

PSICOMOTRICIDADE E DINÂMICA DESPORTIVA PARA PESSOAS CEGAS EM CONTEXTO INCLUSIVO

*Jorge Vilela de Carvalho**

INTRODUÇÃO

O presente artigo “Psicomotricidade e Dinâmica para Pessoas Cegas em Contexto Inclusivo” resulta da comunicação apresentada no I Congresso Internacional Ciência e Tiflologia subordinada ao tema “A Cegueira em Contexto Científico”, iniciativa promovida pelo Centro Português de Tiflologia (CPTTEI), da Fundação Nossa Senhora da Esperança (FNSE), a Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias (ULHT), a Direção Regional de Cultura/Alentejo e a ONGD Causa Maior.

Endereçamos uma palavra de reconhecimento e de felicitações ao Senhor Professor Doutor Augusto Deodato Guerreiro por esta meritória e inovadora iniciativa, incluindo a inauguração do Centro de Experiência Viva – Museu de Tiflologia.

A nossa comunicação tem um duplo objetivo: visa, em primeiro lugar, enquadrar a Cegueira em Contexto Desportivo e Inclusivo e, em segundo lugar, prestar ao Centro de Experiência Viva – Museu de Tiflologia um contributo objetivo e prático, propondo a generalização da prática regular da modalidade de Goalball no país em contexto inclusivo, visando o enriquecimento do património do Museu por um lado e, por outro lado, por forma a proporcionar a oferta pública de produtos e de serviços no domínio da psicomotricidade, do desporto e da atividade física.

Estruturamos, deste modo, o presente artigo em três partes, na primeira abordamos a Cegueira em Contexto Desportivo, na segunda desenvolvemos a temática da Psicomotricidade e Dinâmica Desportiva para Pessoas Cegas e, na terceira parte, abordamos a Cegueira em Contexto Inclusivo. Concluimos, por fim, formulando recomendações destinadas ao Centro de Experiência Viva – Museu de Tiflologia.

O Goalball, não tem paralelo no desporto convencional ou regular e nem similitudes em relação as modalidades específicas ou adaptadas para as pessoas com deficiência. A atividade destina-se a reabilitação e a inclusão das pessoas cegas, no e através do desporto, cuja conceção elimina por completo a preponderância da visão em termos de critérios de elegibilidade e de

classificação, das normas, da estrutura e da dinâmica do jogo, centrando a participação no sentido háptico e na audição.

Celebra-se nacional e internacionalmente no presente ano, de 2021, o 75º aniversário da criação do Goalball.

I. A CEGUEIRA EM CONTEXTO DESPORTIVO

A participação em contexto desportivo das pessoas com deficiência visual, cegos e baixa visão, decorre em quatro áreas de intervenção ou de aplicação, a saber: Desporto-Terapia (melhoria das capacidades funcionais e qualidade de vida), Desporto-Recreação (prática informal, no âmbito da recreação, lazer e tempos livres), Desporto-Competição (prática formal, no âmbito do alto rendimento e de elite) e Desporto-Educação (educação física e desporto escolar ou para crianças e jovens na escola ou em idade escolar).

1. A génese do desporto para pessoas cegas

Iremos centrar a nossa análise tomando como referência o desporto organizado ou formal, para o qual existem maiores evidências e que se relacionam com outras áreas de intervenção, nomeadamente na Educação.

1.1. A génese do desporto e da atividade física a nível mundial

Os atletas com deficiência visual, cegos e baixa visão, começaram por participar em provas de demonstração na IV Edição dos Jogos Paralímpicos de 1972, que decorreram na Alemanha, em Heidelberg. A inclusão nas provas para atletas com deficiência visual no programa oficial viria a acontecer, nomeadamente o Goalball (homens), quatro anos mais tarde, na V Edição, dos Jogos Paralímpicos de 1976 que teve lugar no Canadá, na cidade de Toronto¹.

¹ Blind Veterans UK, Tony Parkinson and Ray Peart are the first of our blind veterans to compete in the Paralympic Games (then known as the 'Olympiad for the Physically Disabled'), held in Toronto, Canada (1976), acedido a 27-07-2021, <https://www.blindveterans.org.uk/about/our-history/timeline/>

As mulheres estrearam-se no Goalball em 1984, nos Jogos Paralímpicos de Nova Iorque, Estados Unidos da América².

O desporto para a deficiência visual organizado começou por ser enquadrado, nos anos sessenta, pela Organização Internacional de Desporto para a Deficiência (International Sport Organization for the Disabled – ISOD) constituída em 1960³. Foi criada, posteriormente, a Federação Internacional de Desporto para Cegos em 1981, designada de International Blind Sport Federation que incentivou à criação de estruturas desportivas para os atletas cegos e com baixa visão, a nível mundial, por regiões geográficas e por país⁴. O que também aconteceu em Portugal nos anos oitenta, do século vinte.

A Organização Mundial de Cegos (World Blind Union - WBU) só viria a ser constituída em 1984, portanto, posterior a fundação da IBSA⁵.

Os atletas com deficiência têm participado nos Jogos Olímpicos da Era Moderna, sendo de salientar a participação na II Edição, em 1900 (Jogos de Verão), do atleta Ray Ewry⁶ (com sequelas de poliomielite), no atletismo. Na III Edição dos Jogos Olímpicos de Verão, que decorreu na cidade de Saint Louis, no Estado do Missouri, Estados Unidos da América, para além da continuidade da presença de Ray Ewry (1900, 1904 e 1908 e de um total de oito medalhas de ouro) ocorreu a primeira participação de um atleta com um produto de apoio, isto é, o ginasta americano George Eyser⁷ (que conquistou 7 medalhas, sendo 3 de ouro, 2 de prata e 2 de bronze), competiu com uma prótese de madeira, devido a uma amputação unilateral do membro inferior. A atleta Marla Runyan é considerada a primeira atleta com deficiência visual a competir num Jogos Olímpicos, com a participação no atletismo, nas provas de 1.500m e 5.000m, em Sydney 2000⁸.

