Co-funded by the European Union

IDI4SPORT

INCLUSION AND DISABILITIES IN AND THROUGH SPORT

D2.3 Curso de formação

Português

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.

No. 101089892 – IDI4Sport – ERASMUS-SPORT-2022-SCP

IDI4Sport
Inclusão e deficiência no e através do desporto

Erasmus+ Sport – Cooperation Partnerships
Projeto N°101089892

Pacote de Trabalho 2 – Recursos & Modelos
D2.2 Plano de Formação

Título	Plano de Formação
Título do pacote de trabalho	Recursos & Modelos
Número do pacote de trabalho	2
Líder do pacote de trabalho	IPDJ
Autor(es)	
Colaborador(es)	
Revisor(es)	Todos os parceiros
Nível de divulgação	Público
Projeto número	101089892
Instrumento	Erasmus+ Sport
Data de início do projeto	01/01/2023
Duração	36 meses
Coordenador de projeto	*France Education International* [França Educação internacional]

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e opiniões expressos são, no entanto, apenas do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia. Nem a União Europeia nem a autoridade que concede a concessão podem ser responsabilizadas por eles.

Índice

Introdução....3

Plano de Formação: Ficha Técnica Geral 5

Plano de Formação: Unidades de Formação.... 7

1. Enquadramento Teórico sobre: Desporto, Deficiência e Inclusão 7

Ficha técnica.... 7

Introdução Teórica 10

2. Enquadramento Legal do Desporto para Pessoas com Deficiência 13

Ficha técnica.... 13

Introdução Teórica 14

3. Sistemas e Modelos de Estrutura Organizacional do Desporto para Pessoas com Deficiência 32

Ficha técnica.... 32

Introdução Teórica 33

4. Elegibilidade e Classificação Desportiva.... 39

Ficha técnica.... 39

Introdução Teórica 40

5. Desporto Adaptado e/ou Desporto Específico para Pessoas com Deficiência 44

Ficha técnica.... 44

Introdução Teórica 46

6. Desporto Inclusivo.... 50

Ficha técnica.... 50

Introdução Teórica 52

7. Recursos (Humanos & Técnicos).... 57

Ficha técnica.... 57

Introdução Teórica 58

8. Barreiras, Facilitadores & Cooperação.... 59

Ficha técnica.... 59

Introdução Teórica 61

9. Boas Práticas para o Desenvolvimento do Desporto Inclusivo.... 62

Ficha técnica.... 62

Introdução Teórica 63

Conclusões....64

Introdução

O *IDI4Sport* é um projeto europeu financiado pelo Programa Erasmus+ da Comissão Europeia. Coordenado pela *France Education International (*FEI, França), reúne 5 países europeus e a Macedónia do Norte, país associado ao programa Erasmus+: o Instituto Português do Desporto e da Juventude (IPDJ, Portugal), a Universidade da Macedónia (UoM, Grécia), o Comité Olímpico da Macedónia do Norte (OCNM, Macedónia do Norte), a Associação Internacional de Desporto e Cultura (ISCA, Dinamarca), o Instituto "España se Mueve" (IEsM, Espanha) e o Instituto Superior Nacional de Formação e Pesquisa para a Educação Inclusiva (INSEI, França).

Tem por objetivo desenvolver a participação desportiva das crianças com deficiência, tendo como pano de fundo os Jogos Olímpicos e Paralímpicos de 2024. Foi concebido para promover a inclusão social, aumentar a participação de jovens com deficiência com idades compreendidas entre os 10 e os 20 anos em atividades desportivas dentro e fora das escolas e reduzir as dificuldades que enfrentam. Procura também criar ambientes inclusivos que promovam a equidade e a igualdade. O projeto destina-se especificamente a professores, educadores/treinadores desportivos, estudantes e jovens dentro e fora das escolas.

Os objetivos são:

- apoiar os setores formais e não formais a trabalharem em conjunto e promover a colaboração entre escolas, associações juvenis, profissionais de saúde e organizações desportivas;
- aumentar a participação de adultos e jovens no desporto e melhorar a sua saúde e bem-estar;
- melhorar a acessibilidade e a atratividade das instalações de saúde para os jovens;
- sensibilizar os jovens para o facto de o desporto poder promover o trabalho em equipa, a aprendizagem intercultural e o sentido de responsabilidade;
- desenvolver um sentimento comum de pertença à União Europeia entre os jovens.

Nesta etapa do projeto, o objetivo é criar um plano de formação para professores, treinadores e profissionais de educação que trabalham com jovens com deficiência. Este plano de formação baseia-se nos recursos e materiais pedagógicos recolhidos por cada país (base de dados online). Cada país selecionará e organizará atividades e workshops que serão implementadas em escolas e clubes desportivos com jovens.

Assim, este documento apresenta a metodologia a adotar para o plano de formação, quer de uma forma geral, quer por unidade de formação. É importante referir que, relativamente ao plano de formação, se pretende realizar uma avaliação interna, através de um questionário aos participantes, bem como uma avaliação externa onde se pretende que o controlo de qualidade seja realizado pelo conselho consultivo do projeto antes da finalização do plano de formação.

Os objetivos deste plano de formação centra-se em:

- Conhecer o enquadramento teórico e legal relativo ao desporto para pessoas com deficiência;
- Compreender a importância da prática desportiva para pessoas com deficiência;
- Promover a experimentação das mais diversas atividades desportivas específicas e/ou adaptadas para pessoas com deficiência;
- Conhecer as bases teóricas e práticas da implementação de atividades físicas e desportivas inclusivas;
- Promover a partilha de conhecimentos e práticas, contribuindo para a melhoria da diversificação de atividades inclusivas;
- Refletir sobre as barreiras e facilitadores à prática desportiva, bem como a importância da colaboração entre setores na promoção da inclusão no e através do desporto.

Plano de Formação: Ficha Técnica Geral

Título	IDI4Sport - Inclusão e Deficiência no e através do Desporto
Número de horas	25 horas
Número da População-alvo	Entre 15 e 25 participantes por curso
Metodologia	A metodologia de ensino é constituída por sessões teóricas (T) (presenciais ou online), sessões teórico-práticas (TP) (presenciais) e sessões de trabalho autónomo (investigação e desenvolvimento de trabalhos). As metodologias de ensino das sessões teóricas incluem uma abordagem expositiva dos conteúdos recorrendo a tecnologias de apoio à comunicação e informação (ex. Power Point, vídeos). A metodologia das sessões teórico-práticas visa (a) realizar trabalhos a apresentar nas sessões, solicitando análise/discussão de temas entre os formandos e (b) apresentar, planear e vivenciar atividades físico-desportivas para pessoas com deficiência. Estas sessões deverão ser realizadas em equipamentos/estruturas desportivas.
Objetivos	- Conhecer o enquadramento teórico, factual e jurídico baseado em convenções internacionais, recomendações e instrumentos internacionais relativos ao desporto para pessoas com deficiência, que vai ao encontro das tendências e das políticas internacionais sobre a matéria, com especial enfoque nas da Europa, da União Europeia e das políticas públicas dos países parceiros do Projeto; - Compreender o papel e a importância da prática desportiva para pessoas com deficiência; - Promover a experimentação das mais diversas atividades desportivas específicas e/ou adaptadas para pessoas com deficiência; - Conhecer as bases teóricas e práticas da implementação de atividades físicas e desportivas inclusivas;

	- Promover a partilha de conhecimentos e práticas, contribuindo para a melhoria da diversificação de atividades inclusivas; - Refletir sobre as barreiras e facilitadores à prática desportiva, bem como a importância da colaboração entre setores na promoção da inclusão no e através do desporto.
Unidades de Formação	1. Enquadramento Teórico sobre: Desporto, Deficiência e Inclusão 2. Enuadramento Legal do desporto para pessoas com deficiência 3. Sistemas e Modelos de Estrutura Organizacional do Desporto para Pessoas com Deficiência 4. Elegibilidade e Classificação Desportiva 5. Desporto Adaptado e/ou Desporto Específico para Pessoas com Deficiência 6. Desporto Inclusivo 7. Recursos (Humanos & Técnicos) 8. Barreiras, Facilitadores & Cooperação 9. Boas Práticas para o desenvolvimento do desporto inclusivo
Avaliação	- Assiduidade a mais de 80% do curso e realização de tarefas de avaliação; - Documento de Reflexão: Apresentação de um documento final de reflexão sobre a formação vivenciado pelos formandos no âmbito da frequência do curso, com uma reflexão por unidade formativa (aspetos positivos e a melhorar) e uma reflexão global sobre o curso (nomeadamente, sobre a sua relevância como profissional). Nas unidades de formação 5 e 6 será solicitada a apresentação de um desporto adaptado/específico e o planeamento de uma atividade inclusiva (para posteriormente disponibilizar aos formandos); - No final do curso, os participantes deverão preencher o questionário de avaliação do curso.

Plano de Formação: Unidades de Formação

1. Enquadramento Teórico sobre: Desporto, Deficiência e Inclusão

Ficha técnica

Título	
Enquadramento Teórico sobre: Desporto, Deficiência e Inclusão	
Número de horas	
3 horas – Teórica: 2 horas | **Teórico-prático:** 1 hora	
Objetivos	
Objetivos Gerais	**Objetivos Específicos**
- Conhecer o enquadramento teórico relativo ao desporto para pessoas com deficiência; - Compreender o papel e a importância da prática desportiva para pessoas com deficiência.	- Identificar e compreender os conceitos, definições e terminologias relacionadas com o desporto em geral e, em particular, para as pessoas com deficiência; - Conhecer a história do desporto para pessoas com deficiência a nível mundial, regional e local; - Conhecer a história do desporto para pessoas com deficiência, relativamente à sua génese, situação atual e tendências futuras, a nível mundial, por regiões geográficas e a nível nacional; - Conhecer os benefícios da atividade física e do desporto para pessoas com deficiência; - Conhecer e identificar as áreas de intervenção no desporto: Terapêutica; Recreativo/Lazer; Educação; Desportos de alta competição e Paralímpicos.

Programa			
Conteúdo	**Metodologia**	**Recursos**	**Nº de horas**
Conceitos, Definições e Terminologia	-Trabalho em equipa -Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor -Quadro	1 hora (30 min. TP + 30 min. T)
História do desporto para pessoas com deficiência	-Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor	30 minutos. T
O papel e a importância do desporto para pessoas com deficiência	-Brainstorm -Testemunhos: atletas -Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor -Quadro	1 hora (30 min. TP + 30 min. T)
Áreas de intervenção no desporto: : terapêutico; recreativo/lazer; Educação; alta competição e desportos paralímpicos	- Brainstorm -Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor -Quadro	30 min. T
Avaliação			

- Discussão em grande grupo
- Documento de reflexão

Referências

Carvalho, J. (2006). Dimensões da Alta Competição para Atletas com Deficiência, in Atividade Motora Adaptada, a alegria do corpo, organizado por David Rodrigues, São Paulo, Artes Médicas, pp. 201-213.

Carvalho, J. (2007). Models of the International Organization and of the Paralympic Movement – Quo Vadis? - 2nd International Conference on Adapted Sport 2007 (CIDA 2007) Málaga, Espanha.

Carvalho, J. (2008) - Acto Diferente e o seu Significado - pp. 135 - 179, da obra "O Sentido e a Acção", de Manuel Sérgio e al., Ed. Piaget, Lisboa, 2ª edição.

Carvalho, J. (2016). *Uma Breve História do Desporto para Pessoas com Deficiência*. In V. APCAS-Associação de Paralisia Cerebral de Almada Seixal (Eds.) Desporto com Sentido. Seixal: APCAS.

