



Corfebol Adaptado



Nuno Januário
Paula Gomes
José Pavoeiro

Autores

Nuno Januário
Paula Gomes
José Pavoeiro

Coordenação do Projeto

Paula Gomes

Revisão do Texto

Rute Januário

Design da Capa

Henrique Patrício

Fotos

Federação Portuguesa de Corfebol

Impressão e Acabamento

M.P.P - Produtos Publicitários Unipessoal, Lda

Co financiadores

IPDJ, INR

Parceiros Institucionais

Instituto Português do Desporto e Juventude
Instituto Nacional para a Reabilitação
Confederação do Desporto de Portugal
Comité Paralímpico de Portugal
International Korfball Federation

Redes Institucionais e Sociais

www.fpcorfebol.pt
[facebook/FPCorfebol](https://facebook.com/FPCorfebol)
instagram.com/Korfbal.portugal
www.youtube.com/fpcorfebol

ISBN 978-989-33-2627-5

Dep. Legal Nrº

3000 exemplares

1ª Edição, Lisboa, Dezembro 2021

Federação Portuguesa de Corfebol

Avº General Norton de Matos, 69-A

1500-312 Lisboa

Telefone+351 212 422 117

Email: fpcorfebol@gmail.com

Prefácio

O presente livro tem como objetivo orientar treinadores e professores de Educação Física, na implementação e desenvolvimento da disciplina adaptada da modalidade desportiva de Corfebol.

O Corfebol é uma modalidade coletiva mista o que encerra, em si mesmo, por um lado, características fundamentais para a aquisição de *skills* de colaboração, coordenação e igualdade de género e, por outro lado, a necessidade de adquirir competências específicas de métodos de treino e de prática competitiva adaptada que, neste livro, se procuram detalhar para cada um dos tipos e graus de deficiência.

Ao longo do desenvolvimento do Corfebol Adaptado à Deficiência Intelectual, a FPC retém uma experiência muito positiva da adequação dos atletas, simples e motivada ao treino e prática, revelada pela sua constante procura de momentos de prática, aos quais se entregam, sempre, com grande alegria e energia.

Como guia, este livro aponta, de forma detalhada, caminhos de intervenção, preparação de espaços de prática, regras, mas também abordagem pedagógicas para o seu ensino.

O presidente da Federação Portuguesa de Corfebol,

Mário José Monteiro Almeida

Introdução

O presente trabalho pretende ser um instrumento didático–pedagógico para permitir uma sensibilização ao ensino do Corfebol adaptado, tendo como destinatários principais os Professores, Treinadores e outros Técnicos que desenvolvem, ou pretendam desenvolver, atividades nesta área.

A Lei de Bases do Desporto assume o desporto como fator indispensável na formação da pessoa e no desenvolvimento da sociedade, sendo que a *Lei de Bases da Prevenção, Reabilitação e Integração das Pessoas com Deficiência*, faz referência ao valor da prática desportiva para os cidadãos portadores de deficiência.

Ainda que a atividade física e desportiva seja considerado um potente instrumento para o aumento da socialização de pessoas com deficiência (Crawford et al., 2008), verifica-se que existe um baixo nível de participação das pessoas com deficiência em atividades físicas e desportivas (Block & Obrusnikova, 2007; Bult et al. 2011; Yazdani, et al., 2013).

Entre os diversos aspetos potenciados pelo desporto e atividades físicas para a pessoa com deficiência, sublinha-se o potenciar e ampliar as condições de participação na sociedade (Januário, 2019), permitindo elevar a dimensão potencial do corpo, a melhoria de aspetos psicológicos (como a autoestima e autoimagem), a qualidade de vida, o relacionamento social e a afirmação e projeção social da pessoa com deficiências.

Considerando as diferentes vertentes da prática desportiva, podemos destacar duas vertentes que, neste âmbito, nos parecem as mais significativas, nomeadamente, a prática desportiva numa perspetiva inclusiva (para todos, conjunta) e a prática numa perspetiva competitiva, sendo que, no nosso entender, estas poderão ser complementares.

Optámos por realizar uma abordagem a partir das diferentes áreas de deficiência, organizando, assim, o presente manual a partir de adaptações diferenciadas: Corfebol em pé, para a deficiência intelectual; Corfebol em pé, para a deficiência auditiva; Corfebol para a deficiência visual (sob a forma de skills) e Corfebol para deficiência motora (em cadeira de rodas).

Iniciaremos pela elaboração de um enquadramento da modalidade, referindo a sua génese e o seu desenvolvimento a nível internacional e nacional, bem como uma breve resenha no que repeita ao Corfebol Adaptado. Seguidamente, desenvolveremos o conceito de Adaptação, referindo as suas diferentes dimensões, bem como os os critérios de elegibilidade e classificação por área de deficiência. Seguir-se-á um desenvolvimento das estratégias de intervenção e propostas metodológicas, bem como as questões regulamentares para cada uma das áreas de deficiência.

Para terminar, teceremos algumas considerações acerca da inclusão do Corfebol em aulas/treinos inclusivos e efetuaremos as reflexões finais.

Enquadramento da modalidade

Contexto Histórico

O Corfebol (do original holandês *Korfbal*) nasceu na Holanda, em 1902, criado por um professor, *Nico Broekhuvesen*, inspirado no "Ringball", um jogo que conheceu na Suécia.

Naquela época, na Holanda viviam-se os efeitos da Revolução Industrial, sendo que os pais trabalhavam cerca de 12 horas por dia, ficando os jovens, grande parte do tempo, abandonados, contribuindo para o aumento dos casos de delinquência juvenil.

Segundo Granja et al. (1997), algumas das regras peculiares do Corfebol devem-se ao facto de ter sido implantado e desenvolvido nas escolas, dado que as turmas eram mistas, constituídas por cerca de 40 a 50 alunos. Esta modalidade permitia colocar em prática, simultaneamente, 24 jogadores, na medida em que as equipas eram constituídas por 12 pessoas, 6 rapazes e 6 raparigas.

Neste contexto, tornava-se imprescindível criar um jogo que fosse económico, pudesse ser praticado pelo maior número de crianças e jovens de ambos os sexos, que os mantivesse em forma e que envolvesse as mulheres na prática desportiva, colocando-as, pela primeira vez, em pé de igualdade com os homens.

Apesar de diferente das modalidades praticadas nessa época, o Corfebol teve uma boa receptividade e começou a expandir-se pelo resto do país e pelos territórios coloniais holandeses, como a Indonésia, Suriname e as Antilhas holandesas, tendo resultado desta dinâmica, em 1903, a criação da Associação Holandesa de Corfebol.

Do ponto de vista histórico, podemos referir as seguintes datas como as mais marcantes:

- 1920 - Modalidade de demonstração nos Jogos Olímpicos de Antuérpia, na Bélgica;
- 1921 - Criação da Associação Nacional Belga;
- 1928 - Modalidade de demonstração nos Jogos Olímpicos de Amesterdão, na Holanda;
- 1933 - Criação da International Korfball Federation (I.K.F.);
- 1946 - Expansão mundial para Inglaterra, sucedendo-se a Dinamarca, a Alemanha, a Espanha e alguns países da Ásia.
- 1952 – Aparecimento do Corfebol "indoor" – campo de 40x20.
- 1963 - Primeiro Torneio Internacional anual, promovido pela I.K.F. com a participação da Holanda, Bélgica e Inglaterra.

Desde então, o número de países tem vindo a aumentar de forma notável e o Corfebol é praticado em 69 países, nos 5 continentes, com mais de 200 mil praticantes, em todo o Mundo. Existem Campeonatos do Mundo, Campeonatos Continentais (Europa, Ásia/Oceânia, americano e Africano) e tem participação, por não ser modalidade Olímpica, nos Jogos Mundiais.

O Corfebol em Portugal

O Corfebol apareceu, pela primeira vez, em Portugal, em 1982, num curso sobre "Jogos Populares e Desportivos Tradicionais", realizado em Lamego, tendo entusiasmado o professor Jorge Calado, um dos Professores de Educação Física participantes nesse curso, o qual encaminhou a modalidade para

a escola onde lecionava, formando, assim, o primeiro núcleo de Corfebol com atividade desportiva regular.

Em 1986, surgiu o primeiro contacto Internacional com a participação de Portugal, num Torneio em Tilburg, na Holanda, e assiste-se a um forte período de divulgação e desenvolvimento da modalidade, liderada pelo professor Mário Godinho (professor no ISEF), com a realização de jogos e ações de demonstração nas escolas. Nesse ano, foi formada a secção de Corfebol do Clube de Futebol Sassoeiros (Cascais) e começou a ser criado o Comité de Promoção do Corfebol (CPCP), que viria a ser responsável pela organização e desenvolvimento da modalidade.

Em 1988/1989, realizou-se o primeiro Campeonato Nacional de Corfebol, surgindo, pela primeira vez, a disputa da Taça dos Clubes Campeões Europeus. O primeiro Campeonato Nacional englobou duas divisões e houve, ainda, a realização da Taça de Portugal.

Em 1991, foi fundada a Federação Portuguesa de Corfebol e atualmente é membro desde 1994, da Confederação do Desporto de Portugal; desde 1997, do Comité Olímpico de Portugal; desde 2018, do Comité Paralímpico de Portugal.

Portugal compete internacionalmente desde 1987 e são realizados Campeonatos Nacionais desde 1989. Apesar de ser pouco conhecido para o público em geral e estar mais centrado na região de Lisboa, Portugal encontra-se em 6º no ranking mundial e tem no seu historial uma medalha de bronze no Mundial, na Índia, em 1995, e três medalhas de bronze em Europeus (Portugal-1998, Portugal-2014 e Países Baixos-2018).

Para além das competições internacionais seniores, Portugal também participa nos escalões Sub-15, Sub-17, Sub-19 e Sub-21, sendo uma das potências mundiais. Na variante de Corfebol de Praia, em que as competições internacionais iniciaram em 2017, Portugal foi Vice-Campeão da Europa nos Países Baixos, em 2017, Vice-Campeão do Mundo na Bélgica, em 2018 e Campeão do Mundo em França, em 2019.