Os registos do Comité Olímpico Internacional revelam-nos os dados relativos aos atletas que competiram em Jogos Olímpicos desde 1896, incluindo a participação de atletas com deficiência que passou a acontecer regularmente a partir da segunda edição em 1900, que decorreu em França, Paris até aos Jogos do Rio 2016, com as presenças de Sandra Paovic⁹

² <https://www.paralympic.org/goalball>

³ <https://iwasf.com/about/who-we-are/history/>

⁴ <https://goalball.sport/>

⁵ <https://worldblindunion.org/about/history>

⁶ Ray Ewry (1900, 1904, 1908). <https://olympics.com/en/athletes/ray-ewry>

⁷ George Eyser (1904). <https://olympics.com/en/athletes/george-eyser>

⁸ Marla Runyan (2000), atleta Olímpica com deficiência visual - <https://olympics.com/pt/atletas/marla-runyan>

⁹ Sandra Paovic (Table Tennis) - <https://olympics.com/en/athletes/sandra-paovic>

(motora) no ténis de mesa, Melissa Tapper (motora) no ténis de mesa e David Smith (surdo) no voleibol.

O Barão Pierre de Coubertin (1863-1937) criador do Jogos Olímpicos da Era Moderna e do Movimento Olímpico inspirou-se não apenas nos Jogos Olímpicos da Antiguidade Clássica (776 a.C. – 393 d.C.), também, foi influenciado pelos grandes pensadores, a exemplo do educador Thomas Arnold (1795-1842), que foi diretor da Escola de Rugby, em Inglaterra (1828-1841) bem como pelos demais pensadores e correntes que estiveram na gênese da educação física e do desporto com fins higienistas, militares, educacionais e terapêuticos, como Johann Heinrich Pestalozzi (Suíça, 1746-1827), Francisco Amorós y Ondeano (Espanha, 1770-1848), Pehr Henrik Ling (Suécia, 1776-1839), Friedrich Ludwig Jahn (Alemanha, 1778-1852).

Sir Ludwig Guttmann (1899-1980), considerado o “Coubertin das Pessoas com deficiência” pelo Papa João XXIII (DGD, Guttmann, 1977), inspirou-se nos ideais Olímpicos do Barão Pierre de Coubertin bem como no papel que o Desporto teve e tem na Medicina (Saúde e promoção de hábitos de vida saudável) designadamente o seu valor terapêutico, psicológico e na inclusão social (Guttmann, UNESCO, 1976). Pehr Henrik Link que adquiriu uma deficiência/incapacidade física recorreu, para a sua própria reabilitação, aos exercícios corretivos, terapêuticos e adaptados, sendo um dos precursores da atividade física adaptada (Hutzler & Sherrill, 2007).

Guttmann apresentou as evidências (Guttmann, 1976) das contribuições das civilizações gregas e romanas na prescrição de exercícios físicos para fins terapêuticos (para prevenir e tratar das doenças), nomeadamente as iniciativas do Hipócrates de Cos, Galeno, Avicena, Maimônides, entre outros. Existem referências anteriores à Grécia e a Roma, nomeadamente do pioneirismo da Índia, através da ação do médico Susruta (Sunsruta) que viveu 600 anos a.C. cuja prática médica recorria a exercícios para prevenir e tratar das doenças (Tripton, 2008).

No âmbito da reabilitação de pessoas cegas, civis e militares, vítimas da Segunda Guerra Mundial com o recurso ao desporto e a atividade física é de salientar as iniciativas do austríaco Hanz Lorezen e do alemão Sepp Reindle que conceberam a atividade do Goalball, em 1946 que se transformou, em 1976, numa modalidade paralímpica e, com a criação da Federação Internacional de Desporto para Cegos (IBSA) em 1981, foi adotado, pela IBSA, como um dos desportos oficiais para pessoas cegas e integrado, até hoje, no Programa dos Jogos Paralímpicos.

2. O desporto para pessoas cegas em Portugal

O ensino de cegos e surdos teve início no nosso país em 1822, iniciativa, esta, que foi considerada pela Ana Bernard da Costa como sendo os primeiros passos no ensino especial em Portugal. A Casa Pia de Lisboa foi criada em 1780 e, posteriormente, foi introduzida a ginástica corretiva.

O Goalball fez parte do programa de formação no domínio do desporto para pessoas com deficiência, promovida pela Direção-Geral dos Desportos (DGD) em 1984, curso que decorreu em Lisboa e a sessão teórico-prático da modalidade decorreu nas instalações do Centro Helen Keller.

O nosso primeiro contato internacional com a modalidade de Goalball ocorreu durante os Jogos Paralímpicos de Nova Iorque em 1984. Acompanhamos com maior interesse a competição ocorrida nos Jogos Paralímpicos de Seul 1988 uma vez que a modalidade integrava o plano do Curso de Formação Profissional de Técnicos de Desporto para Pessoas com Deficiência (1987-1989), promovida pela Associação de Paralisia Cerebral de Lisboa (APCL), no âmbito dos Cursos financiados pelo Fundo Social Europeu.

A génese da organização federada do Goalball passou a ter lugar a partir de 1988 com a criação da Federação Portuguesa de Desporto para as Pessoas com Deficiência (FPDD)¹⁰. Com a revisão estatutária e a realização das primeiras eleições para os Órgãos Sociais da FPDD, ocorrida em 1992, veio a integrar a Associação de Cegos e Ambliopes de Portugal (ACAPO) criada a 20 de outubro de 1989. Por iniciativa da ACAPO foi criada em 2008 a Associação Nacional de Desporto para a Deficiência Visual (ANDDVIS)¹¹.