Carvalho, J. (2020). *InSport*. Available: https://in-sport.eu/

Council of Europe (2001). Revised European Sports Charter. Available: https://rm.coe.int/16804c9dbb

COUNT ME IN (2006). A guide to inclusive Physical Activity, Sport and Leisure for Children with a Disability, Joint Actions Project "Sports and Physical Activity for Persons with Disabilities – Awareness, Understanding, Action". THENAPA - Thematic Network Educational and Social Integration of Persons with a Disability through Adapted Physical Activity. http://www.peai.org/tinymce/plugins/moxiemanager/data/files/2006-Count%20Me%20In.pdf

Guttman, L. (1977). O desporto para deficientes físicos. *Antologia Desportiva* n.º 7. Lisboa. Direção Geral de Desportos.

Guttmann, L. (1976). Textbook of Sport for the Disabled. England: HM+M Publishers.

Guttmann, Ludwig (1976). Sport for the physically handicapped, UNESCO.

Lakowski, T. & Long, T., (2011), *Proceedings: Physical Activity and Sport for People with Disabilities: Symposium and Strategic Planning, Washington, DC.*

Louro, Cristina; Gronita, Joaquim, coord. - Intervenção social e deficiência [Em linha]. Lisboa: Universidade Aberta, 2022. (eUAb. Universitária; 28). ISBN 978-972-674-908-0. Available: http://hdl.handle.net/10400.2/11867 Jorge de Carvalho e Paula Lebre (2022). Capítulo X Lazer e Desporto.

Moniz Pereira, L. & Rosado, A. (2016). *A Inclusão na Educação e no Desporto*. In V. APCAS-Associação de Paralisia Cerebral de Almada Seixal (Eds.) Desporto com Sentido. Seixal: APCAS.

Rimmer, J., Chen, M., McCubbin, J., Drum, C. & Peterson, J., (2010), *Exercise intervention research on persons with disabilities: what we know and where we need to go, American Journal of Physical Medicine and Rehabilitation, 89, 3, 249-63.*

Santos, M., Espírito Santo, A., Ramalho, J., Espírito Santo, J., Faria, M., Almeida, C. & Murta, L. (orgs.). (2019). Transição para a vida adulta [eBook]: *Percursos reais, possíveis e desejáveis*. Encontro Ibérico em necessidades especiais. ISBN 978-989-8008-39-8. Carvalho, J. Uma Vida e Vários Percursos no Desporto.

Shapiro, D. & Martin, J. (2014). *The relationships among sport self-perceptions and social well-being in athletes with physical disabilities. Disability and Health Journal, 7, 4248.*

United Nations (2006). *Convention on the Rights of Persons with Disabilities.* Available: https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-persons-disabilities#31

United Nations (2016). *Leaving no one behind: the imperative of inclusive development. Report on the World Social Situation 2016*. Available: https://www.un.org/esa/socdev/rwss/2016/full-report.pdf

World Health Organization (2022). Physical activity. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity.

World Health Organization [WHO] (2001). *International Classification of Functioning, Disability and Health.* Available: https://www.who.int/standards/classifications/international-classification-of-functioning-disability-and-health

Yazicioglu, K., Yavuz, F., Goktepe, A. & Tan, A. (2012). Influence of adapted sports on quality of life and life satisfaction in sport participants and non-sport participants with physical disabilities. *Disability and Health Journal, 5, 249-253*.

Introdução Teórica

- **Conceitos, Definições e Terminologia**
  - Deficiência: 'Pessoas com deficiência incluem aquelas que têm incapacidades físicas, intelectuais ou sensoriais de caráter permanente que, em interação com várias barreiras, podem impedir a sua participação plena e efetiva na sociedade, em condições de igualdade.' (Nações Unidas, 2006). " *Deficiências são problemas na função ou estrutura do corpo, como um desvio ou perda significativa* ". (OMS, 2001).
  - Inclusão é um sentimento de pertença, de ser valorizado, respeitado, bem-vindo e ter a oportunidade de participar plenamente num determinado ambiente, independentemente da capacidade, raça, etnia, género, identidade de género, orientação sexual, idade, classe socioeconómica, religião ou crenças políticas. A inclusão é um processo que visa garantir a equidade de oportunidades e a participação na sociedade, independentemente da idade, género, deficiência, raça, etnia, origem, religião, situação económica, respeitando simultaneamente os direitos humanos (ONU, 2016).
  - Desporto : "Desporto, significa todas as formas de atividade física que, através da participação casual ou organizada, visam expressar ou melhorar a aptidão física e o bem-estar mental, formar relações sociais e/ou obter resultados em competições em todos os níveis". (Conselho da Europa, 2001).
  - A atividade física é definida pela Organização Mundial da Saúde (2022) como "qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que requer gasto de energia", "num nível necessário para manter ou melhorar a saúde e o bem-estar biopsicossocial". A atividade física inclui exercício, desporto e outras atividades (por exemplo, brincar, caminhar e andar de bicicleta).
  - Desporto para Todos/Desporto Inclusivo : A promoção do desporto inclusivo pressupõe que todos, em igualdade de oportunidades, possam (Moniz Pereira & Rosado, 2016): participar regularmente em atividades desportivas; desenvolver a sua condição física; demonstrar, em ambientes desportivos, um comportamento pessoal e social de respeito por si e pelos outros; desenvolver competências motoras e padrões de movimento para a realização de diversas atividades físicas/desportivas; compreender conceitos, princípios, estratégias e

táticas de movimento aplicados à aprendizagem e execução de atividades desportivas; valorizam a atividade física como meio de saúde, diversão, desafio, expressão pessoal e interação social.

- **História do desporto para pessoas com deficiência**

A nível olímpico, foram necessários mais de quinze séculos para recuperar a herança e o legado dos Jogos Olímpicos da Antiguidade Clássica com os primeiros Jogos Olímpicos da Idade Moderna, que decorreram de 6 a 15 de Abril de 1896 na Grécia, em Atenas, na iniciativa do Barão Pierre de Fredy de Coubertin. A realização destes Jogos levou à organização do Movimento Olímpico com a fundação do Comité Olímpico Internacional (COI) em 23 de junho de 1894, o que impulsionou a formação de futuras organizações desportivas internacionais (Carvalho, 2020).

Ao nível das pessoas com deficiência, o reconhecimento dos benefícios do exercício físico como meio de tratamento natural de doenças e deficiências remonta, segundo Ludwig Guttmann (1976a), a Hipócrates de Cós (460-377 a.C.). Guttmann considerou, com base na sua experiência pessoal e como médico, entre 1943 e 1980, que o desporto era um veículo e instrumento privilegiado de reabilitação e inclusão de vítimas civis e militares da Segunda Guerra Mundial, internadas no Hospital Stoke Mandeville. Em 1948, os jogos ali realizados tornaram-se nacionais e, em 1952, tronaram-se internacionais, formando a base conceitual e fazendo parte dos primeiros Jogos Paralímpicos (1960). Guttmann considerava, já em 1949, que o desenvolvimento dos jogos do Stoke Mandeville corresponderia ao movimento olímpico dos "paralisados" (Guttman, 1976a; Carvalho, 2016).

Guttmann defendeu o direito inalienável ao desporto, e a sua iniciativa, a partir de 1948, foi decisiva para o desporto mundial ao permitir a universalização da oferta e participação desportiva, sendo considerado, em 1960, pelo Papa João XXIII como o "Coubertin das pessoas com deficiência" (Carvalho, 2016).

No que diz respeito às principais organizações desportivas e momentos históricos ligados às pessoas com deficiência, estes tiveram início em 1924 com a criação do Comité Internacional de Desportos Silencieux, hoje conhecido como Comité Desportivo Internacional para Surdos (ICSD). A partir daí, foram criados, durante o período de

setenta anos, os Movimentos Para-Olímpicos (Deaflympics, Special Olympics, Paralympics and Transplant Games), as Organizações Internacionais de Desporto por Deficiência (IOSD: ICSD, ISMGF, IWAS, CPISRA, IBSA, INASFID, WTGF) e as Federações Internacionais de modalidade por deficiência.

- **O papel e a importância do desporto para pessoas com deficiência**

De uma forma geral, verifica-se que as pessoas com deficiência que praticam atividade física têm uma melhor qualidade de vida e uma maior satisfação pessoal do que aquelas com deficiência que não praticam nenhuma atividade desportiva (Yazicioglu, Yavuz, Goktepe & Tan, 2012). Assim, verifica-se que os indivíduos com deficiência que praticam desporto têm mais confiança nas suas capacidades, mantêm relações mais próximas de amizade e apresentam menores níveis de solidão (Shapiro & Martin, 2014). O sentimento de pertença permitirá também uma maior predisposição para a interação social, possibilitando uma melhoria da participação efetiva na sociedade. Assim, os benefícios para pessoas com deficiência centram-se em (Rimmer et al., 2010; Lakowski & Long, 2011): aumento da autoestima; melhorias funcionais e de bem-estar; inclusão social; maior nível de independência; taxas mais elevadas de sucesso académico; redução ou prevenção de condições secundárias, incluindo: – pressão arterial elevada; colesterol alto; diabetes; depressão; fadiga; problemas de fígado ou vesícula biliar; preocupação com peso; maturação precoce; pressionar feridas.

- **Áreas de intervenção no desporto** (Guttman, 1977; FPDD, 2016):
  - **Terapêutico**: Os objetivos principais são terapêuticos e realizados em hospital ou centro de reabilitação.
  - **Recreativo/lazer:** Com foco principal nos aspetos sociais e de saúde do desporto, sendo a diversão e a amizade "componentes chave".
  - **Educação**: Tem objetivos desportivos de natureza formativa, visa o desenvolvimento desportivo e promove o recrutamento de novos atletas. É desenvolvido em escolas a nível local, regional e nacional (desporto escolar, desporto universitário).
  - **Desporto de Alta Competição e Jogos Paralímpicos:** Este nível de participação exige qualidades internas e externas, e no desporto para pessoas com deficiência respeita critérios de elegibilidade para a prática desportiva (desporto federado).

2. Enquadramento Legal do Desporto para Pessoas com Deficiência

Ficha técnica

Título			
Enquadramento Legal do Desporto para Pessoas com Deficiência			
Número de horas			
1 hora e 30 minutos. – Teórico: 1 hora e 30 min.			
Objetivos			
Objetivos Gerais	**Objetivos Específicos**		
- Conhecer o enquadramento legal relativo ao desporto para pessoas com deficiência; - Conhecer os dados estatísticos relativos ao desporto para pessoas com deficiência.	- Conhecer os padrões internacionalmente estabelecidos e reconhecidos pelos diferentes Ecossistemas Político-Desportivos, Governamentais, Não Governamentais e Semigovernamentais, nomeadamente as Nações Unidas, as suas Agências e Programas, o Conselho da Europa, a União Europeia e as respetivas Organizações Desportivas; - Conhecer o Quadro Legal Nacional com relevância; - Conhecer os Dados Estatísticos sobre desporto para pessoas com deficiência.		
Programa			
Conteúdo	**Metodologia**	**Recursos**	**Nº de horas**
Quadro Internacional e Europeu com relevância	-Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor	30 min. T
Enquadramento Legal Nacional com relevância	-Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor	30 min. T
Dados estatísticos sobre desporto para pessoas com deficiência	-Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor	30 min. T
Avaliação			
- Discussão em grande grupo - Documento de reflexão			
Referências			

Introdução Teórica

- **Quadro Internacional e Europeu com relevância**
  - COMISSÃO DAS COMUNIDADES EUROPEIAS (2007): Livro Branco sobre Desporto, Bruxelas - https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/ALL/?uri=celex:52007DC0391
  - Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência Artigo 30 – Participação na vida cultural, recreativa, de lazer e desportiva .
  - Carta Europeia do Desporto para Todos: Pessoas com Deficiência». https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:52021DC0101 https://rm.coe.int/native/09000016804cb92d https://www.activityalliance.org.uk/ https://www.icsspe.org/sites/default/files/YOUNGPEOPLE.pdf https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities/article-30-participation-in-cultural-life-recreation-leisure-and- desporto.html
  - EUROSTAT: https://ec.europa.eu/eurostat
  - Autoridade Nacional para Deficientes: Promovendo a Participação de Pessoas com Deficiência na Atividade Física e no Desporto na Irlanda.
  - União da Igualdade: Estratégia para os Direitos das Pessoas com Deficiência 2021-2030
  - Organização Mundial da Saúde: Estratégia de atividade física para a Região Europeia da OMS 2016–2025. Escritório Regional da OMS para a Europa. https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289051477
  - Organização Mundial da Saúde: Jovens com Deficiência na Educação Física/Atividade Física/Desporto Dentro e Fora das Escolas: Relatório Técnico para a Organização Mundial da Saúde.