Ao longo de 20 anos, a modalidade suscitou uma atividade crescente e uma constante transformação, no sentido de possibilitar uma resposta institucional mais estruturada, possuindo, atualmente, o estatuto de Utilidade Pública Desportiva “UPD”, regulando a prática de competição e representação nacional da modalidade no país.

Para além do reforço competitivo do quadro competitivo oficial, deu passos decisivos para o alargamento da presença territorial nas escolas, após a inclusão do Corfebol nos Programas Nacionais de Educação Física, desde 2001, e criou uma nova disciplina, o Corfebol Adaptado.

O Corfebol Adaptado

Em 2014, foram realizadas algumas iniciativas para pessoas com deficiência em algumas Instituições/Escolas em Santarém e Lisboa, bem como algumas iniciativas individuais, alcançando bastante sucesso e aceitação por parte da população com deficiência.

Dessa atividade surgiu o interesse em desenvolver o Corfebol Adaptado em Portugal e, em 2015, a Federação Portuguesa de Corfebol candidatou-se ao Plano Nacional de Desporto para Todos, promovido pelo IPDJ e apoiado pelo Instituto Nacional para a Reabilitação, tendo como objetivo fundamental levar o Corfebol a um universo de população com deficiência que desconhecia a modalidade até então, acreditando-se que, mais do que uma participação desportiva, mais do que as

vitórias ou medalhas, o desporto representa para o cidadão com deficiência, a oportunidade de uma prática desportiva e de expor à sociedade as suas capacidades e as suas mais valias.

O Corfebol, pelas suas características originais e distintivas, concentra em si, uma série de valores cooperativos e de igualdade de género, sendo a inclusão de pessoas com deficiência a promoção, destes e de outros valores, como o respeito, a aceitação e a igualdade que contribuem para o desenvolvimento de capacidades e aquisição de novas competências nos seus praticantes, ajudando a melhorar a autoconfiança e autoestima dos mesmos, contribuindo para uma melhor integração na sociedade do cidadão com deficiência.

Sendo uma atividade de grupo praticada por equipas mistas, onde não existem regras específicas para cada sexo, a não ser que cada jogador marca outro jogador do mesmo sexo, é uma excelente oportunidade para reduzir as diferenças existentes entre os elementos dos dois sexos, solicitando a convivência entre eles.

Por outro lado, a alternância de posições e estatutos (atacante e defesa) de cada um dos jogadores, contribuiu para o desenvolvimento de destrezas específicas diferenciadas, por parte de todos os jogadores da equipa.

O facto de não ser possível o drible ou qualquer tipo de progressão com a bola, obriga à necessidade de cooperação para ser possível lançar ao cesto.

O contacto físico, sendo moderado, torna o corfebol bastante atrativo para jogadores com menos capacidades de execução.

Por conseguinte, foram elaboradas modificações e adaptações nas metodologias e regras da modalidade, tendo escolhido, numa fase inicial, trabalhar com os cidadãos de deficiência intelectual, praticando-se, atualmente, Corfebol Adaptado de Norte a Sul do país, com cerca de 40 equipas e mais de 400 praticantes.

Um dos fatores de sucesso da estratégia adaptada tem sido, por um lado, a formação desportiva em Corfebol dos técnicos que, no dia a dia, acompanham os utentes nas instituições e, por outro lado, motivar os praticantes das instituições para se defrontarem, periodicamente, em torneios regionais que culminam num torneio final nacional.

O processo de Adaptação

Gostaríamos de iniciar este ponto com a partilha do conceito de Adaptação, entendendo-se esta como a modificação da modalidade, atividade ou jogo, incluindo o processo de ensino, treino e competição que visa possibilitar a prática ou aumentar a participação na atividade a pessoas que, de outra forma, estariam impedidas de o fazer, recorrendo, para isso, a estratégias facilitadoras da interação entre essas pessoas, a tarefas propostas e ao contexto (local de prática, regras, equipamento, material e instrução).

O Corfebol Adaptado resulta de um conjunto de alterações aplicadas ao Corfebol tradicional, alterações essas que passaram por um conjunto de modificações (ao nível das regras, equipamentos, materiais, processo instrucional, etc.), de forma a possibilitar a prática para todos e aumentar a participação de pessoas que, de outra forma, estariam impedidas de o praticar.

Este processo deverá procurar, por um lado, manter-se o mais fiel ao Corfebol convencional mas, por outro lado, terá que apresentar modificações a diferentes níveis, de forma a que alunos e atletas que possuam deficiência, estejam possibilitados de participar.

Para implementação de Programas de Desporto Adaptado, segundo Adams, et al. (1985), é necessário considerar um conjunto de cinco objetivos que deverão ser ponderados de uma forma integrada, nomeadamente:

Objetivos orgânicos - respeita a melhoria da capacidade funcional dos diversos sistemas do organismo, tais como, o aumento da resistência cardiovascular, o aumento da flexibilidade e da mobilidade das articulações, a melhoria dos níveis de força e da resistência, etc;

Objetivos neuromusculares - relacionado com o desenvolvimento percetivo-motor e a execução e exploração de movimentos em diferentes planos (rotações, flexão/extensão de segmentos corporais, etc.);

Objetivos interpretativos - ligados com a consciência do próprio corpo, com o conhecimento do seu potencial motor e das suas possibilidades, considerando a possibilidade de explorar o meio, descobrir e realizar diversas habilidades motoras ainda desconhecidas;

Objetivos sociais- relacionado com a interação com outras pessoas, permitindo desenvolver a habilidade de lidar com os outros, uma vez que, essa relação social fica prejudicada, em virtude da falta de variedade dos contactos sociais, muitas vezes, devido ao baixo autoconceito, o que faz com que a pessoa com deficiência se isole do convívio em grupo;

Objetivos emocionais - aspeto importante pois o atleta, em algumas situações, é capaz de deixar o seu dispositivo (por exemplo: cadeira de rodas, muletas, aparelhos ortopédicos), integrando-se de forma independente e, em muitas situações, permite uma participação semelhante à dos outros participantes (por exemplo, um aluno/atleta que utiliza os seus dispositivos de apoio até ao cais da piscina, mas depois de o deixar e entrar na água, desenvolve a sua atividade com autonomia completa e com níveis de execução iguais ou superiores aos dos praticantes sem deficiências).

Diferentes dimensões do Processo de Adaptação

O processo de adaptação abrange a modificação de um conjunto de dimensões que visa a participação efetiva na atividade, tais como, o espaço de jogo e o envolvimento (a localização das instalações e respetivas acessibilidades) e, por outro lado, as questões relacionadas com o equipamento e material, (tamanho/peso da bola, altura dos postes, cadeiras ou outros apoios específicos).

Outra dimensão fundamental prende-se com as questões regulamentares onde aspetos como a alteração às regras (dimensões do campo, tempo de jogo, constituição da(s) equipa(s), funções da equipa de arbitragem, natureza da sinalética a utilizar, etc.) ou alteração da estrutura e organização da competição, tipo de competição, estabelecimento da classificação desportiva para competições e elegibilidade, deverão ser tidas em consideração.

A instrução e formas de comunicação é outra dimensão a considerar, ou seja, o professor/treinador, deve considerar diferentes formas de apresentar as tarefas, bem como de fornecer feedback, constituindo, assim, um apoio efetivo ao processo de aprendizagem. Considerar a adaptação da instrução (a repetição das instruções, demonstrações e explicações, a manipulação passiva durante a demonstração ou a ajuda física) e o fornecimento de um feedback substantivo e apropriado (corrigir

os erros, desenvolver competências de desempenho e potenciar os aspetos motivacionais), serão aspetos a considerar.

A adaptação do conteúdo a aprender é outra dimensão fundamental da intervenção, o que poderá implicar a decomposição da tarefa em componentes mais pequenas, mais simples, ou a decomposição da tarefa, substituindo algumas das suas partes (Januário & Damas, 2014). Aspetos como o tempo de permanência no exercício ou atividade, a intensidade do mesmo, o nível de apoio requerido no desempenho, o número de exercícios ou atividades em que participa, podem revelar-se de maior importância.

Face ao exposto, abordaremos o processo de adaptação, considerando alterações a diferentes níveis, de forma a possibilitar a participação de alunos/atletas que possuam deficiência que implique o prejuízo funcional na prática da modalidade de forma convencional.

Assim, seguidamente, serão desenvolvidas adaptações, considerando diferentes áreas de deficiência, nomeadamente, Corfebol para deficiência intelectual, Corfebol para a deficiência auditiva e Corfebol para a deficiência motora (em cadeira de rodas).

Elegibilidade e classificação desportiva no Desporto Adaptado

A Elegibilidade assegura o diagnóstico e a presença de uma incapacidade (caracterizada por limitações significativas) definida pelos critérios mínimos de elegibilidade, ou seja, responde à questão “Quem pode praticar”, enquanto que, a Classificação avalia o impacto da incapacidade no rendimento desportivo e agrupa os participantes de acordo com a sua funcionalidade, de forma a garantir a justiça desportiva e a igualdade de participação. Considerando o definido pelos organismos internacionais que tutelam o processo de elegibilidade para as diferentes áreas de deficiência, os critérios são os seguintes:

Deficiência Intelectual

Os critérios estabelecidos pela VIRTUS (antigo INAS-FID), de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) e da Associação Americana de Deficiência Intelectual e do Desenvolvimento (American Association for Intellectual and Developmental Disability - AAIDD) são três:

- a) O QI é igual ou inferior a 75.
- b) Significantes limitações nos comportamentos adaptativos (conceitual, social e skills/habilidades adaptativas práticas).
- c) A incapacidade é diagnosticada antes dos 18 anos.

O Psicólogo é o especialista qualificado para avaliar os atletas, de acordo com as normas do INAS-FID/ VIRTUS.

Deficiência Auditiva

Os participantes nos Jogos Surdolímpicos e competições sancionadas pelo Comité Internacional de Desportos para Surdos têm que ter uma perda auditiva de 55dB no mínimo (avaliado em 3 tons -500, 1000 e 2000 Hertz), sem ajuda técnica, no melhor ouvido, comprovada por Testes, através da realização de um audiograma.