A Missão Portuguesa aos Jogos Paralímpicos de Barcelona 1992 integrou, pela primeira vez, os atletas cegos e com baixa visão, tendo incentivado a equipa de imagem e comunicação do 3º Curso de Desporto da APCL (1990-1992), em articulação com a FPDD, a recolherem mais dados sobre a modalidade de Goalball que vieram a servir de base para os primeiros cursos promovidos pela FPDD e pela ACAPO, em parceria com a Espanha (ONCE) e o apoio técnico do Dr. António Santinha.

A “Ação de Formação Goalball” foi o título do artigo publicado (p.11) na Revista FPDD-INFORMAÇÃO nº 9, maio-junho de 1995, que faz referência ao primeiro curso para árbitros e treinadores de Goalball que foi realizado no país, conforme notícia: “*Teve lugar nos*

¹⁰ <https://fpdd.org/quem-somos/>

¹¹ <http://www.anddvis.pt/ANDDVIS.aspx>

dias 17, 18 e 19 de março em Lisboa nas instalações do INATEL e da Escola Secundária Rainha D. Leonor o curso de formação para árbitros e treinadores de Goalball. Organizado pela FPDD – Federação Portuguesa de Desporto para Deficientes e pela ACAPO – Associação de Cegos e Amblíopes de Portugal, o Goalball é uma modalidade paralímpica da deficiência visual destinada a cegos. É a primeira vez que se realiza um curso para árbitros e treinadores de Goalball em Portugal, o que contou com a colaboração da ONCE – Organização Nacional de Cegos de Espanha que enviou dois formadores e ainda de duas equipas espanholas que para além de servirem de demonstração nas sessões práticas, participaram no último dia num torneio com mais duas equipas portuguesas. O torneio para além de se enquadrar nos objetivos do curso tinha por objetivo aferir o nível da equipa nacional e estabelecer metas no plano internacional uma vez que Espanha situa-se em quarto lugar do ranking mundial. O curso contou com a participação de treinadores nacionais de Goalball, de professores de educação física, estudantes dos cursos superior de educação física e outros técnicos desportivos”.

O primeiro Torneio Internacional Oporto Cup é realizado em 1996 na cidade do Porto, no Palácio de Cristal, na sequência desta ação de formação, com as seleções participantes da Suécia, Canadá, Espanha e Portugal. Surge, nesse ano, a primeira equipa portuguesa feminina.

É realizado em 1996, na sequência desta ação de formação, o primeiro Torneio Internacional.

No âmbito da Cooperação Internacional, bilateral, no domínio do desporto com a Conferência de Ministros da Juventude e Desportos da Comunidade dos Países de Língua Portuguesa (CPLP) integramos a modalidade de Goalball no programa dos primeiros Cursos de Desporto para as Pessoas com Deficiência que decorreram em 1996, no mês de janeiro, em Luanda, Angola e, em novembro, em Moçambique.

A FPDD promoveu em 2005, no âmbito dos Projetos “SuperAtleta” e do “Bicas Adote um Desporto”, um curso avançado de Goalball ministrado por um conceituado formador espanhol de nome David Huguet Mora¹²¹³.

O Goalball, a par do Boccia, faz parte do Programa do Desporto Escolar, que publicou em maio de 2006, a Estatísticas do Desporto Escolar 2001-2005 e, relativo as Boas Práticas há

¹² <http://repositoriocdpd.net:8080/handle/123456789/1330?show=full>

¹³ Actividad de goalball : recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física a través del deporte
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5831059>

uma referência ao desenvolvimento do Goalball pela Escola Secundária Carlos Amarante, de Braga, sob a responsabilidade do Professor Luís Marta.

A European Goalball Club Association (EGCA) tem em curso, durante o ano de 2021, um programa comemorativo dos 75 anos da criação do Goalball, com iniciativas a decorrerem em Portugal durante todo o ano em articulação com a Federação Portuguesa de Desporto para as Pessoas com Deficiência (FPDD) e a Associação Nacional de Desporto para a Deficiência Visual (ANDDVIS).

3. O Goalball

Na conceção do Goalball como modalidade desportiva coletiva para pessoas com deficiência visual, cegos e baixa visão, são três os fatores a considerar: a Elegibilidade e a Classificação Desportiva, os Normativos e os Processos de Adaptação Técnico-Tático.

3.1. A Elegibilidade e a Classificação Desportiva

A Elegibilidade no Goalball, enquanto desporto formal e paralímpica, estabelece o critério em como são elegíveis para competir pessoas com deficiência visual e que tenham uma deficiência mínima requerida para a modalidade.

A Classificação Desportiva no Goalball estabelece que os jogadores são totalmente cegos, classificados como B1 ou parcialmente cegos, classificados como B2 e B3, mas todos os jogadores são obrigados a utilizarem as vendas durante a competição por forma a garantir a justiça e igualdade de competição.

As pessoas não elegíveis, com ou sem deficiência, poderão participar no Goalball em equipas com pessoas cegas e baixa visão em situações de desporto informal (recreação), de inclusão escolar (educação física e desporto escolar), nas situações de inclusão inversa (Reverse Integration) assim como em termos de estratégias de participação e de desenvolvimento desportivo de modo a possibilitar que as pessoas com deficiência visual possam praticar o Goalball nos contextos em que não há um número suficiente de jogadores, nomeadamente no caso da igualdade do género.

Na conceção da modalidade a preocupação primeira foi para a reabilitação das pessoas totalmente cegas enquanto desporto terapia, daí a eliminação por completo da utilização dos

sentidos da visão e, até, nos casos da baixa visão o que justifica a norma que estabelece a obrigatoriedade da utilização de vendas ou óculos opacos.

