

MANUAL

INICIAÇÃO AO
ESPORTE PARALÍMPICO

BOCHA



Este Manual de Iniciação ao Esporte Paralímpico da Bocha é um material produzido pelo Comitê Paralímpico Brasileiro e dirigido pela Academia Paralímpica Brasileira.



**ACADEMIA
PARALÍMPICA
BRASILEIRA**

Seja bem-vindo, ilustre amigo do movimento paralímpico brasileiro, a este manual de iniciação ao universo do desporto adaptado. A equipe do Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB) preparou este compêndio introdutório com o intuito de reforçar a promoção e aumentar o fomento da prática esportiva para pessoas com deficiência.

Este Comitê se fia no poder transformador do esporte para formar cidadãos, moldar caracteres, proporcionar um estilo de vida mais saudável. Os benefícios da atividade física vão muito além do aspecto físico, como se percebe.

A melhor fase para fixar o conteúdo e estimular a cultura esportiva é a juventude.

Peço-lhes licença para falar em primeira pessoa neste caso específico, porque o futebol de cinco (para cegos) foi o catalisador da mudança na minha vida. Perdi a visão ainda criança, fui apresentado ao futebol de cegos na pré-adolescência e, por meio do esporte, recuperei minha autoestima e fez com que eu tivesse uma percepção diferente da minha deficiência e dos desafios que ela me imporia. Fui eleito melhor do mundo na modalidade, e bicampeão paralímpico, em Atenas-2004 e Pequim-2008.

Neste manual da bocha, profissionais de educação física especializados em trabalhar com jovens com deficiência ensinam regras, contexto, técnicas e metodologias, sempre referenciados, para auxiliar na iniciação.

Assim, além de promover a prática desportiva, como dissemos no início deste texto, aumentamos a base de atletas e multiplicamos a possibilidade de surgimento de novos campeões e ídolos do Brasil nas próximas edições dos Jogos Paralímpicos.

Mizaél Conrado

Presidente do Comitê Paralímpico Brasileiro



COMITÊ
PARALÍMPICO
BRASILEIRO



AUTORES



WALAS CARVALHO VIANA

Pós-Graduando em Psicomotricidade na Universidade Cândido Mendes - UCAM e Bacharel em Educação Física pela Universidade Anhanguera; UNIAN. Atualmente professor no Comitê Paralímpico Brasileiro na modalidade bocha paralímpica da Escola de Esportes Paralímpicos.

Agradecimento: Agradeço a Deus, à minha família por me apoiar em todas minhas decisões, aos meus alunos pela confiança e dedicação, ao Comitê Paralímpico Brasileiro, à Academia Paralímpica, à Coordenação de Esporte Escolar Paralímpico e à Associação Nacional de Desporto para Deficientes - ANDE.



FERNANDA BRAVO TALHATELI

Bacharel em Educação Física e graduada em Gestão de Recursos Humanos pela faculdade Estácio de Carapicuíba. Atua como assistente no Comitê Paralímpico Brasileiro na modalidade bocha paralímpica da Escola de Esportes Paralímpicos.

Agradecimento: A Deus por guiar meus caminhos, à minha família e amigos por estarem presentes e me apoiar em minhas decisões, agradeço aos alunos por toda sua dedicação, e por serem minhas inspirações, ao Comitê Paralímpico Brasileiro, à Academia Paralímpica, à Coordenação de Esporte Escolar Paralímpico e à Associação Nacional de Desporto para Deficientes - ANDE.

AGRADECIMENTOS

Academia Paralímpica: Professor Décio Calegari, Professor Ivaldo Brandão Vieira, Professor José Fernandes Filho.

Coordenação de Esporte Escolar Paralímpico - Escola de Esportes Paralímpicos: Professor Ramon Pereira de Souza, Professora Elza Maria Leão Pereira, Professor Filipe Lopes Barboza.

Associação Nacional de Desporto para Deficientes - ANDE: Professor Claudio Diehl Nogueira.

Imagem de um atleta cadeirante de bocha paralímpica realizando um lançamento com a mão esquerda, com olhar fixo no alvo. Foto: Ale Cabral.



SUMÁRIO

Histórico	11
Elegibilidade e classificação funcional	12
Classes BC1, BC2 e BC3	13
Classe BC4	14
Assistentes	18
Parciais e tempo	19
Penalização	21
Materiais	22
Dispositivos auxiliares	23
Calhas	25
Materiais para arbitragem e aferição	25
Elementos técnicos básicos	26
Identificar a possível classe funcional	26
Gesto motor do lançamento	29
Preparação para calha	32
Erros técnicos comuns	32
Estratégia educacional	33
Atividades	35

1. Caça verruga	36
2. Malabares com tule	37
3. Cabo de guerra	38
4. Choquinho	39
5. Corda bamba da bocha	41
6. Apertados	42
7. Jogo da velha #.....	43
8. Batalha naval	44
9. Empurrando a bola branca	45
10. Bocha basquete	47
11. Cada um no seu quadrado	48
12. Jogo de bocha quadra reduzida	49
13. Jogo de bocha em equipes.....	50
14. Bocha pescaria	51
15. Quebra torres	52
16. Saída de bola	53
17. Saída de bola do adversário	55
18. Bocha curling	56
19. Floresta de bichos	57
20. Jogo da memória	58
21. Campo minado	60

22. Na trave	62
23. Controle de força	63
Considerações finais	66
Referências bibliográficas	68

Imagem de uma atleta bocha paralímpica utilizando capacete com ponteira, com olhar fixo para frente. Foto: Ale Cabral.



HISTÓRICO

A bocha teve sua estreia em Jogos Paralímpicos no ano de 1984, quando os Jogos foram realizados em Stoke Mandeville, GBR e Nova York, EUA. A competição teve um total de 19 atletas participantes, sendo dez homens e nove mulheres, que representaram cinco países diferentes, Canadá, Dinamarca, Grã-Bretanha, Portugal e EUA (IPC, 2019).

No seu início, a bocha era apenas para pessoas com paralisia cerebral, disputada em duas classes: C1 e C2, que se tornaram BC1, BC2 e BC3 em 2000, nas Paralimpíadas de Sydney. Mas só em 2004, nas Paralimpíadas de Atenas, se consolidou a bocha como conhecemos hoje, com a inclusão da classe BC4, que é exclusiva para pessoas que não possuem a deficiência paralisia cerebral (IPC, 2019).

Já no Brasil, a bocha paralímpica teve seu pontapé inicial em 1995, quando dois atletas oriundos do atletismo foram inscritos de forma improvisada nos jogos Pan-americanos de Mar Del Plata, visando a aprendizagem para uma posterior implantação da modalidade no país. Mesmo de forma improvisada eles conquistaram primeiro lugar em duas categorias. De volta ao Brasil, em 1996, o Professor de Educação Física, Ivaldo Brandão Vieira, então diretor técnico da Associação Nacional de Desporto para Deficientes (ANDE), deu início a difusão do esporte no país com projeto “Bocha para Portadores de Paralisia Cerebral Severa” (BRANDÃO; CAMPEÃO, 2012).

Em Pequim 2008, o Brasil teve sua ascensão com duas medalhas de ouro e uma de bronze. Todas essas medalhas conquistadas por atletas da classe BC4: Eliseu dos Santos e Dirceu Pinto (ouro em duplas); Dirceu Pinto (ouro - individual) e Eliseu dos Santos (bronze - individual) conseguindo repetir o mesmo feito em Londres 2012, mas, dessa vez, o Brasil conquistou mais um ouro com Maciel Santos na classe BC2. Já nos jogos Paralímpicos de Tóquio 2021 o Brasil ficou com duas medalhas de bronze: individual BC1 com José Carlos Oliveira e individual BC2 com Maciel Santos (IPC, 2021).

Imagem do atleta cadeirante da seleção brasileira José Carlos Oliveira enrolado em uma bandeira do Brasil. Foto: Ale Cabral.



ELEGIBILIDADE E CLASSIFICAÇÃO FUNCIONAL

Como todo o paradesporto, a bocha tem a necessidade de comprovar o grau de deficiência para a elegibilidade no esporte paralímpico. A bocha tem sua classificação exclusiva, que utiliza a sigla BC e são divididas em: BC1, BC2, BC3 e BC4.

Os atletas da bocha paralímpica são considerados elegíveis de acordo com o grau de comprometimento motor e deficiência, pessoas com paralisia cerebral são classificadas nas classes BC1, BC2 e BC3 em casos mais severos. As classes BC1, BC2 são exclusivas para pessoas diagnosticadas com encefalopatia crônica não progressiva, popularmente conhecida como paralisia cerebral (PC). A classe BC3 é elegível atletas com paralisia cerebral e outras deficiências de origem não cerebral, de acordo com os requisitos descritos logo abaixo em classe BC3. Já a classe BC4 é exclusiva para outras deficiências de origem não cerebral com o grau de comprometimento motor similar ao BC2, como alguns exemplos descritos abaixo em classe BC4 (BISFEC, 2018).

Segundo (BRANDÃO; CAMPEÃO, 2012, p. 89) nos últimos anos as regras da bocha foram atualizadas, principalmente nas classificações funcionais, seguindo alguns requisitos descritos a seguir.



Classe BC1

São elegíveis os atletas com os seguintes diagnósticos.

- O atleta com paralisia cerebral com disfunção motora que afeta todos os segmentos corporais.
- O atleta inábil de impulsionar a cadeira de rodas manualmente com boa desenvoltura.
- Apresenta dificuldade de alterar a posição sentado.
- Usa o tronco em movimentos de cabeça e braços.
- Tem dificuldades em movimentos de segurar e largar.



Classe BC2

São elegíveis os atletas com os seguintes diagnósticos.