Deficiência Visual

A definição de elegibilidade, bem como o processo de classificação, são determinadas a partir de testes que consideram a acuidade e o campo visual, realizados por oftalmologistas ou optometristas certificados pela IBSA e IPC, apresentando as seguintes classes:

B1 – Da não percepção de luz em cada olho até a percepção de luz, mas sem capacidade de reconhecer a forma de uma mão em qualquer distância ou direção.

B2 – Da habilidade do reconhecimento da forma de uma mão até a agudeza de 2/60 e/ou campo visual inferior a 5°.

B3 – Da agudeza visual superior a 2/60 a 6/60 e/ou campo visual superior a e inferior a 20°.

B4 – Não elegível- acuidade > 6/60 ou campo visual > 20°.

Deficiência Motora

Os critérios de Elegibilidade e classificação são definidos pelos diferentes organismos Internacionais que as tutelam (Federações, Confederações Internacionais, Confederações por área de deficiência, Federações Paralímpicas e IPC) sendo, por isso, específicos em função da modalidade. As equipas de classificação são constituídas por classificadores de diferentes áreas (médicos, fisioterapeutas, professores de Educação Física ou treinadores).

Enquadram-se na deficiência motora (que poderá ser congénita ou adquirida), em termos históricos e de funcionalidade, as seguintes categorias desportivas, em função da localização topográfica da lesão ou anomalia: (1) paralisia cerebral, (2) lesões vertebro-medulares, (3) amputados e (4) *les autres*. No caso do Corfebol, estes critérios ainda não estão definidos, no entanto, existe um conjunto de princípios/procedimentos comuns aos desportos coletivos/equipa.

Destinam-se a praticantes cuja disfunção locomotora os impedem de terem equilíbrio, apresentam limitações significativas nos padrões de marcha e/ou corrida e impulsão, logo, de participarem em pé.

A avaliação funcional e a classificação desportiva são compostas por três partes distintas:

1. Avaliação funcional na cadeira de rodas e/ou na marquesa;
2. Avaliação técnica de movimentos específicos com a cadeira de rodas e com a bola;
3. Avaliação por observação em situação de competição.

Todos os praticantes em cadeira de rodas são classificados numa das classes (expressa por um valor, consoante a escala) sendo que, o somatório dos jogadores em campo / em jogo não pode ultrapassar o valor estabelecido (por exemplo, 18 pontos).

Estratégias de Intervenção e Propostas Metodológicas

A presente proposta de abordagem, para o ensino do Corfebol adaptado, está organizada a partir de fases sendo que, a cada uma dessas fases, está associado um conjunto de gestos e estruturas técnico-táticas, que será desenvolvido numa lógica de progressão. A passagem de uma fase para a fase seguinte está organizada numa lógica crescente de complexidade, concretizada a partir da introdução de constrangimentos e manipulação de novas variáveis.

Deverá ser privilegiada a utilização de formas jogadas, evitando uma abordagem analítica das estruturas técnico-táticas, procurando o ensino do Jogo a partir do próprio Jogo, recorrendo, para tal, a situações de Jogos pré-desportivos, jogo reduzido e/ou jogo condicionado, atribuindo-lhe um cariz competitivo, sempre que possível.

A abordagem dessas estruturas técnico-táticas, numa fase inicial, poderá surgir de uma forma mais espontânea, no entanto, deve-se progredir para situações onde os diferentes intervenientes venham a desenvolver uma maior intencionalidade nas ações utilizadas, nomeadamente, através de uma maior e melhor estruturação do Jogo, no qual surgem as fases de Ataque organizado e Defesa organizada, onde, respetivamente, se procura a finalização em condições favoráveis e o impedimento dessa finalização.

Do ponto de vista metodológico, depois de considerar os aspetos já mencionados, o ensino e treino desta modalidade são semelhantes à do Corfebol Formal, pelo que, um maior desenvolvimento dos aspetos didático-metodológicos poderá ser consultado em Granja et al. (1997) ou Crum (2014).

As fases anteriores poderão ser desenvolvidas através de situações de aprendizagem com um cariz competitivo, sendo que, é a partir da apropriação das estruturas técnico-táticas, anteriormente abordadas, que faz sentido desenvolvê-las nos diferentes contextos de jogo, já referenciados.

Face ao exposto, abordaremos o processo de adaptação, considerando alterações a diferentes níveis, de forma a possibilitar a participação dos atletas que possuam deficiência que implique prejuízo funcional na prática do Corfebol convencional. Assim, seguidamente, serão desenvolvidas adaptações, considerando diferentes áreas de deficiência, nomeadamente, Corfebol para deficiência intelectual e de desenvolvimento, Corfebol para a deficiência auditiva, Corfebol para a deficiência visual e Corfebol para a deficiência motora (em cadeira de rodas).

Deficiência Intelectual e de Desenvolvimento

Na nossa opinião, existe um conjunto de questões, para quem trabalha na área da Deficiência Intelectual, cujas respostas poderão constituir um ponto de partida para potenciar o processo ensino-aprendizagem com esta população, nomeadamente:

O que é Deficiência Intelectual? Como são os alunos /atletas com Deficiência Intelectual? Em que são diferentes os alunos/atletas com DI? Como podemos potenciar o processo ensino-aprendizagem com esta população?

Procuraremos, ao longo deste capítulo, responder a estas questões, referenciando ainda algumas estratégias de intervenção e propostas metodológicas, específicas para esta área.

Em primeiro lugar, importa perceber que a deficiência intelectual e de desenvolvimento engloba grupos e indivíduos com características muito heterogéneas, com diferentes níveis de habilidades,

cujo nível de desenvolvimento (cognitivo, motor e/ou afetivo-social) difere da idade cronológica, sendo que, em pessoas com deficiência intelectual é possível identificar uma ampla variedade de capacidades e áreas fortes, bem como incapacidade, dificuldades e necessidades.

As pessoas com deficiência intelectual têm um funcionamento mental abaixo da média, o que causa um atraso na aprendizagem e no desenvolvimento desses indivíduos, caracterizando-se ainda pelo déficit de comportamentos adaptativos (cuidados pessoais, habilidades de comunicação, socialização, atividades domésticas, etc).

De uma forma mais concreta, na área motora podem surgir alterações na motricidade fina, dificuldades em manter o equilíbrio, dificuldade na coordenação motora, na locomoção e na manipulação de objetos.

Na área cognitiva, as maiores dificuldades residem na concentração, na memória e na resolução de problemas (devido à dificuldade em entender conceitos abstratos e à dificuldade de generalização para novas situações), o que torna o processo de aprendizagem mais lento.

Em termos de comunicação, a deficiência intelectual causa dificuldades em se expressar, tornando a pessoa pouco compreendida.

Por fim, na área socioeducativa está patente uma diminuição das interações sociais, especialmente, em ambiente escolar, uma vez que a idade mental não corresponde à idade real.

É fundamental termos consciência de que alguns destes alunos/atletas podem atingir os mesmos objetivos que os seus colegas sem deficiência, mas, de maneira mais lenta, enquanto que, outros podem não alcançar todos os estágios de desenvolvimento.

Por outro lado, no que respeita à configuração da prática relacionada com as questões de segurança, é importante discutir com os médicos os benefícios da atividade física para o praticante e as implicações na participação desportiva, uma vez que esta população pode apresentar algumas alterações, nomeadamente:

Alterações cardíacas, respiratórias e, em alguns casos, podem existir questões relacionadas com a termoregulação pelo que, as atividades devem ser, cuidadosamente, prescritas e supervisionadas, considerando as zonas de intensidade (não exceder 80% do VO₂ max ou FC) e a duração das atividades.

Alguns alunos/atletas tomam medicamentos (perceber as contraindicações e implicações na prática de atividade física) e, em alguns casos, podem existir anormalidades, nomeadamente, nas articulações das primeiras vértebras cervicais, instabilidade articular e hipotonia muscular.

Existência de um protocolo de segurança desenvolvido em conjunto com o médico, bem como um plano de socorro de emergência, caso ocorram incidentes durante a prática e, às vezes, com a participação de familiares, para lidar com situações especiais.

Considerando o desenvolvimento do processo ensino-aprendizagem, as estratégias devem passar pela criação de condições que permitam facilitar a comunicação com os alunos/atletas, potenciando a compreensão da informação transmitida e desenvolvendo as questões motivacionais.

A Literatura, no domínio da retenção da informação, tem mostrado que, grandes quantidades de informação tornam a sua retenção mais difícil para os alunos/atletas (Januário et al., 2015; Mesquita

et al., 2008) sendo que, o número de ideias transmitidas parece ser a variável que mais influencia o nível de retenção. Williams e Hodges (2005) referem que existem efeitos negativos da "sobrecarga de informação" sobre a atenção seletiva, sendo que, essa sobrecarga informacional limita a capacidade dos alunos /atletas em reterem informações-chave.

Considerando as limitações que estes atletas apresentam, estes resultados, do ponto de vista da intervenção profissional, reforçam a ideia referida, de que as características da informação são determinantes na sua retenção, por parte dos alunos/atletas. Assim, a instrução transmitida deve ser curta, para permitir uma melhor retenção, deve conter um baixo número de ideias diferentes, em cada episódio de instrução, devendo ser concisa e focada sobre os conteúdos da aprendizagem, a fim de permitir uma melhor retenção.

Por outro lado, as ideias fundamentais a transmitir deverão ser repetidas, uma vez que a informação mais repetida era retida de uma forma mais eficaz, recorrendo a demonstrações, explicações, ao uso de palavras-chave ou slogans para facilitar a compreensão (especialmente de conceitos e situações mais abstratas), podendo recorrer à manipulação dos alunos/atletas. O uso de estratégias combinadas é benéfico se não levar à sobrecarga de informações pois, se esta situação ocorrer, poderá resultar em falhas ao nível do tratamento da informação recebida.

Estes alunos e atletas podem levar mais tempo para entender, pelo que é fundamental verificar o seu grau de entendimento da informação transmitida. Ainda no que respeita às questões da comunicação, deve ter-se em conta que, alguns alunos/atletas podem explicar as suas necessidades e objetivos ao treinador/professor, mas outros não são capazes, sendo que, nestes casos, o contacto com os pais e/ou cuidadores é essencial.