Em conformidade com o perfil de funcionalidade das pessoas cegas são determinantes, para a prática desportiva do Goalball os sentidos da audição, do tato, da perceção quinestésica e a orientação espaço-temporal.

A perceção tátil e quinestésica é transmitida através das mãos, dos pés e do próprio corpo como um todo (quando deitado em posição de defesa).

3.2. Os Normativos

As Regras do jogo de Goalball são as principais normas e, subsidiariamente, as que se encontram estabelecidas para a Elegibilidade e Classificação Desportiva assim como os demais que regulam a modalidade e a competição.

O principal objetivo do jogo é lançar com as mãos (uma ou ambas) uma bola (sonora) em contacto e progressão pelo solo com a intenção de fazer a bola passar a linha de golo (delimitada por uma baliza e a marcação no solo) do adversário enquanto a equipa tenta evitar ou impedir que isso aconteça. Alcança a vitória a equipa que conseguir marcar o maior número de golos.

As principais características estruturais e dinâmicas da norma prendem-se com a máscara, com a bola e com o campo de jogo.

3.2.1. A máscara

A máscara tem por objetivo que os jogadores estejam em igualdade de participação em que é eliminado e proibido a utilização, mesmo que exista, da visão residual.

3.2.2. A bola

A bola encontra-se padronizada e emite sinais sonoros através de guizos, colocados no interior e audíveis através dos orifícios existentes na bola.

As dimensões da bola são: com um peso de 1,250gr (+/- 50gr), com um diâmetro de 24-25 cm, um perímetro de 75,5cm-78,5cm, em borracha natural, com (2) guizos no interior que imitem um sinal sonoro quando em movimento.

3.2.3. O Campo de jogo

Garantir as melhores condições acústicas das instalações desportivas, por forma a eliminar o barulho, é exigida o silêncio por parte dos espectadores durante as situações do jogo daí ser recomendado instalações cobertas, devendo o piso ser liso e regular de modo a bola a ser audível quer pelos sinais sonoros (guizos) quer pelos eventuais sons provocados no impacto/contacto com o solo.

O campo de jogo tem a forma de um retângulo com 18 metros de comprimento, 9 metros de largura, estando as balizas situadas no topo, na linha de fundo que, simultaneamente, delimitam a linha de golo, ocupando toda a largura do campo, isto é, 9 metros por 1,3 metros de altura.

Todas as marcações do campo são em relevo, na área da equipa existem as marcações que permitem o posicionamento e a orientação dos três jogadores. Temos dois planos de orientação, um na horizontal que é transmitida aos jogadores através das marcações no solo em relevo e a, outra, vertical transmitida pela estrutura da baliza.

3.3. Os Processos de Adaptação do Ensino e Treino

No processo de adaptação de ensino e treino temos a considerar aspetos específicos relacionados com a condição física, as técnicas, a tática, a estratégia e a recuperação.

Ao nível da condição física considerando que não existem lesões ao nível das estruturas e funções motoras, existe, no entanto, algumas alterações no reportório motor associados a inatividade física, eventuais deformidades ou incorreções posturais e, provavelmente, a obesidade. Como todo o atleta o volume e a intensidade do treino são fundamentais.

Ao nível do treino técnico deparamos com algumas especificidades, em termos de técnica básica associada ao desenvolvimento da perceção auditiva e a orientação no espaço, que irá condicionar o ensino e o treino das técnicas de ataque e de defesa e, conseqüentemente, a implementação de ações técnico-táticas e as opções estratégicas.

A segurança, a prevenção das lesões, o não agravamento da patologia estarão integrados no plano de recuperação. A segurança e a prevenção das lesões tem em consideração não só as instalações do jogo e a baliza, como também os uniforme dos jogadores, os calções almofadados, as joalheiras e cotoveleiras, as coquilhas para os homens e peitoral para as mulheres.

As estratégias, métodos e técnicas de comunicação terão de se adequarem aos processos de adaptação do ensino e treino.

II. A PSICOMOTRICIDADE E DINÂMICA DESPORTIVA PARA PESSOAS CEGAS

1. O Perfil Funcional e a Venda

A participação no Goalball no âmbito do desporto de competição e rendimento desportivo, obedece a dois critérios, sendo o primeiro de elegibilidade e o segundo de classificação. O critério de elegibilidade estabelece os requisitos de deficiência mínima para a participação como atleta com deficiência visual. A Classificação médico-desportiva estabelece os perfis de funcionalidade tendo por objetivo a participação jogadores em grupos homogêneos como cego (B1) ou numa das duas categorias de baixa visão (B2 ou B3), tendo por objetivo a igualdade na participação, a justiça e a verdade desportiva.

A **venda** é um recurso que é obrigatório utilizar por todos quantos participam no Goalball.

A iniciação requer que todos, as pessoas cegas, com baixa visão e sem deficiência visual façam uma aprendizagem de mobilidade, orientação no espaço e estimulem a perceção auditiva.

2. O Campo e a Baliza

As dimensões da Bola e do Campo (incluindo a baliza) têm implicações ao nível do treino físico, técnico e tático.

A área de equipa é constituída por dois planos, um horizontal e outro vertical. O horizontal é o solo com as marcações em relevo e o vertical é a baliza. Estas referências tridimensionais permitem uma orientação no espaço quer em relação a defesa quer em relação ao ataque.

O plano vertical corresponde a área da equipa com 27m², sendo 3m de comprimento e 9m de largura, delimitada por marcações em relevo num total de 24 metros e, ainda, três áreas com um total de 6 marcações em relevo, dois em cada um dos lados e dois na região central.