- **Enquadramento Legal Nacional com relevância**

  - **<u>Portugal:</u>**

- Portugal ratificou a Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência. Decreto do Presidente da República nº 71/2009 o Ratifica a Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, adoptada em Nova Iorque em 30 de Março de 2007.
- Lei n.º 46/2006, de 28 de agosto Proíbe e pune a discriminação baseada na deficiência e na existência de risco agravado para a saúde.
- Lei de Bases do Desporto (Lei 23/2007, de 4 de julho, alterada pela Lei 29/2012, de 9 de agosto) e o sistema de ensino inclusivo (Decreto-Lei 54/2008).
- Decreto-Lei n.º 34/2007, de 15 de Fevereiro Regulamenta a Lei n.º 46/2006, de 28 de Agosto, que visa prevenir e proibir a discriminação em razão da deficiência e do risco agravado para a saúde. Estratégia Nacional para a Deficiência (ENDE) 2011 – 2013.
- Resolução do Conselho de Ministros n.º 97/2010: Aprova a Estratégia Nacional para a Deficiência (ENDE) – 2011–2013. V. Medida 75 – "Apoiar a preparação e participação de atletas de alto rendimento e da seleção nacional nos Jogos Paralímpicos, a realizar em 2012, na cidade de Londres" – Eixo n.º 3 – "Autonomia e qualidade de vida" . Lei de Bases da Prevenção e Reabilitação e Integração das Pessoas com Deficiência.
- Lei n.º 38/2004, de 18 de agosto: Define as bases gerais do regime jurídico da prevenção, qualificação, reabilitação e participação das pessoas com deficiência. Revoga a Lei n.º 9/89, de 2 de maio. Pessoas com Deficiência acompanhadas por «Cães-Guia».
- Decreto-Lei n.º 74/2007, de 27 de março: Estabelece o direito de acessibilidade das pessoas com deficiência acompanhadas de "cães-guia" aos locais, transportes e estabelecimentos de acesso público, bem como as condições a que estes animais estão sujeitos. Revoga o Decreto-Lei n.º 118/99, de 14 de Abril. Pessoas com mobilidade reduzida.
- Decreto-Lei n.º 163/2006, de 8 de agosto: Aprova o regime de acessibilidades aos edifícios e estabelecimentos que acolhem o público, à via pública e aos edifícios residenciais, revogando o Decreto-Lei n.º 2006, de 8 de agosto. 123/97, de 22 de maio.

- Decreto-Lei n.º 123/97, de 22 de maio : Mandata a adoção de normas técnicas para a eliminação de barreiras arquitetónicas em edifícios públicos, equipamentos coletivos e vias públicas para melhorar a acessibilidade das pessoas com deficiência.

- **<u>Grécia</u>:**

A Lei 2725/1999, abreviadamente denominada « Lei dos Portos», foi promulgada pela primeira vez em 1999 e foi revista diversas vezes até hoje (Lei 2725/1999). Esta lei estabelece todo o enquadramento do desporto organizado, abrangendo todos os cidadãos, com e sem deficiência. A Lei 2725/1999 na Grécia serve de pedra angular para a regulamentação do desporto. O seu objetivo geral é o avanço do desporto, a salvaguarda da saúde e o fomento da educação física. Esta legislação descreve meticulosamente o quadro organizacional das entidades desportivas, desde clubes desportivos a associações. Os direitos e responsabilidades dos atletas estão claramente definidos, juntamente com os critérios que determinam o seu estatuto atlético. A lei estende o seu alcance ao domínio do desporto profissional, delineando os direitos e obrigações dos envolvidos neste domínio. Significativamente, fornece uma estrutura estruturada para a orquestração e execução de eventos desportivos. A educação e a investigação no domínio do desporto também são priorizadas, com medidas dedicadas à educação dos atletas e à promoção da investigação relacionada com o desporto. A colaboração com o Estado é um elemento chave, especificando as relações entre as organizações desportivas e os órgãos governamentais. A lei incorpora mecanismos de fiscalização, com sanções para o não cumprimento. Adicionalmente, aborda a dimensão internacional do desporto, estabelecendo condições para a participação em atividades desportivas globais. Estão em vigor disposições penais para resolver quaisquer violações da lei, garantindo um quadro regulamentar abrangente para o panorama desportivo na Grécia.

- **<u>Macedónia do Norte</u>:**

O quadro jurídico para a inclusão de pessoas com deficiência é regido principalmente pela Lei do Desporto (2005) e pela Lei da Proteção contra a Discriminação (2010). A Lei do Desporto na Macedónia do Norte é o principal quadro jurídico para as actividades desportivas no país. A lei estabelece um quadro geral para as atividades desportivas,

incluindo a promoção da cultura física e desportiva, a organização de eventos desportivos e a proteção dos atletas; direitos e interesses. Relativamente à participação de pessoas com deficiência no desporto, a Lei estipula o seguinte: (Artigo 22) No domínio do desporto, as autoridades dos municípios, os municípios da cidade de Skopje e a cidade de Skopje, nos termos da presente lei, devem desenvolver atividades desportivas e recreativas para os cidadãos, bem como atividades desportivas no âmbito dos clubes desportivos recreativos, desportos no âmbito do sistema desportivo escolar e estudantil, desporto para todos e, em especial, desporto para pessoas com necessidades especiais.

A Lei de Proteção contra a Discriminação proíbe a discriminação com base na deficiência em todas as áreas da vida, incluindo nas atividades desportivas. A lei define discriminação como qualquer ato de exclusão, restrição ou preferência com base na deficiência que resulte no tratamento desigual de indivíduos ou grupos. A lei também estabelece o princípio da adaptação razoável, que exige que as organizações e instituições desportivas façam os ajustes necessários nas suas políticas, práticas e instalações para garantir a participação igualitária das pessoas com deficiência nas atividades desportivas. Além destas leis, a Macedónia do Norte ratificou a Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência (CDPD) em 2011, que visa promover, proteger e garantir o gozo pleno e equitativo de todos os direitos humanos e liberdades fundamentais por todos. pessoas com deficiências. A CDPD reconhece o direito das pessoas com deficiência de participar em atividades recreativas, de lazer e desportivas em igualdade de condições com outras pessoas.

- **Espanha :**

Os Institutos Nacionais de Estatística (Espanha) publicaram os seguintes documentos:

- em 2008, um Inquérito sobre Deficiência, Autonomia Pessoal e Situações de Dependência.
- Em 2012 um Inquérito sobre Integração Social e Saúde.
- Em 2015 um relatório sobre Emprego de Pessoas com Deficiência.
- O Instituto do Idoso e Serviço Social IMERSO também publicou em 2015 uma Base de Dados Estadual de Pessoas com Deficiência.

- O Conselho Superior do Desporto elaborou a Lei do Desporto 10/1990 de 15 de Outubro de 1990 que foi atualizada com o documento 39/2022 de 30 de Dezembro de 2022. (https://www.boe.es/eli/es/l/2022/ 30/12/39)

- **<u>França</u>:**

- Lei nº 2005-102, de 11 de fevereiro de 2005, sobre Igualdade de Direitos e Oportunidades, Participação e Cidadania das Pessoas com Deficiência. Esta legislação descreve vários direitos dos indivíduos com deficiência, incluindo a ampla disponibilidade para todas as áreas da vida social, o direito à compensação pelas consequências da deficiência e a criação de lares departamentais para pessoas com deficiência.
- Lei nº 2013-595, de 8 de julho de 2013, de Orientação e Programação para Reestruturação Escolar. Esta lei estabelece o quadro para a reforma global do sistema escolar. Visa o sucesso de todos os alunos: aumentando o seu nível de conhecimentos, competências e cultura e reduzindo as desigualdades sociais e regionais no sucesso académico.
- A Lei 2019-791 de 26 de julho de 2019: Por uma Escola de Confiança reforça especificamente a educação inclusiva. Descreve uma série de medidas para melhor apoiar os alunos com deficiência.
- A Circular Escolar nº 2019-088 de 5 de junho de 2019: Por uma educação inclusiva complementa a lei de 26 de julho de 2019 e esclarece a sua implementação.
- O Código Desportivo francês, atualizado todos os anos, substitui diversas leis francesas no domínio do direito civil.
- A Lei nº 2016-41 de 26 de janeiro de 2016 para modernizar nosso sistema de saúde formalizou a integração da atividade física no percurso assistencial.
- Lei n°2022-296 de 2 de março de 2022 que visa democratizar o desporto em França, publicada no Diário Oficial da República Francesa.

- **<u>Dinamarca:</u>**

Não existem leis na Dinamarca relativas ao desporto e à deficiência.

As principais leis identificadas sobre deficiência geralmente são:

- A Lei da Discriminação [1] (forskelsbehandlingsloven)

A Lei da Discriminação foi adoptada em 1996. Os critérios de idade e deficiência foram acrescentados em 2004. A Lei da Discriminação proíbe a discriminação direta e indireta no mercado de trabalho devido a vários fatores, incluindo a deficiência. A proibição contra a discriminação aplica-se apenas ao emprego, durante o emprego e no momento do despedimento. A lei também proíbe o assédio ou anúncios de emprego que discriminem com base na origem étnica, orientação sexual, idade, etc. Um funcionário sujeito a discriminação tem direito a compensação. Os cidadãos podem reclamar junto do Conselho para a Igualdade de Tratamento.

- Lei sobre tratamento desigual devido à deficiência [2] (Lov om forbud mod forskelsbehandling på grund af handicap)

A lei é a implementação dinamarquesa da convenção das Nações Unidas sobre os direitos das pessoas com deficiência [3] . Em 2018, entrou em vigor a nova lei que proíbe a discriminação em razão da deficiência fora do mercado de trabalho. A nova lei significa, entre outras coisas, que uma pessoa já não pode ser afastada de um restaurante ou de um evento público se o motivo da rejeição for o facto de a pessoa ter uma deficiência. A nova lei significa que o Conselho para a Igualdade de Tratamento pode tratar queixas sobre discriminação ilegal com base na deficiência fora do mercado de trabalho.

- A Lei do Serviço (serviceloven)

O objetivo da Lei de Serviços é oferecer aconselhamento e apoio para prevenir problemas sociais; oferecer uma gama de serviços gerais que também possam ter finalidade preventiva; e para atender necessidades resultantes de deficiência motora ou intelectual ou problemas sociais especiais. Como consequência da lei, o município deve oferecer ajuda, cuidados ou apoio, bem como formação e ajuda para desenvolver competências às pessoas que delas necessitem devido a uma redução significativa do funcionamento físico ou intelectual ou a problemas sociais especiais.