O nível de prática dos atletas foi, igualmente, referenciado como uma variável diferenciadora da retenção de informação, nos estudos realizados por Rosado et al. (2008) e Januário et al. (2013), em ambiente de treino desportivo.

Dever-se-á procurar a implementação de estratégias que potenciem a atenção dos alunos e atletas para a informação transmitida, tentando reduzir atividades e situações distrativas, a fim de conseguirem captar a atenção, no decorrer do processo de instrução.

A adaptação do conteúdo a aprender é outra dimensão fundamental da intervenção o que, como já foi referenciado, poderá implicar a decomposição da tarefa em componentes mais pequenas, ou mais fáceis, ou a sua decomposição, substituindo algumas das suas partes, tendo em atenção aspetos como o grau de dificuldade, o nível de prática dos atletas, o tempo de permanência no exercício ou o nível de apoio necessário à realização da tarefa.

Conhecer bem a atividade e as adaptações a serem feitas, a individualização da tarefa (percebendo se o desenvolvimento motor do aluno/atleta está adaptado à atividade a ser realizada), a focalização num objetivo de cada vez e o planeamento de 2 ou 3 exercícios para cada situação, com a finalidade de obter alternativas disponíveis, dependendo da recetividade, humor e motivação do aluno, poder-se-ão revelar como aspetos cruciais.

Outro aspeto fundamental, talvez o mais relevante, relaciona-se com a necessidade de elevada estruturação do processo de ensino, através da criação de rotinas, nomeadamente, de entrada e saída, sinais de início e paragem de atividade, transição de atividades (dar pistas simples para a transição de uma atividade para outra), regras de comportamentos aceitáveis e consequências de comportamentos inaceitáveis, repetição de exercícios e rotinas na execução dos mesmos. Muitas

vezes, ao trabalharmos com esta população, deparamo-nos com dificuldades criadas, precisamente, pela quebra de rotinas já instaladas, como, por exemplo, por mudanças espaciais, mudança de instalações ou por mudanças nas rotinas e nas pessoas que apoiam a atividade.

Outro aspeto de grande importância, ao trabalhar com esta população, está relacionado com as questões afetiva-relacionais e com o clima da sessão, sendo fundamental motivar esses alunos/atletas, criando fortes relações de afetividade. A intervenção do professor/treinador deverá passar pela criação de situações de sucesso, pela utilização de reforço positivo quer a nível de comportamentos quer a nível de performance (no início, mais reforço para os objetivos e depois, progressivamente, reduzir o reforço para levar à autonomia) e, no caso do uso de reforço negativo, o aluno/atleta deve perceber as respetivas causas e consequências. A manutenção do contacto visual com os alunos/atletas, a utilização de tarefas que os alunos/atletas gostem para reforçar/implementar comportamentos apropriados e a criação de momentos de maior diversão e maior interação no final da sessão, podem potenciar esta dimensão da intervenção do professor/treinador. O professor/treinador deve demonstrar entusiasmo e estar fortemente envolvido no processo de aprendizagem, sendo que, esse entusiasmo transparece e projeta-se nos seus alunos/atletas. Destacamos ainda a atenção para o facto de alguns desses alunos/atletas, por vezes, tentarem monopolizar as tarefas e os ambientes ao seu redor, enquanto que outros apresentam grande timidez e até algum distanciamento, devendo o professor/treinador reforçar os fatores de conhecimento interpessoal (estudos, família, profissão).



Regras

Com o objetivo de tornar o Corfebol para a deficiência Intelectual, uma modalidade que, por um lado, seja inclusiva (permita a prática para todos os alunos /atletas) mas, por outro lado, também apresente uma vertente competitiva, em que as questões relacionadas com a equidade e a justiça desportiva estejam presentes, foram consideradas duas classes, atentando os diferentes níveis de funcionalidade dos alunos/atletas.

Esta decisão teve por base, como já referimos, a existência de indivíduos com características muito heterogéneas, com diferentes níveis de habilidades, onde é possível identificar uma ampla variedade de capacidades e áreas fortes, bem como incapacidades, dificuldades e necessidades. Se, por um lado, todos eles apresentam os critérios de elegibilidade, na realidade, as suas capacidades funcionais (a nível motor, cognitivo e afetivo-social) poderão ser muito diferenciadas. Assim, a nível competitivo,

tendo em conta o nível de funcionalidade, considerámos duas classes (1ª Divisão e 2ª Divisão, sendo que, os atletas da 1ª Divisão apresentam maior funcionalidade).

Globalmente, as adaptações ao nível das regras, para esta área de deficiência, em relação às regras do Corfebol formal, são semelhantes para as duas divisões, no entanto, existe alguma diferenciação que, seguidamente, descreveremos:

Regras comuns às duas divisões:

Duração: 2 partes de 10 minutos com 5 minutos de intervalo.

Bola: A bola utilizada é a bola oficial (Mikasa, nº5)

Substituições: ilimitadas.

Desconto de tempo: 1 por cada parte

Regras diferenciadas, em função da divisão:

Redução da área do campo de jogo: 1ª Divisão – 25mx15m; 2ª Divisão – 20mx10m

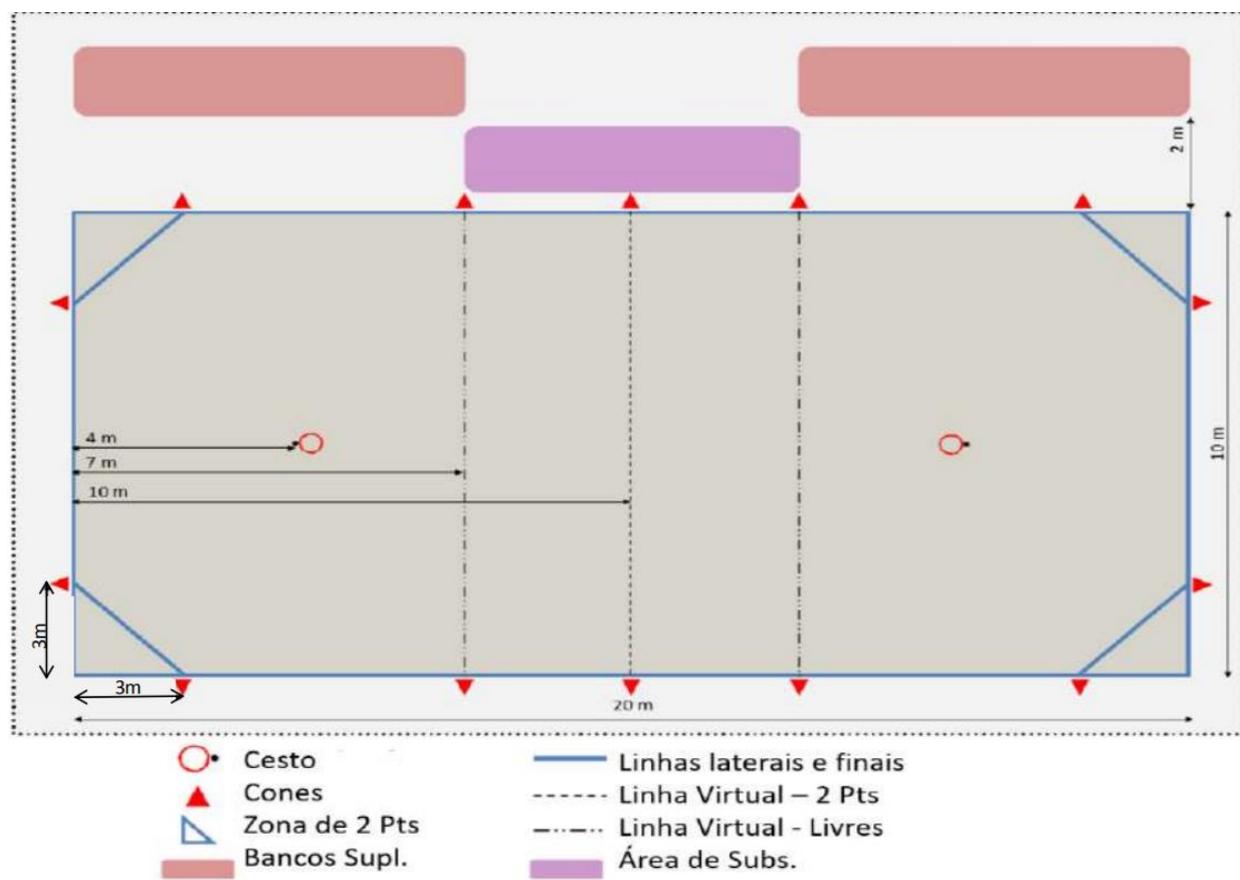
Altura da Cesto: 1ª Divisão – 3,00 m ; 2ª Divisão – 2,50m

Distância do poste à linha final: 1ª Divisão – 4,00 m ; 2ª Divisão – 3,50m

Constituição da equipa: 1ª Divisão – 4 atletas, dois de cada género;

2ª Divisão – 4 atletas, podendo ser dois P género ou três de um género e um do outro género.

Esquema de campo de Corfebol Praia/ Deficiência Intelectual (1ª Divisão)



Deficiência Motora

A presente proposta de abordagem, para o ensino do Corfebol em Cadeira de Rodas, é baseada na vertente de Corfebol de Praia, está organizada a partir de fases, pretendendo desenvolver o ensino desta modalidade quer numa vertente de lazer e recreação quer numa lógica de competição.



A cada uma dessas fases está associado um conjunto de gestos e estruturas técnico-táticos, que será apresentado numa lógica de progressão. A passagem de uma fase para a fase seguinte está organizada numa lógica crescente de complexidade, concretizada a partir da introdução de novas variáveis e condicionantes.

Assim, na primeira fase “Adaptação à cadeira de rodas”, a cadeira é explorada, inicialmente, em percurso livre, com diversos deslocamentos (frente, costas, virar para ambos os lados, andar por cima das linhas marcadas no campo, situações de slalom, mudanças de direção, estafetas, etc.).

Seguidamente, na fase Adaptação à bola, além da cadeira de rodas, é adicionada a bola e procura-se que o praticante tenha contacto com a mesma e a explore, de forma a contextualizar-se com o seu peso, dimensão, forma de manipulação e os diferentes tipos de lançamento (de fora e na passada).