O Campo tem uma área de 162m², com 18 metros de comprimento e 9 metros de largura. A baliza tem 9 metros de largura e 1,30m de altura

3. A Bola

A Bola fornece dois tipos de informação, um táctil e a outra de perceção auditiva e orientação no espaço. A informação táctil ocorre sobretudo no ataque, permitindo o manuseamento durante o ato do lançamento, imprimindo as diferentes técnicas associadas a tática e a estratégia no ataque. No ato da defesa com a bola em movimento (em progressão) e em contacto com o solo (ou sofrendo os efeitos da simulação) requer da parte dos jogadores, em situação da equipa que

defende, a percepção auditiva (localização da bola, determinar a trajetória e determinar a velocidade) e orientação no espaço (conhecimento táctil do campo, através das marcações em relevo, das referências percebidas através da baliza e dos companheiros (posição corporal e comunicação) e, eventualmente, as referências em relação aos oponentes).

As dimensões da bola são: com um peso de 1,250gr (+/- 50gr), com um diâmetro de 24-25 cm, um perímetro de 75,5cm-78,5cm, em borracha natural, com (2) guizos no interior que imitem um sinal sonoro.

4. O Goalball – Da Psicomotricidade ao Paralímpico

O perfil funcional do jogador de Goalball caracteriza-se por limitações nas funções de ver (informações visuais) e sensoriais relacionadas com o (1) esquema corporal, (2) atitudes posturais, (3) Equilíbrio, (4) Lateralidade, (5) percepção espacial, (6) percepção temporal, (7) informações auditivas, (8) informações tácteis quinestésicas e o (9) sistema práxico.

Passemos a análise dos fatores psicomotores no ensino e treino de duas técnicas básicas, uma é a Técnica de Ataque caracterizada pelos diferentes tipos de lançamento e a outra é a Técnica de Defesa, em função dos diferentes tipos de defesa.

4.1. Esquema corporal

A consciência do corpo é fundamental na defesa na posição de deitado assumindo o corpo a forma de barreira/obstáculo intransponível, ocupando e defendendo a maior área possível.

4.2. Atitudes posturais

Na defesa, na posição agachada mais próxima do solo por forma receber as informações tácteis que permitirão uma velocidade de reação e de execução em função da trajetória da bola.

4.3. Equilíbrio

O equilíbrio em parte afetado pelas limitações do sistema visual, terá de recorrer a informações auditivas e tácteis quinestésicas por forma a melhorar as atitudes posturais e de suporte as habilidades motoras.

4.4. Lateralidade

A lateralização corporal em termos de disponibilidade para ação coloca-se com maior relevância nas situações de defesa, o que implica adotar com rapidez a posição deitado para o lado esquerdo ou direito, face a imprevisibilidade da trajetória da bola e por forma evitar colisão com os companheiros da equipa ou com a baliza.

4.5. Perceção Espacial

Começa por um espaço corporal que se transpõe para o jogo, que implica o domínio de um terço da área de defesa até a totalidade da área em situações de defesa do penalti. As situações de lançamento associadas ou não a simulação implica mover em toda a área da equipa e voltar, com rapidez, a posição inicial de defesa. O jogador poderá mover-se para além da área de defesa.

4.6. Perceção temporal

Na defesa está associada a perceção auditiva relativa a identificação da localização da bola, determinar a trajetória bem como a velocidade por forma a conjugar a relação espaço-temporal de antecipação para a defesa e evitar o golo.

4.7. Informações auditivas

A Perceção Auditiva bem como as informações tácteis e quinestésicas são fatores psicomotores determinantes no ensino e treino do Goalball.

A Bola é a principal fonte de informação auditiva quer pelo som produzido pelos guizos quer pelos impactos produzidos desde primeiro contacto com o solo, após o lançamento, durante a trajetória até atingir a área da defesa.

A comunicação entre os elementos da equipa deve ser trabalhada.

4.8. Informações tácteis e quinestésicas

As informações tácteis e quinestésicas são transmitidas através do toque com as mãos, os pés e com o corpo. As referências são as marcações em relevo, a bola, a baliza e, ainda, os colegas da equipa.

Pode-se utilizar tapetes nas situações de iniciação e nas provas de exibição ou de demonstração.

4.9. Sistema prático

O Sistema Prático deve atuar na sua totalidade em transcendência e com intencionalidade, em que há uma integração dos fatores psicomotores, com a condição física, a técnica, a tática, a formação teórica e a recuperação.

As **informações visuais** não são permitidas uma vez que as normas obrigam a utilização de uma venda.

Terminamos com referência ao modelo canadiano de Desenvolvimento do Atleta a Longo Prazo (LTAD) que prevê um período de 10 anos, cerca de 10.000 horas de ensino e treino para ter a probabilidade de conquistar medalhas no cenário desportivo internacional. O Modelo que se encontra estruturado em sete fases quer, face as limitações do tempo, realçar 3 importantes aspetos que evolui da Psicomotricidade ao Desporto de Alto Rendimento, a saber:

- a) Primeiro em termos etários e dos diferentes segmentos da população encontra-se estruturado ao longo do ciclo de vida, com início desde os primeiros anos de vida;
- b) Em segundo o programa atende as fases de desenvolvimento psicomotor, estabelece a formação no âmbito da educação física, segue a formação desportiva nos diferentes níveis e, por fim, após o término da carreira de alta competição a reintegração na prática regular do desporto e da atividade e de promoção dos hábitos de vida saudável. O Plano de Formação dos Praticantes tem implicações no Plano Nacional de Formação dos Treinados o que pressupõe um Plano Integrado de Desenvolvimento Estratégico para o Goalball.

