Manual de Orientação para Professores de Educação Física

BOCHA

Bocha Paraolímpica

PARAOLÍMPICOS DO FUTURO

Manual de Orientação para Professores de Educação Física

BOCHA

Bocha Paraolímpica

Autores: Márcia da Silva Campeão e Ronaldo Gonçalves de Oliveira

Brasília – DF
2006

COMITÊ PARAOLÍMPICO BRASILEIRO

COMITÊ PARAOLÍMPICO BRASILEIRO

DIRETORIA EXECUTIVA: 2005/2008

VITAL SEVERINO NETO
Presidente

SÉRGIO RICARDO GATTO DOS SANTOS
Vice-Presidente Financeiro

FRANCISCO DE ASSIS AVELINO
Vice-Presidente Administrativo

ANA CARLA MARQUES TIAGO CORRÊA
Assessora Especial para Assuntos Institucionais

ANDREW GEORGE WILLIAN PARSONS
Secretário Geral

WASHINGTON DE MELO TRINDADE
Diretor Administrativo

CARLOS JOSÉ VIEIRA DE SOUZA
Diretor Financeiro

EDÍLSON ALVES DA ROCHA
Diretor Técnico

VANILTON SENATORE
Coordenador-Geral do Desporto Escolar

RENAUSTO ALVES AMANAJÁS
Coordenador-Geral do Desporto Universitário

Material produzido para o projeto “Paraolímpicos do Futuro” com recursos da Lei nº 10.264/2001 para o desenvolvimento do esporte escolar.
Distribuição dirigida e gratuita.
Venda proibida.

Manual de Orientação
para Professores
de Educação Física

Bocha Paraolímpica

Autores:

Márcia da Silva Campeão
Professora de Educação Física, graduada pela Universidade Federal de Juiz de Fora
Professora Especialista em Ética Aplicada e Bioética na Deficiência, pela FIOCRUZ
Professora Mestre em Educação Física Adaptada, pela Universidade Estadual de Campinas
Professora dos Cursos de Graduação em Educação Física e Pedagogia da Universidade Católica de Petrópolis
Professora do Curso de Pós-Graduação em Educação Especial da Universidade Católica de Petrópolis
Coordenadora do Programa de Esportes para Pessoas com Deficiência da Secretaria de Esportes e Lazer da Prefeitura de Petrópolis
Coordenadora Técnica Nacional da Modalidade Paraolímpica Bocha pela Associação Nacional de Desporto para Deficientes

Ronaldo Gonçalves de Oliveira
Formado em Comunicação Social, com habilitação em Jornalismo, e em Educação Física
Especialização em Didática do Ensino Superior pela Faculdades Bandeirantes de Suzano
Professor da Disciplina Educação Física Adaptada no Serviço Social da Indústria, Suzano
Coordenador de Esportes e Lazer no Trabalho de Apoio ao Deficiente
Coordenador Técnico e Técnico das equipes de Bocha, Voleibol Sentado, Halterofilismo, Atletismo, Dança em Cadeira de Rodas, Basquetebol sobre Rodas e Educação Física Adaptada para Deficientes Mentais, 2000/2004
Atual Técnico Voluntário da Equipe de Bocha com Paralisado Cerebral, da Seleção Brasileira de Bocha Adaptada
Técnico da Seleção Brasileira, Copa América, USA, 2002
Seleção Brasileira de Bocha Adaptada, Técnico da Seleção Brasileira, Mundial, Portugal, 2002
Seleção Brasileira de Voleibol Sentado, Técnico das Seleções Masculina, Parapanamericano, Argentina, 2003
Seleção Brasileira de Voleibol Sentado, Técnico da Seleção Masculina Sub-23, Mundial, Eslovênia, 2005
Associação Brasileira de Voleibol Paraolímpico, Atual Diretor Técnico

Revisão:
Sérgio Augusto de Oliveira Siqueira
e-mail: paradesportosergio@hotmail.com

Fotos:
Mike Ronchi
Tel. (61) 8166 5257
e-mail: fotossíntese@brturbo.com.br

Projeto gráfico, revisão e arte-final:
Informação Comunicação Empresarial
Tels.: (61) 3208 1155 / (11) 3021 5445
e-mail: atendimento@icomunicacao.com.br
www.icomunicacao.com.br

Impressão:
Gráfica Cidade

FICHA CATALOGRÁFICA

C186b Campeão, Márcia da Silva
Bocha paraolímpica: manual de orientação para professores de educação física / Márcia Campeão, Ronaldo Gonçalves de Oliveira – Brasília : Comitê Paraolímpico Brasileiro, 2006.
42p.: il.

ISBN : 85-60336-03-6
978-85-60336-03-6

1. Esportes. 2. Bocha. 3. Deficiente físico. 4. Educação física. 5. Metodologia do esporte. 6. Manual de orientação para professores de educação física. I. Título. II. Campeão, Márcia da Silva. III. Oliveira, Ronaldo Gonçalves de.

CDU: 796

SUMÁRIO

1. HISTÓRICO 9

2. SISTEMA DE CLASSIFICAÇÃO FUNCIONAL PARA O JOGO DE BOCHA ADAPTADO 10

3. PRINCIPAIS REGRAS 13

4. COMPETIÇÕES 22

5. INICIAÇÃO AO ESPORTE 23

6. TREINAMENTO ESPORTIVO 36

7. RESULTADOS EM PARAOLIMPÍADAS 40

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS 42

O FUTURO MAIS QUE PRESENTE

O projeto Paraolímpicos do Futuro, que ora se inicia, faz parte de nossos anseios há um bom tempo. Mais precisamente desde 2001, quando foi sancionada a Lei Agnelo/Piva, verdadeiro divisor de águas na história do esporte brasileiro. A referida lei, que destina recursos para o fomento a diversas áreas da prática desportiva, atende também ao meio escolar.

Sempre defendi que, antes de tomarmos qualquer iniciativa com relação ao desenvolvimento do esporte para crianças e jovens com deficiência na escola, precisávamos criar uma cultura do esporte paraolímpico no país. De fato, hoje, a sociedade está bem mais sensível a esta nobre causa. E, sem sombra de dúvida, o desempenho de nossos atletas na Paraolimpíada de Atenas, em 2004, muito contribuiu para a exposição e a conseqüente visibilidade do esporte de alto-rendimento para pessoas com deficiência.

No contexto atual de escola inclusiva, na qual alunos com e sem deficiência estudam juntos, o Paraolímpicos do Futuro vem preencher importante lacuna: apresentar à comunidade acadêmica o esporte adaptado, torná-lo ferramenta de integração e, ainda, garimpar futuros talentos. Com uma estratégia de implantação gradativa, que se estenderá até 2008, o projeto tem, para 2006, ações programadas nas cinco regiões geográficas do Brasil: Santa Catarina (Região Sul), Minas Gerais (Sudeste), Mato Grosso do Sul (Centro-Oeste), Ceará (Nordeste) e Pará (Norte).

O trabalho tem cronograma de etapas diferenciadas prevendo a preparação do material didático e de divulgação e a sensibilização dos agentes envolvidos diretamente. A meta do ano é levar a informação para 3.000 escolas, média de 600 em cada uma das cinco unidades da Federação, e treinar 6.000 professores de educação física, dois em média por unidade escolar.

Como fechamento do ano, o Comitê Paraolímpico Brasileiro realizará em outubro, em parceria com o Ministério do Esporte, o I Campeonato Escolar Brasileiro Paraolímpico de Atletismo e Natação. A competição possibilitará a criação de *ranking* dos jovens atletas, que poderão pleitear, em 2007, a Bolsa-Atleta, programa de incentivo do governo federal.

O próximo passo será seguir o rumo de integração hoje existente entre Olimpíada e Paraolimpíada, bem como Pan-americano e Parapan-americano, competições indissociáveis, dentro de uma mesma estrutura organizacional. A idéia é aproximarmos os Jogos Paraolímpicos Escolares das já tradicionais Olimpíadas Escolares e Universitárias.

Como pode ver, caro(a) professor(a), na qualidade de referência dos alunos, de formador de opinião, você só tende a alavancar a plena ambientação dos estudantes com deficiência na escola. De posse de nova capacitação e de compromisso sedimentado em bases éticas e humanas, sua participação é fundamental para o sucesso do projeto.

VITAL SEVERINO NETO

Presidente do Comitê Paraolímpico Brasileiro

1. HISTÓRICO[1]

O jogo de bocha representa um dos esportes mais desafiadores e de significativo crescimento em todo o mundo, principalmente, por ser uma modalidade direcionada a pessoas que apresentam um quadro severo de disfunção motora, propiciando uma verdadeira condição de inclusão e igualdade de participação com outros alunos sem deficiência (CAMPEÃO, 2003).

Existem muitas versões quanto à origem do jogo tradicional. A maior referência é que seja uma adaptação para quadra fechada do jogo italiano de boliche em grama. Também praticado na Grécia Clássica, no início apenas como passatempo e que a aristocracia Italiana introduziu na Corte Florentina no século XVI.

Encontram-se também referências que estabelecem uma analogia com um jogo francês (*Pentaque*) que começou a ser desenvolvido e praticado em 1910, no balneário *La Ciotat*, próximo a Marselha.

Mas somente nos anos 70 este esporte foi resgatado pelos países nórdicos com o fim de adaptá-lo a pessoas com deficiência.

No início era voltado apenas para pessoas com paralisia cerebral, com um grave grau de comprometimento motor (os quatro membros afetados e o uso de cadeira de rodas). Atualmente pessoas com outras deficiências também podem competir, desde que inseridas em classe específica e que apresentem também o mesmo grau de deficiência similar ao da paralisia cerebral, ou seja, um quadro de tetraplegia. Ex.: Distrofia Muscular Progressiva, AVC, ou dano cerebral com função motora progressiva, e outras.

O jogo de bocha é um jogo competitivo que pode ser praticado individualmente, em duplas ou em equipes. A partida é realizada com um conjunto de bolas de bocha que consiste em seis bolas azuis, seis bolas vermelhas e uma bola branca, em uma quadra especialmente marcada de superfície plana e lisa. A sua finalidade principal é a mesma do bocha convencional, ou seja, encostar o maior número de bolas na bola-alvo.

As vertentes deste jogo vão do lazer e recreação ao mais alto nível de competição e está, neste âmbito, reconhecido pelas entidades oficiais de nível mundial, elegendo-o como desporto paraolímpico.