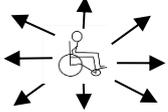
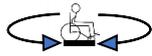
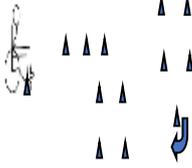
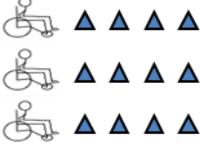
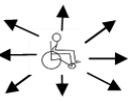
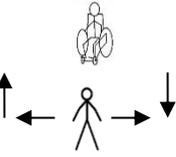
Na fase Introdução ao colega de equipa (aluno + cadeira + bola + colega) é introduzido o companheiro de equipa, aumentando a complexidade, dando início ao trabalho de passe e respetiva receção (quer parado quer em deslocamento) e progressão em passe.

Nesta lógica de abordagem, continuaríamos com a Introdução do adversário (aluno + cadeira + bola + colega + adversário), onde surge o primeiro contacto com o adversário, procurando-se, do ponto de vista ofensivo, desenvolver o trabalho de desmarcação, simulação e de finta. Concomitantemente ao trabalho a desenvolver no processo ofensivo, existe uma atenção ao processo defensivo, garantindo que os atletas ganhem consciência do seu papel como defesas.

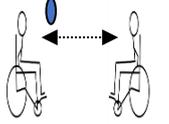
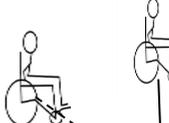
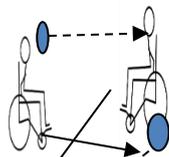
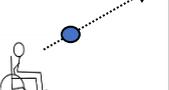
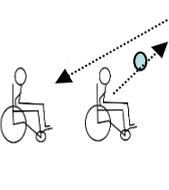
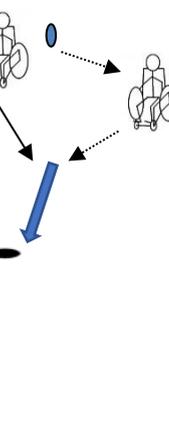
As fases anteriores poderão ser desenvolvidas através de situações de aprendizagem com um cariz competitivo, dado que, a partir da apropriação das estruturas técnico-táticas, anteriormente abordadas, podemos desenvolvê-las em diferentes contextos de jogo que vão desde Jogo reduzido, Jogo condicionado até ao Jogo formal, constituindo-se, assim, a fase denominada Situação de jogo.

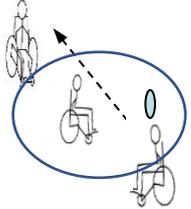
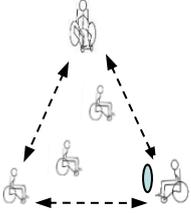
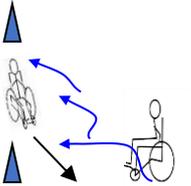
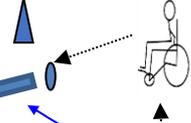
A partir da Situação de Jogo Formal, que numa fase inicial poderá surgir de uma forma mais espontânea e anárquica, procurar-se-á progredir para situações onde os diferentes intervenientes venham a apresentar uma maior intencionalidade nas ações utilizadas, nomeadamente, através de uma maior e melhor estruturação do Jogo, no qual surgem as fases de Ataque organizado e Defesa organizada, onde, respetivamente, se procura a finalização em condições favoráveis e o impedimento dessa finalização.

Seguidamente, procuraremos operacionalizar a sequência sugerida, apresentando, para tal, um conjunto de exercícios, com indicação dos aspetos críticos, ao nível da instrução, e algumas das variantes a utilizar.

Adaptação à cadeira de Rodas	Instrução	Variantes	
<p>Deslocamento em frente: A partir da linha lateral, ir até à outra linha lateral e voltar.</p> <p>Deslocamento frente/costas: A partir da linha lateral, ir até à outra linha lateral e voltar em deslocamento de costas.</p> <p>Virar para ambos os lados: Andar por cima das linhas marcadas no campo mantendo a roda de trás sempre em contacto com as mesmas.</p> <p>Colocar a cadeira de rodas em cima de uma linha e realizar movimentos de rotação de 90º, 180º e 360º realizar nos dois sentidos.</p> <p>Realizar zig-zag conduzindo a cadeira de frente e de costas.</p> <p>Situações de Slalom;</p> <p>Estafetas: Partindo da linha lateral, desloca-se até à outra linha lateral, dando uma volta de 180º sobre a mesma e voltar à posição inicial.</p> <p>Partindo da linha lateral, deslocar-se até ao meio-campo, dar uma volta de 360º, seguir até à outra linha lateral, dar uma volta de 180º e voltar à posição inicial.</p> <p>Semelhante mas, em deslocamento à retaguarda e, voltar à posição inicial em deslocamento para a frente.</p> <p>Partindo da linha lateral, contorna os cones até à outra linha lateral, dá uma volta de 180º e volta à posição inicial em deslocamento à frente.</p> <p>Jogo do espelho: Atletas à frente do técnico e terão de se deslocar na direcção que este indica com os braços.</p>	<p>Imaginar que a roda da cadeira é um relógio, então fazer movimentos das 10 às 2.</p> <p>Aproveitar o balanço dado à cadeira pelos braços com movimentos amplos;</p> <p>Quando o atleta realiza as puxadas deve inclinar o corpo ligeiramente para frente.</p> <p>Travar a roda para o lado que se quer virar.</p> <p>Realizar todas as trajectórias possíveis nas diferentes direcções e sentidos.</p> <p>Realizar puxadas inversas ou seja uma mão puxa a roda num sentido a outra mão puxa no sentido inverso a outra roda em simultâneo.</p> <p>Usar uma roda como pivot ou seja esta fica estática e apenas a outra roda é puxada.</p>	<p>Distância</p> <p>Velocidade</p> <p>Distância</p> <p>Velocidade</p> <p>Complexidade</p> <p>Distância</p> <p>Trajectórias</p> <p>Distância total</p> <p>Velocidade</p> <p>Distância dos obstáculos</p> <p>Trajectórias</p> <p>Complexidade</p>	        

Adaptação à bola, com a cadeira de rodas	Instrução	Variantes	
Exercícios de manuseamento de bola (individual):	Agarrar a bola com as duas mãos.	Altura	
Lançar verticalmente a bola ao ar e agarrar.	Se a bola estiver no ar, agarrar com as duas mãos enquanto está no ar.	Uma mão	
Recepção: Alta, Média Baixa		Bater palmas antes de agarrar	
Passar a bola de uma mão para a outra em trajetória aérea sem a deixar cair a no chão.	Se a bola estiver no chão, agarrar a bola pelo lado.	Mão não dominante	
Colocar a bola no chão e agarrar;	Trajetória ligeiramente em curva antes de apanhar a bola.	Altura de lançamento	
Lançar a bola para a frente (no ar e no chão), deslocar-se e agarrar a bola;	Agarrar a bola em deslocamento.		
Lança a bola na vertical faz rotação da cadeira e tem que receber a bola sem esta cair.	Realiza lançamento ao cesto:	Altura de lançamento Direção	
Lançamento ao cesto	Inicialmente parado ; em deslocamento e após recepção da bola	Distância ao cesto	
		Local do campo	

Introdução ao colega de equipa	Instrução	Variantes	
<p>Passe receção A pares, frente a frente realizam passe e receção</p>	<p>Pega da Bola. Na receção ir ao encontro da bola Movimento do tronco.</p>	<p>Distância Tipo de Passe</p>	
<p>A pares, um colega que se encontra parado faz passe para outro colega que se encontra em deslocamento;</p>	<p>Receção com as duas mãos.</p>	<p>Distância</p>	
<p>Um atleta faz passe, o outro recebe a bola, coloca-a no chão e desloca-se para longe desta. Quem fez o passe desloca-se para a bola, agarra-a e faz passe para o colega.</p>	<p>Fazer o passe ligeiramente à frente do colega.</p>	<p>Distância Velocidade deslocamento</p>	
<p>Dois a dois, em deslocamento, fazem passe e receção.</p>	<p>Impulsionar a cadeira antes de receber a bola.</p>	<p>Tipo de Passe Velocidade deslocamento</p>	
<p>Frente a uma parede e lança a bola contra esta, recebendo a bola com as duas mãos.</p>	<p>Ligeira rotação do tronco Amortecera receção da bola.</p>	<p>Distância da parede</p>	
<p>Formar grupos Um atleta lança a bola contra a parede, o atleta seguinte realiza receção e volta a lançar a bola à parede.</p>	<p>Ter atenção à velocidade do colega que vai receber a bola (não ter de acelerar muito, nem perder velocidade).</p>	<p>Distância da parede Distância entre atletas</p>	
<p>Introdução do Lançamento com deslocamento</p>	<p>Lança em deslocamento.</p>	<p>Resalto da bola no solo</p>	
<p>A pares, em deslocamento na direcção do poste, realizam passe e finalização.</p>	<p>Impulsionar a cadeira antes de receber a bola.</p>	<p>Tipos de passe</p>	
<p>Ter atenção à velocidade do colega que vai receber a bola</p>	<p>Ter atenção à velocidade do colega que vai receber a bola</p>	<p>Distância Velocidade deslocamento Local de lançamento</p>	

Introdução da defesa	Instrução	Variantes	
<p>Três atletas, numa área delimitada (círculo) o defesa mantêm-se dentro do círculo e os atacantes nos limites deste. O defesa tenta interceptar a bola.</p> <p>Formar um triângulo onde os defesas têm que interceptar a bola. O defesa que conseguir a interceptação troca com o colega.</p>	<p>Atacantes: Desmarcar criando linha de passe.</p> <p>Defesa: Procura impedir a criação de linha de passe.</p> <p>Intercepção.</p> <p>Todos atletas devem utilizar simulações.</p>	<p>Tamanho da área</p> <p>Distância</p> <p>Tipos de passe</p>	 
<p>Introduzir a finta. A pares, um colega ameaça que vai para um dos lados e muda rapidamente de direção e velocidade.</p>	<p>Falsa informação, dar uma direção para um lado como simulação.</p> <p>Mudança de velocidade. Mudança de direção.</p> <p>Estrutura rítmica (lento, trava, rápido, rápido).</p>	<p>Tipo de finta</p> <p>Trajetória</p>	
<p>Em situação de 2 x 1 realização de passe, finta e finalização.</p>	<p>Travar a roda para o lado que se quer virar, impulso para o outro lado, dar duas acelerações rápidas nas duas rodas.</p>	<p>Velocidade</p> <p>Espaço entre cones</p>	
<p>Em situação de 2 x 2 , realização de passe, desmarcação, finta e finalização.</p>		<p>Tipo de oposição</p>	
<p>Em situação de 2 x 1, o atacante tem de realizar finta antes de Lançar.</p>	<p>Utilizar a amplitude do campo.</p>	<p>Espaço</p> <p>Número de elementos</p>	

É importante que os alunos/atletas executam as situações técnico-táticas anteriormente referidas em contexto cada vez mais próximo de situações de Jogo, ou próximas disso, nomeadamente Jogos Prédesportivos, Jogos Reduzidos e Jogos condicionados.