III. A CEGUEIRA EM CONTEXTO INCLUSIVO

A paleopatologia e a medicina pré-histórica apresentam evidências, segundo Lain citado por Dias (Dias, 1995, x), da “*existência de diversos tipos de doenças e de deficiências desde as épocas mais remotas da humanidade*”. Apesar deste longo percurso as pessoas com deficiência, incluindo as pessoas cegas e com baixa visão têm trilhado um longo e odioso caminho de discriminação, segundo Lowenfeld citado por Pereira (Pereira, 1984, 132) quando refere, a propósito da evolução do conceito e estatuto das pessoas com deficiência ao longo dos tempos, que é perspectivada de diferentes formas: numa primeira fase caracterizada por Separação (veneração e

aniquilação, neste último caso de que é péssimo exemplo, na antiguidade, a Esparta), numa segunda fase por Proteção (caritativa e assistencial, nomeadamente durante a idade média, de que são exemplos o papel da Igreja e das instituições religiosas) e, partir dos séculos XVII-XVIII (que antecedeu a Revolução Francesa, com o iluminismo) a Emancipação e Integração.

As consequências da primeira Guerra Mundial e, sobretudo, da segunda Grande Guerra deu origem, até aos dias de hoje (séculos XX e XXI), a “Inclusão” (com diferenças terminológicas e conceituais, em língua inglesa, entre “inclusion” e “mainstreaming”).

A inclusão no e através do desporto (Desporto segundo a definição do Conselho da Europa) tem como marco a revolução industrial, como já tivemos oportunidade de referir, e se estende até aos dias de hoje, dos quais destacamos os seguintes fatos:

1. O desporto com fins curativos é introduzido na investigação e no desenvolvimento de métodos e técnicas ocorrida durante a evolução das grandes correntes de educação física e desporto, sendo a destacar o papel de Pher Henrik Ling (Suécia, 1776-1839), no domínio da deficiência. Acrescentamos Francisco Amorós y Ondeando (Espanha/França, 1770-1848) que esteve em Portugal, tendo visitado a Casa Pia de Lisboa (criado em 1780), instituição que introduziu a ginástica com fins corretivos.
2. A participação e a inclusão de atletas com deficiência, quer nas estruturas regulares inclusivas quer nas estruturas segregadas que ocorreram, pós-revolução industrial, como a criação de clubes (1888, Berlin Clube desportivo para pessoas surdas), a participação nos Jogos Olímpicos (Paris 1900, Ray Ewry) e, em 1924, a realização dos primeiros Jogos Mundiais para Surdos (atualmente Surdolímpicos) e a criação do Comité Internacional de Desporto para Surdos (CISS/ICSD – Deaflympics), a primeira organização mundial de desporto para as pessoas com deficiência.
3. Reconhecido e generalizado, a nível mundial, o papel e a importância do desporto na reabilitação e inclusão social das pessoas com deficiência, civis e militares, principalmente após a segunda Guerra Mundial, com destaque pela ação desenvolvida pelo médico Sir Ludwig Guttmann, a partir de 1943. O Guttmann prestou apoio a Portugal, durante a sua estadia no país no aconselhamento para a construção do Centro de Medicina de Reabilitação do

Alcoitão (início da construção em 1956 e inauguração em 1966) tendo acolhido estágios de médicos e paramédicos portugueses no Hospital em Stoke Mandeville.

4. O processo de inclusão de atletas com deficiência nas estruturas regulares de desporto sofre maior incremento com a integração nos Jogos Olímpicos de Los Angeles 1984, assim como com a realização de provas de demonstração para atletas cegos e em cadeira de rodas e, ainda, com a aproximação ao Comité Olímpico Internacional e as organizações internacionais de desporto regular. É criado, em 1990, no seio do Comité Paralímpico Internacional uma Comissão para a Inclusão de Atletas com Deficiência (Commission for the Inclusion of Athletes with Disability - CIAD). Em 2005 inicia-se o processo de transferência da governança (Transfer of Governance) do IPC com a passagem para as Federações Desportivas Internacionais a responsabilidade pela tutela das modalidades paralímpicas. Antes desta última data, a Noruega foi o primeiro exemplo a nível mundial ao iniciar em 1996 o processo de inclusão através de fusão das organizações supranacionais, o que viria a ser consumado com a constituição, de uma única organização, Comité Olímpico, Paralímpico e Confederação Desportiva da Noruega (EPC, 2000). A Netherlands e a África do Sul seguiram o exemplo da Noruega e, em 2019, os Estados Unidos da América efetuaram a fusão dos dois Comités, Olímpico e Paralímpico. Em Portugal iniciou-se nas modalidades de atletismo e da natação, em 2014, o processo da transferência dos atletas paralímpicos e com deficiência, para as respetivas Federações Desportivas nacionais.

Para além da evolução da realização de pesquisas sobre a inclusão, da formação de especialistas em diversas áreas, das organizações desportivas na realização de mega eventos desportivos, a participação dos diferentes segmentos da população, por tipo e grau de deficiência colocam outros desafios à participação e à inclusão no desporto, dos quais enumeramos alguns exemplos:

1. As Mulheres e o Desporto

As mulheres são duplamente discriminadas pelo facto de serem mulheres e terem uma deficiência/incapacidade, como o reconhece as Nações Unidas (UN, 1993) o que,

também, acontece no desporto. A Declaração de Brighton teve impacto no desporto para as pessoas com deficiência e uma das medidas foi o estabelecimento de quotas obrigatórias para os Jogos Paralímpicos, a partir de Pequim 2008. É cerca de 30% a taxa de participação feminina portuguesa no desporto federado em geral e da Federação Portuguesa de Desporto para as Pessoas com Deficiência é de 24% (IPDJ, 2019).

2. A inclusão da deficiência na deficiência

O processo de inclusão no domínio do desporto deu origem a alguma discriminação entre os diferentes tipos de deficiência (adquiridas e congénitas), entre as classes altas e baixas (deficiências severas e ligeiras) dos diferentes perfis de funcionalidade e, em termos televisivos e do público espectador, entre as classes com maior e menor impacto mediático e de espetáculo da performance desportiva. Estas diferenças tiveram o seu reflexo a diferentes níveis, desde inclusão nas estruturas regulares de desporto, inclusão em provas de demonstração em grandes eventos desportivos internacionais bem como na cobertura mediática nomeadamente nas transmissões televisivas.