No Brasil, o jogo de bocha ficou conhecido a partir de 1995 quando dois atletas, inscritos para o atletismo nos Jogos Pan–americanos de Mar Del Plata, aceitaram participar, de improviso, da competição de bocha visando à aprendizagem para posterior implantação da modalidade. Eles obtiveram o 1º lugar em duas categorias, surpreendentemente. Em junho de 1996, dando prosseguimento ao Programa de Fomento Esportivo, a ANDE lançou o Projeto *Boccia* para Portadores de Paralisia Cerebral Severa, em Curitiba, quando se fizeram representar cinco Estados: Paraná, com duas entidades; Rio de Janeiro, com cinco entidades e Mato Grosso do Sul, Minas Gerais e São Paulo com uma entidade cada (Cunha *et al*., 1999).

BENEFÍCIOS PRÁTICOS DO JOGO DE BOCHA

O jogo de bocha é uma atividade que pode ser praticada por pessoas de todas as idades e de diferentes tipos de deficiência. Pode ser jogado de forma recreativa, como esporte competitivo, ou como atividade de educação física nos programas escolares.

O jogo requer planejamento, estratégia na tentativa de colocar o maior número de bolas próximas da bola-alvo, desenvolvendo e aumentando, entre outras funções, a capacidade viso-motora. Finalmente, a bocha é uma atividade na qual indivíduos com grau de deficiência motora grave podem participar e desenvolver um elevado nível de habilidade. O jogo pode ser facilmente adaptado para permitir que jogadores com limitação funcional usem dispositivos auxiliares, tais como rampas ou calhas e capacetes com ponteira.

A habilidade e a inteligência tornam-se fundamentais no desenvolvimento das jogadas, assistindo-se muitas vezes a um verdadeiro espetáculo de alternância da vantagem, pela aplicação de técnicas e táticas adequadas a cada circunstância.

---

[1] Fonte: *Boccia for peoples with disabilities*

2. SISTEMA DE CLASSIFICAÇÃO FUNCIONAL PARA O JOGO DE BOCHA ADAPTADO[2]

O jogo de bocha foi adaptado para atender a pessoas com paralisia cerebral e outros tipos de deficiência que apresentam um grau severo de comprometimento motor. Para tanto, faz-se necessário o agrupamento desses atletas com base na habilidade funcional para tornar o nível da competição o mais próximo possível da igualdade de condições.

PERFIL DE CLASSIFICAÇÃO

Para a prática do jogo de bocha, os atletas serão considerados elegíveis, uma vez enquadrados no perfil da classificação funcional para pessoas com paralisia cerebral, criado pela CP-ISRA (*Cerebral Palsy-International Sports and Recreation Association*), correspondente às classes C1 e C2, ou seja, com o maior grau de comprometimento motor em relação a todas as demais classes destinadas às mais diversas modalidades.

PERFIL FUNCIONAL – CLASSE 1 (C1)

- Apresenta quadriplegia (tetraplegia) – Implicação severa. Com ou sem atetose ou com pouca amplitude de movimento funcional e pouca força funcional em todos os membros e troncos ou, atetose severa com ou sem espasticidade com pouca força e controle funcional. Depende de cadeira motorizada ou ajudante para se movimentar. Incapaz de mover a cadeira funcionalmente.
- Membros inferiores – Considerado não funcional em relação a qualquer esporte devido à limitação na amplitude de movimento, força e/ou controle. Movimentos mínimos ou involuntários não devem mudar a classe do atleta.
- Controle de tronco – Muito pouco controle de tronco estático e dinâmico ou inexistente. Dificuldade severa em ajustar a coluna em relação à linha média do corpo ou na posição ereta quando executando movimentos específicos ao desporto.
- Membros superiores – Limitação severa na amplitude de movimento funcional ou atetose severa são os principais fatores em todos os esportes. O movimento de arremesso reduzido com pouca finalização do movimento é evidente. A oposição do dedo polegar com outro dedo pode ser possível, permitindo ao atleta realizar o aperto da mão.

PERFIL FUNCIONAL – CLASSE 2 (C2)

- Apresenta quadriplegia (tetraplegia) – Implicação de severa a moderada. Espasticidade com ou sem atetose. Atetose severa ou tetraplegia com mais função no lado menos afetado. Pouca força funcional em todos os membros e no tronco, mas capaz de movimentar a cadeira.
- Membros inferiores – Apresenta um grau demonstrável de função em um ou em ambos os membros permitindo propulsão na cadeira, o que qualifica automaticamente o atleta para a classe 2 (baixa). Se a equipe de classificação determinar que a função do membro inferior é mais apropriada para uma classe mais elevada, então o atleta não será classificado na classe 2. Os atletas da classe 2 (alta ou baixa) podem, algumas vezes, andar, mas nunca correr.
- Controle de tronco – Controle estático é satisfatório. Pouco controle dinâmico do tronco como demonstrado pelo uso obrigatório dos membros superiores e/ou da cabeça para ajudar no retorno do tronco à linha média do corpo (posição ereta).
- Membros superiores (mãos) – Implicação de severa a moderada. Se a função da mão e do braço é como a descrita na classe 1, então os membros superiores determinarão se a classe 2 é a mais apropriada.

[2] Fonte: *International Boccia Comission*

O atleta de classe 2 (alta) freqüentemente tem um aperto de mão cilíndrico ou espiral e pode demonstrar destreza suficiente para manipular e arremessar uma bola, mas demonstrará pouco aperto e soltura da mão. Movimentos de arremesso devem ser testados para se observar os efeitos da função da mão. A propulsão da cadeira pelos membros superiores também é demonstrada. A amplitude de movimento ativo é de moderada a severamente diminuída, mas a função da mão é o ponto-chave.

DIVISÃO DE JOGO DE ACORDO COM O PERFIL FUNCIONAL DO ATLETA

Os atletas são classificados em 4 classes distintas, chamadas de BC1, BC2, BC3 e BC4, o termo BC significa, *Boccia Classification* (Classificação da Bocha) e suas numerações referem-se a um determinado grau de comprometimento motor por parte do aluno. As classes BC1 e BC2 são estritamente designadas para praticantes com paralisia cerebral.

Até 1992, na Paraolimpíada de Barcelona a bocha era disputada em duas classes: C1 e C2; já em 1996, em Atlanta, foi incluída uma nova classe chamada C1*wad*, uma classe intermediária para pessoas com paralisia cerebral mais severa. Somente em 2000, Sydney, as classes passaram a ter a denominação de BC, sendo que as disputas incluíram atletas até a classe BC3. Finalmente em 2004, Atenas estreou a classe BC4, voltada para os não portadores de paralisia cerebral (OLIVEIRA, 2002).

BC1 – O atleta tem paralisia cerebral com disfunção motora que afeta todo o corpo.

a) não é capaz de impulsionar a cadeira de rodas manual;
b) tem dificuldade de alterar a posição de sentar-se;
c) usa o tronco em movimentos de cabeça e braços;
d) tem dificuldades em movimentos de segurar e largar;
e) não tem uso das funções das pernas.

BC2 – O atleta tem paralisia cerebral com disfunção motora que afeta todo o corpo.

a) tem controle do tronco, mas envolvendo movimento dos membros;
b) tem dificuldades em movimentos isolados e regulares dos ombros;
c) capaz de afastar dedos e polegar, mas não rapidamente;
d) é capaz de deslocar a cadeira de rodas com as mãos ou os pés;
e) ser capaz de ficar de pé / andar de forma muito instável.

BC3 – O atleta tem paralisia cerebral ou não cerebral, ou de origem degenerativa.

a) tem disfunção locomotora grave nos quatro membros;
b) não apresenta força e coordenação suficientes para segurar e largar a bola;
c) não apresenta força e coordenação suficientes para lançar a bola além da "linha V" em direção à quadra.

BC4 – O atleta tem grave disfunção locomotora nos quatro membros, de origem degenerativa ou não cerebral.

a) a faixa ativa dos movimentos é pequena;
b) demonstra pouca força ou severa falta de coordenação combinada com o controle dinâmico do tronco deficiente;
c) usa a força de movimento da cabeça ou dos braços para o retorno à posição sentado após um desequilíbrio (ex.: após um lançamento);
d) é capaz de demonstrar destreza suficiente para manipular e lançar a bola além da "linha V" em direção à quadra. Entretanto, fica evidente o precário controle de segurar e largar a bola;
e) apresenta com freqüência um balanço tipo pêndulo ao invés de arremesso com a mão por cima;
f) é capaz de movimentar e deslocar a cadeira de rodas;
g) não é capaz de realizar movimentos bruscos.

Atletas com diagnósticos e os perfis abaixo podem ser elegíveis para a Classe BC4

- Ataxia de Friedrich.
- Distrofia Muscular (força mais próxima menor que 60%).
- Esclerose múltipla.
- AVC.
- Lesão medular de C5 e acima.
- Espinha bífida com envolvimento da extremidade superior.
- Outras condições semelhantes que resultem em problemas de força e coordenação.

A classificação funcional é realizada por um grupo de diferentes profissionais. Normalmente um médico, um fisioterapeuta e um professor de educação física. É realizada antes das competições, em um local reservado e sem platéia, mas pode ser prolongada durante os jogos em caráter de observação e acompanhamento da *performance* e das condições dos atletas nas partidas. Importante ressaltar que o critério de classificação é rigoroso e deve ser obedecido com uma análise de todos os itens exigidos. Isto permite que a competição aconteça o mais próximo possível dentro de um nivelamento entre os graus de deficiência de seus participantes de uma mesma classe, o que, aliás, é o objetivo do sistema da classificação funcional.

Para que isso ocorra, é imprescindível o técnico reconhecer a capacidade funcional de seus atletas, para que não se confunda a incapacidade de realizar um movimento com a falta de treinamento para a realização desse mesmo movimento, o que é comum acontecer. Por esse motivo, os exercícios preliminares, de adequação, percepção e a intimidade com o equipamento são de extrema importância e devem ser exaustivamente solicitados, assim como o acompanhamento e o contato direto com o fisioterapeuta e/ou médico responsável pelo atleta.

Apesar de ser evidente que um classificador funcional não tenha de necessariamente ter os recursos de um técnico de bocha, é da mesma forma indispensável que um técnico de bocha tenha de ter conhecimentos básicos sobre classificação para melhor realizar o seu trabalho.

O técnico deve estar atento às possibilidades de conquistas e progressos de cada praticante, com base numa análise das respostas obtidas durante os treinos, para poder tornar cada vez mais útil toda forma de resultado funcional, transformando-o pela aplicação técnica em *performance* e desenvolvimento.