Jogo	Instrução	Variantes
<p>Jogos Prédessportivos</p> <p>a) Jogos de Intercepção</p> <p>Rabia: atacantes trocam passes defesas têm que interceptar a bola. Defesa que interceptar a bola troca com o colega.</p> <p>Jogo 10 Passes: Duas equipas trocam passes procurando realizar 10 passes seguidos defesas têm que interceptar a bola. Após intercepção trocam de funções.</p> <p>b) Jogos de perseguição Apanhada: 3 elementos trocam passes entre si, tentando apanhar o colega fugitivo.</p> <p>c) Jogos de oposição</p> <p>Bola no quintal: Duas equipas procuram colocar a bola na área da equipa adversária, evitando que os adversários o façam.</p> <p>Bola ao Capitão: Duas equipas procuram colocar a bola no seu capitão que se encontra no campo adversário, evitando que a outra equipa o faça.</p> <p>2) Jogo reduzido Utilização de situações de jogo reduzido.</p> <p>3) Jogo condicionado Utilização de situações de jogo condicionado.</p> <p>4) Jogo formal Utilização do jogo como forma de ensino e treino.</p>	<p>Precisão no passe; Garantir uma linha de passe; Realizar passes tensos e diretos.</p> <p>Recepção activa (não esperar pela bola); Colocar as mãos em posição de “concha” com os polegares próximos.</p> <p>Amortecer a bola, através movimento da flexão dos braços em direcção ao peito</p> <p>Passar e receber em movimento.</p> <p>Realizar várias trajectórias.</p> <p>Circular a bola rápido.</p> <p>Desmarcar-se</p> <p>Deslocamentos rápidos para o defesa não ter tempo de reagir.</p> <p>Deslocamentos rápidos.</p> <p>Passar a um companheiro desmarcado</p> <p>Desmarcar-se</p> <p>Criar linhas de passe,</p> <p>Marcar o adversário quando a sua equipa perde a bola.</p> <p>Utilização de fintas para receber a bola.</p> <p>Utilização dos aspetos técnico e táticos anteriormente referenciados, considerando os aspectos específico do Jogo.</p>	<p>Espaço de jogo</p> <p>Nº de jogadores</p> <p>Ações permitidas</p> <p>Tempo</p> <p>Espaço de jogo</p> <p>Nº de jogadores</p> <p>Ações permitidas</p> <p>Tempo</p> <p>Espaço de jogo</p> <p>Nº de Postes</p> <p>Nº de jogadores</p> <p>Ações permitidas</p> <p>Regras</p> <p>Tempo execução</p>

Regras

As regras do Corfebol em cadeira de rodas são muito semelhantes às do Corfebol de praia, sendo introduzidas algumas alterações relacionadas com o facto de se jogar em cadeira de rodas (considerando a sua mecânica e locomoção).

Participantes: São 4 jogadores em cada uma das equipas (2 do sexo feminino, 2 do sexo masculino), disputando um jogo com 2 períodos de 15 minutos cada, com um intervalo de 7 minutos.

O Campo de Jogo: Deve ter as dimensões de 20m X 10m e é delimitado por linhas, observando -se a mesma distribuição do campo de Corfebol de praia.

Poste: A adaptação do poste consiste na redução da altura para 3,00m, devendo este obedecer às normas de segurança relativas ao tipo de material, forma da estrutura e fixação no solo.

Cadeira de Rodas: As cadeiras devem apresentar as seguintes características: podem ter 4, 5 ou 6 rodas – 2 grandes na parte lateral (propulsoras, com aro de balanço), 2 na parte frontal (mais pequenas e direccionais) e 1 ou 2 na parte traseira (anti báscula). Os pneus devem ter, no máximo, 66cm, além de um aro de balanço para as mãos. É obrigatório ter proteção frontal na cadeira de rodas (parte inferior para impedir que a bola fique por baixo da cadeira) e a proteção traseira (pega) em espuma ou material que amortee os impactos. São proibidos quaisquer tipos de mecanismos de travagem ou de direcção.



Não é permitido o atleta levantar-se da cadeira. Os jogadores podem usar cintos, faixas e suportes que o fixem na cadeira ou faixas para fixarem as pernas.

Bola: A bola utilizada em todas as competições é a bola oficial (Mikasa, nº5).

Reposição da bola: Na reposição da bola e na marcação da falta, a cadeira do atleta que a executa tem, obrigatoriamente, de estar parada.

Segurança do atleta: O árbitro deve parar a contagem do tempo quando o atleta cai da cadeira (este só pode ser ajudado por elementos da sua equipa) e por solicitação de motivos de higiene pessoal do

atleta. É proibido colocar o equipamento do adversário em risco (cadeira de rodas) mesmo que involuntariamente. Os contactos serão punidos.

Marcação de penalidade: As rodas da frente da cadeira (linha imaginária) não podem tocar na linha de referência (linha do 2,50 m).

Um jogador está fora do campo de jogo quando a sua cadeira está fora dos limites do campo.

Deficiência Auditiva

As estratégias a desenvolver passam pela criação de situações que facilitem a comunicação com os atletas, considerando a sua perda de audição ou a audição residual. Esta população, de uma forma geral, é caracterizada pela existência de problemas de comunicação e, como tal, de exclusão, acabando por constituir uma minoria cultural e linguística.

Do ponto de vista motor, esta população poderá ser dividida em dois grupos, um grupo onde existe compromisso do sistema vestibular e que, geralmente, apresenta um fraco desenvolvimento motor e, por outro lado, um grupo sem compromisso do sistema vestibular que, do ponto de vista motor, são muito semelhantes às pessoas sem surdez.

No que se refere ao processo de comunicação com estes alunos/atletas, a adaptação da instrução transmitida ou a utilização de sistemas alternativos de comunicação serão alguns aspetos a desenvolver. A utilização de sinalética, o recurso à escrita ou a utilização de ajudas técnicas, quadro, *tablet*, bloco, prancheta, fichas dos exercícios (descrição e/ou imagens) poderão funcionar como sistemas alternativos de comunicação. Dever-se-á privilegiar o fornecimento de instruções, recorrendo a demonstrações, à utilização de modelos ou, mesmo, à utilização da manipulação corporal e ao recurso preferencial a feedbacks, sob a forma audio-visual, exclusivamente, visual e quinestésicos.

Importa considerar estratégias como a utilização de linguagem gestual ou aprendizagem de alguns “sinais chaves” (normalmente, o aluno/atleta poderá ensinar estes sinais), para ajudar a gerir as situações de instrução, organização e gestão (por exemplo: parar, começar, sentar, levantar, correr, andar, imitar, etc.) ou o recurso a um intérprete, apesar de mais difícil.

Por outro lado, a criação de rotinas relacionadas com a transmissão da informação que considerem aspetos como os tipos de perda da audição, a idade do atleta e aspetos do envolvimento (tal como, fatores distrativos), constituem parâmetros dignos de atenção e diferenciação. Assim, se o aluno/atleta tiver capacidade auditiva residual, este deverá estar ao lado do professor/treinador, enquanto que, se o aluno/atleta souber fazer leitura labial, deve estar posicionado de frente para o professor/treinador, não devendo este alterar a velocidade da fala.

Complementarmente, dever-se-ão verificar os níveis de compreensão da informação transmitida, por parte dos atletas e, se necessário, repetir e/ou reformular a informação, utilizando formas alternativas de comunicação. Dever-se-á ainda considerar que, no caso dos alunos/atletas que fazem leitura labial, mesmo os bons “leitores”, apenas, recebem cerca de 30% da informação transmitida.

Do ponto de vista metodológico, o ensino e treino são semelhantes aos do Corfebol formal, pelo que, maiores desenvolvimentos poderão ser consultados em Granja et al. (1997) ou Crum (2014).



Regras

As regras utilizadas são as que regem o Corfebol Formal (IKF).

Árbitros utilizam bandeiras (sinalizações visuais) em simultâneo com o apito, como forma de comunicação.

Podem existir adaptações ao nível da comunicação, com recurso à utilização da língua gestual.



Deficiência Visual

Quando abordamos a deficiência visual, podemos fazer referência à Cegueira (incapacidade de ver ou de perceber luz através da visão) ou à Baixa-visão (redução severa da capacidade visual). Na caracterização desta população, podemos referir que, uma em cada dez pessoas com deficiência visual é cega, apresentam movimentos típicos de autoestimulação, menos oportunidades de interação social, o que as torna pessoas mais dependentes e com medo.

Do ponto de vista motor, esta população apresenta atrasos do desenvolvimento, em parte devido à impossibilidade de imitar e, ainda, à superproteção que ocorre por parte de familiares e amigos, desvios posturais, dificuldades na marcha e outros padrões motores básicos assim como baixos níveis de aptidão física.

Do ponto de vista da adaptação, é fundamental perceber qual a sua visão funcional (através dos pais/educadores, oftalmologista, especialista da visão), procurando-se potenciar, do ponto de vista

funcional, a visão residual, considerando ou a progressividade da condição ou treinar a oclusão visual. É importante considerar ainda que existem condições que condicionam a prática de atividade física, tais como, o deslocamento da retina e acelerações da cabeça ou pressão intraocular e o aumento da frequência cardíaca.