3. Atletas com altas necessidades de apoio

A cegueira é considerada uma deficiência severa. Os atletas cegos fazem parte (de acordo com as normas do IPC) dos critérios dos atletas com altas necessidades de apoio (athletes with high support needs), uma vez que a participação em competições e em atividades para-desportivas requerem diferentes tipos de apoios, desde ajuda de uma terceira pessoa nas atividades da vida diária, de um parceiro ou de um assistente técnico desportivo na competição (atletas-guias, nas corridas no atletismo) e a utilização dos produtos de apoio (ajudas técnicas).

O desporto tem registado diversos modelos de inclusão (sistemas, estratégias, métodos e técnicas), mas recomendamos a adoção de quatro princípios básicos, tomando como referência a definição de Atividade Física Adaptada estabelecida por Winnick (1990, 2005) que poderá servir de suporte na informação, sensibilização, aconselhamento e encaminhamento para a participação no desporto destinada as pessoas com deficiência em geral e, particularmente, para as pessoas cegas e com baixa visão:

1º - O desporto e a atividade física deverão adequar-se às capacidades dos participantes, independentemente das suas incapacidades/limitações (estruturas e funções do corpo) ou das barreiras/obstáculos (fatores contextuais) e atender ao perfil de funcionalidade que se correlaciona com as condições psico-motoras a nível técnico, tático, estratégico e de recuperação.

2º - O desporto e a atividade física deverão satisfazer os interesses e as motivações dos participantes.

3º O desporto e a atividade física deverão salvaguardar a segurança dos participantes e prevenir o não agravamento das patologias.

4º O desporto e a atividade física deverão possibilitar a consecução dos objetivos e o sucesso na participação (fator resultado / desenvolvimento de competências).

A utilização das “vendas” no Alto Rendimento e Paralímpico enquanto uma norma e um recurso material adaptado (didático-pedagógico) é, simultaneamente, uma estratégia para a criação das condições de acesso, participação e inclusão social numa única categoria desportiva ou perfil de funcionalidade, de pessoas cegas e com baixa visão.

A utilização de vendas pelos diferentes segmentos da população sem deficiência transforma uma modalidade exclusivamente destinada às pessoas com deficiência visual numa prática que promove a inclusão inversa (reverse integration).

O Goalball foi criado em 1946, portanto há 75 anos, com o propósito de promover a habilitação e a inclusão social das pessoas cegas, tornou-se num desporto de Alto Rendimento e integrado no Programa Paralímpico desde 1976. O Programa canadiano de Desenvolvimento Desportivo de Atletas a Longo Termo (Long Term Athlete Development – LTAD) vem-nos demonstrar o papel e a importância do Goalball para o desenvolvimento humano.

A intervenção quer no domínio da Psicomotricidade quer no Alto Rendimento e Paralímpico reforça a teoria e a prática do Goalball inclusivo baseado em informações tácteis e sensoriais contribuindo para o desenvolvimento Háptico Percepcional e da Supliência Multissensorial em Equidade Social.

O Goalball tem evoluído, ao longo destes 75 anos, de um domínio de intervenção / aplicação Terapêutica, para o Lazer e Recreação, para o Alto Rendimento e Paralímpico e para um programa Educativo, designadamente na Educação Física e no Desporto Escolar.

CONCLUSÃO

Apresentamos, para concluir, três recomendações que se destinam ao Centro de Experiência Viva – Museu de Tiflogia, a saber:

1. A Psicomotricidade e o Desporto de Alto Rendimento, em geral e, designadamente, o Goalball para as pessoas cegas (cegos e baixa visão) poderão vir a integrar o Centro de Experiência Viva – Museu de Tiflogia, como uma área de conhecimento e que poderá proporcionar experiências vivas.
2. O Museu poderá e deverá tornar as experiências no domínio da Motricidade Humana extensíveis a todo o território nacional e, porque não, o exterior do país destinado à diáspora portuguesa e a comunidade lusófona residentes nas cinco regiões do planeta.
3. O presente contributo baseado no Goalball poderá ser enriquecido e receber outras contribuições dos demais investigadores por forma a aprofundar esta modalidade desportiva de modo a servir de base para o posterior e progressivo alargamento da intervenção do Museu a outros domínios de intervenção, de que são bons exemplos a natação, o xadrez e, mais recentemente, a orientação de precisão.

BIBLIOGRAFIA

- Blanco, A., y Huguet, D. (2013). Actividad de goalball: recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de Educación Física a través del deporte. Integración: Revista digital sobre discapacidad visual, 62, 122-140.
- Diaz, Antonio L. A. (1995) - **Historia de las deficiencias**, Escuela Libre Editorial, Fundacion ONCE, Madrid.
- EPC News (2000) – **Integration of disabled and deaf athletes into mainstream sport in Norway**, By Mette M. Berge in European Paralympic Committee Vol III nº 8 October, Lisbon, p.16.
- Guttmann, Ludwig (1976) – **Textbook of Sport for the Disabled**, HM+M Publishers, Milton Road, Aylesbury, Bucks, England.
- Guttmann, Ludwig (1977) – **O Desporto para deficientes físicos**, antologia desportiva 7, Edição do Centro de Documentação e Informação, Direcção Geral dos Desportos (DGD), Secretaria de Estado da Juventude e Desportos, Ministério da Educação e Investigação Científica, Lisboa.
- Goalball Long-Term Athlete Development Model
<http://canadianblindsports.ca/wp-content/uploads/2012/10/Goalball-LTAD-FINAL.pdf>
- International Paralympic Committee (2021). TOKYO 2020 PARALYMPIC GAMES QUALIFICATION REGULATIONS REVISED EDITION, APRIL 2021.