Foto 1 e 2 - Atleta (ADFP-PR) em classificação

3. PRINCIPAIS REGRAS[3]

FILOSOFIA DO JOGO

A bocha possui algumas características semelhantes às do tênis, principalmente nos aspectos extra quadra, sendo que, assim como ocorre em torneios daquela modalidade, a bocha necessita que o público esteja em silêncio no momento da jogada e que suas comemorações sejam restritas aos membros do grupo ou da equipe, que não estejam jogando naquele momento.

APLICAÇÃO DAS REGRAS DO SISTEMA ESCOLAR

Aqui, teremos especificadas as principais regras da modalidade, lembrando que – para um trabalho educacional, ou seja, dentro do âmbito escolar – torna-se fundamental a sua aplicação, porém esta deve ocorrer num segundo momento, pois colocada em primeira instância pode cercear o pensamento criativo e o teor lúdico que todo esporte deve oferecer.

Para aplicabilidade de regras é necessário que o aluno primeiramente assimile o conteúdo cognitivo; em seguida, possa encontrar uma adaptação adequada à sua condição motora e, por fim, tenha domínio motor de habilidades específicas de lançamento, arremesso, movimentos relativos à calha etc.

Esta primeira etapa, sem regras rígidas, pode possibilitar experiências de sucesso, motivando o aluno a continuar tendo desafios mais complexos.

TERMOS USADOS NA MODALIDADE

- *Jack*, bola-mestra ou bola-alvo: refere-se à bola branca.
- Cancha: quadra de superfície plana e lisa onde ocorrem os jogos.
- *Box:* local onde ficam as cadeiras de rodas dos jogadores.
- Dispositivos auxiliares: ajuda de algum material para que o jogador possa executar a jogada. Ex.: rampa ou calha.
- Calheiro: pessoa destinada a segurar e executar o movimento com a calha ou rampa para o aluno mais comprometido.
- *Kit*: conjunto de bolas de bocha.
- Elegibilidade: condição motora para que o atleta possa jogar a modalidade, ou seja, esteja dentro do perfil da classificação funcional exigida pelo manual de classificação.
- Bola morta: bola arremessada para fora das linhas do campo ou que tenha sido retirada pelo árbitro no seguimento de uma violação.
- Dispositivo de medida: material para medição da distância entre as bolas.
- Equipamento de medição de tempo: material usado para medir o tempo que o jogo de bolas devem ser jogadas, dentro de uma parcial.
- Parcial ou *Set*: quando os jogadores terminam de lançar todas as bolas vermelhas e azuis.
- Partida: soma de quatro parciais ou *sets,* desde que não haja *tiebreak.*

[3] Fonte: (CP-ISRA – *Classification & Sports Rules Manual*, 8th Edition 2001 – 2004)

A QUADRA

A quadra deve ser plana, lisa e regular, de madeira, cimento ou material sintético. Consiste em duas áreas, boxes de jogadores e área de jogo. Suas dimensões totais são de 12,5m de comprimento e seis metros de largura, delimitadas por linhas de quatro centímetros de largura e linhas de marcação internas de dois centímetros de largura. As linhas limítrofes não estão inseridas nas áreas que delimitam.

A zona de lançamento é dividida em seis boxes iguais de 2,5 metros de comprimento e um metro de largura, que são numerados de 1 a 6. Na área de jogo, há uma área delimitada por uma linha "V", cujas laterais distam três metros da zona de lançamento e do ponto central 1,5 metro. O lançamento da bola mestra (branca) de dentro do boxe de lançamento só será considerado válido quando ultrapassar essa marca ("V"). O ponto central da área de jogo é marcado por um "X", onde a bola mestra é colocada no início de cada parcial extra ou quando for colocada para fora do campo.

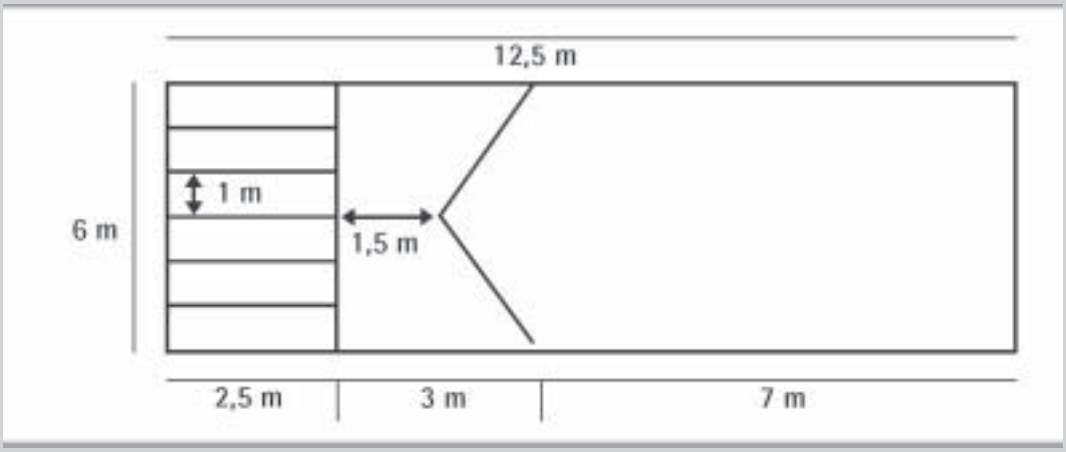


Ilustração 1 - A quadra

MATERIAIS E EQUIPAMENTOS

São utilizadas 13 bolas: seis azuis, seis vermelhas e uma branca, confeccionadas com fibra sintética expandida e superfície externa de couro. Seu tamanho é menor que o do bocha convencional e o peso é de 280 gramas. O árbitro utiliza para sinalizar ao jogador, no início de um lançamento ou jogada, um indicador de cor vermelho/azul, similar a uma raquete de tênis de mesa. Para medir a distância das bolas coloridas da bola-alvo é utilizada uma trena ou compasso.

Foto 3 - Jogo de bolas de bocha

Foto 4 - Árbitro/Sinalizador

Foto 5 - Trena

Para atletas que não conseguem dar à bola uma boa propulsão, pode ser utilizada uma calha, rampa ou canaleta, sem freio ou qualquer outro dispositivo mecânico. O jogador deve ter um contato físico direto com a bola imediatamente antes de fazer um lançamento. O contato físico inclui também o ponteiro ou agulha fixado na cabeça por uma faixa ou capacete.

Foto 6 - Calha ou Rampa
(Modelos usados pela equipe espanhola)

Foto 7 - Ponteiro fixado na cabeça
(Modelo usado por atleta brasileiro)

MARCADOR

Lousa ou papel para serem colocados os resultados e virados para os jogadores.

INDICADOR PARA AUTORIZAÇÃO DE JOGO

Raquete com duas cores

CAIXA DE BOLA MORTA

Recipiente para colocar as bolas que forem lançadas fora da área de jogo

AUXÍLIO AOS ATLETAS DE ACORDO COM AS CLASSES

Atletas BC3

Para os atletas da classe BC3 (que apresentam severo comprometimento motor nos quatro membros), as regras de bocha (segundo CP-ISRA) permitem que o jogador seja assistido por uma pessoa que tem como função, além de direcionar a calha (dispositivo auxiliar), seguindo rigorosamente as indicações do jogador, pode também arredondar[4] a bola se for necessário, entregá-la e segurá-la até o momento da soltura na calha pelo atleta. Porém essa ajuda só será

[4] A necessidade de arredondar a bola de bocha pode acontecer depois de sucessivas jogadas, quando a mesma tende a ficar na forma oval.

Foto 8 - Atleta BC3
(APDEF – Petrópolis, RJ)

autorizada ao assistente (também denominado "calheiro") mediante sinal ou indicação do atleta quando da sua vez de jogar. Por essas exigências da regra, faz-se necessário um treinamento intensivo e, sobretudo, harmonioso entre o atleta e o calheiro. Normalmente é escolhida, entre os auxiliares, a pessoa de maior compreensão e sincronia com o atleta, na maioria das vezes, pais ou familiares.

Essa comunicação pode ser feita de forma oral ou pela interpretação de gestos e expressões (maioria dos casos) e sempre partindo do atleta. O calheiro não pode, em hipótese alguma, se comunicar com o atleta e deverá colocar-se sempre de costas para o jogo.

Alguns tipos de treinamento devem ser considerados específicos para essa classe, de forma que o calheiro e o atleta tenham atuação única e precisa, permitindo que a ajuda do auxiliar seja em decorrência do raciocínio e iniciativa do jogador e, principalmente, da sintonia que os une.

Exemplo: O calheiro e o atleta devem ter treinado e combinado exaustivamente todos os diferentes tipos de sinais e principalmente expressões utilizadas no decorrer da partida, tais como jogo curto (calha alta e o quanto alta), jogo longo (calha baixa e o quanto baixa), para esquerda, para direita e assim sucessivamente, até mesmo após jogar uma bola quando, pela expressão do atleta, o calheiro perceber se foi uma boa jogada ou não.

Em resumo, o assistente do atleta BC3 deve ser uma pessoa escolhida primeiramente pelo próprio jogador e deverá acompanhar todos os treinamentos com a mesma disponibilidade do competidor, compreender todo o processo da modalidade e que, acima de tudo, deseje ajudar sem, contudo, influenciar nas decisões do atleta.

Deve ser paciente e sensível, conviver com o atleta o maior tempo possível, ajudá-lo nas dificuldades da vida diária, assim como na hora da alimentação e higiene, fortalecendo a interação entre eles.

Atletas BC1

Para os atletas da classe BC1, também é permitido um auxiliar, mas apenas com a função de entregar a bola para o jogador quando este solicitar por gesto previamente combinado. Oferecer um suporte de segurança, se for necessário, assim como o de segurar a cadeira de rodas para que ela não se desloque no momento do arremesso. Deve também auxiliar o retorno do tronco do atleta após o arremesso, caso ele apresente maior dificuldade de controle e equilíbrio. Não é permitida nenhuma forma de diálogo ou comunicação entre eles, exceto do atleta para o auxiliar, quando da sua vez de jogar. O auxiliar deve se colocar fora do *box* de arremesso durante a partida.

Foto 9 - Atleta BC1
(AMDUV – União da Vitória, PR)

Atletas BC2 e BC4

Para os atletas BC2 e BC4, não é permitido nenhum tipo de ajuda externa. O que ocorre com freqüência é a adaptação de um suporte ou cesto para as bolas, fixo ou não na cadeira de rodas, de modo que facilite ao atleta de pegar as bolas para arremessar. Isso é muito utilizado em atletas da classe BC4 com lesão medular e com grande comprometimento nos quatro membros.