- O atleta com paralisia cerebral com disfunção motora afetando todos os segmentos corporais.
- Tem controle do tronco, mas envolvendo movimento dos membros.
- Tem dificuldades em movimentos isolados e regulares dos ombros.
- Capaz de afastar dedos, mas não rapidamente.
- Capaz de deslocar a cadeira de rodas com as mãos ou pés com uma boa desenvoltura.
- Ser capaz de ficar de pé/ andar, de forma muito instável.



Classe BC3

São elegíveis os atletas com os seguintes diagnósticos.

- O atleta com paralisia cerebral ou não cerebral e deficiências de origem degenerativa como: atrofia muscular espinhal (AME), artrogripose, distrofias musculares entre outras condições semelhantes que resultem em perda de força e coordenação.

- Tem disfunção locomotora grave nos quatro membros.
- Tem força e coordenação insuficientes para segurar e largar a bola.
- Não tem força e coordenação suficientes para lançar a bola até 1,5m em direção à quadra.

Classe BC4

São elegíveis os atletas com os seguintes diagnósticos.

- Artrogripose e distrofias musculares com comprometimento motor nos quatros membros, esclerose múltipla, lesão medular de C5 ou nível acima, espinha bífida com envolvimento da extremidade superior e outras condições semelhantes que resultem em perda de força e coordenação.
 - O atleta tem grave disfunção locomotora nos quatro membros, de origem degenerativa ou não cerebral.
 - Demonstra pouca força ou severa falta de coordenação combinada com o baixo controle dinâmico do tronco.
 - Usa a força de movimento da cabeça ou dos braços para o retorno à posição sentado após um desequilíbrio.
 - É capaz de demonstrar destreza suficiente para manipular e lançar a bola além da linha “V” (marcação em formato de V a frente da área de lançamento) em direção da quadra.
 - Apresenta com frequência um lançamento tipo pêndulo, em vez de arremesso com a mão por cima.
 - É capaz de movimentar e deslocar a cadeira de rodas, mas não é capaz de realizar movimentos bruscos.

A classificação funcional, sempre que possível, é realizada por uma equipe multidisciplinar de profissionais, geralmente composta por um médico, um fisioterapeuta e um professor de educação física, em local reservado e sem plateia. O critério de classificação é rigoroso e deve ser de acordo com os itens exigidos nas regras e normas da BISFED, em concordância com a classe funcional de cada atleta.

O treinador deve conhecer as aptidões de seus atletas para que não haja equívocos e nem ineficiência para realizar quaisquer movimentos durante a classificação. É extremamente importante as repetições das ações utilizadas nos treinamentos e a familiarização com os equipamentos utilizados pelos atletas. O atleta deve sempre estar acompanhado por fisioterapeutas e médicos responsáveis por sua saúde. É de suma importância que a classificação atenda os itens exigidos para garantir a equidade, propiciando o nivelamento e garantindo uma competição justa (BRANDÃO; CAMPEÃO, 2012).



Imagem de perfil do atleta da seleção brasileira Antonio Leme utilizando capacete com ponteiro e sorrindo. Foto: Douglas Magno.

OBJETIVO DO JOGO E PRINCIPAIS REGRAS

O objetivo da bocha paralímpica é aproximar o maior número de bolas o mais perto possível da bola alvo. O jogo consiste em 13 bolas, sendo seis vermelhas, seis azuis e uma branca, denominada bola “jack” ou “bola alvo” (BISFED, 2018).

Vamos destacar algumas regras principais. Para o bom entendimento e a realização do jogo, recomendamos a leitura do livro de regras da modalidade disponível no site oficial da Associação Nacional de Desporto para Deficientes - ANDE para maior abrangência do conhecimento em regras.

A bocha paralímpica pode ser disputadas individualmente ou pares e equipes. Após a realização dos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2021, as competições individuais passaram a ser disputadas de forma dividida, entre masculino e feminino. O jogo começa a partir de um simples sorteio com uma moeda (cara ou coroa), onde o ganhador irá escolher a cor com a qual irá jogar (BISFED, 2018).

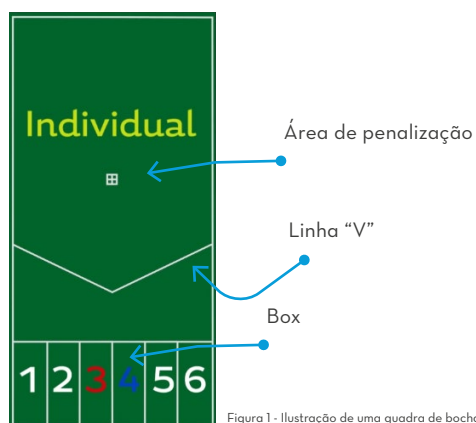


Figura 1 - Ilustração de uma quadra de bocha com seis boxes, sinalizando os boxes 3 e 4. Fonte: Associação Nacional de Desporto para Deficientes.

No jogo individual, o jogador que escolher jogar com as bolas vermelhas será o primeiro a jogar a bola “jack” e deverá se posicionar no box 3, de acordo com a Figura 1 e o jogador de bolas azuis, no box 4. Todos os lançamentos devem ser realizados dentro do box, que tem como medida 1m de largura por 2,5m comprimento. Caso o jogador não respeite esse limite, o jogador adversário terá direito a cobrar uma penalização, que será cobrada no fim da parcial. Essa penalização consiste em lançar uma bola de cor e esta ficar dentro do quadrado da área de penalização ilustrado na Figura 1 (BISFED, 2018).

A bola “jack” sempre deverá ultrapassar a linha “V”. Caso não ultrapasse, a bola será falhada e o jogador perderá a vez de dar início. O mesmo acontece se a bola “jack” sair das linhas limites da quadra, no ato do lançamento (BISFED, 2018).

O jogador que inicia o jogo com a bola “jack”, em seguida lançará uma bola de cor. Na sequência, será a vez do jogador adversário. O árbitro irá verificar qual bola está mais próxima da bola “jack” e joga quem estiver mais distante da bola alvo. Em situações em que as bolas de cor vermelha e azul se encontram na mesma distância em relação a bola “jack” é utilizada a regra equidistantes, que diz que o lado que lançou por último deve lançar novamente. Caso o lado que lançou por último não altere a equidistância, o adversário deverá lançar a bola. Seguem alternando o lançamento até que ocorra mudança na distância ou um lado tenha lançado todas as suas bolas. Caso o jogador jogue todas as bolas de cor e não consiga uma bola mais próxima da bola “jack” em relação a bola do adversário, seu oponente pode escolher dar continuidade na partida, tentando ter maior número de pontos ou manter os mesmos já pontuados (BISFED, 2018).

ASSISTENTES

Duas das quatro classes sempre terão direito a um assistente, as classes BC1 e BC3 sendo as classes onde se encontram os atletas com maior grau de comprometimento motor. Atletas classificados como BC4 terão o direito a um auxiliar apenas se o mesmo utilizar os pés para realizar os lançamentos (BISFED, 2018).

« « « « ASSISTENTE BC1

Ficam posicionados atrás do box de jogo e só podem realizar ações caso o atleta solicite, podendo ser as seguintes (BISFED, 2018).

- Movimentar a cadeira de rodas.
- Entregar bolas.
- Arredondar bolas (circular entre as mãos a bola com intuito de deixá-las esféricas).
- Apoiar a cadeira para ganho de maior estabilidade no ato do lançamento.

« « « « ASSISTENTE BC3

Ficam dentro da área do jogo por todo o período e não podem olhar para trás nem pisar nas linhas no ato do lançamento. Só podem realizar ações caso o atleta solicite, podendo ser as seguintes (BISFED, 2018).

- Movimentar a cadeira de rodas.
- Direcionar e ampliar a calha (dispositivo de lançamento).
- Ajustar a ponteira de lançamento.
- Posicionar bolas na calha.
- Arredondar bolas (circular entre as mãos a bola com intuito de deixá-las esféricas).

« « « « ASSISTENTE BC4

Ficam posicionados atrás do box de jogo e só podem realizar ações caso o atleta solicite, podendo as seguintes (BISFED, 2018):

- Entregar bolas no solo (posicionar a bola no solo na melhor posição para o chute do atleta).
- Arredondar bolas (circular entre as mãos a bola com intuito de deixá-las esféricas).

PARCIAIS E TEMPO

O jogo individual terá quatro parciais, em que cada classe terá tempo de jogo diferente. Quanto maior o grau de comprometimento motor, maior será o tempo de jogo. Toda vez que a bola parar em quadra, o tempo é pausado para aferição do árbitro (BISFED, 2018).

Em uma partida no formato individual, cada atleta terá direito de lançar a bola “jack” duas vezes, respeitando a ordem do sorteio de cores. Caso o jogo termine empatado, terá uma parcial extra denominada de *tie-break* na qual a bola não será lançada pelo atleta e sim posicionada na cruz (área de penalização), localizada no centro da quadra, conforme a Figura 1, para o lançamento de bolas de cores. O sorteio da moeda é repetido, definindo quem dará início ao *tie-break* (BISFED, 2018).

TEMPO DE JOGO INDIVIDUAL	ORDEM DE LANÇAMENTO
BC1 - 4 parciais de 5 minutos	1ª parcial: (vermelho)
BC2 - 4 parciais de 4 minutos	2ª parcial: (azul)
BC3 - 4 parciais de 6 minutos	3ª parcial: (vermelho)
BC4 - 4 parciais de 4 minutos	4ª parcial: (azul)

Tabela com tempo do jogo individual e ordem dos lançamentos.

Os pares BC3 e pares BC4 devem ser compostos por um atleta masculino e uma atleta feminina. A partida consiste em quatro parciais. Cada atleta começa uma parcial com o controle da bola alvo, em box de lançamento alternados sendo 2 e 4 vermelhos e 3 e 5 azuis. Os atletas possuem três bolas de cores. Cada atleta BC3 tem direito a seu assistente (BISFED, 2018).