- International Paralympic Committee (2019). EXPLANATORY GUIDE TO PARALYMPIC CLASSIFICATION PARALYMPIC SUMMER SPORTS DECEMBER 2019.
- International Blind Sports Federation (2020). IBSA GOALBALL RULES AND REGULATIONS 2018-2021, may 2020.
- Hutzler Y, Sherrill C. Defining adapted physical activity: international perspectives. *Adapt Phys Activ Q.* 2007 Jan;24(1):1-20. doi: 10.1123/apaq.24.1.1. PMID: 17703059.
- Leonor Moniz Pereira (1984) – **Evolução do estatuto do deficiente na sociedade**, HORIZONTE, vol. I, n.º 4, novembro-dezembro.
- Organização das Nações Unidas (1983) – **Programa Mundial de Acção Relativo às Pessoas Deficientes**, Década das Nações Unidas para as Pessoas Deficientes 1983-1992, Secretariado Nacional de Reabilitação, Lisboa.
- Scruton, Joan (1998) – **Stoke Mandeville Road to the Paralympics**, Peterhouse, Aylesbury, England.
- Tipton CM (2007). Susruta of India, an unrecognized contributor to the history of exercise physiology. *J Appl Physiol* 104: 1553–1556, 2008. First published March 20, 2008; doi:10.1152/jappphysiol.00925.2007.
- UNESCO (1976) – **Le sport pour les handicaps physiques**, Ludwig Guttmann, Organisation des Nations Unies pour l'Éducation, la Science et la Culture, Lausanne.

WEBGRAFIA

- Associação Nacional de Desporto para Deficientes Visuais (ANDDVIS). Goalball, acessido a 27-07-2021, <https://anddvis.pt/GoalBall.aspx>
- Blind Veterans UK, St Dunstan's United Kingdom, Tony Parkinson and Ray Peart are the first of our blind veterans to compete in the Paralympic Games (then known as the 'Olympiad for the Physically Disabled'), held in Toronto, Canada (1976), acessido a 27-07-2021, <https://www.blindveterans.org.uk/about/our-history/timeline/>
- Comité Paralímpico de Portugal (CPP). Goalball Modalidade Paralímpica, acessido a 27-07-2021, <https://paralimpicos.pt/web/guest/modalidades/?id=24915>
- European Blind Union (EBU). Acessido a 27-07-2021, www.euroblind.org
- European Goalball Club Association (EGCA). Goalball, acessido a 27-07-2021, <https://www.egcassociation.com/>
- Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência (FPDD). Goalball, acessido a 27-07-2021, <https://fpdd.org/modalidades-goalball/>
- International Blind Sports Federation (IBSA). **Goalball**, acessido a 27-07-2021, <https://goalball.sport/>
- International Olympic Committee (IOC). Athletes (Ray Ewry; George Eyser; Marla Runyan; Sandra Paovic, acessido a 27-07-2021, <https://olympics.com/en/athletes/>
- International Paralympic Committee (IPC). **Goalball Paralympic Summer Sports**, acessido a 27-07-2021, <https://www.paralympic.org/goalball>
- Instituto Português do Desporto e Juventude. Estatísticas do Desporto, acessido a 27-07-2021, <https://ipdj.gov.pt/estat%C3%ADsticas>
- International Wheelchair and Amputee Sports Federation (IWAS). **History**, acessido a 27-07-2021, <https://iwasf.com/about/who-we-are/history/>
- New York Paralympic Games 1984. Stoke Mandeville & New York Paralympic Games (Sports – Goalball), acessido a 27-07-2021, <https://www.paralympic.org/stoke-mandeville-new-york-1984>
- ONCE, RED Visual Revista Especializada en Discapacidad Visual, acessido a 27-07-2021, <https://www.once.es/dejanos-ayudarte/la-discapacidad-visual/revista-red-visual/red-visual>
- Tokyo 2020 Paralympic Games. Goalball, acessido a 27-07-2021, <https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/goalball/>
- Toronto Paralympic Games 1976. Sports (Goalball), acessido a 27-07-2021, <https://www.paralympic.org/toronto-1976>
- Royal National Institute for the Blind (RNIB). Sport and leisure, acessido a 27-07-2021, <https://www.rnib.org.uk/young-people-free-time/sport-and-leisure>
- World Blind Union (WBU). History, acessido a 27-07-2021, <https://worldblindunion.org/about/history/>

* Diretor do Departamento de Desporto do Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.
(IPDJ, I.P.)

Notas biográficas:

- Diretor do Departamento de Desporto do Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P. (IPDJ, I.P.)
- Perito do Grupo de Trabalho para o Desporto do Instituto Português do Desporto e Juventude no âmbito da Presidência Portuguesa do Conselho da União Europeia 2021 (PPEU21).
- Docente no Ensino Superior na Faculdade de Motricidade Humana, da Universidade de Lisboa, na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Setúbal.
- Investigador em Projetos Europeus no âmbito do Programa ERASMUS+ Sport da União Europeia 2013/2021, designadamente do InSport Project, Sport Inclusion – Full Participation in Sport by Persons with Disabilities (2018-2021).
- Formador no domínio do Desporto a nível internacional, particularmente em Angola, Brasil, Cabo Verde, Guiné-Bissau, Macau, Moçambique e São Tomé e Príncipe.
- Mentor do Comité Paralímpico de Cabo Verde e da Guiné-Bissau, na capacitação organizacional e dos recursos humanos, no âmbito Organisational Capacity Programme (OCP) da Agitos Foundation e do International Paralympic Committee (2019-2021).