Foto 10 - Atleta BC2
(AMDF – Mogi das Cruzes, SP)

Foto 11 - Atleta BC4
(AMDF – Petrópolis, SP)

O JOGO

O jogo de bocha poderá ser disputado nas categorias:

- Individual BC1
- Individual BC2
- Individual BC3
- Individual BC4
- Pares BC3 – Somente jogadores pertencentes à classe BC3
- Pares BC4 – Somente jogadores pertencentes à classe BC4
- Equipe – Somente jogadores pertencentes às classes BC1 e BC2

Em jogo individual e de pares, cada partida será composta por quatro parciais. Quando houver empate de pontos, será disputada uma quinta parcial chamada de *tiebreak.*

Em jogo de equipe, cada partida será composta de seis parciais, caso não seja necessário à disputa de *tiebreak.*

No jogo individual, cada jogador estará de posse de seis bolas azuis ou seis vermelhas, conforme sorteio.

No jogo de duplas, cada jogador estará de posse de três bolas azuis ou três bolas vermelhas, conforme sorteio.

No jogo de equipe, cada jogador estará de posse de duas bolas azuis ou duas bolas vermelhas, conforme sorteio.

O árbitro fará um sorteio inicial: o vencedor escolherá a cor da bola. Caso escolha a vermelha, sairá jogando com a branca.

Caso a partida termine empatada e seja necessária a disputa do *tiebreak,* a bola branca será colocada na marcação central X.

Uma parcial somente termina quando os jogadores lançam todas as bolas ou quando esgota-se o tempo.

Os boxes 1, 3 e 5 serão ocupados pelos jogadores locais (quem está de posse da bola vermelha) e os boxes 2, 4 e 6 serão ocupados pelos jogadores visitantes (quem está de posse da bola azul), no caso do jogo de equipes.

Em jogos de pares, os jogadores locais ocuparão os boxes 2 e 4 e os jogadores visitantes ocuparão os boxes 3 e 5.

Em jogos individuais, o jogador local ocupará o box 4 e o jogador visitante ocupará o box 3.

As parciais possuem um tempo limite para serem terminadas. Será aplicado de forma decrescente, como a seguir:

- Individual BC1, BC2 e BC4: 5 minutos,
- Individual BC3: 6 minutos,
- Pares BC3: 8 minutos,
- Pares BC4: 6 minutos,
- Equipes: 6 minutos.

Nenhuma bola poderá ser lançada sem que o árbitro autorize, indicando com placa ou raquete quem jogará.

Após o sorteio, quem está de posse da bola vermelha lança primeiramente a bola branca e, em seguida, a bola vermelha; depois é autorizado o lançamento de uma bola azul para verificação da bola que está mais próxima da branca. Continuará lançando a bola, quem estiver com a bola mais afastada da bola do adversário em relação à bola branca.

Se a bola cair acidentalmente da mão do jogador, antes do lançamento, o árbitro pode permitir que o atleta volte à jogada desde que o imprevisto seja entendido como ato acidental e não voluntário (intenção de lançar a bola).

A bola é considerada fora quando ultrapassa as linhas laterais ou de fundo, não sendo considerada para pontuação.

Caso a bola arremessada para fora seja a bola branca, será lançada novamente pelo jogador adversário, além da sua vez de direito, até que a bola mestra seja colocada no campo permitido para jogo.

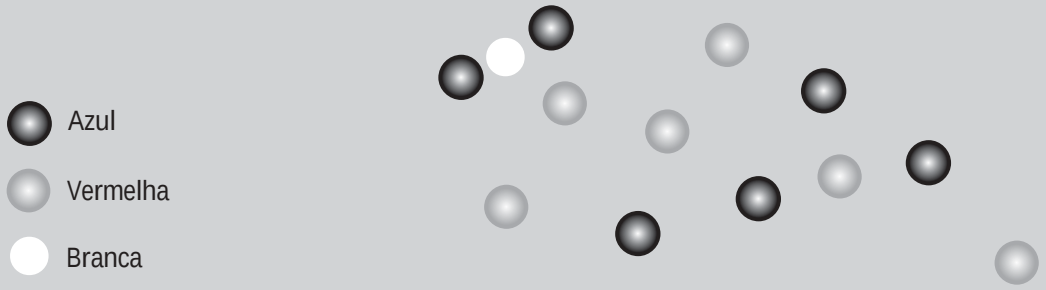
Se a bola branca for empurrada para fora, será colocada na marcação do X central.

Quando a bola branca é colocada no X central, jogará quem estiver mais longe dela.

PONTUAÇÃO

- Todas as bolas mais próximas da bola branca, comparadas as do jogador adversário, serão consideradas ponto.

Exemplo: dois pontos para azul.



- Caso uma bola vermelha e uma bola azul estejam na mesma distância da bola branca, ao final da parcial, será creditado um ponto para cada jogador.
- Caso duas bolas azuis e uma vermelha estejam na mesma distância da bola branca, serão creditados dois pontos para a azul e um ponto para a vermelha.
- Em caso de dúvida na medição de distância da bola, o árbitro poderá autorizar o jogador (individual) e capitão (pares e equipes) a entrar no local da jogada para acompanhar a medição.
- Caso haja empate em número de pontos ao final das parciais, será jogada uma parcial de desempate, chamada de *tiebreak*.
- Será declarado vencedor o lado que tenha o maior número de pontos em sua somatória ao final de todas as parciais, incluindo *tiebreak*, caso necessário.

PENALIDADE

- Quando é cometida uma falta ou infração, o árbitro irá conceder duas bolas de penalização para o adversário. Estas bolas serão válidas para pontuação.
- As duas bolas de penalização serão retiradas após o término do jogo. Sempre serão as duas bolas do jogador penalizado que estiverem mais distante e não estão pontuando ou as bolas que foram lançadas para fora.
- Se for necessário retirar bolas que estão pontuando, o árbitro anotará o resultado antes de retirá-las.
- Se houver mais de uma bola que possa ser utilizada como bola de penalização, caberá ao próprio jogador beneficiado escolher qual será usada.
- Faltas cometidas por ambos os jogadores anulam-se umas às outras.
- Se um jogador comete uma falta enquanto está lançando a bola de penalização, esta será retirada e concedida ao jogador oposto.
- Se durante a parcial o jogador cometer mais de uma falta, as bolas de penalização serão concedidas separadamente, ou seja, duas e depois mais duas.

FALTAS OU INFRAÇÕES SANCIONADAS

- Lançar uma bola, exceto a bola mestra, enquanto alguma parte do corpo, cadeira de rodas ou dispositivo auxiliar (Exemplo: calha) estiver tocando a linha ou parte do campo que não seja o *Box*.
- Caso a falta seja cometida na hora do lançamento da bola mestra, esta será repassada ao jogador adversário.
- O jogador poderá manobrar a cadeira ou outro dispositivo, ultrapassando a área de lançamento, antes do lançamento da bola, desde que seja sua vez de jogar e devidamente autorizado pelo árbitro.
- Não será aplicada penalização por invasão da cadeira ou do jogador que efetua o lançamento com os pés.
- Caso o jogador atrapalhe de forma deliberada de maneira a interferir na jogada do adversário.
- Se o jogador não estiver com, pelo menos, uma parte dos quadris em contato com o assento da cadeira de rodas, no momento do lançamento.

FALTAS SEM PENALIZAÇÕES

- Faltas que não têm como conseqüência uma penalização.
- Caso o jogador lançar mais de uma bola, elas serão contadas na pontuação final.
- Se devido ao erro do árbitro o jogador lançar a bola não sendo sua vez, ela lhe será devolvida, desde que não tenha tocado em nenhuma outra bola do jogo.
- Caso o jogador tenha jogado sem que a autorização do árbitro tenha sido dada ao jogador oposto e não tenha tocado em nenhuma outra bola do jogo.
- Quando o árbitro tentar deter o caminho da bola lançada erroneamente, antes que possa modificar o jogo.

PARCIAL INTERROMPIDA

- Quando as bolas que estão no jogo são movidas, advindas de uma situação irregular como acidentalmente movida pelo árbitro, pode-se recolocar as bolas movidas em seu lugar; caso não sendo possível, voltar a parcial.
- Se devido ao erro do árbitro o jogador lança a bola fora da sua vez, o procedimento será o mesmo do item anterior.
- Se o jogador, que entra em campo, mover alguma bola, segue-se o mesmo critério dos itens anteriores.

COMUNICAÇÃO

- É expressamente proibida a comunicação do auxiliar com o atleta (Classe BC1 e BC3) durante a parcial. Somente o atleta poderá comunicar-se, quando necessário e dentro da sua vez de jogar.
- Em jogo de pares e equipes, o capitão, pré-determinado anteriormente, poderá indicar qual o jogador que deve lançar a bola.
- Será concedido, no jogo de pares e equipes, um tempo técnico de três minutos para instruções do técnico para seus atletas.
- O árbitro poderá punir algum jogador que entenda proceder com uma comunicação excessiva ou imprópria.
- O jogador poderá solicitar que seu oponente ao lado afaste a cadeira para trás, desde que entenda estar atrapalhando o lançamento de sua bola.

TEMPO

- Cada parcial terá um tempo limite para serem lançadas as bolas ao campo de jogo.
  - Esse tempo começa a contar no momento em que o árbitro indica qual a cor que inicia a jogada que se conclui no momento em que a bola termina seu trajeto.
  - O tempo é descrito de forma decrescente.
  - Caso se esgote o tempo e o jogador ainda não tenha lançado alguma bola, não será permitido novo lançamento.
- Os limites de tempo são assim descriminados:
  - Individual (Classes BC1, BC2 e BC4) - 5 minutos por jogador.

- Individual BC3 - 6 minutos por jogador.
- Pares BC3 - 8 minutos por dupla.
- Pares BC4 - 6 minutos por dupla.
- Equipes (BC1 e BC2) - 6 minutos por equipe.

REGRAS E CRITÉRIOS PARA UTILIZAÇÃO DE MATERIAL AUXILIAR

- A rampa, calha ou canaleta deverá desenvolver suas funções dentro do limite do espaço do *box*, que também será ocupado pelo atleta com sua cadeira de rodas.
- A rampa, calha e canaleta não podem conter nenhum sistema mecânico.
- Após o lançamento da bola, o calheiro deverá voltar a rampa ao ponto médio no chão.
- Será permitido o uso de cestas para colocar as bolas, desde que devidamente fixadas nas cadeiras de rodas e que não atrapalhem o jogador ao lado.
- Não será permitido ao assistente da classe BC3 olhar para trás no momento da parcial.