Figura 2 - Ilustração de uma quadra de bocha de pares com os boxes sinalizados com 2 e 4 em vermelho e 3 e 5 em azul.
Fonte: Associação Nacional de Desporto para Deficientes.

TEMPO DE JOGO EM PARES	ORDEM DE LANÇAMENTO
BC3 - 4 parciais de 7 minutos BC4 - 4 parciais de 5 minutos	1ª parcial: (vermelho) 2ª parcial: (azul) 3ª parcial: (vermelho) 4ª parcial: (azul)

Tabela: Tempo do jogo em pares e ordem dos lançamentos.

Em equipe é jogado com três atletas de classes BC1 e BC2. A Equipe deve ter, pelo menos, um atleta masculino e uma atleta feminina, um dos quais terá de ser um atleta da classe BC1. Cada equipe pode ter um assistente desportivo e cada atleta terá apenas duas bolas de cor. A equipe vermelha ocupará os boxes de lançamento 1, 3 e 5 e o lado de posse das bolas azuis ocupará as casas de lançamento 2, 4 e 6 (BISFED, 2018).

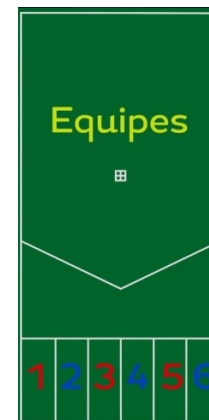


Figura 3 - Ilustração de uma quadra de bocha de equipes com os boxes 1 a 6 sinalizados com 1, 3 e 5 em vermelho e 2, 4 e 6 em azul.
Fonte: Associação Nacional de Desporto para Deficientes.

TEMPO DE JOGO EQUIPES	ORDEM DE LANÇAMENTO
Equipes BC1 + BC2 6 parciais de 6 minutos	1ª parcial: (vermelho) 2ª parcial: (azul) 3ª parcial: (vermelho) 4ª parcial: (azul) 5ª parcial: (vermelho) 6ª parcial: (azul)

Tabela: Tempo do jogo em pares e ordem dos lançamentos.

PENALIZAÇÃO

As seguintes ações dão origem a recompensa de uma bola de penalização.

- O atleta sai da casa de lançamento quando sua vez ainda não foi indicada.
- O assistente desportivo BC3 se vira para a área de jogo para ver o jogo durante uma parcial.
- Se, na opinião do árbitro, há uma comunicação irregular entre atleta, seu assistente ou técnicos.

- O assistente desportivo movimenta a cadeira de rodas, ou a calha ou a ponteira ou passa a bola para o atleta sem que o atleta tenha solicitado.

As ações a seguir dão origem a uma bola de penalização e retirada da bola irregular da quadra.

- Lançamento da bola alvo ou bola de cor quando o assistente desportivo, o atleta ou qualquer equipamento esteja tocando a linha no solo ou após a linha limite da quadra, denominada box com 2,5m de comprimento por 1m de largura, ilustrada na Figura 1.
- Lançamento da bola sem ter pelo menos uma nádega, (conforme a classificação) em contato com o assento da cadeira.
- Lançamento da bola quando o assistente desportivo BC3 olha para dentro da área de jogo.

MATERIAIS

Para iniciar a prática esportiva do bocha paralímpica serão necessários alguns materiais que podem ser oficiais ou não. Com algumas adaptações, conseguimos facilitar o acesso à iniciação esportiva da modalidade.

BOLA DE BOCHA

Oficialmente bolas de bocha devem ter seu peso mínimo de 263gr e o máximo de 287gr. A circunferência máxima deve ser de 278mm e mínima de 262mm. As bolas devem ter a cor vermelha, azul e branca bem definidas. Em competições sancionadas pela BISFed deve-se utilizar bolas licenciadas de um fabricante oficial (BISFED 2020).



Figura 4 - 13 bolas de bocha em uma quadra de bocha, sendo seis bolas vermelhas, seis bolas azuis e uma bola branca à frente das bolas azuis e vermelhas. Foto: Ale Cabral.

ALTERNATIVAS

- Uma bexiga inflável, enchendo-a de arroz ou areia e, por fim, deve ser enrolada com meia e fita adesiva.
- Bola de tênis, que deve ser furada, utilizando um prego quente, enchendo-a de arroz e, por fim, deve ser enrolada com meia e fita adesiva.

QUADRA

A quadra deverá ser lisa e plana, com o piso de cimento, madeira ou sintético. A área é delimitada por linhas que geralmente são marcadas com fita crepe branca (BISFED, 2021).

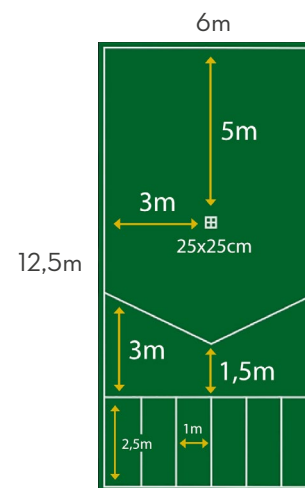


Figura 5 - Ilustração de uma quadra de bocha com as medidas oficiais: dimensão de 12,5m de comprimento por 6m de largura. Fonte: Associação Nacional de Desporto para Deficientes.

DISPOSITIVOS AUXILIARES

São materiais que auxiliam os atletas a realizar lançamentos e devem ser apresentados com o atleta durante a classificação funcional e checagem de equipamentos.



« PONTAIRA

Dispositivo exclusivo para uso da classe BC3. Não existe restrição quanto ao comprimento ou material que as ponteiros devem ser fabricadas. Segundo (BISFED, 2018), a ponteira deve ser acoplada diretamente à cabeça, boca ou braço do atleta. No Brasil, a maioria das ponteiros são fabricadas com um capacete de ciclismo e um “pau de selfie” acoplado.

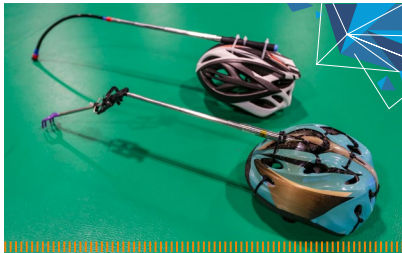


Figura 6 - Dois capacetes de ciclismo com ponteira presa em cima do capacete. Foto: Ale Cabral.

« SUPORTE PARA BOLAS

Material geralmente utilizado nas classes BC2 e BC4, mas não há restrições no uso nas demais classes. Em geral, são utilizadas cestas plásticas presas à cadeira do atleta.



Figura 6.1 - Aluno cadeirante pegando uma bola de bocha paralímpica vermelha dentro do cesto que está fixado na parte frontal da cadeira de rodas. Foto: Ale Cabral.

« AMARRAS



Material utilizado para estabilizar a ação de lançamento do atleta. Usualmente são utilizados velcro, cintas elásticas e materiais afins.

Figura 6.2 - Aluno na cadeira de rodas, com destaque para as amarras presas no braço direito e nos pés do aluno. Foto: Ale Cabral.

CALHAS

Material exclusivo para uso da classe BC3. Oficialmente a calha deve caber deitada dentro da área do box, que mede 2,5m x 1m. A calha não deve conter qualquer dispositivo mecânico que ajude na propulsão ou mira (como raios lasers, níveis de bolha de ar, miras, etc.) não há regra estipulando quais materiais podem ser usados na fabricação de calhas, mas geralmente são de madeira, com pedestal metálico, fundo acrílico ou folha de zinco (BISFED, 2018).



Figura 7 - Calha utilizada na bocha paralímpica. Foto: Ale Cabral.

ALTERNATIVA

- Calhas podem ser feitas com cano de PVC 200mm cortado ao meio.

MATERIAIS PARA ARBITRAGEM E AFERIÇÃO



Oficialmente são usados: raquete sinalizadora, cronômetro, compasso, trena métrica, lâminas (BISFED, 2018).

Figura 8 - Alguns materiais utilizados pelos árbitros: trena métrica, raquete sinalizadora e compassos nos tamanhos pequeno, médio e grande. Foto: Ale Cabral.

ALTERNATIVA

- Em se tratando de iniciação, na falta desses materiais, podemos fazer a aferição apenas com a observação ou uma trena comum.

ELEMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS

Segundo Bobath (1989) crianças com paralisia cerebral têm um atraso em relação ao marco do desenvolvimento motor convencional, e geralmente apresentam baixo acervo motor, o mesmo acontece com crianças com deficiências similares a paralisia cerebral em termos de comprometimento motor nos quatro membros.

Sabendo dessa problemática, a Escola de Esportes Paralímpicos, uma iniciativa do Comitê Paralímpico Brasileiro, funciona de segunda a sexta-feira, atendendo alunos com deficiência, na faixa etária de 10 a 17 anos, no Centro de Treinamento Paraolímpico Brasileiro, na Cidade de São Paulo, tendo como uma das modalidades oferecidas a bocha, com intuito de desenvolver as capacidades cognitivas e motoras.

O projeto tem como desafio descobrir a capacidade motora funcional da criança, para desenvolver um planejamento que permita a inclusão da criança na modalidade, de forma participativa e, futuramente, competitiva.

IDENTIFICAR A POSSÍVEL CLASSE FUNCIONAL

Na Escola de Esportes Paralímpicos avaliamos os nossos alunos nos primeiros dias de atividade. Para tomar ciência sobre os possíveis gestos motores do lançamento, alguns testes simples são realizados, observando as capacidades físicas como força, flexibilidade e agilidade que podem ser avaliadas com uma abordagem direcionada à ludicidade como, por exemplo, a brincadeira “Seu mestre mandou” que consiste em o professor solicitar para que o aluno execute tarefas simples.