A segurança deve estar em primeiro lugar, sendo fundamental explorar o espaço para identificar e conhecer aspetos críticos, estabelecer rotinas espaciais e da disposição do material, usar proteção de óculos (caso use), solicitar a um par (aluno/colega/amigo) que assegure a integridade do aluno em atividades de maior risco. Deve-se garantir uma área de segurança, nos momentos de organização e gestão e, quando não se encontrar nessa área, promover a comunicação.

Devemos procurar oferecer uma variedade de atividades, estando consciente que existem atividades mais fáceis de adaptar (por exemplo, desportos individuais) do que outras (Jogos Desportivos Coletivos e com objetos móveis), procurando realizar uma abordagem em que, mesmo que dependentes, os alunos/atletas aumentem o conhecimento do jogo, utilizando os gestos técnicos dessas atividades, permitindo aumentar o repertório motor do aluno.

No que se refere à adaptação, propriamente dita, além dos aspetos desenvolvidos anteriormente, referentes à adaptação da tarefa e do conteúdo, na área da deficiência visual, poder-se-ão indicar outros aspetos que passam por criar adaptações que permitam que o aluno/atleta se mova em segurança e o mais independente possível, pelo que, deverá ser considerada a exploração do ambiente afeto ao desenvolvimento das atividades (instalações, balneários, materiais, etc.).

Nesta população, a informação a transmitir, tal como o feedback pedagógico, deve permitir descrever, detalhadamente, (indicando as componentes críticas), através da utilização de informação objetiva e sucinta. A forma de transmissão da informação deve privilegiar o conhecimento tátil-quinestésico, a manipulação física e a assistência manual inversa, especialmente, nas demonstrações iniciais, sendo que, o acesso a informação complementar (regras e conceitos cognitivos) poderá ser escrita em *Braille*.

No que respeita às adaptações a nível dos materiais, a literatura, nesta área específica, refere um vasto leque de materiais que passam por equipamento específico (considerando a modalidade), tais como: *beepers*, bolas com guizos (ou sacos de plástico), cordas guia, corredores guia (tridimensional e bidimensional), bolas com recuperação, pêndulos, cones, coletes, entre outros. Os materiais devem apresentar cores contrastantes e vistosas, de forma a potenciar aspetos percetivos, como a segregação figura-fundo. A utilização de limites táteis e auditivos, para definir áreas (locais de interesse ou de perigo), pode recorrer a relevos no chão ou verticais, cordas guias ou “metas” guia e *beeps* ou rádio. Deve-se encorajar os alunos/atletas a experimentar e sentir as características destes materiais.

No caso concreto do Corfebol e, considerando as adaptações por nós sugeridas mais à frente, muitas destas adaptações não se utilizarão, resumindo-se estas à utilização de dispositivos sonoros, como *beeps*, guizos e sensores e ao recurso a relevos no chão ou verticais.

Para finalizar, gostaríamos de referir um aspeto que nos parece fundamental, relacionado com a inclusão e preparação dos colegas, através do desenvolvimento dos seguintes parâmetros: Dar informação aos pares sobre a deficiência visual e a especificidade sobre o colega (em termos de funcionalidade da visão); Encorajar os pares a incluir e ajudar o aluno/atleta (dando informação); Procurar transferir os aspetos inclusivos para outros contextos, utilizando -os como facilitadores para o processo de inclusão.

O Corfebol, enquanto modalidade formal, apresenta características que dificultam a sua adaptação para esta área de deficiência, contudo, poderá ser utilizado numa perspetiva de integração e inclusão, a partir da utilização de situações mais analíticas, utilizando um conjunto de exercícios adaptados. Assim, seguidamente, sugeriremos algumas situações práticas que, apresentadas sob a forma de *skills*, poderão promover a eficácia da perspetiva inclusiva.

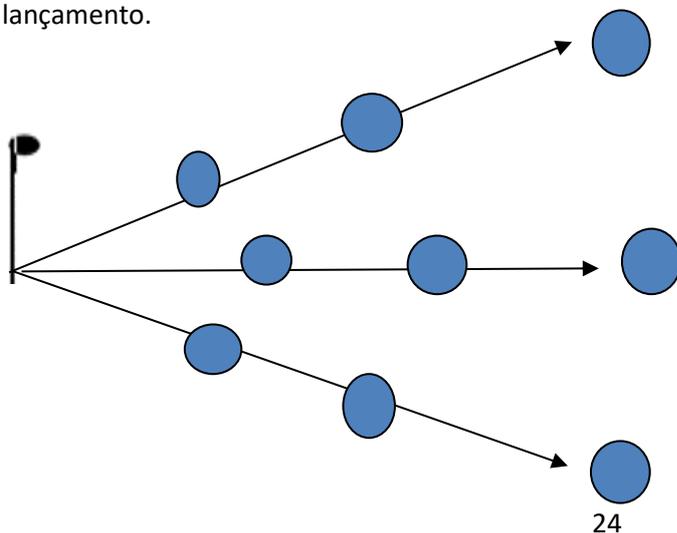
As situações seguintes utilizam, apenas, situações de lançamento (utilizando diferentes distâncias do poste e zonas diferentes do campo).



Regras

Para permitir a criação de competições uniformizadas entre os praticantes, sugerimos um conjunto de adaptações a nível regulamentar, tais como: Realização de um conjunto de 27 lançamentos (três de cada local), realizados a três distâncias diferentes (3, 5 e 7 metros) e a definição de três zonas diferentes, nomeadamente, zona central, do lado esquerdo e lado direito em relação ao poste (o ângulo entre o local do lançamento e o poste é de 45°). Um lançamento concretizado (que passe pelo interior do cesto) a 3m de distância, vale 1 ponto, a 5m de distância, vale 2 pontos e, a 7m de distância, vale 3 pontos. A pontuação final corresponde ao somatório dos pontos obtidos.

As zonas de lançamento devem ter 1m de diâmetro e estar delimitadas, com relevo, no chão. O poste tem acoplado um *beeper* ou pequena coluna que emite um som e, na parte interior do cesto estão guizos (ou sensor ligado a um sistema sonoro), de forma a informar o praticante que concretizou o lançamento.



A inclusão do Corfebol em aulas/treinos inclusivos

Segundo Sherrill (2004), *Inclusão* é uma filosofia e um processo de interação que facilita o trabalho para as pessoas com e sem deficiência, assim como, brincar e aprender, em conjunto, de uma forma positiva, significativa e gratificante.

Complementarmente, a nível educativo, as questões relacionadas com a inclusão têm vindo a ganhar uma importância crescente, especialmente, ao longo da última década (Qi & Ha, 2012), sendo o desporto e a atividade física considerados como um meio privilegiado para desenvolver práticas inclusivas.

Segundo ICSSPE (2010), Educação Física é uma disciplina curricular que desenvolve competências físicas, tendo como objetivo que, todas as crianças se movam com eficácia, eficiência, segurança e com uma correta autopercepção. Pretende, assim, independentemente das diferentes características da pessoa (neste caso, focamos as pessoas com deficiência), permitir a aquisição de competências, habilidades, atitudes, valores, conhecimentos e compreensão para a participação, ao longo da vida, na atividade física e desportiva, de forma saudável e conscienciosa.

Promover situações em que os alunos com deficiência trabalhem em conjunto e de forma integrada, em situações de cooperação e oposição com os seus pares, com e sem deficiência, parece-nos uma prioridade.

Face ao exposto, consideramos inquestionável que, uma das funções mais nobres de professores e treinadores é a escolha das estratégias mais adequadas para que todos os alunos e atletas atinjam os objetivos definidos. Aspetos como o objetivo concreto, o nível de prática do aluno/atleta, o nível de dificuldade da tarefa e o contexto em que a aula/treino acontece devem ser considerados, sendo fundamental a criação dum sentimento de pertença, em que todos são valorizados e a diversidade seja incentivada.

É necessário considerar a melhor maneira de aproveitar os recursos disponíveis (temporários, humanos ou materiais), sendo que, a escolha do tipo de organização da aula /treino depende da capacidade de trabalho, do contexto em que a aula/ treino se desenvolve e do objetivo pedagógico do professor/treinador.

Na implementação de programas integrados (alunos/atletas com e sem deficiência), existe um conjunto de aspetos que são fundamentais para o êxito deste tipo de programas, nomeadamente: Informar os outros alunos/atletas antes da chegada do novo colega e explicar como ele será integrado; Introduzir o novo aluno/atleta com deficiência; Considerar que as pessoas com deficiência podem, inicialmente, ser o centro das atenções (algumas podem ser tímidas e reservadas e podem não gostar da situação, outras podem interagir de uma maneira mais extrovertida); A chave está na atitude positiva de superar a deficiência, fazendo com que o prazer e o entusiasmo pelo desporto e atividade física seja o fator de coesão.

Por outro lado, deve contar com alguma resistência à implementação de programas inclusivos, especialmente, na fase inicial. Muitas vezes, essa resistência é proveniente dos pais de atletas sem deficiência, pois estes podem rejeitar a inclusão, sentindo que, a pessoa com deficiência irá atrasar o progresso do grupo. Estes aspetos devem ser desmontados pelo professor/treinador, junto daqueles que pensam assim, pois a mensagem a transmitir deve ser que, o professor/treinador não diminuirá o nível de exigência nem dedicará sua atenção, apenas, ao aluno com deficiência.

Considerações finais

Foram elaboradas considerações detalhadas, do ponto de vista técnico e pedagógico, norteadas pela indispensável quadratura científica, com contornos exatos e metodológicos.

O Corfebol Adaptado, tendo raízes na grande comunidade federada de prática da modalidade, foi, no entanto, concebido e regulamentado por profissionais com formação adequada no âmbito do desporto adaptado, em muitos aspetos pioneira no mundo do Corfebol Internacional.

Por trás desta complexidade, no entanto, a implementação do Corfebol Adaptado, resulta numa fácil aprendizagem, consequência da simplicidade de regras e da naturalidade como os atletas se encaixam na prática colaborativa e distribuída do Corfebol, com inúmeras e iguais oportunidades para todos, homens e mulheres, para verem realizados os grandes fatores motivadores da prática desportiva: o sucesso, o empenhamento no coletivo, a participação, o desenvolvimento saudável.