4. COMPETIÇÕES

Em nível competitivo, são disputadas as seguintes categorias, todas mistas:

- Individual BC1,
- Individual BC2,
- Individual BC3,
- Individual BC4,
- Pares BC3 (2 componentes da mesma classe),
- Pares BC4 (dois componentes da mesma classe),
- Equipes (três componentes da classe BC1 e BC2).

Entre as várias competições oferecidas ao longo do ano aos jogadores da bocha, destacam-se:

- Torneios locais,
- Campeonato Regional: dividido pelas regiões do país – Sul, Sudeste, Leste, Centro-Oeste e Norte-Nordeste,
- Campeonato Brasileiro: os três melhores de cada classe, em cada região,
- Campeonato Parapan-americano: reúne os melhores jogadores do Brasil para competição entre os países da América,
- Copa América: voltada também para os países da América,
- Copa do Mundo: todos os países praticantes da modalidade,
- Mundial: todos os países praticantes da modalidade,
- Paraolimpíadas: os melhores atletas ranqueados mundialmente durante todas as competições de que participaram.

5. INICIAÇÃO AO ESPORTE

CONHECENDO OS ALUNOS - FASE INICIAL

Ao primeiro contato com os alunos, procuramos o maior número de informações, com a própria pessoa e/ou com a família e professores, sobre as condições gerais de saúde, quais os seus hábitos, suas preferências, interesses e sonhos. Enfim, quem é a pessoa que está naquele corpo com deficiência? É importante que o aluno perceba que ele é mais importante do que suas restrições aparentes.

É comum, no início, os alunos apresentarem dificuldades de execução nas atividades propostas, mas, naturalmente, com o número de repetições e tentativas, ao seu modo e em suas próprias condições, as pessoas alcançam os objetivos propostos.

Sempre ao final de algumas "sessões" da atividade, a alegria e a descontração contagiam o grupo e as pessoas envolvidas, pela liberdade conquistada de simplesmente usufruírem – ainda que por alguns momentos apenas – de um espaço de oportunidades em que desenvolvem habilidades e adquirem *performance* dentro de seus limites e condições próprias, descobrindo em si mesmos possibilidades até então desconhecidas.

RECONHECIMENTO DAS PARTES DO CORPO (CAMPEÃO, 2003)

Solicitamos que sejam reconhecidas partes do corpo pelos movimentos, tais como levantar um dos braços, chutar com uma das pernas, levar o tronco em frente, olhar para o lado, flexionar o joelho, esticar os dedos de uma das mãos, flexionar os dedos dos pés, abrir e fechar os dedos, fazer abdução dos braços, elevar o corpo da cadeira, desencostar do encosto, flexionar e estender um dos pés (tornozelo), flexionar e estender uma das mãos (punho), abrir e fechar a mão (uma de cada vez) e depois simultaneamente.

Quando da execução dessa atividade, procuramos não olhar para as partes do corpo solicitadas, enfatizando a importância do reconhecimento do corpo e da compreensão do gesto, sem evidenciar a maneira correta do movimento, por que, na verdade, nesse trabalho, o correto passa a ser, sobremaneira, aquilo que é possível.

Verificamos o nível de sustentação em cada movimento solicitado. Exemplo: solicitamos que elevem o braço à frente do corpo e permaneçam por alguns segundos, e assim com todos os movimentos aqui sugeridos, observando a capacidade de sustentação e anotando as partes do corpo que respondem com maior rendimento e com maior controle desses gestos, por que é comum haver uma desordem motora no momento da sustentação.

MOVIMENTOS DE MANIPULAÇÃO

- Manipulação

Com auxílio de bolinhas (que podem ser de meias), colocamos uma no colo de cada um e observamos de que maneira elas são manipuladas, se eles conseguem segurar com garra, e que tipo de garra - com todos os dedos ou quais dedos, se apenas com as pontas ou se com a palma da mão e com qual das mãos têm maior facilidade; se não conseguem pegar a bolinha, mas se conseguem tocá-la ou deslocá-la, observando sempre o desempenho das duas mãos.

Oferecemos a bolinha para que peguem em suas mãos, de frente para eles, ao lado, abaixo, no alto, no chão, de forma que provoque um pequeno deslocamento dos membros e até de todo corpo para cada opção oferecida. É preciso estarmos bem atentos a essas respostas, porque elas definirão a forma como serão ensinados os primeiros arremessos com a bocha.

Importante também ressaltar que muitas vezes as pessoas tendem a dizer ou demonstrar que são

incapazes de determinados gestos, mas, na verdade, o que ocorre é que esses gestos não fazem parte da vida deles; eles foram excluídos automaticamente pela falta de uso e aplicabilidade. Cabe a nós resgatarmos essas possibilidades, propiciando e justificando as oportunidades por meio de estímulos.

- Domínio com os pés

Da mesma forma, observamos todas as habilidades com os pés ou com um dos pés. Colocamos a bolinha no chão, na frente do aluno, pedimos para que ele role a bolinha de um lado para outro; para frente e para trás; pise nela; tente tirá-la do chão com os dois pés; chute, controlando as distâncias, ora mais perto ora mais longe.

Observaremos que nem todos terão habilidade com os pés, e apenas uma pequena porcentagem de atletas é capaz de jogar bocha com os pés com precisão, mas, ainda assim, vale estimular a condição de experiência de movimento, mesmo que não seja esse o alvo para treinamento específico.

Observação: todos os exercícios executados com os pés, a princípio, devem ser feitos descalços permitindo assim contato direto com o tipo de material usado.

- Recepção

A certa distância do aluno jogar a bolinha para que ele receba, mesmo que não consiga segurar, o que é comum, é importante reparar o gesto de intenção de recepção, quais dos braços e mãos mais se aproximaram da bolinha. Reparar se o movimento dos braços, mãos ou tronco está indo pelo menos na mesma direção. Variando a trajetória, arremessamos rente ao colo, na altura do peito, direto em uma das mãos, ao lado da cadeira, mais para baixo, mais para o alto. Não se sinta culpado se o nosso aluno eventualmente levar uma bolada.

- Chutar

O mesmo exercício faz-se com os pés: chutamos ou rolamos a bolinha rasteira e orientamos para que ele a receba com os pés. Nesse caso também, variamos a trajetória: mais curta, mais longa, no meio, um pouco nas laterais, mas sempre rasteira e nunca com velocidade.

Estes exercícios são repetidos por várias semanas, para que adquiram habilidade e automatismo nos gestos. O desenvolvimento é individual e deve ser respeitado dessa forma, não tendo valia estipular o número de aulas para execução de determinado gesto. Mesmo depois de já terem adquirido habilidade suficiente para participarem de competições, é importante sempre voltar às técnicas primárias de habilidade que, com certeza, já serão executadas de forma bem distinta às do início, permitindo na maioria dos casos um aumento no grau de dificuldade.

Promovemos todas as atividades de maneira descontraída; convocamos os acompanhantes para participarem das tarefas; sugerimos um "dever de casa", estimulando o treino com familiares. Um ambiente fraterno, alegre e leve é fundamental para o bom desempenho de todos, até mesmo dos profissionais envolvidos. Nossos alunos não precisam ser melhores do que naturalmente o são. Eles precisam de oportunidade e vivência para conhecer o que são.

ARREMESSO / LANÇAMENTO

- Fase de iniciação para bocha

Estas atividades foram realizadas a partir das possibilidades que foram demonstradas por nossos alunos, um por um. Exemplo: observando-se a possibilidade do uso de dispositivo auxiliar (calha, ponteira), auxílio para receber a bola, visando sobretudo ao enquadramento nas classificações específicas da bocha.

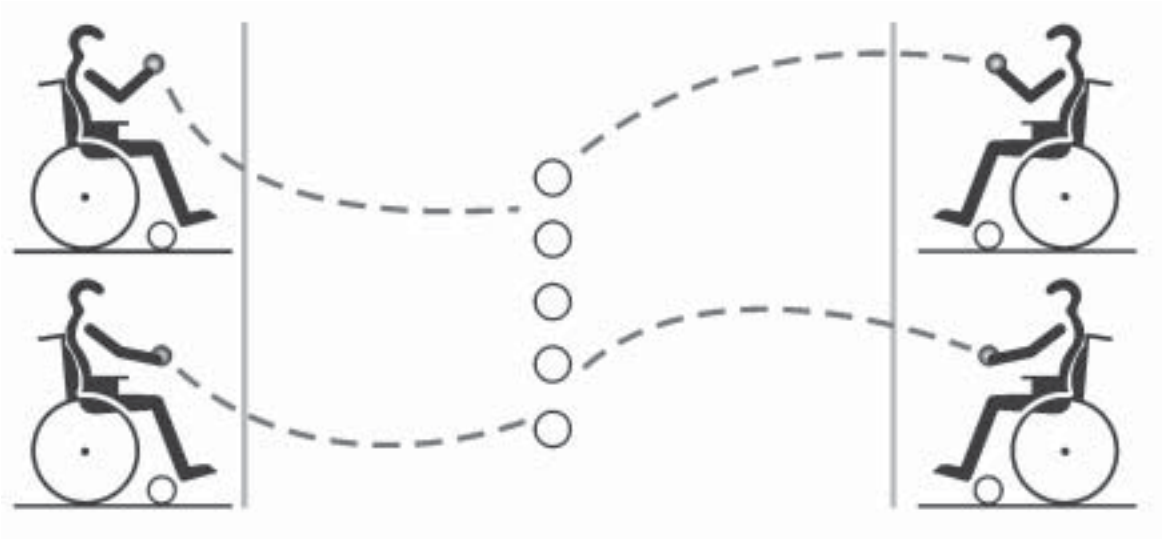
Para os alunos que necessitam de dispositivo auxiliar, deixar claro com que parte do corpo será feito o arremesso: se com o queixo, com o apoio das mãos, apenas em toque, se com ponteiro preso na cabeça. É importante essa determinação para não confundir a pessoa na hora do arremesso, apenas

verificar com que parte do corpo ela tem maior precisão no gesto. Outro fator primordial é escolher quem vai ser o calheiro (caso a pessoa necessite), que é o responsável pelo direcionamento da calha. Orientado pelo arremessador, este deve ter perfeita comunicação com o aluno, interpretando seus sinais, uma vez que não é permitido nenhum diálogo entre eles.