Com a observação da desenvoltura de movimentos e entendimento das tarefas, o professor pode prever sua possível classe funcional paralímpica, de acordo com a sua deficiência e a sua limitação motora, descritas na seção elegibilidade. Podemos ter noção da sua classe, por meio de gestos simples, como os seguintes.

- Apertar a mão como um cumprimento, verificando a força e plasticidade da empunhadura da criança.



Figura 9 - Professor cumprimentando com aperto de mão um aluno cadeirante bocha paralímpica. Foto: Ale Cabral.

- Locomover a cadeira de rodas, verificando o movimento de pinça das mãos e se alguma delas apresenta melhor desenvoltura no gesto. Este é um indicativo de diferenciação entre BC1 e BC2 em casos de paralisia cerebral, pois geralmente o BC1 não tem um bom toque de cadeira.



Figura 9! - Dois alunos cadeirante na quadra de Bocha Paralímpica. A esquerda um aluno da categoria BC1 e a direita um aluno da categoria BC2. Foto: Ale Cabral.

- Solicitar ao aluno colocar as mãos na orelha, ponta do nariz e pés verificando a angulação, se há algum encurtamento, rigidez ou insuficiência contrátil.



Figuras 9.2 - Dois alunos cadeirantes. Na primeira eles tentam erguer os braços lateralmente e a segunda tentam erguer os braços acima da cabeça. Fotos: Ale Cabral.



- Lançar algumas bolas de bocha o mais distante possível, verificando seu possível gesto de lançamento. Caso a criança não atinja distância mínima de 1,5m possivelmente ela pertence à classe BC3, que utiliza uma calha para lançamento.

Figura 9.3 - Aluna cadeirante segurando com a mão esquerda uma bola vermelha de bocha paralímpica. Foto: Ale Cabral.

- Tocar as pontas dos dedos indicador, médio e anelar no polegar ou girar a bola de bocha com uma das mãos apenas, alternando a bola para a mão não dominante.



Figuras 9.4 - Mão do professor realizando um gesto tocando o dedo indicador no polegar e os alunos com dificuldade de realizar o gesto com suas mãos. Fotos: Ale Cabral.

GESTO MOTOR DO LANÇAMENTO

A bocha paralímpica não segue um gesto de lançamento padrão, pois cada atleta tem diferentes níveis de comprometimento motor funcional, até mesmo dentro da mesma classe funcional. Podemos citar como exemplo os atletas da classe BC1 na qual alguns jogam com os pés e outros jogam com as mãos. Os dois são elegíveis para essa classe.

DARDO



Bola próxima do nível do ombro usando extensão do cotovelo. O jogador poderá utilizar o seu movimento do tronco para auxiliar a propulsão.

Figura 10 - Aluno cadeirante preparado para fazer um lançamento estilo dardo, com a mão direita na altura da cabeça. Foto: Ale Cabral.

PEITO

Usando uma ou duas mãos. Movimento de empurrar para impulsionar bola para longe do peito. Ação se assemelha a passe de peito do basquete.



Figura 101 - Aluno cadeirante preparado para fazer um lançamento estilo peito, com as duas mãos segurando a bola de bocha paralímpica na altura do peito. Foto: Ale Cabral.

PÊNDULO



Usando uma mão para fazer o balanço necessário para construir o impulso inércia para realizar o lançamento. Poderá ser utilizado o seu movimento do tronco para auxiliar a propulsão.

Figura 10.2 - Aluno cadeirante preparado para fazer um lançamento estilo pêndulo, segurando a bola com a mão direita ao lado da cadeira de rodas. Foto: Ale Cabral.

ACIMA DA CABEÇA

Bola acima da cabeça usando uma mão. Poderá ser utilizado o seu movimento do tronco para auxiliar a propulsão.



Figura 10.3 - Aluno cadeirante preparado para fazer um lançamento acima da cabeça, segurando a bola com a mão direita, com o braço estendido para o alto. Foto: Ale Cabral.

Os atletas da classe BC3 apresentam um comprometimento motor maior, que os impede de lançar a bola com as mãos ou com os pés. Os atletas dessa classe usam “a calha e ponteira” que foi explicada em “Materiais e dispositivos auxiliares”.

PONTEIRA MANUAL



A ponteira poderá ser acoplada ou segurada pelo aluno com a mão. Os jogadores podem usar seu movimento do tronco para auxiliar o toque.

Figura 11 - Aluno cadeirante preparado para fazer um lançamento utilizando a calha, segurando a ponteira próximo a bola vermelha, com a mão esquerda. Foto: Ale Cabral.

PONTEIRA ADAPTADA NO CAPACETE

Ponteira Adaptada no Capacete ideal para alunos que apresentam dificuldade para manipulação de objetos com os membros superiores. Os jogadores podem usar seu movimento do tronco para auxiliar o toque.



Figura 11.1 - Aluna de perfil utilizando capacete adaptado com a ponteira. Foto: Ale Cabral.

PREPARAÇÃO PARA CALHA

Para a calha, utilizamos uma técnica de marcação onde ela é numerada de forma crescente, na Escola de Esportes Paralímpicos utilizamos 2,5cm de distância entre um número e outro e cada número representa a força e a velocidade de cada bola.

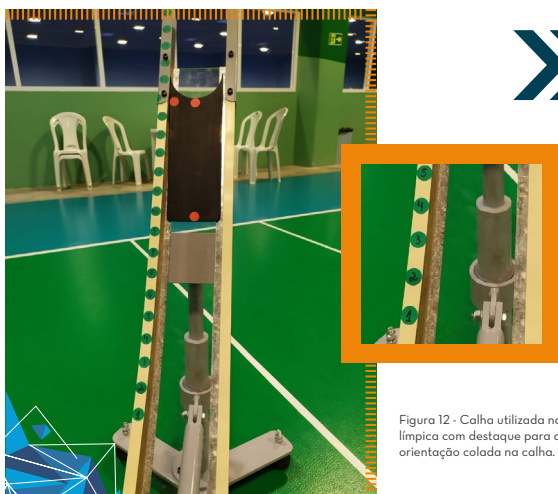


Figura 12 - Calha utilizada na bocha paralímpica com destaque para a numeração de orientação colada na calha. Foto: Ale Cabral.

ERROS TÉCNICOS COMUNS

Erros comuns cometidos de acordo com a observação em campo, que podem alterar a eficiência do lançamento com a ótica de precisão e potência.

- Empunhadura: o aluno não segura a bola com todos os dedos, podendo causar giros indesejados alterando a precisão do lançamento.
- Não frear a cadeira de rodas no momento do lançamento, causando instabilidades na base, podendo comprometer a potência do lançamento.
- Lançar a bola apenas olhando para a mão e não para o alvo.
- Não posicionar a cadeira em direção ao alvo, dificultando a precisão.

ESTRATÉGIA EDUCACIONAL

A iniciação da bocha paralímpica na Escola de Esportes Paralímpicos segue uma progressão pedagógica respeitando as etapas do desenvolvimento motor do modelo de amulheta Gallahue. Temos como base três métodos de propostas pedagógicas: método de aprendizagem global (GRECO; BRENDA, 1998), método de aprendizagem situacional (GARGANTA, 1995) e método de aprendizagem analítico (PERFEITO, 2009). A partir desses métodos temos uma progressão pedagógica. Partimos inicialmente com o método de aprendizagem global que consiste em atividades com objetivos bem definidos, apresentado por exemplo: aproximar, derrubar ou acertar determinados alvos com uma abordagem dirigida à ludicidade. Com essas atividades, observamos que alunos são conduzidos a expressões de criatividade corporal onde os vestígios de capacidades motoras como força e flexibilidade são evidenciadas em todas as classes funcionais da bocha paralímpica, como por exemplo a brincadeira bocha pescaria, onde os alunos deverão acertar o maior número de peixes plásticos espaçados pela quadra, conforme descrito nas atividades lúdicas, logo abaixo. O aluno é estimulado a pensar na melhor jogada, além de ser preciso em seu lançamento. Essa brincadeira pode ser jogada individualmente ou por equipes.

Após progressões com o método global, avançamos para um método, situacional que são atividades onde o propósito é colocar o aluno em determinadas situações que poderão ocorrer durante o jogo (GARGANTA, 1995). Utilizamos como exemplo o jogo da velha desenhado na quadra de bocha paralímpica, no qual o aluno terá maior aspecto cognitivo requisitado para cumprir o objetivo de alinhar três bolas coloridas. Com essas atividades é observado um maior interesse dos alunos em ativi-

dades competitivas. O aluno já consegue realizar atividades mais complexas como, por exemplo, o aluno ter que lançar e retirar uma bola da frente do alvo, para cumprir o seu objetivo, pois já possui um acervo motor e cognitivo adequado para cumprir objetivos estratégicos mais difíceis.

Por último temos o processo de aperfeiçoamento, onde o método é analítico. Utilizamos exercícios com o objetivo de aperfeiçoar habilidades manipulativas e estratégias abordadas durante o jogo com exercícios técnicos, com repetições sistemáticas de gestos, onde são fragmentados e retirados do contexto de jogo, por exemplo: a saída de jogo, uma das situações mais importantes de uma partida de bocha paralímpica. Nos exercícios de método analítico, os alunos executam jogadas de médio e longo alcance, com bom nível de precisão exigida.

Segundo (PERFEITO, 2009) existem algumas vantagens do método analítico, que são perfeitamente utilizadas na metodologia de ensino do paradesporto da bocha paralímpica. Por ser um esporte de precisão e estratégia, toda a habilidade motora refinada será de suma importância para a vitória em um confronto.

