivas podem contribuir significativamente para a participação ativa dos alunos com deficiência. Como apontam diversos estudos, a inclusão não se trata apenas de permitir a presença de PCD nas aulas, mas de garantir sua real participação, respeitando suas necessidades e potencialidades.

1867

Portanto, a EFA deve ser vista como uma ferramenta essencial para a construção de uma sociedade mais inclusiva e equitativa. Para isso, é necessário que gestores educacionais, professores e toda a comunidade escolar atuem de forma conjunta na superação de barreiras e na implementação de práticas pedagógicas acessíveis e eficazes. Somente assim será possível garantir que todos os alunos tenham as mesmas oportunidades de aprendizado e desenvolvimento, promovendo uma verdadeira inclusão escolar e social.

REFERÊNCIAS

AGUIAR LL, et al. Inclusão de tecnologias assistivas no processo de ensino e aprendizagem de pessoas com deficiência visual no Brasil no contexto do Objetivo do Desenvolvimento Sustentável. 2021. Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Campus

Araranguá, Programa de Pós-Graduação em Tecnologias da Informação e Comunicação, Araranguá, 2021.

AQUINO GC, RICHARTZ T. Sugestão de atividades de Educação Física adaptadas para alunos usuários de cadeira de rodas. *Dialogia*, 2014; 49: e24724-e24724.

BRASIL. Estatuto da Pessoa com Deficiência. Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015. Brasília, DF: Presidência da República, 2015.

CATUNDA FN, et al. Esporte adaptado e saúde mental: promovendo a qualidade de vida a partir de experiências vívidas. *Nuances: Estudos sobre Educação*, 2023; 49: e023010-e023010.

COSTA JA, PEREIRA LM. Inclusão de portadores de necessidades especiais na educação física: desafios e perspectivas. *Rev. Brás. Educ. Fís. Adaptado*, 2018; 18(3): 235-247.

FERREIRA MJ. Educação física adaptada e inclusão social: um estudo exploratório. *Rev. Inclusão*, 2020; 12(1): 45-58.

GOMES AMM. O acesso aos serviços de saúde para pessoas com deficiência: uma questão de cidadania. 2021. Dissertação [Mestrado] – Universidade Autónoma de Lisboa, Portugal.

GUIMARÃES SR, SANTOS TP. A formação de educadores físicos para o atendimento de PNE: uma revisão crítica. *Rev. Fís. Esporte*, 2019; 27(4): 310-322.

MARCONI MA, LAKATOS EM. Metodologia do trabalho científico: projetos de pesquisa/pesquisa bibliográfica/teses de doutorado, dissertações de mestrado, trabalhos de conclusão de curso. São Paulo: Atlas, 2017. 1868

MENDES AP. A importância da atividade física para pessoas com deficiência: aspectos físicos e psicológicos. *Rev. Saúde Qualid. Vida*, 2017; 15(2): 102-113.

MINUZZI RB, et al. A contribuição da educação física adaptada para pessoas com deficiência intelectual e/ou múltipla: a percepção dos gestores de APAES. Perspectiva. Diálogo: Rev. Educ. Soc., 2023; 10(22): 182-202.

MORIYAMA AKM, SANTOS LL, OLIVEIRA MS. Desafios e possibilidades na produção e disponibilização de textos digitais acessíveis para estudantes com deficiência visual no ensino superior. 2024. Dissertação [Mestrado] – Universidade Tecnológica Federal do Paraná.

NUNES EG, OLIVEIRA RF. Educação física adaptada e inclusão social: desafios para os profissionais. *J. Brás. Inclui. Educ. Fis.*, 2019; 22(5): 140-152.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência. Nova York: ONU, 2006.

PAGE MJ, et al. A declaração PRISMA 2020: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. *Rev. Panam. Saúde Pública*, 2023; 46: e112.

PEREIRA LS, SILVA FJ. Aspectos emocionais da prática de atividades físicas adaptados para pessoas de necessidades especiais. *Rev. Brás. Educ. Inclusiva*, 2016; 19(3): 200-212.

RAMOS ML. O impacto das atividades físicas adaptadas na qualidade de vida do PNE. *Rev. Brás. Incluindo*, 2018; 17(2): 89-101.

SANTANA CM, MOURA EH. Benefícios psicológicos das atividades físicas para pessoas com deficiência. *Rev. Psicol. Saúde*, 2020; 16(1): 30-42.

SANTOS AP, SILVA JM. Educação física adaptada: práticas inclusivas e acessibilidade. *Rev. Brás. Educ. Fís. Esp. Adapt.*, 2015; 20(2): 120-134.

SHERRILL C. Educação física adaptada e esportiva para pessoas com deficiência. São Paulo: Manole, 2004.

SILVA IN, PAULA AI. Inclusão de alunos com deficiência na Educação Física. Identificando contextos, atitudes e níveis de atividade física. *Palestras: Educ. Fís. Esporte.*, 2023; 28(302): 2-16.

SILVEIRA ABA, et al. Professores de educação física escolar estão preparados para atuar com pessoas com deficiência? *Rev. Sutiãs. Ativo. Motora Adapt.*, 2021; 22(1): 81-98.

SILVEIRA FR. A formação de educadores financeiros para a inclusão do PNE: desafios e perspectivas. *Cad. Educ. Inclusive*, 2017; 14(4): 87-98.

WINNICK JP. Educação física adaptada e atualizada. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2011.

ZAGO AS, ALMEIDA MR. Barreiras e potencialidades da educação física adaptada para PNE: uma revisão de literatura. *Rev. Cient. Educ. Inclui. Soc.*, 2021; 21(3): 75-86.