[1] https://www.retsinformation.dk/eli/lta/2017/1001
https://bm.dk/arbejdsomraader/arbejdsvilkaar/forskelsbehandling/forskelsbehandlingsloven/#:~:text=Besk%C3%A6ftigelsesministeriet%20har%20i%20februar%202019,vejledning%20om%20forskelsbehandlingsloven%20fra%202005.&text =Forskelsbehandlingsloven% 20blev%20vedtaget%20i%201996 .

[2] https://www.retsinformation.dk/eli/lta/2018/688

[3] https://social.desa.un.org/issues/disability/crpd/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities-crpd

- **Dados estatísticos sobre desporto para pessoas com deficiência**

Estima-se que 15% da população tenha deficiência, tanto no mundo como na UE, segundo a ONU, a OMS, o Banco Mundial, a UE e a Ecorys (2018). O Eurostat (Estatísticas do Desporto) bem como o Eurobarómetro não nos fornecem dados objetivos sobre a prática desportiva (formal e informal) das pessoas com deficiência na UE e os dados fornecidos pelos países não permitem uma comparação (Ecorys, 2018) devido à falta de harmonização.

O aumento da taxa de inatividade física na UE segue a tendência global, o que é preocupante uma vez que a taxa de pessoas que nunca praticaram desporto ou atividade física aumentou de 42% para 46%, aumento que tem acontecido desde 2009 (Eurobarómetro 2009, 2013, 2017; 2022). A taxa de inatividade na Finlândia (8%), na Suécia (12%), na Dinamarca (20%) está abaixo da média da UE e, acima, estão a Roménia (62%), a Polónia (65%), a Grécia (68%) e Portugal (73%).

O relatório intercalar indica que, à medida que a população europeia envelhece, o número de pessoas com deficiência tende a aumentar. Assim, o pleno acesso e participação em atividades recreativas e desportivas é uma das áreas de ação da UE no âmbito da Estratégia Europeia para a Deficiência. Em Portugal, cerca de 65% da população com 15 ou mais anos não pratica qualquer exercício físico, e um terço de todas as mortes são causadas por fatores de risco comportamentais, como atividade física insuficiente (Instituto Nacional de Estatística, 2020).

- **Portugal:**

Em 2001 realizou-se o XVI Recenseamento Geral da População e o VI Recenseamento Geral da Habitação (2021). De acordo com os Censos 2021 (INE, 2021; INE, 2022) 10,9% da população residente com 5 ou mais anos tem pelo menos uma deficiência, esta condição afecta principalmente as mulheres com 62% e os homens com 32%. A população com deficiência por grandes grupos etários é de 2,3% dos 15 aos 24 anos, 6,8% dos 25 aos 44 anos, 23,7% dos 45 aos 64 anos e 67,2% igual ou superior a 65 anos, o que

demonstra que a prevalência da deficiência aumenta progressivamente com o avançar da idade, sobretudo a partir dos 70-74 anos.

Considerando a faixa etária dos 10 aos 20 anos no nosso grupo alvo do projeto, o número de pessoas com deficiência, segundo os censos de 2021, com idades compreendidas entre os 10 e os 19 anos é um total de 23.934 (2,2%), dos quais 12.749 homens (3,1%) e 11.175 mulheres (1,6%), sendo a taxa de prevalência para a faixa etária de 4,7%, 4,8% para os homens e 4,4% para as mulheres. Tendo em conta a faixa etária do nosso grupo-alvo, importa considerar o nível de escolaridade (Censos 2021), que é de 22% sem qualquer escolaridade, 65% até ao 3º ciclo, 9% ensino secundário e 5% ensino superior. A condição perante a atividade económica (15 ou mais anos) é outro fator importante, representando o emprego 14%, o desemprego 2%, a educação 1%, a incapacidade permanente para o trabalho 8% e 10% outra situação de inatividade.

O estatuto dos atletas federados com deficiência inscritos na Federação Portuguesa do Desporto para Pessoas com Deficiência (FPDD) em 2020 (IPDJ, 2021) é o seguinte:

- Número total de praticantes – 1.217
- Número de praticantes do sexo feminino – 308
- Taxa de participação feminina – 25,3%
- Número de praticantes nos níveis juvenil (até júnior) – 74
- Taxa de participação juvenil (até júnior) - 6,1%
- Número de praticantes de nível sénior – 580
- Número de praticantes da categoria veterano – 489
- Número de clubes ativos – 98
- Número de Distritos com implantação geográfica (de um total de 20) – 9

- **Espanha**:

Em Espanha, o número total de pessoas que vivem em agregados familiares que reconhecem viver em situação de deficiência é de 3.847.900 – 59,8% são mulheres.

Apenas 28,3% da população com deficiência dedicava o seu tempo livre à prática de algum tipo de exercício físico ou desporto.

No entanto, embora não seja praticado pela maioria, o exercício físico aparece como a primeira opção (com 23%) na lista de atividades às quais as pessoas com deficiência gostariam de dedicar o seu tempo livre, mas não o podem fazer devido à sua deficiência.

Existem também desigualdades nestes dados em ambos os casos entre homens e mulheres: enquanto 36,09% dos homens com deficiência dedicavam o seu tempo livre ao exercício físico, apenas 23,17% das mulheres o faziam. Por outro lado, a proporção de mulheres que pretendiam dedicar o seu tempo livre ao exercício físico foi ligeiramente superior à dos homens (24,06% face a 21,34%), mostrando mais uma vez como as desigualdades de género influenciam a inclusão da população com deficiência.

As licenças federativas são a única referência da prática desportiva e podem ser consultadas no Anuário de Estatísticas do Desporto página 119 (ver DOC1).

Não existe divisão por idade nem informação objectiva e quantificável sobre a prática desportiva por jovens com deficiência.

- **<u>França</u>:**

Há cerca de 483.300 crianças com deficiência na escola, de um total de 12.781.000 em 2022. O seu número está em constante aumento; eram 476.000 em 2021. Representam cerca de 3,8% de todos os alunos. A maioria deles, cerca de 84%: 409,4 mil em 2022, estão matriculados no ensino fundamental e médio da rede regular. Uma proporção menor, cerca de 16%: 73,9 mil em 2021 frequentam escolas especiais com turmas especiais. No sistema regular são oferecidos dois tipos de acolhimento: (1) turma de recursos (ULIS) com 12 alunos por turma e (2) inclusão total com apoio (24 alunos por turma, em média, segundo dados obtidos no ensino fundamental). escolar, ensino secundário, ensino secundário profissional e ensino secundário geral).

É difícil avaliar a prática regular de uma actividade desportiva por todos os jovens com deficiência com idades compreendidas entre os 10 e os 20 anos. Na verdade, os números oficiais não detalham necessariamente estas faixas etárias. No entanto, no sistema regular, com a implementação de leis sobre escola inclusiva, deverão ser desenvolvidas práticas adaptadas. Dos dados teóricos anteriores, 84% dos alunos do sistema regular deveriam estar envolvidos em atividades desportivas adaptadas, uma vez que estão

envolvidos em atividades desportivas inclusivas com os seus pares sem deficiência. Contudo, dada a inscrição a tempo parcial para alguns deles e a isenção médica para outros, é muito mais difícil fazer uma avaliação sistemática.

Ainda hoje, embora 90% das pessoas com deficiência inquiridas considerem que a atividade física é essencial ou importante, 48% não praticam atividade física e desporto, em comparação com 34% das pessoas sem deficiência, de acordo com o Observatoire National de l'Activité Physique et de la Sédentarité (ONAPS) e a Fédération Nationale des Observatoires Régionaux de la Santé (FNORS) (FNORS). Fonte: Relatório completo de atividades físicas e desportivas e pessoas em situação de deficiência que vivem no domicílio (2023).

Um estudo realizado pelo Institut National de la Jeunesse et de l'Education Populaire (INJEP) também mostra que, apesar do forte desejo e interesse, muitos elementos do ecossistema desportivo ainda tornam as práticas desportivas num contexto de deficiência demasiado restritivas. 63% das pessoas não desportivas que declaram deficiência apresentam problemas de saúde para justificar esta situação (Fonte: Baromètre national des pratiques sportives, 2018). O Barómetro Nacional das Práticas Desportivas 2022 do INJEP afirma que 47% das pessoas com deficiência praticam desporto regularmente.

- **Dinamarca**:

O estudo mais recente e confiável sobre este assunto na Dinamarca é " Idræ t for mennesker med funktionsneds æ ttelser i Danmark " ("Desporto para pessoas com deficiência na Dinamarca" por Maja Pilgaard , Karsten Elmose -Ø sterlund , Zakarias Engell , Line Bilberg & Niels Anton Toftg å rd (2022) [1] do qual citamos abaixo.

O estudo baseia-se em análises de 163.000 respostas a um inquérito por questionário entre dinamarqueses adultos (15+ anos) no âmbito do estudo "Dinamarca em Movimento".

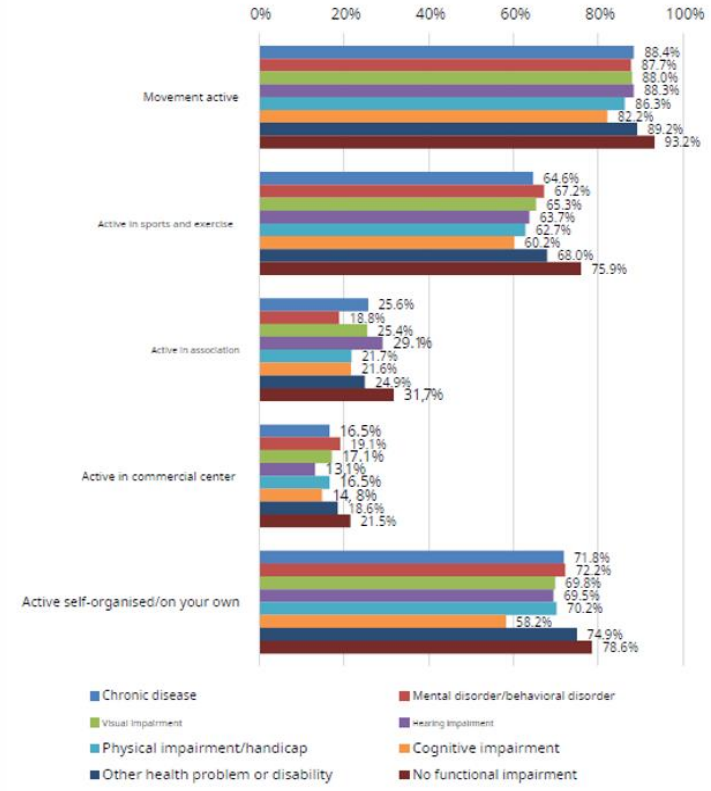
As análises mostram que 40,8% de todos os dinamarqueses adultos têm uma deficiência funcional, dos quais os três maiores são: 1) doença crónica (19,2%) 2) perturbação mental/distúrbio comportamental (8,0%) 3) deficiência funcional motora/ deficiência (7,0%). Pouco mais de um quarto (27,0%) das pessoas com deficiência funcional

experimentam um grau elevado ou muito elevado de inibição em relação à prática de atividades físicas nos tempos livres. O grau de inibição é maior entre pessoas com deficiência/deficiência motora (47,3%) e com deficiência cognitiva (46,8%).

Há consistentemente uma proporção menor de pessoas com deficiência funcional que são fisicamente ativas em geral e ativas pelo menos uma vez por semana em comparação com pessoas sem deficiência funcional. Especialmente entre pessoas com deficiência cognitiva, a participação é menor. Esta diferença é particularmente pronunciada quando se trata de desportos auto-organizados, dos quais 58,2% das pessoas com deficiência cognitiva são ativas, contra 78,6% entre as pessoas sem deficiência.