Listamos, abaixo, alguns benefícios de trabalhar com o método analítico, em alunos na fase de aperfeiçoamento.

- As atividades podem ser facilmente corrigidas.
- Há facilidade no controle de progressão de aprendizagem.

Sendo assim, a partir dos esclarecimentos da evolução didática da iniciação da prática da bocha, vamos elucidar com atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos, com alunos com deficiência física, na faixa etária de 10 a 17 anos, no Centro de Treinamento Paraolímpico Brasileiro, em São Paulo.

ATIVIDADES

Vamos discriminar a nomenclatura da atividade com sugestão das classes a serem trabalhadas, objetivo, método e os materiais necessários para execução.



Imagem de aluno cadeirante de frente para a professora. Os dois fazem o número 3 com as mãos. Foto: Ale Cabral.



1. CAÇA VERRUGA

CLASSES: BC1, BC2, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar o gesto de pinça estimulando a coordenação motora.

MÉTODO: global.

MATERIAL: adesivos coloridos, vendas.

O jogo consiste em vendar os olhos dos alunos e colar adesivos em locais estratégicos pelo corpo dele. Após o professor colar os adesivos, o aluno irá retirar a venda de seus olhos, e terão de encontrar e retirar os adesivos de si, no menor tempo possível.



Figuras 13 - Três imagens de um aluno cadeirante. Primeiro vendado com alguns adesivos colados em seus braços e rosto, depois o professor tirando a venda e por último o aluno retirando os adesivos. Fotos: Ale Cabral.

1º ETAPA - O professor deve vendar os olhos do aluno.

2º ETAPA - O professor deve colar adesivos no aluno em locais estratégicos.

3º ETAPA - O professor tira a venda do aluno para que ele tente tirar os adesivos, no menor tempo possível.

ADAPTAÇÃO BC3

O aluno indica num colega onde estão os adesivos usando a ponteira.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

2. MALABARES COM TULE

CLASSES: BC1, BC2, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a empunhadura e tempo de reação.

MÉTODO: global.

MATERIAL: lenços de tule coloridos.

Os alunos deverão jogar um tecido para cima e, antes que ele caia no chão, o aluno irá pegar de volta e jogar para cima novamente. O professor irá aumentar o número de tecidos, após o aluno praticar o gesto. Quando os alunos tiverem mais afinidade com o material, os mesmos terão que fazer as manobras de malabares.

(Observação: caso o aluno não consiga jogar o tecido para cima, o professor deverá soltar o tecido e o aluno apenas fará a recepção.)



Figura 14 - Cinco alunos cadeirantes, cada um manuseando um pedaço de tecido. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - Os alunos devem jogar o tecido de tule para cima.

2º ETAPA - Antes que o tecido caia no chão, o aluno deve pegá-lo de volta e jogar para cima novamente.

3º ETAPA - O professor aumenta o número de tecidos após o aluno praticar o gesto.

Quando o aluno estiver com maior afinidade com o material, os alunos terão a oportunidade de fazer algumas manobras de malabares.

ADAPTAÇÃO BC3

O aluno segura o tule com a ponteira.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

3. CABO DE GUERRA

CLASSES: BC1, BC2, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a empunhadura.

MÉTODO: global.

MATERIAL: corda.

A brincadeira consiste em amarrar uma corda na cadeira de rodas dos alunos. O professor dividirá as equipes entre vermelho e azul. Demarcar a corda no meio com uma faixa branca (cores da bocha) e estipular o espaço em que os alunos terão que puxar a cadeira de rodas. Quem conseguir puxar toda a corda para o seu lado ganha a brincadeira. A brincadeira pode ser realizada a partir de dois alunos.

(Observação: não é recomendado aplicar essa brincadeira com alunos que possuem cadeira de rodas motorizadas.)



Figura 15 - Quatro alunos cadeirantes, divididos em duplas frente a frente realizando a atividade cabo de guerra. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - O professor divide as equipes entre azul e vermelho.

2º ETAPA - O professor amarra uma corda na cadeira de rodas dos alunos.

3º ETAPA - O professor realiza o início da brincadeira.

A brincadeira pode ser feita a partir de dois alunos.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

4. CHOQUINHO

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar tempo de reação.

MÉTODO: global.

MATERIAL: cronômetro.

Os alunos deverão ficar enfileirados e o último aluno da fila receberá um toque do professor e passará o toque adiante até o primeiro aluno, assim desafiando os alunos a diminuir o tempo, estimulando os alunos a criar estratégias.



Figura 16 - Seis alunos cadeirantes, um ao lado do outro, com destaque para os dois primeiros alunos tocando suas mãos. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - Os alunos devem ficar enfileirados, e o último aluno da fila recebe um toque do professor.

2º ETAPA - O aluno que recebeu o toque, passa adiante até o primeiro aluno.

3º ETAPA - Os alunos devem diminuir o tempo de um toque para o outro, estimulando os alunos a criar estratégias.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.



Aluno cadeirante com olhar fixo para frente preparado para realizar um lançamento.
Foto: Ale Cabral.



5. CORDA BAMBA DA BOCHA

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>>

OBJETIVO: desenvolver e aprofundar o conhecimento das regras de acordo com a BISFED.

MÉTODO: global.

MATERIAL: canchas de bocha.

Os alunos deverão se locomover por cima de todas as linhas da quadra e, ao comando do professor, todos deverão se direcionar para a linha que for falada.



Figura 17 - Cinco alunos cadeirantes dispostos separadamente nas linhas que demarcam a quadra de bocha paralímpica. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - Os alunos ficam posicionados em lugares aleatórios dentro da cancha de bocha.

2º ETAPA - O professor dá um comando para que os alunos possam se locomover por cima de todas as linhas da quadra, o professor escolhe uma linha específica.

(Observação: Os alunos que não possuem toque de cadeira deverão ser auxiliados pelo professor ou *staff* presente.)

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

6. APERTADOS

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar estratégia em equipes.

MÉTODO: global.

MATERIAL: canchas de bocha e fita crepe.

Os alunos deverão pensar numa estratégia para caber todos dentro de um quadrado feito de fita crepe e calculado pelo professor. Para cada fase, o professor deve reduzir o espaço, contando que uma cadeira de rodas mede em média 95cm por 100cm.



Figura 18 - Algumas pessoas de pé e alunos na cadeira de rodas, juntos, dentro de um quadrado demarcado com fita no solo. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - Quadrado de 960cm por aluno.

Cálculo da fase 1: Exemplo oito alunos ($120\text{cm} \times 8 = 960\text{cm}$).

2º ETAPA - Quadrado de 880cm. Cálculo da fase 2:

Exemplo oito alunos ($110\text{cm} \times 8 = 880\text{cm}$).

3º ETAPA - Quadrado de 760cm. Cálculo da fase 3:

Exemplo oito alunos ($95\text{cm} \times 8 = 760\text{cm}$).

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

7. JOGO DA VELHA

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar estratégia em equipes.

MÉTODO: situacional.

MATERIAL: canchas de bocha, fita crepe.

O professor desenhará um “Jogo da velha” no centro da quadra onde os alunos irão jogar entre si (vermelho vs azul) de forma alternada.



Figura 19 - Dois alunos cadeirantes posicionados separadamente na quadra de bocha paralímpica jogam o jogo da velha adaptado. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - Com uma fita crepe o professor desenha um jogo da velha na quadra.

2º ETAPA - O professor divide os alunos entre time azul e time vermelho.

3º ETAPA - Os alunos jogam de forma alternada, quem conseguir alinhar as bolas de bocha com a mesma cor nos quadrantes, ganha o jogo.

Varição: O professor poderá diminuir o tamanho do “Jogo da velha” e alterar o posicionamento aumentando o grau de dificuldade de acordo com a evolução da precisão do aluno, por exemplo, no fundo da quadra.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

8. BATALHA NAVAL

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar precisão.

MÉTODO: global.

MATERIAL: canchas de bocha quadriculada, bolas de bocha e folhas de sulfites.

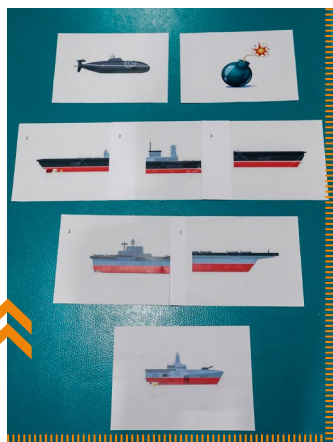
O objetivo de jogo é afundar o maior número possível de embarcações. O professor deverá utilizar uma quadra de bocha quadriculada com fita crepe dividida em 18 quadrados onde em cada quadrado o professor irá colocar figuras de embarcações que ocuparão um ou até três quadrados na quadra, colocando folhas em branco e bomba. A cada embarcação afundada, o aluno irá ganhar uma bola e a cada bomba o aluno irá perder uma bola. Cada aluno começa o jogo com seis bolas.

1º ETAPA - Quadricular a quadra com fita crepe.

2º ETAPA - Distribuir as figuras de embarcações em locais estratégicos pela cancha

3º ETAPA - Entregar as bolas da bocha para os alunos, cada aluno começará com seis bolas.

Figura 20 - Desenhos impressos representando objetos do jogo batalha naval. Foto: Ale Cabral.



<< REGRAS DO JOGO

Se o aluno lançar a bola em alguma embarcação, representa que a embarcação será afundada e o aluno ganhará uma bola extra de bocha.

Se o aluno lançar a bola e acertar uma bomba, o aluno além de perder a bola que foi lançada ele também perderá outra bola de bocha que o professor irá recolher do aluno.

Se o aluno lançar a bola em uma página em branco representa que ele acertou a água e o aluno perderá a bola de bocha lançada.

