



**APPDA-Lisboa**

**Associação Portuguesa para as Perturbações do Desenvolvimento e Autismo**

R. José Luís Garcia Rodrigues - Bairro Alto Ajuda, 1300-565 LISBOA Telef.- 351.213616250 Fax.- 351.213616259

[www.appda-lisboa.org.pt](http://www.appda-lisboa.org.pt)

[info@appda-lisboa.org.pt](mailto:info@appda-lisboa.org.pt)

NIF-505713705



Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social  
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.

**Projeto cofinanciado pelo Programa de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P.  
Projeto nº 157/2017 “Preparem-se para o Trabalho”**

Oficinas de Psicomotricidade

## **CARACTERIZAÇÃO E DESCRIÇÃO DAS SESSÕES**

A Oficina de Psicomotricidade teve como finalidade favorecer o desenvolvimento global do participante, através de atividades lúdicas, que envolvem o movimento e o jogo corporal. A psicomotricidade assume-se assim como uma resposta essencial na intervenção com pessoas com PEA, contribuindo para o desenvolvimento do domínio do próprio corpo, principal agente no atual mundo de interações constantes. Nas dinâmicas desenvolvidas foram usadas estratégias e áreas de intervenção específicas entre as quais: o jogo, no sentido de promover a exploração motora e dos sentidos, as capacidades de pensamento e criatividade, bem como a cooperação com os pares; o desporto e condição física, para potenciar a coordenação e manipulação de objetos em movimento, assim como, competências sociais em jogos coletivos e ainda favorecer a saúde e bem-estar do participante; as terapias expressivas, com atividades rítmicas e de expressão corporal; as terapias assistidas por animais (cão), proporcionando não só aspetos afetivos e de relação, mas também a coordenação e equilíbrio; e por fim, a relaxação, possibilitando a tomada de consciência do corpo e o retorno à calma.

Com este projeto pretendeu-se assim providenciar um leque de variadas experiências e dinâmicas corporais, bem como a promoção de competências sociais na relação com o grupo, às crianças, jovens e adultos com PEA que participaram nas sessões. No final de cada sessão, foi realizada uma reflexão em família sobre o tema abordado e posteriormente representado num painel construído ao longo das sessões. Aquando o término do projeto foi



Assurance



APPDA-Lisboa



Ministério da Saúde, Solidariedade e Segurança Social  
Instituto Nacional para a Reabilitação - I.P.

### Oficinas de Psicomotricidade

entregue aos familiares uma ficha de avaliação das sessões, no sentido de receber um feedback do trabalho realizado nas oficinas.

## RELATÓRIO FINAL E AVALIAÇÃO QUALITATIVA

A oficina de Psicomotricidade decorreu nas instalações da APPDA-Lisboa, quer no ginásio, quer no jardim da instituição, em 10 sessões. Inicialmente, as sessões foram realizadas com o grupo completo com a duração de 1h30. Após a 3ª sessão, o grupo foi dividido (5 crianças/jovens + famílias em cada), tendo cada sessão a duração de 45 minutos. As sessões foram planeadas e dinamizadas pelas Psicomotricistas Helena Aniceto, Inês Neto, Inês Maria e Sara Teixeira, em sistema rotativo (duas técnicas por sessão). A oficina contou com a participação de 10 crianças/jovens/adultos, com idades compreendidas entre os 9 e os 38 anos, e respetivos acompanhantes.

Ao longo das sessões os participantes mostraram uma participação ativa no desenvolvimento das atividades, bem como uma atitude de exploração e cooperação com as solicitações das técnicas. Uma vez que se observava alguma fadiga por parte dos participantes pela longa duração das sessões (1h30), optou-se por dividir o grupo, passando a ser dinamizadas duas sessões de 45 minutos. Esta alteração proporcionou uma melhor qualidade da participação e interação dos participantes, com um aumento do tempo de atenção e permanência nas atividades. Uma das principais dificuldades sentidas no planeamento e dinamização destas sessões, diz respeito ao facto de ser um grupo muito heterogéneo, não só no que refere à idade, mas também às características individuais dos participantes. Neste sentido procurou-se explorar diferentes abordagens e temas, tentando adaptar os objetivos das atividades a cada elemento. Uma vez que as atividades foram sempre variadas e em diferentes âmbitos, as principais evoluções observadas prenderam-se com a adequação do comportamento no grupo, a interação com os restantes participantes,



APPDA-Lisboa



Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social  
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.

## Oficinas de Psicomotricidade

o tempo de permanência nas atividades e autonomia, e não tanto com o desenvolvimento de competências psicomotoras em si. Considera-se que estes ganhos podem ter um impacto positivo na inclusão destas crianças/jovens/adultos na comunidade, sendo importante dar continuidade ao desenvolvimento de projetos semelhantes. Além dos benefícios apontados para as crianças/jovens/adultos com PEA que participaram no projeto, deve salientar-se a importância que estas sessões tiveram para as famílias presentes, observando-se uma grande partilha e interação entre os participantes, trocando experiências e criando uma rede informal de apoio mútuo.

Através da análise das fichas de avaliação preenchidas pelas famílias, verificou-se que o balanço foi positivo, considerando que as sessões foram importantes para o bem estar dos participantes, proporcionando maiores níveis de interação e participação social. Salienta-se a importância da partilha, interação e apoio entre os familiares das crianças/jovens/adultos. De acordo com o feedback das famílias, conclui-se que estas oficinas são uma mais-valia para os participantes, quer crianças/jovens/adultos com PEA, quer para os seus acompanhantes. Entre outros aspetos, foi referida a importância destas atividades para compreender melhor os comportamentos dos seus filhos (quando os observaram contexto de trabalho) e ajustar a sua resposta e apoio noutros contextos (e.g. em casa e na comunidade). Foi também mencionado que o facto das atividades se desenvolverem em grupo e num ambiente descontraído, permitiu que todos participassem de forma ativa e com empenho. De uma forma geral, os familiares expressaram a vontade de participar em projetos de Psicomotricidade semelhantes e de maior longevidade. Foi também assinalado o profissionalismo e empenho das Psicomotricistas no trabalho desenvolvido com o grupo.

Lisboa, 29 de dezembro de 2017





APPDA-Lisboa



INR instituto nacional para a  
reabilitação

Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social  
Instituto Nacional para a Reabilitação - I.P.

## Oficinas de Psicomotricidade

### As Psicomotricistas

Helena Amiceto

Inês Maria

Inês Hato

Sara Teixeira