É também importante notar que embora a proporção de pessoas que praticam desportos de clube (sem fins lucrativos) seja geralmente superior à proporção que praticam a sua atividade num centro comercial, este não é o caso das pessoas com perturbação mental/comportamental. Aqui, 18,8% exercem atividade numa associação/clube desportivo, enquanto 19,1% exercem atividade num centro comercial (ver figura 1.7 abaixo).

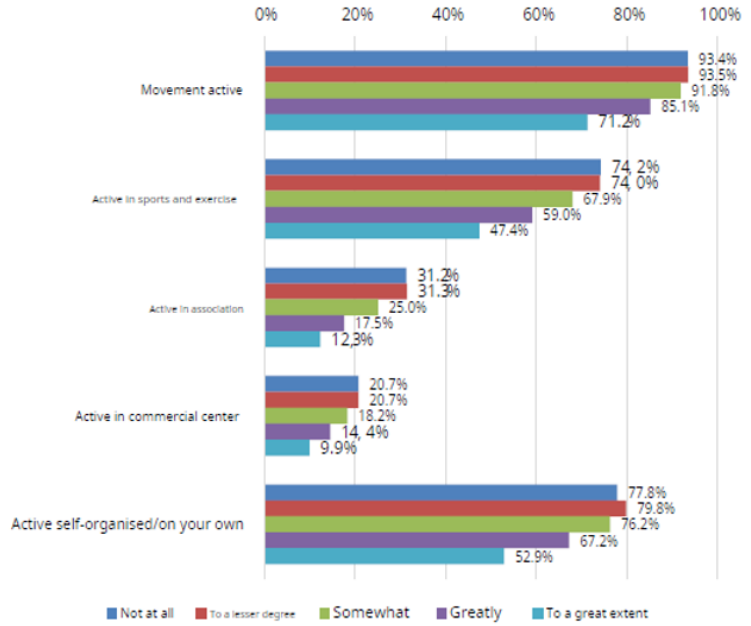
Figure 1.7. Participation in movement activities and forms of organization (at least once a week) broken down by type of disability



O gráfico mostra que embora haja uma diferença na importância dos tipos individuais de deficiência para a participação nas diversas formas de movimento e organização, há uma correlação mais clara com o grau de inibição: quanto maior o grau de inibição percebido em relação a ser fisicamente ativo no lazer, menor será a participação.

Quase não há diferença nos hábitos de movimento entre as pessoas que "não sofrem" de inibição e as pessoas que a sofrem "em menor grau". Em contrapartida, a participação é nitidamente mais baixa entre as pessoas que sofrem de inibição "num grau elevado" ou "num grau muito elevado". Por exemplo, 47,1% das pessoas com um grau muito elevado de inibição participam ativamente em desportos e exercício físico, contra 74,2% das pessoas que não sofrem de qualquer deficiência. Do mesmo modo, a participação em atividades associativas e em centros comerciais é, respetivamente, de 12,3% e 9,9% para as pessoas com um grau de inibição muito elevado, contra 31,2% e 20,7% para as pessoas sem qualquer deficiência (ver figura 1.8).

Figure 1.8. Participation in movement activities and various forms of organization (at least once a week) divided by perceived degree of inhibition



Embora as pessoas com deficiência funcional sejam, em geral, menos ativas fisicamente do que as pessoas sem deficiência funcional, o quadro é mais matizado quando analisamos a participação dividida em quinze tipos de atividades diferentes. Neste caso, surge uma imagem de uma série de atividades de movimento em que as pessoas com deficiência

funcional são predominantemente um pouco menos ativas, incluindo corrida, jogos de bola em equipa e outros jogos de bola. Em contrapartida, as pessoas com uma deficiência funcional são predominantemente mais ativas nas atividades ao ar livre e na reciclagem e reabilitação, enquanto a participação é também mais elevada para muitos tipos de deficiência funcional no treino mental e no treino de flexibilidade/estabilidade, na ginástica e nas atividades na água.

Finalmente, existem algumas diferenças significativas para os tipos individuais de deficiência que merecem ser mencionadas. Por exemplo, entre as pessoas com deficiência/deficiência motora, existem apenas 6,9% que praticam corrida, contra 30,2% entre pessoas sem deficiência. É também entre as pessoas com deficiência/deficiência motora que encontramos a menor participação em jogos com bola em equipa (2,4% contra 10,2% entre as pessoas sem deficiência). Encontramos a menor participação em outros jogos com bola entre pessoas com perturbação mental/perturbação comportamental (5,0 % contra 10,4% entre pessoas sem deficiência). Por outro lado, é entre as pessoas com perturbação mental/comportamental que encontramos a maior proporção que se envolve em treino mental e treino de flexibilidade/estabilidade (28,7% contra 18,9% entre pessoas sem deficiência funcional). Encontramos a maior participação em atividades aquáticas entre pessoas com deficiência cognitiva (16,5% contra 12,4% entre pessoas sem deficiência funcional) (ver tabela 1.3).

Table 1.3. Participation in different types of activity (at least once a week) broken down by type of functional impairment (percent)

	Chronic disease	Mentally suffering /ad- traffic disrupt safety	Visual- handy chap	Hear- handy chap	Physical function wednesday- set- count /handi- chap	Cognitive function wednesday- set- count	Other things whole- wide pro- blem el- laughs he- dicap	None function wednesday- set- count
Walking and walking right trips	72.2	70.2	70.3	73.0	68.5	63.9	72.3	74.5
race	13.0	18.0	14.9	10.1	6.9	14.4	12.8	30.2
Biking	33.3	27.3	32.9	35.1	32.0	28.1	33.7	38.7
Fitness and physical sic training	37.8	40.5	39.1	34.1	37.2	35.0	40.8	46.0
mental tree ning and forging strength/stability mobility tree nothing	17.3	28.7	18.7	13.9	19.6	21.0	22.1	18.9
Team ball game	4.5	6.2	6.4	3.7	2.4	9.4	4.2	10.2
Other ball- game	8.0	5.0	8.0	10.6	5.5	6.4	6.8	10.4
Gymnastics	9.8	4.9	12.1	12.9	9.1	7.6	8.7	8.4
Dance	5.4	8.7	7.2	4.3	4.2	6.1	5.8	6.8
Activities in water	12.1	10.2	13.6	12.6	14.9	16.5	13.4	12.4
Activities on water	2.6	2.1	3.1	3.1	2.3	3.4	2.5	3.3
outdoor activities teeter	10.4	9.9	10.3	11.4	10.8	10.9	9.9	9.6
Roll and street activities teeter/street sports	1.1	2.9	2.1	1.0	0.7	4.9	1.1	2.0
resume ning and rehabilitation ticketing	16.5	11.9	15.4	16.2	29.6	26.8	22.3	4.3
Others sports activities teeter	6.6	7.5	7.2	8.1	6.1	9.8	6.2	7.1

- **<u>Grécia:</u>**

Existe uma falta de dados disponíveis sobre a percentagem de jovens com deficiência que participam em desporto na Grécia. Esta escassez persiste mesmo em relatórios oficiais de organizações conceituadas como a Organização Mundial de Saúde (Atividade física, 2022), a UNESCO (Promover uma política de educação física de qualidade, 2022), a União Europeia (Eurydice, sd) e agências nacionais. É importante notar que em algumas fichas informativas que se referem especificamente à Grécia, as pessoas com deficiência não foram consideradas como um grupo-alvo específico. Nenhuma dessas fontes forneceu diretamente as informações desejadas para esta seção. Consequentemente, para apresentar algumas estatísticas sobre a participação de jovens com deficiência no desporto, recorremos a estimativas manuais, combinando dados de fontes recentes, incluindo a Direcção-Geral da Educação, Juventude, Desporto, Cultura (nd), o centro físico grego ficha informativa de atividades 2021 (nd) e Comunicado de Imprensa (2022).

Foram realizadas duas análises para examinar a participação de crianças e jovens em atividades físicas extracurriculares na Grécia. A primeira análise utilizou a ficha informativa da UE sobre a atividade física na Grécia (ficha informativa sobre atividade física na Grécia de 2021), centrando-se na faixa etária dos 11 aos 15 anos. Estes dados foram então combinados com o número de crianças e jovens matriculados nas escolas gregas, conforme divulgado no Comunicado de Imprensa (2022). Os resultados indicam que aproximadamente 10,7% (1.329 em 12.422) dos jovens com Necessidades Educativas Especiais (NEE) e/ou Deficiência praticam alguma forma de atividade física extracurricular (Figura 1). Esta estimativa baseia-se no entendimento de que o currículo de Educação Física oferecido nas escolas, que consiste em duas horas letivas por semana (90 minutos no total), fica aquém de atingir os níveis recomendados de atividade física para crianças e jovens, conforme definido pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020). Segundo a OMS, crianças e jovens devem praticar pelo menos uma hora (60 minutos) de atividade física por dia. É importante notar que esta estimativa é indicativa e pode não abranger todos os factores relevantes, uma vez que a informação disponível sobre esta questão específica é limitada.

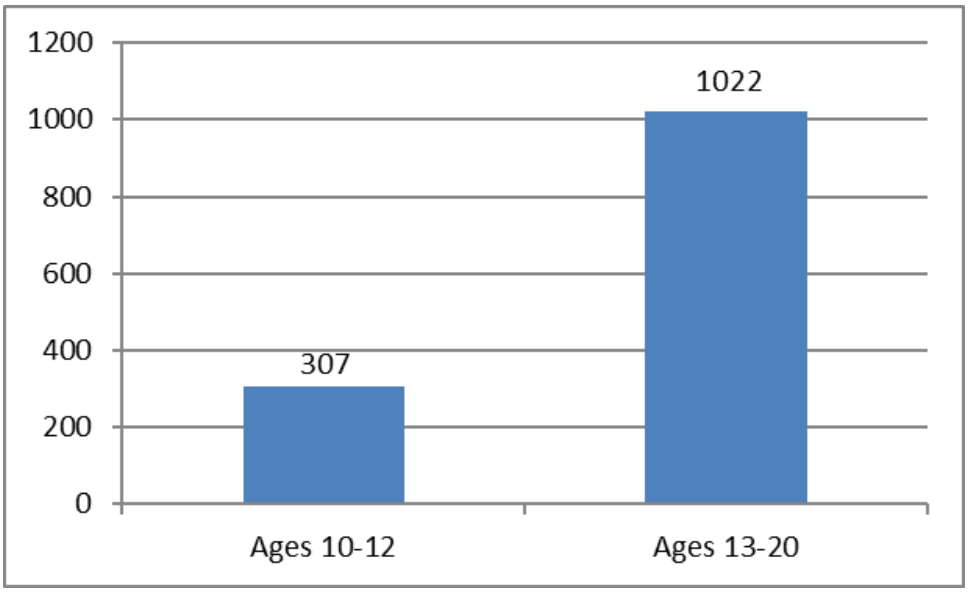


Figura 1. Jovens com deficiência que praticam desporto

Na segunda análise, utilizando o inquérito Eurobarómetro Especial (Direcção-Geral da Educação, Juventude, Desporto, Cultura, sd), o estudo centrou-se em indivíduos com idades compreendidas entre os 15 e os 24 anos. O estudo teve especificamente em conta

as variações de género e deficiência entre os jovens estudantes na Grécia, utilizando dados obtidos na UE. Os resultados indicam que aproximadamente 34,6% (4.294 de 7.298) dos alunos do ensino secundário com Necessidades Educativas Especiais (NEE) e/ou Deficiências participam em alguma forma de atividade física extracurricular fora do currículo oficial da sua escola (Figura 2).