Ganha o jogo quem afundar o maior número de embarcações.



Figura 20.1 - cinco alunos cadeirantes dispostos separadamente nos boxes da quadra de bocha paralímpica jogando batalha naval adaptada. Foto: Ale Cabral.



Figura 20.2 - Uma bola vermelha de bocha paralímpica entre algumas figuras do jogo batalha naval adaptado dispostas no solo. Foto: Ale Cabral.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

9. EMPURRANDO A BOLA BRANCA

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar precisão.

MÉTODO: situacional.

MATERIAL: canchas de bocha, bolas de bocha, bolas brancas, fita crepe.

Os alunos deverão acertar a bola branca com as bolas azuis e vermelhas. As bolas brancas ficarão a uma distância de três metros do box. Objetivo é cruzar a linha de chegada empurrando a bola branca. O professor poderá ir aumentando a distância gradualmente.



Figura 21 - Duas alunas cadeirantes de costas dispostas separadamente no box da quadra de bocha paralímpica. À frente delas duas bolas e um bastão no solo. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - O professor posiciona uma bola branca para cada aluno, que inicialmente ficará posicionada em a uma distância de três metros do box.

2º ETAPA - O professor distribui seis bolas coloridas para cada aluno, dividindo entre time vermelho e time azul.

3º ETAPA - Ao comando do professor, os alunos devem lançar as bolas coloridas golpeando a branca, causando o deslocamento do alvo, com o intuito de cruzar a linha de chegada, que fica inicialmente à distância de quatro metros da linha de largada.

4º ETAPA - Quem atingir a bola branca na linha de chegada primeiro, vence o jogo.

Variações: o professor poderá aumentar a distância gradualmente.



Figura 21.1 - Duas alunas cadeirantes de costas dispostas separadamente no box da quadra de bocha paralímpica. À frente delas várias bolas vermelhas e azuis e um bastão no solo. Foto: Ale Cabral.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

10. BOCHA BASQUETE

CLASSES: BC2, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar o braço de alavanca.

MÉTODO: analítico.

MATERIAL: bolas de bocha e balde.

Os alunos deverão acertar o maior número de bolas de bocha dentro de um recipiente, que poderá ser um balde, inicialmente. O balde ficará posicionado a três metros do box. Conforme a performance do aluno, o professor poderá aumentar a distância do balde.

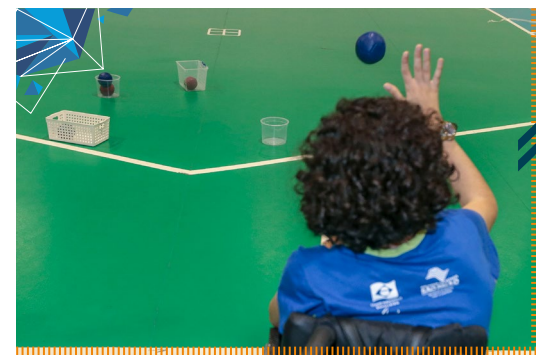


Figura 22 - Um aluno cadeirante ao lado direito do box de jogo, no centro alguns cestos estão posicionados na quadra, o aluno arremessa a bola de bocha dentro do cesto, jogando bocha basquete numa quadra de bocha. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - O professor distribui pela cancha alguns recipientes, sejam eles baldes, cestos, caixas, o que o professor achar conveniente.

2º ETAPA - Os alunos tem que acertar as bolas de bocha dentro dos recipientes.

3º ETAPA - O professor dificulta a atividade mudando os recipientes de lugar.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

11. CADA UM NO SEU QUADRADO

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a precisão.

MÉTODO: analítico.

MATERIAL: bolas de bocha e fita crepe.

O professor fará um quadrado com fita crepe em um local estratégico da cancha e, de forma alternada, os alunos lançarão a bola de bocha colorida com o intuito de acertar dentro do quadrado. O exercício pode ser alternado aumentando ou diminuindo o quadrado de acordo com o grau de dificuldade do aluno.

Os alunos realizarão lançamentos de bolas coloridas de forma alternada em distâncias variadas, podendo ser de três, cinco e oito metros, com objetivos de alvo quadrados de 70, 50, 30 centímetro quadrados.



Figura 23 - Algumas bolas de bocha paralímpica dentro e uma bola fora de um quadrado demarcado com fita no solo. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - Com fita crepe, o professor faz um quadrado em locais estratégicos da cancha.

2º ETAPA - De forma alternada os alunos devem lançar as bolas de bocha dentro do quadrado.

O exercício pode ser alternado aumentando ou diminuindo o quadrado de acordo com o grau de dificuldade do aluno.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

12. JOGO DE BOCHA QUADRA REDUZIDA

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>>

OBJETIVO: desenvolver e aprofundar o conhecimento dos alunos sobre as regras de acordo com a BISFED.

MÉTODO: situacional.

MATERIAL: bolas de bocha, livro de regras, placar de bocha, material de arbitragem.

Jogo de bocha com quadra reduzida em cinco metros. Os grupos serão divididos em: BC1, BC2, BC3, BC4. A prática tem como objetivo enfatizar as regras características de cada classe e explorar a lateral da quadra em jogada na diagonal. BC1 e BC3 executarão com os assistentes e BC2 e BC4 sozinhos.

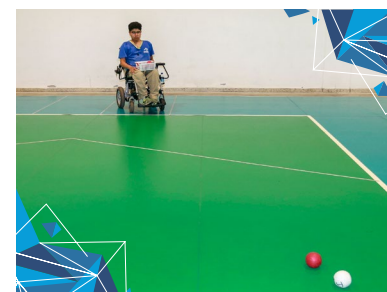


Figura 24 - Um aluno cadeirante em um box de jogo, observando uma bola branca e uma bola vermelha a sua frente, porém distantes. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - Os alunos se posicionam no box de jogo, divididos entre BC1, BC2, BC3 e BC.

2º ETAPA - O jogo é realizado de forma individual, explorando o espaço de jogo apenas até o meio da cancha na região distal da quadra.

3º ETAPA - Os alunos devem enfatizar as regras características de jogo de acordo com sua classe.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

13. JOGO DE BOCHA EM EQUIPES

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar posicionamento.

MÉTODO: global.

MATERIAL: bolas de bocha, fita crepe ou corda.

Jogo de bocha em equipes com ênfase em posicionamento em box.

O professor simulará uma partida de bocha em equipes com os alunos. Os alunos estarão posicionados dentro do box da cancha. Durante a atividade, o professor irá mudando o posicionamento deles, por exemplo, se o aluno começa o jogo com a bola vermelha, no próximo jogo ele jogará com a bola azul. O objetivo é aprender sobre o posicionamento oficial de jogo dentro de cada box, vivenciando assim onde cada jogador deve se posicionar.



Figura 25 - Três alunos cadeirantes dispostos nos boxes de jogo, os dois das pontas observam a aluna que está no centro orientando a assistente a direcionar a cancha. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - Os alunos devem estar posicionados dentro do box da cancha de bocha.

2º ETAPA - Os alunos realizam uma partida de acordo com o manual de regras da modalidade.

3º ETAPA - Ao final da parcial, se o aluno começou com a bola vermelha, na próxima parcial ele joga com a bola azul, para que o aluno possa aprender sobre o posicionamento oficial durante um jogo dentro de cada box.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

14. BOCHA PESCARIA

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar estratégia em equipes.

MÉTODO: global.

MATERIAL: bolas de bocha, peixes de plásticos.

O professor posicionará alguns peixes de plástico em frente à linha “V” na cancha de bocha, e os alunos deverão acertá-los com a bola de bocha. Ganha quem acertar o maior número de peixes.

A brincadeira pode ser variada espalhando os peixes pela cancha, aumentando o grau de dificuldade.



Figuras 26 - Na primeira, duas bolas azuis e uma vermelha no solo próximo a alguns objetos, ao fundo 5 alunos cadeirantes. Na segunda foto um objeto em forma de peixe e uma bola azul de bocha paralímpica colada ao objeto. Fotos: Ale Cabral.

1ª ETAPA - O professor distribui alguns peixes de plástico em frente a linha “V” na cancha de bocha.

2ª ETAPA - O professor distribui algumas bolas de bocha para os alunos.

3ª ETAPA - Os alunos devem lançar as bolas de bocha em direção dos peixes, quem acertar o maior número de peixes ganha o jogo.

Varição: a brincadeira pode ser variada, espalhando os peixes pela cancha, aumentando o grau de dificuldade.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

15. QUEBRA TORRES

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a precisão.

MÉTODO: global.

MATERIAL: bolas de bocha e garrafa pet.

Os alunos em posicionamento dentro do box da cancha, em posição de jogo, deverão acertar com as bolas de bocha as garrafas pet de 500ml espalhas por toda a quadra.

A quantidade de garrafas depende do avanço do aluno, quanto menos garrafas espalhadas, maior o nível de dificuldade.

O professor deve demarcar a distância de três metros, começando pela linha do box. Os alunos terão que lançar a bola de bocha, acertando as garrafas pet. Assim que o exercício for realizado, o professor deverá dificultar o exercício gradativamente, aumentando a distância de seis metros, para que os alunos possam exercitar sua precisão. Selecionar todos os pontos de maior dificuldade para acertar as garrafas e enfatizá-los.



Figura 27 - Quatro alunos cadeirantes dispostos nos boxes da quadra de bocha paralympica observam a sua frente o resultado do jogo quebra torres. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - Os alunos devem estar em posicionamento dentro do box, em posição de jogo.

2º ETAPA - O professor deve espalhar garrafas pet de 500ml dentro de uma distância de três metros a partir da linha do box.

3º ETAPA - Os alunos devem lançar a bola de bocha acertando as garrafas pet.