Feito isto, vamos aos treinos:

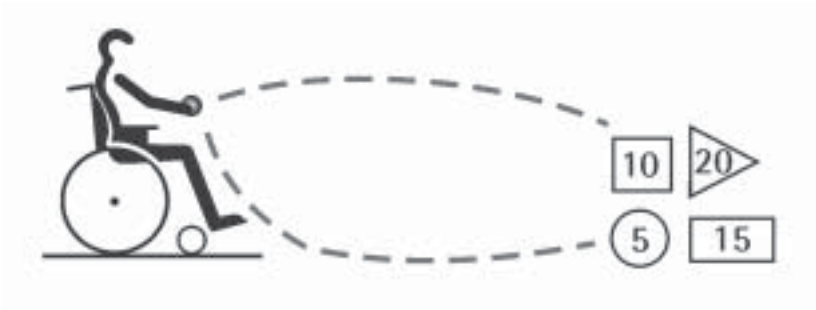
Tipos de arremessos

1. Dividir o grupo em duas equipes e colocar obstáculos no centro para servirem de alvo para os lançamentos. Variar a distância dos jogadores aos obstáculos à medida que o índice de acertos for aumentando. Treinar formas diferentes de arremessos (baixo / alto / cruzado), para definir qual a melhor e mais segura forma de jogar.

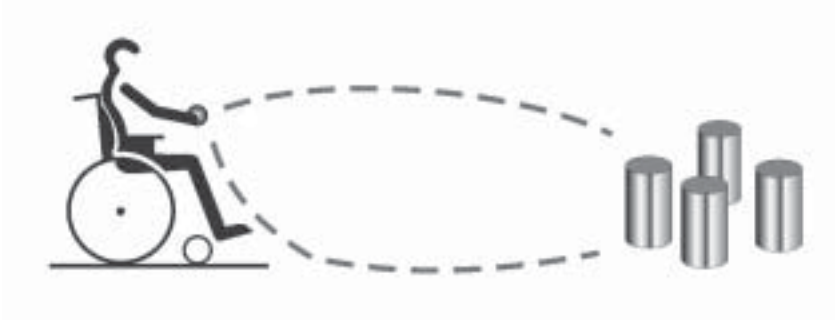


2. Acertar o cesto, variando sua distância e altura.

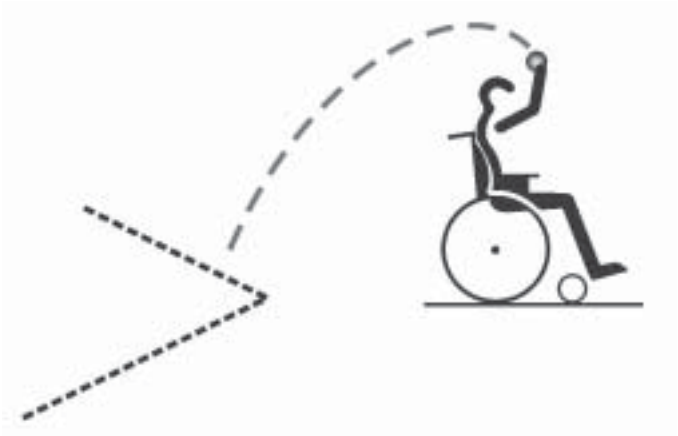
3. Trabalhar a precisão e coordenação visual e motora em acertar formas geométricas. Variar as formas de lançar (rasteiro, por cima, lateralmente).



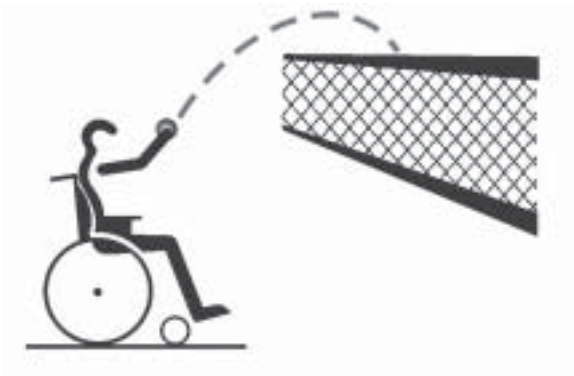
4. Distribuir alvos para serem derrubados tal como se fosse boliche. Variar a distância e o número de objetos, assim como a forma de lançar.



5. Lançamento de costas dentro de campo delimitado. Variar a distância e o grau de angulação do campo.



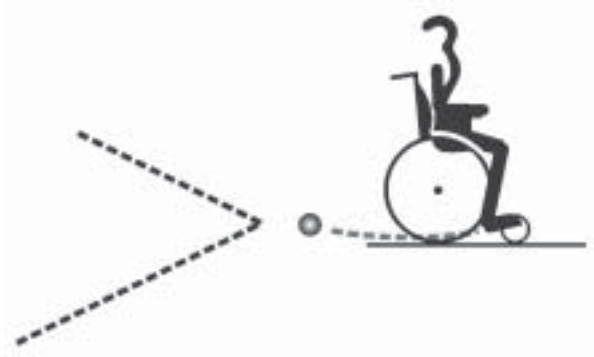
6. Lançar por cima de um obstáculo.



7. Variação das formas de jogar de acordo com a capacidade funcional de cada aluno.

a) com os pés:

b) com os pés, na posição de costas:



8. Variação dos lançamentos com dispositivo auxiliar (calha)

Por sua facilidade de adaptação de material, a bocha enquadra-se em uma modalidade de fácil execução, no entanto, para melhor entendimento, torna-se necessário compreender um pouco mais as suas características.

Para iniciação esportiva do deficiente na bocha, é necessário, primeiramente, efetuar um levantamento com dados precisos sobre:

- qual o tipo de deficiência;
- qual o tipo de doença;
- quais as possibilidades de execução motora;
- conhecer as adaptações permitidas;
- conhecer as características das cadeiras de rodas (altura, modelo etc.);
- se existe alguma restrição para a atividade física.

Outros fatores de suma importância para a prática educacional são as adaptações. Na bocha adaptada, todos os materiais usados podem ser substituídos. Sugerimos as seguintes substituições:

- *kit* de bolas oficial, por bolinhas de borracha;
- calha ou rampa, por tubo de PVC cortado no meio;
- capacete, por arame;
- demarcação da cancha pela fita crepe;
- indicador de início de jogo (raquete) por papel cartão.

Além das adaptações, torna-se necessário fazer um levantamento preciso das habilidades motoras ou resíduo-motoras dos alunos para que sejam encaminhados às suas classes. Testes que podem ser aplicados:

- segurar uma bola (ver preensão);
- lançar a bola para uma determinada distância (arremesso);
- movimentos de elevação lateral e frontal;
- lançamento com o braço estendido (por cima);
- apanhar a bola que está no chão;
- tocar a cadeira sozinho;
- movimentação de tronco;
- movimentação de membro inferior;
- chutar a bola para frente.

Após a verificação desses testes, tentar agrupar por grau de comprometimento motor: se o aluno consegue tocar a cadeira, pegar a bola no chão e fazer lançamentos mais longos será teoricamente de uma classe. Já o aluno que não consegue tocar sozinho sua cadeira, fazer lançamentos muito longos, mas possui preensão suficiente para lançar a bola, pertencerá a um outro grupo. Finalmente, aqueles que não possuem praticamente nenhum dos movimentos – como preensão, lançamento, não toca a cadeira e são mais atrofiados – necessitam de um dispositivo auxiliar e um calheiro.

O calheiro deve avaliar qual a posição mais confortável para o jogador prender a bola na hora do lançamento, caso não use capacete; é necessário também criar códigos de comunicação para direcionamento da calha e regulagem de altura (OLIVEIRA, 2002).

CALHAS OU RAMPAS

São utilizadas por jogadores com maior comprometimento motor. Variam de atleta para atleta, de acordo com a parte funcional do corpo que permite o lançamento ou a propulsão da bola. Varia de tamanho e modelo, assim como de tipo de material. O ideal é que seja utilizado um material firme e leve. Normalmente confeccionada de PVC, madeira, acrílico ou, até mesmo, de metal.

Foto 12 - Dispositivo Auxiliar - pés
(Atleta coreano)

Foto 13 - Dispositivo Auxiliar/ queixo
(Atleta CP-CEMDEF/MT)

Foto 14 - Dispositivo Auxiliar - punho
(Atleta APDEF - Petrópolis)

PONTEIRA OU ANTENA

É utilizada em conjunto com a calha ou rampa. Serve como fixador da bola na calha quando da impossibilidade de fixar com as mãos ou qualquer outra parte do corpo, até o momento de direcionar a bola para o local desejado, soltando-a assim pela calha na direção ajustada.

Foto 15 - Antena
Utilizada por atleta da ADFP
Curitiba/PR

Foto 16 – Antena
Utilizada por atleta do Suzano
Paraolímpico – Santos/SP

Para melhor entendimento, mostraremos a seguir algumas fotos dos perfis de alguns jogadores:

1. Paralisado Cerebral – Classe BC1

Um dos jogadores executa a jogada com os pés e o outro jogador com as mãos.

Foto 17 – Atleta BC1
Suzano Paraolímpico- Suzano

Foto 18 – Atleta BC1
ADFP- Curitiba/PR

2. Paralisado Cerebral – Classe BC2

Foto 19 – Atleta BC2 – CPSP
São Paulo/SP

3. Classe BC3: Paralisado Cerebral Severo (sem preensão e lançamento, necessitam de dispositivo auxiliar e calheiro)

Foto 20 – Atleta BC3 – TRADEF
Mogi das Cruzes/SP

4. Classe BC3: Lesado Medular - Tetraplégico (Idem ao três)

Foto 21 – Atleta BC3
Suzano Paraolímpico – Suzano/SP

5. Classe BC3: Doença Neuromuscular - Atrofia Muscular Progressiva

Foto 22 – Atleta BC3
TRADEF – Mogi das Cruzes/SP

6. Classe BC4: Lesado Medular, Tetraplégico

Foto 23 – Atleta BC4
APDEF – Petrópolis/RJ

7. Classe BC4: Doença Neuromuscular – Distrofia

Foto 24 – Atleta BC4
CAD – São Paulo/SP

Para o início da modalidade, sugerimos algumas atividades importantes para o desenvolvimento cognitivo do jogo, mas antes deve-se verificar alguns itens para sabermos qual a melhor atividade a ser implantada:

- verificar se o aluno é conhecedor de números para leitura de relógio;
- verificar se o aluno é alfabetizado para interpretação das possibilidades de jogadas e dos espaços do campo de jogo;
- verificar se o aluno conhece e distingue cores para conhecimento do *kit* de bocha e interpretação das jogadas.