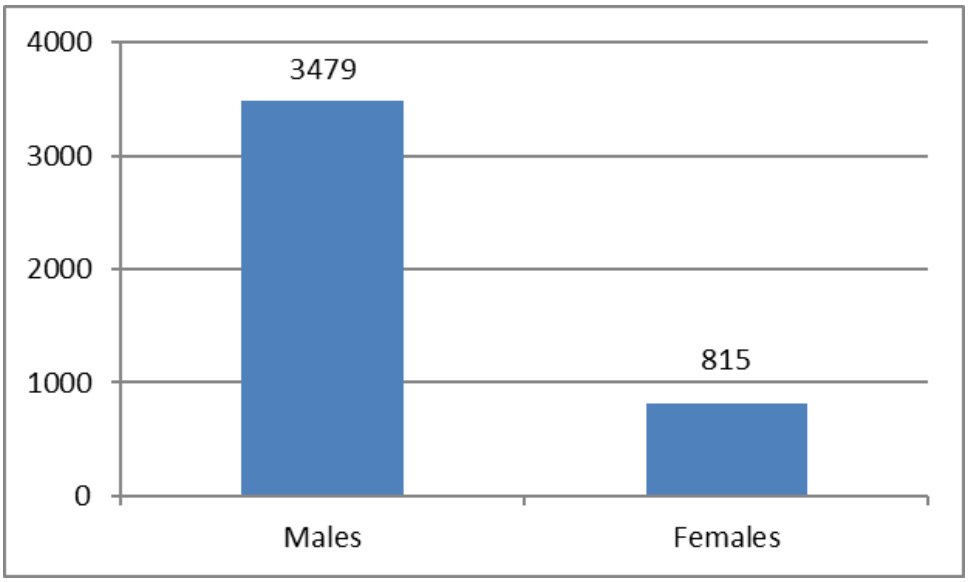


Figura 2. Jovens com deficiência que praticam desporto

Direção-Geral da Educação, Juventude, Desporto, Cultura. (nd). Desporto e atividade física: Relatório completo. Serviço de Publicações da UE. https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/c601d8fb-3e0d-11ed-92ed-01aa75ed71a1/idioma-en

Estatísticas de deficiência introduzidas - Estatísticas explicadas (nd). Seleção de idioma | Comissão Europeia. https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Disability_statistics_introduced

Eurídice. (nd). Bem vindo a Eurídice | Eurídice. https://eurydice.eacea.ec.europa.eu/publications/physical-education-and-sport-school-europe

Exercício na Europa: Quais são os países mais e menos activos? (2023, 5 de março). euronews. https://www.euronews.com/next/2023/03/05/exercise-in-europe-quais-países-fazem-a-maior-e-menos-atividade-física

Ficha informativa sobre atividade física na Grécia 2021 (nd). Desporto. https://sport.ec.europa.eu/document/greece-physical-activity-factsheet-2021

Karkaletsi, F., Theotokatos, G., Chrysagis, N., Tsifopanopoulou, Z., Staebler, T., Papadopoulou, V., Yin, M., Hussey, M., Vougiouka, A., & Skordilis, E. (2021). O efeito do programa unificado das Olimpíadas Especiais nas atitudes em relação à inclusão de estudantes com deficiência intelectual na Grécia. Avanços na Educação Física, 11(04), 460-480. https://doi.org/10.4236/ape.2021.114038

Maditinos, Z., Vassiliadis, C., Tzavlopoulos, Y., & Vassiliadis, SA (2020). Eventos desportivos e a pandemia de COVID-19: Avaliando as intenções dos corredores para a futura participação em eventos de corrida – evidências da Grécia. Pesquisa de Recreação Turística, 46(2), 276-287. https://doi.org/10.1080/02508281.2020.1847422

The Lancet, 398(10298), 443-455. https://doi.org/10.1016/s0140-6736(21)01164-8

Atividade física (2022, 5 de outubro). Organização Mundial da Saúde (OMS). https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity

Comunicado de imprensa (2022, 6 de dezembro). Página inicial central do ELSTAT. https://www.statistics.gr/documents/20181/a82af51b-155c-ef6d-7162-9750b514562e

Promoção de uma política de educação física de qualidade (2022, 2 de setembro). Unesco. https://www.unesco.org/en/qualidade-educação-física

As Olimpíadas Especiais e a Fundação Stavros Niarchos (SNF) anunciam campanha global pela inclusão (2021, 18 de novembro). SpecialOlympics.org. https://www.specialolympics.org/stories/impact/special-olympics-and-the-stavros-niarchos-foundation-announce-global-campaign-for-inclusion

Tcymbal, A., Gelius, P., Abu-Omar, K., Messing, S., Whiting, S., & Wickramasinghe, K. (2022). Colaboração entre países para a promoção da actividade física: Experiências da rede de pontos focais de actividade física da União Europeia. Jornal Europeu de Saúde Pública, 32(Suplemento_1), i14-i21. https://doi.org/10.1093/eurpub/ckac079

Tcymbal, A., Gelius, P., Abu-Omar, K., Messing, S., Whiting, S., & Kremlin, W. (2022). Rede de pontos focais nacionais P01-15 para a promoção da atividade física – experiências da União Europeia. Jornal Europeu de Saúde Pública, 32(Suplemento_2). https://doi.org/10.1093/eurpub/ckac095.015

Escritório nacional da UNICEF na Grécia (nd). UNICEF. https://www.unicef.org/greece/en . Link interno: https://www.unicef.org/greece/media/1386/file/UNICEF's%20National%20Programme%20for%20Greece%202022-2026.pdf

OMS (2020). Diretrizes da OMS sobre atividade física e comportamento sedentário: um resumo. Genebra: Organização Mundial da Saúde. Licença: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/337001/9789240014886-eng.pdf

[1] https://www.idan.dk/udgivelser/idraet-for-mennesker-med-funktionsnedsaettelser-i-danmark/ (Pilgaard et al (2022), Idræt for mennesker med funktionsnedsættelser i Danmark, ISBN 978-87-93784-77-2 (pdf)

[1] https://www.idan.dk/udgivelser/idraet-for-mennesker-med-funktionsnedsaettelser-i-danmark/ (Pilgaard et al (2022), Idræt for mennesker med funktionsnedsættelser i Danmark, ISBN 978-87-93784-77 -2 (pdf)

- **Macedónia do Norte**

Há falta de dados disponíveis sobre a taxa de participação das pessoas com deficiência no desporto, tanto a nível informal como formal. Talvez, aleatoriamente, em algumas análises realizadas pelo sector das ONG, possam ser apresentadas informações parciais sobre o desporto e a deficiência, como na "Análise da situação atual das pessoas com deficiência motora na Macedónia do Norte", com a declaração de uma pessoa do grupo de discussão segundo a qual as pessoas com deficiência não são incluídas no desporto e isso é um problema. Esta análise contém também um estudo de caso de uma pessoa com deficiência que foi discriminada quando participava e competia no parapente. Na versão preliminar da estratégia nacional para os direitos das pessoas com deficiência 2023-2030, o desporto é um domínio separado com recomendações sobre a forma de conceber e aplicar medidas para aumentar a taxa de participação das pessoas com deficiência. Algumas das medidas incluem o mapeamento de centros desportivos e recreativos, apoio com equipamento desportivo, conceção e formação de pessoal educativo para desportos adaptados e muito mais. Tal como referido nas análises sobre a situação atual das pessoas com deficiência na Macedónia do Norte, elaboradas pela Academia de Ciência e Arte da Macedónia, não existe na Macedónia do Norte um registo nacional de pessoas com deficiência. Sem dados disponíveis e actualizados sobre esta importante questão, todas as medidas e actividades

propostas para aumentar a taxa de participação no desporto e no lazer serão mais difíceis e complexas.

https://manu.edu.mk/wp-content/uploads/2018/11/%D0%9C%D0%90%D0%9D%D0%A3.pdf

https://mhc.org.mk/wp-content/uploads/2017/11/Analysis-of-the-situation-of-people-with-physical-disabilities-in-the-Republic-of-Macedonia.pdf

3. Sistemas e Modelos de Estrutura Organizacional do Desporto para Pessoas com Deficiência

Ficha técnica

Título			
Sistemas e Modelos de Estrutura Organizacional do Desporto para Pessoas com Deficiência			
Número de horas			
1 hora e 30 minutos. – Teórico: 1 hora e 30 min.			
Objetivos			
Objetivos Gerais	**Objetivos Específicos**		
- Conhecer a organização do desporto para pessoas com deficiência; - Conhecer os modelos organizativos do desporto convencional e do desporto para pessoas com deficiência.	- Ter uma compreensão geral da organização do desporto para pessoas com deficiência a nível mundial e em regiões geográficas; - Conhecer as organizações globais relevantes (Organizações desportivas mundiais: Movimento Paralímpico; Movimento Surdolímpico; Movimento Special Olympics; Movimento de Transplantes); - Conhecer a organização do desporto para pessoas com deficiência a nível nacional; - Saber comparar e identificar as semelhanças e diferenças entre os modelos desportivos convencionais ou regulares e o desporto para pessoas com deficiência.		
Programa			
Conteúdo	**Metodologia**	**Recursos**	**Nº de horas**
Organização de nível mundial e regiões geográficas	-Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor	30 min. T
Organização de nível europeu	-Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor	30 mi. T
Organização e níveis nacionais (nacional, regional, local)	-Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor	30 mis. T
Avaliação			
- Discussão em grande grupo - Documento de reflexão			
Referências			
InSport . Available: https://in-sport.eu/			

Introdução Teórica

- **Organização de nível mundial e regiões geográficas**

Nível	Organizações	Organização Internacional de Desporto para pessoas com Deficiência	Desportos Olímpicos e Regulares
Mundo	Paralímpico	Paralimpíada do IPC (1989)	Olímpico – COI
		ICSD Surdolímpico (1924)	
		Transplante WTGF (1987)	
		SO Olimpíadas Especiais (1968)	
	Confederação/IOSDs	Não existe uma Confederação Desportiva, mas sim a IOSD que as federações de pessoas com deficiência, multidesportivas	Acordo Desportivo
		IWAS (2004) Membros do IPC	
		IBAS (1980) Membros do IPC	
		CPISRA (1978) Membros do IPC	
		INASFID (1986) Membros do IPC	
		ICSD (Deaflympics)	
		Jogos de Transplante (WTGF)	
		SUDUS (Síndrome de Down)	
	FIs	IFs-IOSD (exemplo IBSA que supervisiona Goalball e o Futsal)	IFs em todo o mundo
		IFs-IPC (exemplo IPC sob a designação World For Sports supervisiona o Atletismo e a Natação)	
		IF específicas (exemplo de federações internacionais não convencionais, específicas de cada desporto, como a BISFed para o Boccia, a IFCPF para o futebol de sete para a paralisia cerebral)	
		FIs convencionais (exemplo de federações internacionais, com responsabilidade pela governação para atletas com deficiência, como a FEI, para o hipismo, a UCI, para o ciclismo)	
Regional	Paralímpico	Associações de NPCs	Associações NOC
	Regiões IOSD	África, América. Ásia, Europa, Oceania	Organizações das Regiões SportAccord
	Regiões de IFs	Regiões de IFs	Regiões de IFs
Nacional	Paralímpico	NPC por país	NOC por país

	NOSDs	Organizações Desportivas Nacionais para pessoas com Deficiência	NSC
	NFs	Federações Desportivas Nacionais	NFs