4º ETAPA - O professor dificulta o exercício aumentando a distância de seis metros e nove metros, para que os alunos possam exercitar sua precisão.

5º ETAPA - O professor deve selecionar todos os pontos de maior dificuldade para acertar as garrafas e enfatizá-los.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

16. SAÍDA DE BOLA

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a precisão.

MÉTODO: analítico.

MATERIAL: bolas de bocha.

O professor posicionará a bola “jack” em um local estratégico da cancha, e o aluno, posicionado em seu box, deverá lançar a bola de cor em frente à bola branca, simulando uma saída de bola.

Conforme o aluno for acertando a bola “jack”, o professor retirará a bola de cor que o aluno acertou em frente a bola “jack” para que ela fique livre e o aluno repita o lançamento. O exercício deve ser feito em saídas de bola de curta distância, média distância e longa distância. O exercício deve ser repetido diversas vezes.



Figuras 28 - Aluno cadeirante. A primeira mostra o aluno concentrado observando a trajetória da bola logo após o lançamento, a segunda mostra o aluno sorrindo, observando a bola lançada colada na bola Jack que era o alvo. Fotos: Ale Cabral.

- 1º ETAPA** - O professor posiciona a bola branca em um local estratégico da cancha.
- 2º ETAPA** - O aluno posicionado em seu box deve lançar a bola de cor em frente à bola branca, simulando uma saída de bola.
- 3º ETAPA** - Conforme o aluno for acertando a bola “jack”, o professor retira a bola de cor que o aluno acertou que ficou em frente da bola “jack”.
- 4º ETAPA** - Após a bola “jack” estar livre, o aluno repete o lançamento.

O exercício deve ser feito em saídas de bola de curta distância, média distância e longa distância.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

17. SAÍDA DE BOLA DO ADVERSÁRIO

CLASSES: BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a precisão.

MÉTODO: analítico.

MATERIAL: bolas de bocha.

O professor posicionará a bola “jack” em um local estratégico da cancha, e na frente da bola “jack” o professor posicionará uma bola de cor. Esta bola de cor deverá ser de cor diferente da que o aluno estiver lançando. Por exemplo, se o professor posicionar a bola azul em frente à “jack” o aluno deverá lançar a bola vermelha.

Posicionado dentro do box, o aluno deverá lançar sua bola de cor para tentar tirar a bola que está impedindo de acertar a bola “jack”. O intuito é de abrir o jogo. O professor dificultará o exercício mudando a posição da bola “jack” em diversos locais da cancha.



Figuras 29 - Um aluno cadeirante. A primeira mostra o aluno observando a trajetória da bola após o lançamento tentando acertar o alvo, a segunda mostra o aluno observando bola lançada ultrapassar o alvo. Fotos: Ale Cabral.

- 1º ETAPA** – O professor posiciona a bola “jack” em um local estratégico da cancha.
- 2º ETAPA** – O professor distribui seis bolas para o aluno, sendo seis azuis ou seis vermelhas.
- 3º ETAPA** – O professor posiciona uma bola de cor (a cor deve ser diferente daquelas do aluno que estiver lançando, por exemplo, se o professor posicionar a bola azul em frente à “jack” o aluno deve lançar a bola vermelha).
- 4º ETAPA** – O aluno deve lançar sua bola de cor para tentar tirar a bola que está impedindo de acertar a bola “jack”, com o objetivo de abrir o jogo.

O professor dificultará o exercício mudando a posição da bola “jack” em diversos locais da cancha. O exercício deve ser repetido diversas vezes.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

18. BOCHA CURLING

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a precisão.
MÉTODO: situacional.
MATERIAL: colas de bocha.

O aluno posicionado dentro do box deverá lançar a bola dentro do quadrado que está no meio da cancha, simulando assim uma partida de curling.

A bola branca não faz parte da atividade e os lançamentos são alternados entre bolas azuis e bolas vermelhas (um de cada vez). Quem estiver com a bola mais próxima do centro do quadrado, será o campeão da partida.



Figura 30 - Dois alunos cadeirantes no box de jogo observando as bolas de bocha que foram lançadas à frente cujo objetivo era acertar em um quadrado demarcado no solo. Foto: Ale Cabral.

- 1º ETAPA** – Os alunos devem estar posicionados dentro do box de jogo.
- 2º ETAPA** – Cada aluno está com seis bolas de bocha.
- 3º ETAPA** – O objetivo é aproximar as bolas de cor o mais próximo possível do quadrado que está localizado no meio da cancha.
- 4º ETAPA** – Os alunos devem lançar as bolas dentro do quadrado, simulando assim uma partida de curling.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

19. FLORESTA DOS BICHOS

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a precisão.
MÉTODO: global recreativo.
MATERIAL: bolas de bocha, figuras de animais, cones, sistema com sons de animais (celular).

O professor posicionará cones com figuras de animais na linha “V” da quadra de bocha, e os alunos deverão ficar posicionados na área de lançamento (box).

O professor irá reproduzir o som do animal usando um celular ou algum outro sistema de som, com o objetivo de o aluno associar o som com a figura que estará no cone. Assim que o aluno identificar, ele deverá acertar o cone com a figura do animal.



Figura 31 - Dois alunos cadeirantes se olhando e a frente uma caixinha de som e alguns cones com figuras de animais impressas e fixadas. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - O professor posiciona cones com figuras de animais na linha “V” da quadra de bocha.

2º ETAPA - Os alunos devem ficar posicionados na área de lançamento (box).

3º ETAPA - O professor reproduz o som do animal usando um celular ou algum outro sistema de som, com o intuito do aluno identificar o som com a figura que está no cone.

4º ETAPA - Assim que o aluno associa o som, ele deve acertar o cone com a figura do animal.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

20. JOGO DA MEMORIA

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a precisão.

MÉTODO: situacional.

MATERIAL: bolas de bocha, figuras de animais, sistema com sons de animais (celular), quadra de bocha quadriculada.

O professor marcará a quadra com vários quadrados e dentro de cada um deles serão colocados pares de figuras de animais. Os alunos terão três minutos ou o tempo que o professor achar melhor, de acordo com o grau de dificuldade dos alunos, para memorizar os pares. Após o final do tempo, o professor virará as figuras para que a imagem não fique visível. Os alunos deverão acertar as bolas nos quadrados que contenham as figuras pares. Vence quem acertar o maior número de pares.



Figura 32 - Diversas figuras impressas, espalhadas por quadrados demarcados dentro da quadra de bocha paralímpica. Foto: Ale Cabral.

Figura 32.1 - Professor virando uma figura impressa após o aluno ter acertado a mesma. Foto: Ale Cabral.



Figura 32.2 - Cinco alunos cadeirantes ao fundo observando uma bola vermelha arremessada próximo a uma figura impressa de um porquinho. Foto: Ale Cabral.

- 1º ETAPA** - O professor quadricula com fita crepe a cancha de bocha.
- 2º ETAPA** - Em cada quadrado é posta, pelo professor, uma figura de animais que contenham pares.
- 3º ETAPA** - Os alunos têm três minutos ou o tempo que o professor achar melhor de acordo com o grau de dificuldade dos alunos para memorizar os pares.
- 4º ETAPA** - Após o final do tempo o professor vira as figuras para que as imagens não fiquem visíveis.
- 5º ETAPA** - Os alunos devem acertar as bolas de bocha nos quadrados que contenham as figuras pares.

Vence quem acertar o maior número de pares.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

21. CAMPO MINADO

CLASSES: BC1, BC2, BC3 E BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a precisão.
 MÉTODO: situacional.
 MATERIAL: bolas de bocha e garrafa pet.

O professor posicionará algumas bolas coloridas pela cancha de bocha. Cada bola colorida terá uma pontuação e próximo a essas bolas coloridas serão posicionadas algumas garrafas pet, ou algum material que possa servir de obstáculo. Os alunos terão que aproximar as bolas de bocha na bola colorida (laranja, verde, roxa, etc) sem tocar nos obstáculos. Caso o aluno acerte os obstáculos, não contará o ponto e ele perderá a bola arremessada. Quem conseguir o maior número de pontos ganha.



Figura 33 - Dois alunos cadeirantes dentro do box de jogo, observando o resultado de uma atividade em que tinham que acertar as bolas em alvos que eram garrafinhas pet. Foto: Ale Cabral.

- 1º ETAPA** - São posicionadas pelo professor algumas bolas de bocha coloridas.
- 2ª ETAPA** - Como obstáculo são posicionadas garrafas pet de 500ml próximo das bolas de bocha.
- 3º ETAPA** - É estipulada uma pontuação para cada bola de bocha colorida.
- 4º ETAPA** - Os alunos posicionados no box devem estar com seis bolas de bocha cada um.
- 5º ETAPA** - Os alunos devem aproximar as bolas de bocha das bolas coloridas espalhadas pela cancha sem tocar nos obstáculos (garrafa pet).

« REGRAS DO JOGO

Caso o aluno acerte o obstáculo (garrafas), será computado -1 ponto para ele.

Quem conseguir aproximar mais bolas de bocha das bolas coloridas ganha o jogo, somando o maior número de pontos.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

22. NA TRAVE

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a precisão.

MÉTODO: situacional.

MATERIAL: bolas de bocha, bastões.

O professor posicionará dois bastões em forma de “V” e os alunos terão que aproximar as bolas de bocha na bola branca que ficará na ponta dos dois bastões sem tocar nos bastões. Caso o aluno acerte os bastões, não contará o ponto e ele perderá a bola arremessada. Quem conseguir o maior número de pontos ganha.



Figura 34.1 - Algumas bolas de bocha dentro do espaço entre 2 bastões, ao fundo aluna observa. Foto: Ale Cabral.

1º ETAPA - São posicionados pelo professor dois bastões em formato de “V” na lateral da quadra.