ALGUMAS SUGESTÕES DE JOGOS E BRINCADEIRAS PARA INICIAÇÃO DO BOCHA

1. Jogo dos Números

Proposto para atividades que possam contribuir para o desenvolvimento cognitivo de forma multidisciplinar.

1.1 Objetivo: desenvolver cálculo matemático (adição), raciocínio lógico e estratégia de jogo.

Material: giz para marcação da cancha, bolas de borracha, calha de tubo de PVC.

Desenvolvimento: cada aluno terá direito a jogar seis bolas, sendo uma de cada vez. Ganha o aluno que conseguir somar mais pontos.

5	1	3
9	6	4
7	2	8

Variações

1.2 Objetivo: desenvolver cálculo matemático (subtração), raciocínio lógico e estratégia de jogo.

Material: giz para marcação da cancha, bolas de borracha, calha de tubo de PVC.

Desenvolvimento: cada aluno terá direito a jogar duas bolas, por jogada; o aluno deverá jogar as bolas nos números que representam a subtração. O número final desta subtração dever ser X-Y=2.

1.3 Objetivo: desenvolver cálculo matemático (divisão), raciocínio lógico e estratégia de jogo.

Material: giz para marcação da cancha, bolas de borracha, calha de tubo de PVC.

Desenvolvimento: cada aluno terá direito a jogar duas bolas; é necessário usar as casas para fazer a divisão correta de um número proposto pelo professor. Exemplo: X:Y= 4.

Variações Interdisciplinares

O mesmo jogo pode ser usado, como explicado anteriormente, para ser desenvolvido com questões voltadas à língua portuguesa, história, geografia etc.

Ex. Português

A	X	C
Y	E	W
N	I	P

2. Tiro ao Alvo

2.1 Objetivo: desenvolver raciocínio e precisão.

Material: giz colorido para marcação de vários círculos como se fossem uns alvos.

Desenvolvimento: cada aluno jogará uma bola por vez em um total de seis bolas, ganhando quem se aproximar mais do círculo central.

Exemplo:

Variações

2.2 Objetivo: desenvolver raciocínio e precisão.

Material: giz colorido para marcação de vários círculos concêntricos como se fossem uns alvos.

Desenvolvimento: cada aluno jogará a bola somente no círculo amarelo; ganha o jogo quem colocar mais bolas na cor determinada.

2.3 Objetivo: desenvolver raciocínio e estratégia de retirada de bola adversária.

Material: giz colorido para marcação de vários círculos concêntricos como se fossem uns alvos.

Desenvolvimento: o aluno deverá retirar a bola do adversário do círculo; será vencedor aquele que tiver o maior número de bolas dentro do alvo.

2.4 Objetivo: desenvolver raciocínio e estratégia de retirada.

Material: giz colorido para marcação de vários círculos concêntricos como se fossem uns alvos.

Desenvolvimento: cada aluno jogará uma bola por vez em um total de seis bolas, ganhando quem se aproximar mais perto do círculo central.

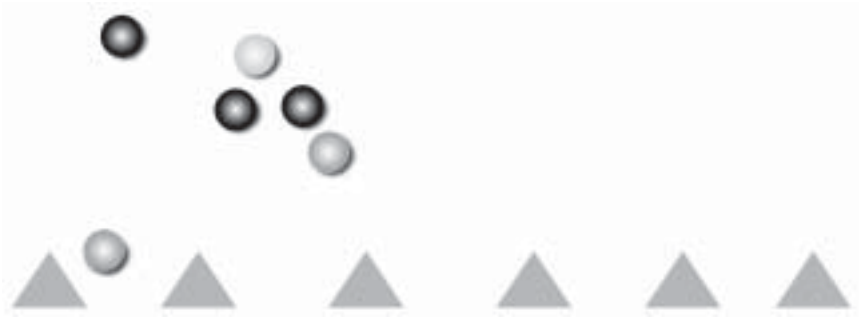
3. Acertando os Cones

3.1 Objetivo: desenvolver pensamento estratégico e senso de direção;

Material: cone pequeno ou garrafa plástica;

Desenvolvimento: cada aluno deverá jogar as bolas entre os espaços dos cones ou garrafas para chegar próximo da bola-alvo.

Exemplo:



Variações

3.2 Objetivo: desenvolver pensamento estratégico e senso de direção.

Material: cone pequeno ou garrafa plástica.

Desenvolvimento: diminuir os espaços entre os cones para aumentar o grau de dificuldade.

3.3 Objetivo: desenvolver pensamento estratégico de retirada de bola.

Material: cone pequeno ou garrafa plástica.

Desenvolvimento: derrubar os cones ou garrafas, colocando objetivos gradativos, sendo primeiramente seis bolas para derrubar um cone e, assim, aumentando o número de cones a serem derrubados gradativamente.

3.4 Objetivo: desenvolver pensamento estratégico.

Material: cone pequeno ou garrafa plástica.

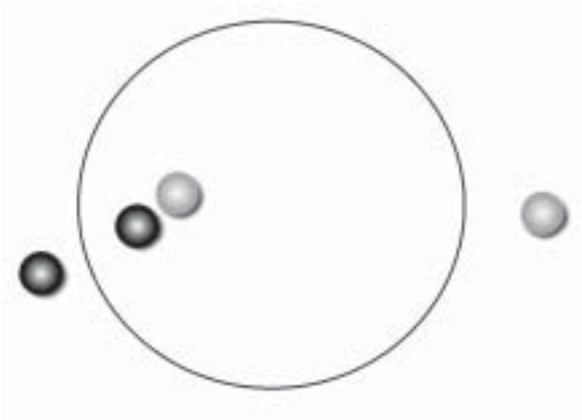
Desenvolvimento: miniboliche, sendo que o aluno deverá derrubar as seis garrafas com o uso do menor número possível de bolas.

4 Coloca e tira

4.1 Objetivo: desenvolver a força e precisão.

Material: giz colorido para marcação de um círculo central.

Desenvolvimento: dois alunos de frente um para o outro, com o círculo entre eles; um jogará uma bola dentro do círculo e o outro tentará tirá-la e, assim, consecutivamente.



Variações

4.2 Objetivo: desenvolver pensamento estratégico e senso de direção.

Material: giz colorido para marcação de um círculo central.

Desenvolvimento: bola-mestra no meio do círculo; será vencedor quem conseguir retirá-la primeiro do círculo.

4.3 Objetivo: desenvolver pensamento estratégico e senso de direção.

Material: giz colorido para marcação de um círculo central.

Desenvolvimento: cada atleta com seis bolas; primeiramente, um aluno lançará todas as bolas e faz-se a contagem, depois o outro aluno realiza o mesmo processo para ver quem coloca mais bolas dentro do círculo.

4.4 Objetivo: desenvolver atividades multidisciplinares.

Material: giz colorido para marcação de um círculo central.

Desenvolvimento: o círculo conterá uma pergunta sobre ciências, português, história, cultura geral etc., e o jogador deverá jogar a bola dentro do círculo e depois responder à pergunta.

6. TREINAMENTO ESPORTIVO

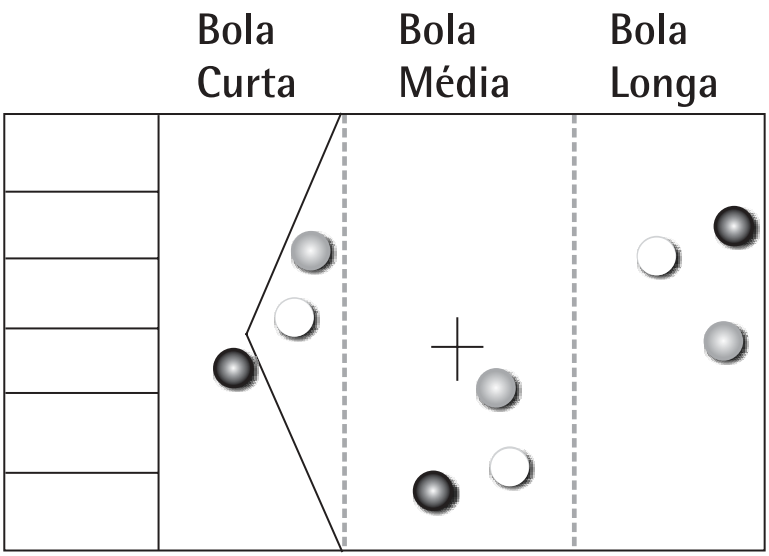
O jogo de bocha requer precisão, astúcia, raciocínio e capacidade de decisão. Para tanto, nossos atletas devem ser treinados para atingirem um grau de independência nas jogadas, com compreensão e análise de cada gesto, por meio da simulação de condições compatíveis com situações reais de jogo e que apresentem um grau de dificuldade nas soluções de forma gradativa e crescente.

Treinamento individual

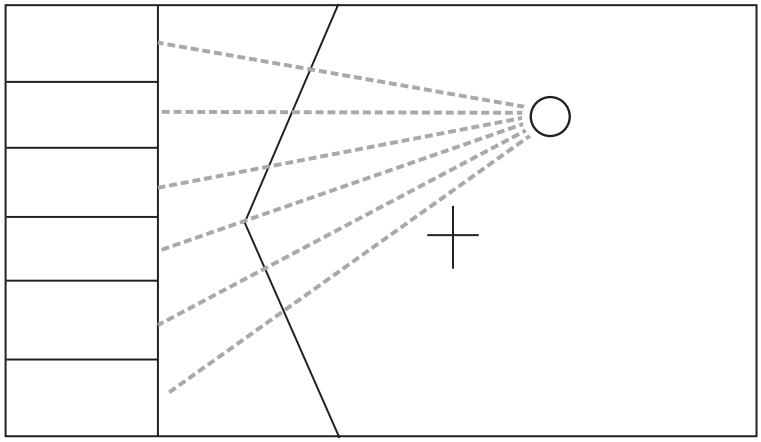
Dividir a quadra de bocha por setores, treinando bolas curtas, médias e longas.

Colocar a bola branca em um determinado local da quadra, fazer sucessivos arremessos de cada *box* da quadra. Exemplo: 10 arremessos de cada *box* para diferentes posições da bola branca na quadra.