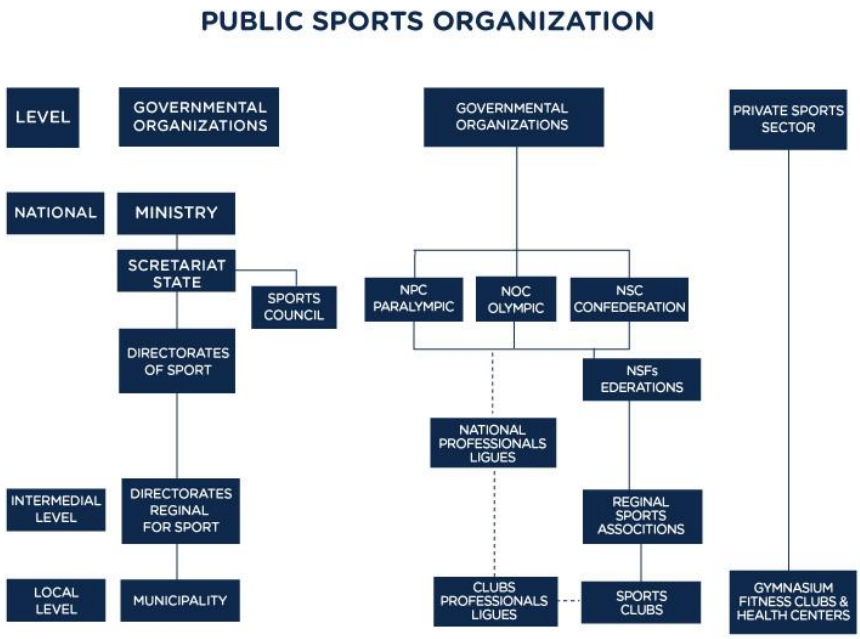
Disponível: https://in-sport.eu/guides-for-implementation-of-european-sport-model-for-inclusion/chapter-iv/

- **Organização de nível europeu**

Regional	Paralímpico	Associações de NPCs	Associações NOC
	Regiões IOSD	África, América. Ásia, Europa, Oceania	Acordo Desportivo Organizações de Regiões
	Regiões de IFs	Regiões de IFs	Regiões de IFs

Disponível: https://in-sport.eu/guides-for-implementation-of-european-sport-model-for-inclusion/chapter-iv/

- **Organização e níveis nacionais (nacional, regional, local)**
  - **<u>Portugal:</u>**



Disponível: https://in-sport.eu/guides-for-implementation-of-european-sport-model-for-inclusion/table-4/

- **Espanha:**

Participação no Sistema Desportivo Espanhol: como funciona?

O sistema desportivo espanhol está dividido em diferentes níveis e estruturas para garantir uma participação adequada e igualitária no desporto para todos os cidadãos, tanto a nível territorial como em diferentes faixas etárias.

A nível local: este é o primeiro nível. Os conselhos locais e os clubes desportivos locais são responsáveis pela organização de eventos desportivos e pelo fornecimento de instalações desportivas aos residentes locais. A participação neste nível é aberta a todos e não é necessária qualquer qualificação prévia.

A nível autónomo: Espanha está dividida em 17 Comunidades Autónomas, e cada uma tem a sua própria estrutura que coordena e organiza eventos a nível regional. A participação neste nível é aberta a todos, mas em algumas modalidades, como o futebol, é necessária qualificação prévia.

A nível nacional: é o nível mais elevado do sistema desportivo espanhol. As federações desportivas nacionais, reconhecidas pelo Consejo Superior de Deportes, são responsáveis pela organização e regulação das competições desportivas nacionais e internacionais. A participação neste nível é exclusiva e aberta apenas aos melhores atletas.

A nível internacional: a Espanha também participa em eventos desportivos internacionais, como os Jogos Olímpicos e os Campeonatos Mundiais. Os atletas espanhóis que se qualificam a nível nacional representam a Espanha nestas provas.

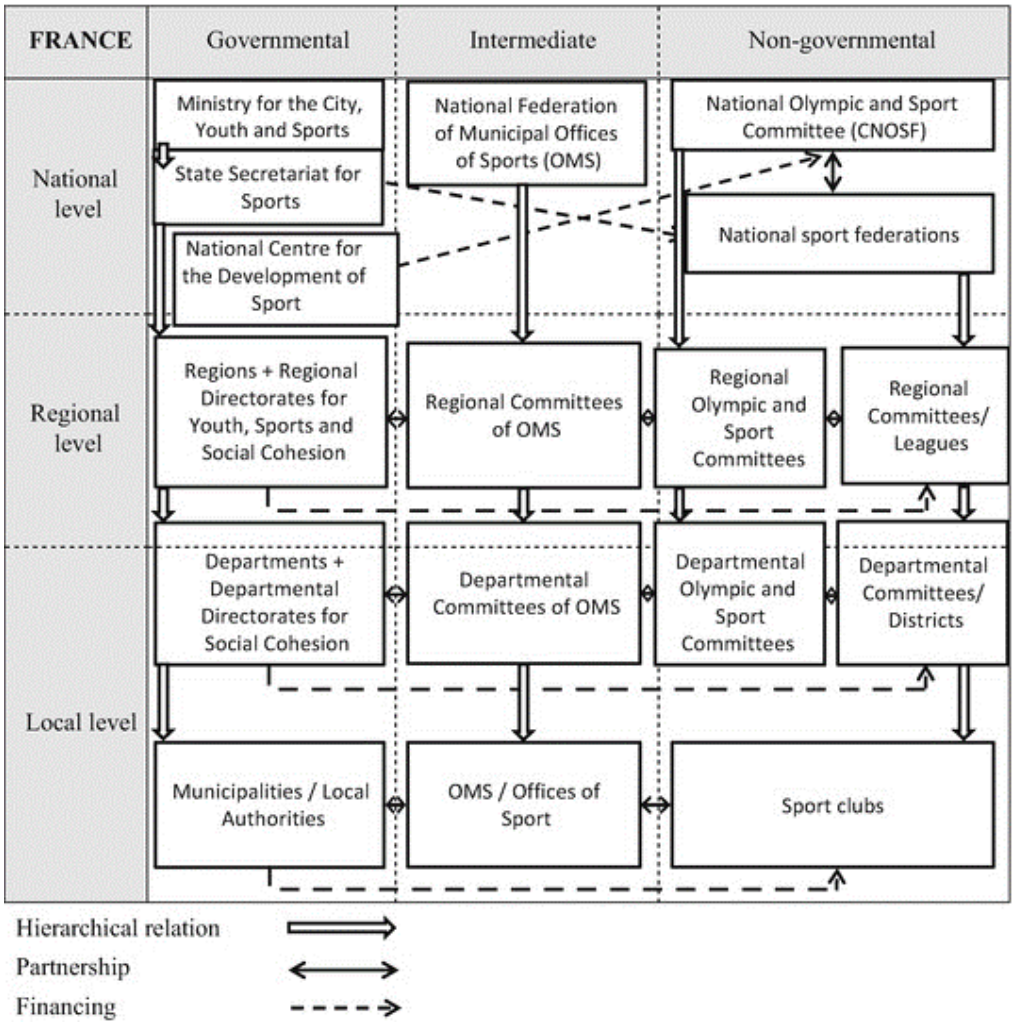
A organização pública
- Conselho Superior de Desportos
- Departamento Autónomo de Desportos
- Atendimento a Entidades Locais
- Serviço de Universidades

A organização privada
Associativo (sem fins lucrativos)
Estado
- Comité Olímpico Espanhol
- Federações Desportivas Espanholas
- Agrupamentos de clubes
- Ligas profissionais

Autónomo
- Federações Desportivas Autónomas
- Figuras associativas específicas

Negócios (com fins lucrativos)
- Empresas de serviços esportivos
- Sociedades limitadas de desportos

- **<u>França:</u>**



Disponível: https://doi.org/10.1057/978-1-137-60222-0_7

- **Dinamarca:**

Não existem estratégias nacionais para a inclusão das pessoas com deficiência no desporto na Dinamarca.

No entanto, várias organizações estão a trabalhar exclusiva ou parcialmente com este mesmo tema, e o seu trabalho e estratégias contribuem assim para o corpo de abordagens dinamarquês:

1. Paradesporto Dinamarca [1]

A estratégia da Parasport Denmark [2] é dar a todas as pessoas com deficiência ou necessidades especiais a oportunidade de praticar desporto, movimentar-se, exercitar-se e competir numa comunidade social enriquecedora e atractiva. A Parasport Dinamarca pretende ser um ator político desportivo significativo e visível, com grande impacto social; ser um centro de competências que traduz e coordena conhecimentos sobre desportos para pessoas com deficiência em conhecimentos úteis para o próprio grupo-alvo, suas famílias, associações especializadas, clubes, organizações, municípios e estado, etc.; oferecer ambientes desportivos atrativos e de fácil acesso a todas as pessoas com deficiência ou necessidades especiais; desenvolver e apoiar o exercício, a participação e os desportos de elite; e basear todas as atividades nos valores fundamentais do diálogo, cooperação e comunicação. A Parasport Denmark faz parte da Confederação Desportiva Dinamarquesa DIF e, como tal, recebe financiamento público ao mesmo tempo que é uma organização da sociedade civil. Recebem também receitas de patrocínios privados e vendas.

2. Centro de Conhecimento sobre Deficiência (Videnscenter om Handicap) [3]

O Centro de Conhecimento sobre Deficiência foi fundado em 1995 pela Parasport Dinamarca com o nome de ``Handicapidrættens knowledge centre''. O ponto de partida do centro de conhecimento no Parasport significa que tem como foco fundamental as pessoas com deficiência que são capazes e estão dispostas a participar. O centro oferece formação e aconselhamento sobre como criar comunidades inclusivas e oportunidades reforçadas de participação para crianças, jovens e adultos com deficiência - no ensino secundário, na comunidade laboral e nos tempos livres. O centro colabora com profissionais, decisores, investigadores e pessoas com deficiência no desenvolvimento de métodos e ferramentas. Cria uma panorâmica dos obstáculos e dos esforços eficazes e

contribui para traduzir os conhecimentos em soluções concretas que reforçam a inclusão e as comunidades.

O centro publica continuamente vários recursos de relevância direta para a deficiência e o desporto [4] . O centro é uma organização privada sem fins lucrativos baseada em financiamento público e financiamento diverso de fundações e outras fontes de renda.

[1] https://parasport.dk/

[2] https://parasport.dk/om-parasport-danmark/om-forbundet/vision-og-strategi-2025/

[3] https://videnomhandicap.dk/

[4] https://videnomhandicap.dk/fritidsliv/

4. Elegibilidade e Classificação Desportiva

Ficha técnica

Título			
Elegibilidade e Classificação Desportiva			
Número de horas			
3 horas – Teórica: 1 hora e 30 min. **| Teórico-prático:** 1 hora e 30 min.			
Objetivos			
Objetivos Gerais	**Objetivos Específicos**		
- Conhecer as bases de elegibilidade e classificação desportiva; - Compreender, de uma forma geral, a organização da classificação desportiva.	- Identificar as áreas de deficiência (motora, intelectual, sensorial e orgânica); - Identificar as categorias desportivas internacionais; - Conhecer as organizações internacionais e nacionais responsáveis pela classificação desportiva.		
Programa			
Conteúdo	**Metodologia**	**Recursos**	**Nº de horas**
Áreas de deficiência (intelectual, motora, sensorial e orgânica)	-Trabalho em equipa -Dados multimedia -Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor -Quadro	1 hora e 30 min. (1h. TP + 30min. T)
Elegibilidade e Classificação Desportiva: prática formal e informal	-Trabalho em equipa -Dados multimedia -Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor -Quadro	1 hora e 30 min. (30 min. TP + 1h T)
Avaliação			
- Discussão em grande grupo - Documento de reflexão			
Referências			
InSport Project (2020). ***Chapter I: The disabled population and eligibility for sport practice.*** **Available: https://in-sport.eu/guides-for-implementation-of-european-sport-model-for-inclusion/chapter-i/** National Disability Service (2023). *Disability Types and Description*. Available: https://www.nds.org.au/disability-types-and-descriptions WHO (2023. *Disability*. Available: https://www.who.int/health-topics/disability#tab=tab_1			