2ª ETAPA - Dentro dos bastões é posicionada uma bola branca de bocha.

3º ETAPA - Os alunos posicionados no box devem estar com seis bolas de bocha cada um.

5º ETAPA - Os alunos devem aproximar as bolas de bocha na bola branca sem tocar nos bastões.

REGRAS DO JOGO

Caso o aluno acerte o bastão, será computado -1 ponto para ele.

Quem conseguir aproximar mais bolas de bocha dentro do “V” dos bastões ganha o jogo, somando o maior número de pontos.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.

23. CONTROLE DE FORÇA

CLASSES: BC1, BC2, BC3, BC4 >>

OBJETIVO: desenvolver e aprimorar a precisão.

MÉTODO: situacional.

MATERIAL: bolas de bocha, bolas coloridas.

O professor posicionará seis bolas coloridas ou brancas em forma de “V” e os alunos terão que aproximar as bolas de bocha na bola colorida que ficará inicialmente à frente da linha “V”. O objetivo é aproximar o maior número de bolas vermelhas ou azuis das bolas coloridas. Quem conseguir o maior número de pontos ganha.



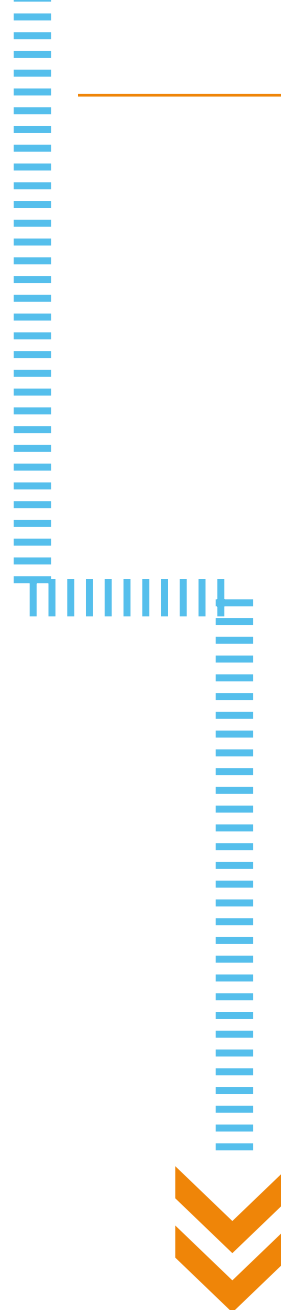
Figura 35.1 - Um aluno cadeirante preparado para realizar um lançamento tipo dardo. Foto: Ale Cabral.

- 1º ETAPA** - São posicionadas pelo professor seis bolas coloridas em formato de "V" conforme a figura.
- 2ª ETAPA** - A cada rodada, as bolas coloridas são reposicionadas, ganhando mais um metro de distância do box.
- 3º ETAPA** - Os alunos posicionados no box devem estar com seis bolas de bocha cada um.
- 5º ETAPA** - Os alunos devem aproximar as bolas vermelhas ou azuis das bolas coloridas. Cada bola que aproximar a distância que o professor estipular será somado um ponto.

Referência: Atividades desenvolvidas na Escola de Esportes Paralímpicos.



Imagem de um aluno cadeirante arremessando uma bola de bocha paralímpica. Foto: Ale Cabral.





CONSIDERAÇÕES FINAIS

O esporte para a criança com deficiência é uma ferramenta de inclusão social. Os alunos de bocha, muitas vezes, são discriminados nas aulas regulares de educação física por vários fatores, mas o detectado em muitas pesquisas é a falta de conhecimentos dos instrutores e/ou professores.

Percebe-se, também, que as famílias não têm conhecimento do esporte e ou atividade física paralímpica, achando que seus filhos não são capazes de uma prática esportiva. Sabedores que os alunos praticantes desta modalidade apresentam uma dificuldade motora acentuada e que ao mesmo tempo a prática esportiva melhora a sua autoestima, muitos alunos da Escola de Esportes Paralímpicos têm apresentado mudanças positivas, seja em suas habilidades motoras, seja no aspecto social, mudando uma realidade familiar, que se amplia para o ambiente escolar, chegando a produzir avanços nos relacionamentos sociais.

A Escola de Esportes Paralímpicos oportuniza a prática esportiva para crianças com deficiência, além de capacitar profissionais de educação física no atendimento a essa clientela. Divulgar a prática da bocha, dentro de uma perspectiva de iniciação, aonde incide a etapa mais importante da construção de um cidadão e/ou atleta paralímpico e torna-se uma missão relevante para a inclusão social.

Como já foi alertado, neste trabalho, a atividade física é uma ferramenta de inclusão social melhorando a autoestima, incentivando a pessoa com deficiência a lutar pelos seus direitos, seja na educação, no trabalho ou na comunidade onde reside.

Portanto, este livro servirá para orientar professores em todo o Brasil, a começar uma atividade planejada para alunos com paralisia cerebral severa, ataxia de Friedrich, distrofias musculares com comprometimento motor nos quatros membros, esclerose múltipla, lesão medular de C5 ou nível acima, espinha bífida com envolvimento da extremidade superior e outras condições semelhantes que resultem em problemas de força e coordenação.

Esperamos contribuir para a melhoria da qualidade de vida desses alunos, alertando para a divulgação de outras experiências que possam agregar aos conhecimentos já existentes, diminuindo a problemática da discriminação à pessoa com deficiência.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDE. **Associação Nacional de Desporto para Deficientes**. Acesso em 12/08/2019. Disponível em: <http://ande.org.br/>

BISFED. **International Boccia Rules 2018 - v.3**. Acesso em 07/03/2019. Disponível em: http://www.BISFED.com/wp-content/uploads/2014/01/V.3_with_markup.pdf

BOBATH, Berta; BOBATH; Karel. **Desenvolvimento Motor Diferentes tipos de Paralisia Cerebral**. São Paulo: Manole, 1989.

Boccia Classification Rules 4th Edition October 2018. Acesso em 09/03/2019. São Paulo: Manole, 1989. <http://www.BISFED.com/wp-content/uploads/2018/12/Boccia-Classification-Rules-4th-Edition-October-2018.pdf>

BRANDÃO I.B; CAMPEÃO, M. Bocha. In: MELLO, M.T.; WINCLER C. **Esporte Paralímpico**. São Paulo: Atheneu, 2012, pg 89.

CAMPEÃO, M. S. **Proposta de ensino de bocha para pessoas com paralisia cerebral**. Dissertação (Mestrado em Educação Física), Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2002.

GARGANTA, J. Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos. In: GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. de (Ed.). **Ensino dos jogos desportivos. 2. ed.** Porto: Universidade do Porto, 1995.

GRECO, P.J. **Iniciação esportiva universal vol. 2: metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube**. Belo Horizonte: UFMG, 1998.

IPC. **International Paralympic Committee**. Acesso em 09/03/2019. Disponível em: <https://www.paralympic.org>

CAMPEÃO, M.; OLIVEIRA, R.G. **Manual de orientação para professores de educação física**. Brasília: Comitê Paraolímpico Brasileiro, 2006

PERFEITO, Paulo José Carneiro. **Metodologia de treinamento no futebol e futsal: discussão da tomada de decisão na iniciação esportiva**. 2009. 123 f., il. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade de Brasília, Brasília, 2009.

BISFED. **International Boccia Rules 2021 - 2024 - v 1.1**. Acesso em 06/11/2021. Disponível em: https://www.worldboccia.com/wp-content/uploads/2021/10/BISFed-2021-2024-Competition-Rules_Versao-Portuguesa_V1.1_POR-1.pdf



Presidente do Comitê Paralímpico Brasileiro e da Academia Paralímpica Brasileira

Mizael Conrado

Vice-presidente

Yohansson do Nascimento

Superintendente

Nelson Hervey

Diretor Jurídico e Compliance

Paulo Losinkas

Diretor do Centro de Treinamento Paralímpico Brasileiro

Marcos Garcia

Diretor de Esportes de Alto Rendimento

Jonas Freire

Diretor de Desenvolvimento Esportivo

Ramon Pereira

Colaboração

José Fernandes Filho, Luciana Gobbi, Daniel Brito, Filipe Lopes Barboza, Lucas Gabriel dos Santos Borba, Silvana Cristina de Souza e Soraia Cabral

Projeto Gráfico

Rafaela Costa

Diagramação

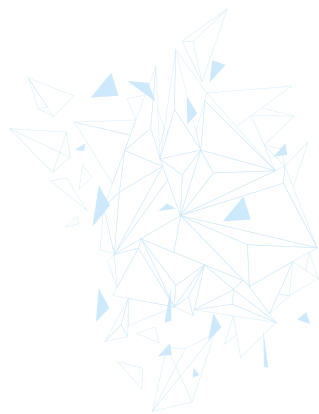
Thaysa Torres

Fotos

Alessandra Cabral

Revisão

Empresa responsável: TranscritoJá.



**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Viana, Walas Carvalho

Manual iniciação ao esporte paralímpico [livro eletrônico] : bocha / Walas Carvalho Viana, Fernanda Bravo Talhateli. -- São Paulo, SP : Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB, 2021. -- (Manual iniciação ao esporte paralímpico)

PDF

Bibliografia.

ISBN 978-65-994012-3-7

1. Atletas com deficiência - Brasil 2. Bocha
3. Esportes para pessoas com deficiência física
4. Paralimpíadas I. Talhateli, Fernanda Bravo.
II. Título. III. Série.

21-88826

CDD-796.04507

Índices para catálogo sistemático:

1. Esporte paralímpico : Estudo e ensino 796.04507

Eliete Marques da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9380



COMITÊ
PARALÍMPICO
BRASILEIRO