Mesmo nos casos de grave grau de deficiência e, em particular, nos moderados, são amplamente visíveis ganhos técnicos e perícias pessoais, de cada vez que se apresentam à prática desportiva, sendo gratificante ver que, cada novo atleta é um fan do Corfebol, reivindicando a sua participação permanente.

Referências

- Adams, R., Daniel, A., McCubbin, J., & Rullman, L. (1985) *Jogos, esportes e exercícios para o deficiente físico*. São Paulo: Manole.
- Block, M. E., & Obrusnikova, I. (2007). Inclusion in physical education: a review of the literature from 1995-2005. [Review]. *Adapt Phys Activ Q*, 24(2), 103-124.
- Bult, M. K., Verschuren, O., Jongmans, M. J., Lindeman, E., & Ketelaar, M. (2011) What influences participation in leisure activities of children and youth with physical disabilities? A systematic review. *Research in Developmental Disabilities*, 32(5), 1521-1529. doi: 10.1016/j.ridd.2011.01.045
- Crawford, A., Hollingsworth, H. H., Morgan, K., & Gray, D. B. (2008) People with mobility impairments: Physical activity and quality of participation. *Disability and Health Journal*, 1, 7-13. doi: 10.1016/j.dhjo.2007.11.004
- Crum, B. (2014) *Conceitos de Corfebol*. Holanda: KNKV.
- ICSSPE. (2010). International Position Statement on Physical Education. Retrieved 14th January 2013, from <http://www.icsspe.org/sites/default/files/International%20Position%20Statement%20on%20Physical%20Education.pdf>
- Granja, C., Ramos, J., & Ferro, N. (1997). *Corfebol: uma introdução à modalidade*. Lisboa: Eupraxis.
- Januário, N., (2019) Inclusão: desporto para pessoas com deficiência. In: Abel Correia, & Rui Biscaia (Eds). *Gestão do desporto: compreender para gerir*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.
- Januário, N., & Damas, R. (2014). La inclusión de Boccia y Voleibol Sentado en sesiones de Educación Física. In Adolfo J. Cangas, José Gallego y Noelia Navarro (eds), *Libro de Actas III Congreso Internacional de Actividad Física y Deporte Adaptado* (pp. 143-148). Granada: Alborán Editores.
- Januário, N., Rosado, A., & Mesquita, I (2013) Variables Affecting Athletes' Retention of Coaches' Feedback. *Perceptual and Motor Skills*, 117(2), 389-401. doi: 10.2466/22.10.PMS.117x16z7
- Januário, N., Rosado, A., Mesquita, I., Gallego, J. & Aguilar-Parra, J. (2015) Student retention of the information transmitted by the teacher in physical education classes depending on the characteristics of the information. *Infancia y Aprendizaje*, 38(1), 212-242. doi:10.1080/02103702.2014.996405
- Mesquita, I., Rosado, A., Januário, N., & Barroja, E. (2008). Athlete's Retention of Coach's Instruction before a Judo Competition. *Journal of Sport Science and Medicine*, 7, 402-407.
- Rosado, A., Mesquita, I., Breia, E., & Januário, N. (2008). Athlete's Retention of Coach's Instruction on Task Presentation and Feedback. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 1(8), 19-30.
- Qi, J., & Ha, A. S. (2012). Inclusion in Physical Education: A review of literature. *International Journal of Disability, Development and Education*, 59(3), 257-281. doi: 10.1080/1034912x.2012.697737.
- Sherrill, C. (2004). *Adapted physical activity, recreation and sport: Crossdisciplinary and lifespan* (6th ed.). Boston: McGraw-Hill
- Williams, A., & Hodges, N. (2005). Practice, instruction and skill acquisition in soccer: Challenging tradition. *Journal of Sports Sciences*, 23(6), 637-650.
- WHO (2001) International Classification of Functioning, Disabilities and Health – ICF. Retrieved May 10, 2015 from <http://www.who.int/classifications/icf/en/>
- Yazdani, S., Yee, C., & Chung, P. (2013). Factors Predicting Physical Activity Among Children With Special Needs. *Preventing Chronic Disease*, 10, E119. doi: 10.5888/pcd10.120283

Índice:

INTRODUÇÃO	1
ENQUADRAMENTO DA MODALIDADE	2
Contexto Histórico	2
O Corfebol em Portugal	2
O Corfebol Adaptado	3
O PROCESSO DE ADAPTAÇÃO	4
Diferentes dimensões do Processo de Adaptação	5
ELEGIBILIDADE E CLASSIFICAÇÃO DESPORTIVA NO DESPORTO ADAPTADO	6
<i>Deficiência Intelectual</i>	6
<i>Deficiência Auditiva</i>	7
<i>Deficiência Visual</i>	7
<i>Deficiência Motora</i>	7
ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO E PROPOSTAS METODOLÓGICAS	8
Deficiência Intelectual e de Desenvolvimento	8
<i>Regras</i>	11
Deficiência Motora	13
<i>Regras</i>	20
Deficiência Auditiva	21
<i>Regras</i>	22
Deficiência Visual	22
<i>Regras</i>	24
A INCLUSÃO DO CORFEBOL EM AULAS/TREINOS INCLUSIVOS	25
CONSIDERAÇÕES FINAIS	26
REFERÊNCIAS	27



Nuno Januário

Licenciado em Ciências do Desporto, Mestre em Gestão da Formação Desportiva e Doutoramento em Motricidade Humana, especialidade de Treino Desportivo pela Universidade de Lisboa. Professor Auxiliar da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa, nos cursos de licenciatura em Ciências do Desporto e Gestão do Desporto, nos Mestrados em Treino Desportivo, Ensino de Educação Física e Gestão do Desporto e ainda no curso de pós-graduação em Desporto Adaptado. Leciona na área de Pedagogia e Metodologia do Treino, Estratégias de Inclusão em Educação Física, sendo regente da disciplina de Metodologia do Treino para Pessoas com Deficiência. Foi professor de Educação Física, no ensino secundário, durante 10 anos, tendo sido atleta de Corfebol e Andebol, sendo treinador de Andebol (grau 3). Autor de 5 livros sobre desporto adaptado (Andebol, Slalom em Cadeira de Rodas, Boccia, Rúgbi Adaptado e manual de classificação -Andebol) e mais de duas dezenas de artigos científicos e capítulos de livros. Colabora com o projeto Andebol4all (Andebol para todos) como formador e classificador. Foi árbitro do primeiro Campeonato Nacional de Boccia. Coordenador e Investigador em dois programas multidisciplinares de apoio a atletas paralímpicos.



Paula Gomes

Mestre em Gestão de Empresas, na especialidade de Planeamento e Estratégia Empresarial, Licenciada em Estudos Europeus e Internacionais, sendo Pós-graduada em Gestão, Coordenação e Organização de Eventos e em Gestão Global das PME's. Formadora acreditada pelo Sistema Nacional de Formação Profissional. É Secretária Geral e Diretora de Formação de Recursos Humanos e Desenvolvimento, na Federação Portuguesa de Corfebol, desde 2011. Foi Coordenadora de projetos, nomeadamente Corfebol sem Fronteiras (2012), Pin de Mérito pela International Korfbal Federation, (2014) e Corfebol Adaptado, no âmbito do Plano Nacional Desporto para Todos, apoiado Instituto Português do Desporto e Juventude e Instituto Nacional para a Reabilitação (desde 2016), sendo a Coordenadora Estratégica do Plano Nacional da Ética no Desporto, desde 2014. Foi Chairman do Campeonato da Europa de Corfebol, 2014. Personalidade do Ano 2018 FPC/CDP.



José Pavoeiro

A nível associativo, é Presidente da Associação de Desporto Especial do Distrito de Santarém, Vice-Presidente da Mesa da Assembleia Geral da Federação Portuguesa de Corfebol, sendo também Vogal da Direção Nacional da Associação dos Deficientes das Forças Armadas e Vice-Presidente da ANDDI. Já foi Presidente da Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência, da Associação Nacional de Desporto para a Deficiência Motora e Presidente da APD - Delegação da Amadora. Foi Chefe de Missão/Delegação Portuguesa em diversos Jogos, nomeadamente (1º EURO TRIGAMES SUEG, Itália - 2021; Global Games INAS - Austrália, 2018; Global Games - República Checa, 2009) e Campeonatos do mundo (Ciclismo INAS - FID, 2008; Atletismo-Brasil, 2007; Natação INAS-FID-República Checa,1999; Atletismo-Tunísia, 2001). A nível Paralímpico, participou nos Jogos Paralímpicos como Adjunto do Chefe de Missão Portuguesa: Sydney (Austrália) -2000; Atenas (Grécia)-2004; Pequim (China)-2008 e Paraiolimpíadas de Madrid para Deficientes Mentais em 1992, sendo membro da Academia Olímpica, desde 1988. É Técnico de desporto para Pessoas com deficiência e Treinador de desporto adaptado Grau II, tendo sido Árbitro Internacional de Boccia nos Jogos Paralímpicos Barcelona 1992 e Classificador Internacional I.W.B.F. (International Wheelchair Basketball Federation).

Agradecimentos

Mário Almeida, Presidente da Federação Portuguesa de Corfebol

Corfebol Adaptado

O manual Corfebol Adaptado, promovido pela Federação Portuguesa de Corfebol, está integrado no Plano Nacional de Desporto para Todos, promovido pelo Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ, IP) e pelo Instituto Nacional para a Reabilitação (INR, IP).

Como principal objetivo, visa garantir a defesa dos fundamentos preconizados na *Carta das Nações Unidas*, que reconhecem os direitos iguais, inalienáveis e básicos das crianças com deficiência, tais como, o direito, em condições de igualdade com as outras crianças, a participação em atividades lúdicas, recreativas, desportivas e de lazer, incluindo as atividades inseridas no plano escolar. Visa, assim, contribuir para estimular o interesse das crianças e jovens portadores de deficiência, pela prática de uma modalidade desportiva saudável, que lhes permita melhorar a sua condição física, psicológica e social, contribuindo para a sua inclusão.

PROJETO COFINANCIADO



INR instituto nacional para a reabilitação
Administração do Trabalho, Condições de Segurança Social
Instituto Nacional para a Reabilitação, IP