Obs.: A pontaria e a precisão são fatores relevantes para o jogador



Bola branca em diferentes posições e distâncias

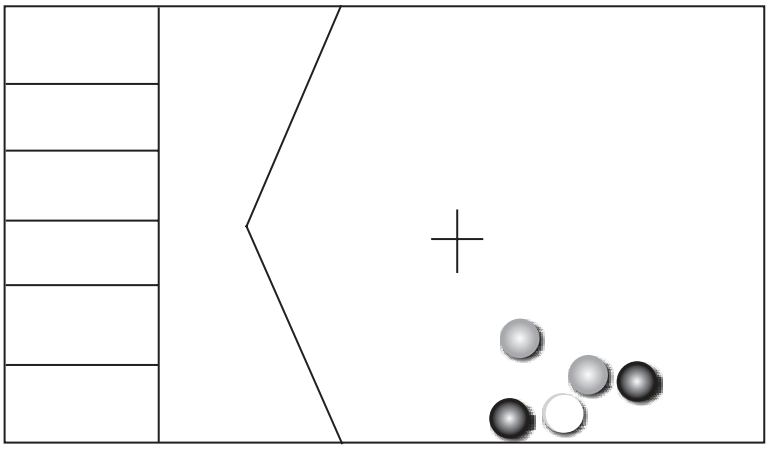


Atleta em diferentes posições

A cada jogada, perguntar ao jogador qual foi o fator que impediu ou que propiciou que a bola chegasse ao seu alvo; se ele está percebendo a força e a velocidade que deve ter que colocar no arremesso para que a bola se aproxime mais do objetivo. Durante todo o treinamento, o atleta deve relatar as suas impressões e principalmente ser questionado quanto às suas intenções, para que o obrigue a realizar as jogadas de forma consciente e de maneira intencional.

Treinando o controle de velocidade e força da bola arremessada

Colocar estrategicamente a bola branca próxima das linhas de saída da quadra, para que o atleta possa aproximar-se dela sem colocá-la para fora, controlando assim a intensidade de força e velocidade da bola arremessada.



Velocidade e força no arremesso

Obs.: Cada atleta deverá arremessar um número indeterminado de bolas para cada ponto de referência (por exemplo, 10 bolas), uma vez que, na verdade, é necessário um treino de repetição para aquisição das habilidades de precisão e pontaria. Esse número obviamente varia de acordo com a habilidade de cada jogador como também do seu local de preferência para o arremesso, mas é importante o técnico estar atento para a proporção entre o número de bolas “boas” (bolas que chegam ao seu objetivo) e o número de bolas arremessadas e, de acordo com cada jogador, qual o local da quadra que cada um apresenta maior rendimento.

Mudança de alvo

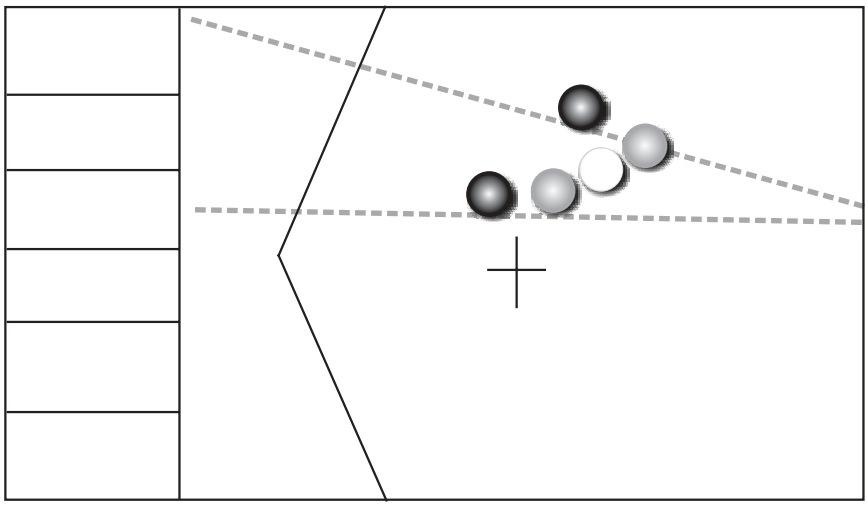
Estrategicamente, montar situações diversas de jogo, em que o alvo deixa de ser a bola branca e passa a ser a bola do adversário, com a intenção de retirar o adversário da jogada. Na hora desse treinamento, solicitar que o atleta, antes de fazer a jogada, relate para o técnico a sua intenção e o porquê de sua conclusão.

Obs.: Em toda situação de treino, é importante ressaltar que a essência do jogo de bocha é o raciocínio e a precisão, estimulando os atletas a pensarem e escolherem a melhor jogada, evitando a atitude instintiva e precipitada de simplesmente aproximarem seu jogo da bola branca.

Utilizando a mesma estratégia da atividade anterior, agora marcando o tempo e a quantidade de bolas arremessadas para cada bola retirada de jogo, enfatizando o tempo determinado pela regra para cada classe em cada *set*.

Por exemplo:

Em seis bolas arremessadas, quanto tempo o atleta levou para acertar e deslocar a bola do adversário e com quantas bolas das seis, ele conseguiu sucesso?



Precisão

Treinamento de Pares e Equipes

O básico do treinamento continua sendo o mesmo adotado para o individual, agora bastando reforçar a intervenção e o controle do jogo pelo capitão e manter o entendimento entre seus componentes.

A primeira medida é determinar quem será o capitão. Provavelmente será o atleta de maior liderança natural e bem aceito pelo grupo e, principalmente, com maior visão de jogo.

Estipular para cada posição (centro ou extremidades no caso de equipe) aquele atleta que apresenta maior rendimento em posição específica, como o verificado nos treinamentos individuais, e torná-lo consciente de sua condição e missão.

Cabe ao capitão da equipe determinar, de acordo com o conhecimento da habilidade de cada jogador de sua equipe, ou pares, quem "encostará" a bola ou quem "desmanchará" o jogo do adversário ou até quem colocará a bola fora, e o momento mais adequado para essa atitude.

Foto 25 – Par BC4

Foto 26 – Par BC3

Foto 27 – Equipe BC1/BC2

7. RESULTADOS EM PARAOLIMPÍADAS

1984 – NOVA IORQUE – EUA

	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar
Classe 1- Masculino	Dinamarca	Canadá	Inglaterra
Classe 2 - Masculino	Estados Unidos	Canadá	Inglaterra
Classe 1 - Feminino	Inglaterra	Estados Unidos	Canadá
Classe 2- Feminino	Estados Unidos	Inglaterra	Estados Unidos
EQUIPES	Portugal	Inglaterra	Estados Unidos

1988 – SEUL – CORÉIA DO SUL

	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar
Classe 1	Coréia	Dinamarca	Portugal
Classe 2	Irlanda	Coréia	Portugal
EQUIPES	Portugal	Coréia	Dinamarca

1992 – BARCELONA – ESPANHA

	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar
Classe 1	Espanha	Estados Unidos	Dinamarca
Classe 2	Coréia	Portugal	Coréia
EQUIPES	Espanha	Dinamarca	Irlanda

1996 – ATLANTA – EUA

	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar
Classe 1	Coréia	Dinamarca	Estados Unidos
Classe 2	Espanha	Irlanda	Espanha
Classe C1 *Wad*	Portugal	Espanha	Bélgica
Pares C1 *Wad*	Portugal	Inglaterra	Austrália
EQUIPES	Espanha	Portugal	Coréia

2000 – SYDNEY – AUSTRÁLIA

	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar
Classe BC1	Irlanda	Espanha	Espanha
Classe BC2	Inglaterra	Coréia	Espanha
Classe BC3	Portugal	Portugal	Canadá
Pares BC3	Irlanda	Espanha	Canadá
EQUIPES	Coréia	Espanha	Portugal

2004 – ATENAS – GRÉCIA			
	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar
Classe BC1	Portugal	Noruega	Tailândia
Classe BC2	Espanha	Portugal	Portugal
Classe BC3	Canadá	Espanha	Coréia
Classe BC4	Hong Kong	Portugal	Espanha
Pares BC3	Coréia	Espanha	Canadá
Pares BC4	Hong Kong	Portugal	Hungria
EQUIPES	Portugal	Nova Zelândia	Espanha

CAMPEONATO BRASILEIRO

	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar
2001	CPSP – São Paulo/SP	AMDEFUV – União da Vitória/PR	ADFP – Curitiba/PR
2002	CPSP – São Paulo/SP	CP CEMDEF – Campo Grande/MS	TRADEF – Mogi das Cruzes/SP APDEF – Petrópolis
2003	TRADEF – Mogi das Cruzes/SP	CPSP – São Paulo/SP	CP – CEMDEF/MS
2004	TRADEF – Mogi das Cruzes/SP	CPSP – São Paulo/SP	APARU – Uberlândia/MG
2005	ADFP – Curitiba/PR	TRADEF – Mogi das Cruzes/SP	CP CEMDEF – Campo Grande/MS
2006	Seleção Centro-Oeste	Seleção Sudeste	Seleção Sul

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOCCIA for peoples with disabilities.
http://www.ncpad.org/Factshthtm/Boccia.htm. Acesso em 20 maio 2006

CAMPEÃO, M. S. Atividades físicas para pessoas com paralisia cerebral. In: DUARTE, E.; LIMA, S. M. T. *Atividades físicas para pessoas com necessidades especiais*. Rio de janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

_____ . *Proposta de ensino de bocha para pessoas com paralisia cerebral*. Dissertação de Mestrado – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas/UNICAMP, 2003.

CARVALHO, R.; CARVALHO, J. *Manual de Boccia* – Associação Portuguesa de Paralisia Cerebral – Projeto de Formação Profissional, [s/d].

CP-ISRA - Cerebral Palsy-International Sports and Recreation Association
http://www.cpisra.org Acesso em: 28 jan. 2006.

CP-ISRA – *Classification & Sports Rules Manual,* 8th Edition 2001 – 2004.

CUNHA, M. R; YAMAMOTO, E. S.; NISHIGUCHI, E. L. F. *Bocha para pessoas com paralisia cerebral*: uma abordagem competitiva em Campo Grande, MS. Monografia de Curso de Pós-Graduação em Treinamento Desportivo – Universidade Salgado Filho – Rio de Janeiro, 1999.

INTERNATIONAL BOCCIA COMISSION
http://www.bocciainternational.com/e1/classification/Classificatio.htm
Acesso em 13 abril 2006

LEVY, José Antônio; OLIVEIRA, Acary Souza. *Reabilitação em doenças neurológicas*: guia terapêutico prático. São Paulo: Atheneu, 2003.

OLIVEIRA, Ronaldo Gonçalves. Bocha adaptada para educação. *Revista Educando em Mogi*, ano I, n. 5, Mogi das Cruzes, Rio de Janeiro, 1999.

_____. Bocha adaptada: qualidade de vida nos casos de miopatias e esclerose múltipla. *Revista Nacional de Reabilitação*. ano V, n. 28, São Paulo, 2002.

www.cpb.org.br