Introdução Teórica

- **Áreas de deficiência (intelectual, motora, sensorial e orgânica) (OMS, 2023; NDS, 2023):**
    - **A deficiência intelectual** é uma condição que afeta as competências intelectuais de uma pessoa e o seu comportamento adaptativo em diferentes situações. Pode incluir dificuldades de raciocínio, resolução de problemas, planeamento, pensamento abstrato, aprendizagem académica, julgamento e aprendizagem com a experiência. O atraso global do desenvolvimento é diagnosticado quando um indivíduo não atinge os marcos de desenvolvimento esperados em diversas áreas do funcionamento intelectual.
    - **A deficiência motora** é uma condição física que afeta a mobilidade, capacidade física, resistência ou destreza de uma pessoa. Exemplos de deficiência motora incluem esclerose múltipla, distrofia muscular, artrite crônica, paralisia cerebral, síndrome de fadiga crónica, fibromialgia, espinha bífida, perda de membros e lesão da medula espinhal. Uma pessoa com deficiência motora pode ter dificuldades para mover e coordenar partes do corpo na vida quotidiana. As dificuldades e barreiras que uma pessoa pode enfrentar dependerão do tipo de deficiência motora e de outros fatores ambientais.
    - **A deficiência sensorial** é uma condição que afeta a comunicação, a socialização, a mobilidade e a vida diária. A deficiência sensorial pode ser congénita ou adquirida em termos de visão e/ou audição.
    - **A deficiência orgânica** é aquela causada pela perda de funcionalidade de alguns sistemas do corpo. Esta perda de funcionalidade é normalmente relacionada com órgãos internos ou processos fisiológicos, sejam congénitos ou adquiridos (ex. doenças hepáticas, cardiopatias, fibrose cística, doenças metabólicas; Alzheimer, Parkinson, distúrbios do sono, fibromialgia).

- **Elegibilidade e Classificação Desportiva ao nível da prática formal**

A elegibilidade e a classificação desportiva são duas condições *sine qua non* no desempenho/competição ou no Desporto Paralímpico, a fim de garantir a verdade, a imparcialidade do desporto e a igualdade de condições de participação dos atletas que competem numa determinada competição. Além disso, os atletas, no desporto em geral, podem ser agrupados por idade, género e peso corporal, porém no caso de atletas com deficiência são exigidas duas condições: verificar se o atleta possui deficiência, conforme a elegibilidade, e se integra os critérios para competir num determinado desporto. Os atletas são "classificados", ou seja, constituem-se grupos homogéneos para competir numa determinada prova, de acordo com o sistema, métodos e técnicas de avaliação médica e funcional, estabelecidos pelos diferentes organismos desportivos internacionais.

Jogos Paralímpicos Organização	Tipo de deficiência elegível	Descrição	Exemplos de condições de saúde que podem causar tais deficiências
CIP Paralímpicos	Diminuição da força muscular	Redução da força gerada pelos músculos ou grupos musculares, como os músculos de um membro ou da metade inferior do corpo, causada, por exemplo, por lesões da espinal medula, espinha bífida ou poliomielite	lesões na medula espinhal, espinha bífida ou poliomielite
	Amplitude passiva do movimento diminuída	A amplitude de movimento de uma ou mais articulações é reduzida de forma permanente, por exemplo, devido a artrogripose. A hipermobilidade das articulações, a instabilidade articular e as condições agudas, como a artrite, não são consideradas deficiências elegíveis.	Artrogripose, anquilose, contraturas articulares pós-queimaduras
	Deficiência dos membros	Ausência total ou parcial de ossos ou articulações como consequência de um traumatismo (por exemplo, acidente de carro), doença (por exemplo, cancro dos ossos) ou deficiência congénita dos membros (por exemplo, dismelia).	Amputação resultante de traumatismo ou de uma deficiência congénita dos membros
	Diferença de comprimento da perna	Encurtamento do osso de uma perna devido a deficiência congénita ou traumatismo.	Causas congénitas ou traumáticas de encurtamento ósseo em uma perna
	Baixa estatura	Altura reduzida devido a dimensões anormais dos ossos dos membros superiores e inferiores ou do tronco, por exemplo devido a acondroplasia ou disfunção da hormona de crescimento.	Acondroplasia, disfunção do crescimento

	Hipertonia	Aumento anormal da tensão muscular e redução da capacidade de alongamento de um músculo, devido a uma condição neurológica, como paralisia cerebral, lesão cerebral ou esclerose múltipla.	Paralisia cerebral, acidente vascular cerebral, lesão cerebral adquirida, esclerose múltipla
	Ataxia	Falta de coordenação dos movimentos musculares devido a uma condição neurológica, como paralisia cerebral, lesão cerebral ou esclerose múltipla.	Ataxia resultante de paralisia cerebral, lesão cerebral, ataxia de Friedreich, esclerose múltipla, ataxia espinocerebelosa.
	Atetose	Geralmente caracterizada por movimentos involuntários e desequilibrados e dificuldade em manter uma postura simétrica, devido a uma condição neurológica, como paralisia cerebral, lesão cerebral ou esclerose múltipla.	Paralisia cerebral, acidente vascular cerebral, traumatismo crânio-encefálico, esclerose múltipla.
	Deficiência visual	A visão é afetada por uma deficiência da estrutura do olho, dos nervos ópticos ou das vias ópticas, ou do córtex visual.	Cegueira Baixa visão Miopia, visão em túnel, escotoma, retinite pigmentosa, glaucoma, catarata congénita, degenerescência macular
	Deficiência intelectual	Uma limitação no funcionamento intelectual e no comportamento adaptativo expresso em competências adaptativas conceituais, sociais e práticas, que tem origem antes dos 18 anos.	Deficiência Intelectual, atraso intelectual, défice de aprendizagem
ICSD Surdolimpíadas	Surdo	Surdo, definido como uma perda auditiva de pelo menos 55dB em média de tons puros (PTA) no melhor ouvido (média de tons puros de três tons em 500, 1000 e 2000 Hertz, condução aérea, norma ISO 1969)	Surdo
WTGF Transplante	Transplante	Beneficiários de transplantes de órgãos, tecidos e células, bem como dadores vivos e famílias de dadores.	Transplantes de órgãos, tecidos e células. Rim, Fígado, Coração, Pulmão, Pâncreas, Medula Óssea, Intestino Delgado
Special Olympics	Deficiência intelectual (DI)	Deficiência intelectual (DI) é um termo usado para descrever uma pessoa com determinadas limitações no funcionamento cognitivo e outras competências, incluindo comunicação e os cuidados pessoais	Deficiência Intelectual

Disponível: https://in-sport.eu/guides-for-implementation-of-european-sport-model-for-inclusion/chapter-i/

- **Elegibilidade e Classificação Desportiva ao nível da prática informal**

Por exemplo, a população escolar inclui não só alunos com deficiência, mas também outros alunos sem deficiência que são considerados parte dos alunos com necessidades específicas. Estes alunos, que não são elegíveis para participar em competições formais das Organizações Internacionais de Desporto para pessoas com Deficiência (IOSD), mas de acordo com as normas da Federação Internacional do Desporto Escolar (ISF) e das organizações desportivas internacionais convencionais ou regulares, podem ser elegíveis para participar. A ISF já realiza Jogos Internacionais Inclusivos com as suas próprias normas. O Comité Olímpico Internacional (COI) e as Federações Desportivas Internacionais (FI) têm permitido, desde 1900, a participação de atletas com deficiência cuja participação não cumpra os critérios de elegibilidade e classificação.

No domínio do desporto, formal ou informal, as pessoas com deficiência podem fazer parte de programas e/ou projetos específicos, como o Desporto para:

- Mulheres: https://womeninsport.org/; Comissão Europeia (2010). Estratégia para a igualdade entre mulheres e homens 2010-2015; Olenik, LM, Matthews, JM, & Steadward, RD (1995) Mulheres, deficiência e desporto: vozes inéditas. estudos sobre mulheres canadenses, 15(4);
- Imigrantes: Imigrantes e Desportos (https://sport.ec.europa.eu/policy/societal-role/migration_en)
- Minorias (ciganos, indígenas): Jornal Oficial da União Europeia (JOUE). (1996). Acção Comum adoptada pelo Conselho com base no artigo k.3 do Tratado da União Europeia, relativa à acção de combate ao racismo e à xenofobia (96/443/JAI); Jogos Mundiais Indígenas (https://mastersindigenousgames.ca/);
- Refugiados: https://www.unhcr.org/about-unhcr/our-partners/sport-partners ; https://www.eurolympic.org/sport-as-a-tool-for-integration-and-social-inclusion-of-refugees/

5. Desportos Adaptados e/ou Desportos Específicos para Pessoas com Deficiência

Ficha técnica

Título			
Desporto Adaptado e/ou Desporto Específico para Pessoas com Deficiência			
Número de horas			
5 horas – Teórica: 2 horas | **Teórico-prático:** 3 horas			
Objetivos			
Objetivos Gerais	**Objetivos Específicos**		
- Promover a experimentação das mais diversas atividades desportivas específicas e/ou adaptadas para pessoas com deficiência; - Adquirir conhecimentos sobre atividades desportivas específicas e/ou adaptadas para pessoas com deficiência.	- Conhecer os Regulamentos (internacionais e nacionais) e Regras das modalidades desportivas selecionadas; - Conhecer as ações e materiais do árbitro das modalidades selecionadas; - Conhecer e identificar as classes desportivas das modalidades selecionadas; - Promover a experimentação dos desportos selecionados.		
Programa			
Conteúdo	**Metodologia**	**Recursos**	**Nº de horas**
Desporto Adaptado para Pessoas com Deficiência	Abordagem 2 desportos adaptados (sugerimos: voleibol sentado e futebol para cegos): -Trabalho em equipa -Dados multimedia -Experimentação -Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor -Quadro -Material desportivo (É importante que seja realizado em ginásio/pavilhão)	2 horas e 30 min. (1h30min. TP + 1h.T)
Desporto Específico para Pessoas com Deficiência	Abordagem a 2 desportos específicos (sugerimos: boccia e goalball): -Trabalho em equipa -Dados multimedia -Experimentação -Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor -Quadro -Material desportivo (É importante que seja realizado em ginásio/pavilhão)	2 horas e 30 min. (1h30min. TP + 1h.T)
Avaliação			
- Discussão em grande grupo - Documento de reflexão: nesta reflexão os participantes deverão apresentar um desporto adaptado/específico (para que os possamos congregar e disponilizar aos formandos, como uma ferramenta de trabalho)			
Referências			

BISFED (2021). *Boccia Classification Rules*. https://www.worldboccia.com/wp-content/uploads/2021/10/Boccia-Classification-Rules-5th-Edition-September-2021287.pdf

Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência [FPDD] (2016). *O Desporto para Pessoas com Deficiência 1*. Available: https://ipdj.gov.pt/documents/20123/123319/GrauI_09_DespDeficiencia.pdf/fb732b64-db68-8e3b-7c56-a5e6ec96ec9e?t=1574941470791

Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência [FPDD] (2016). *Desporto para Pessoas com Deficiência 2*. https://ipdj.gov.pt/documents/20123/123444/GrauII_10_DespDeficiencia.pdf/28ed5f9c-d451-c3ab-b4be-9b774dcad87d?t=1574941697076

IBSA (2023). *Football.* https://blindfootball.sport/about-football/

IBSA (2023). *Goalball.* https://goalball.sport/

International Paralympic Committee (2023). https://www.paralympic.org/

Moniz Pereira, L. (2016). *Adaptar para Participar e Incluir*. In V. APCAS-Associação de Paralisia Cerebral de Almada Seixal (Eds.) Desporto com Sentido. Seixal: APCAS.

World Paravolley (2023) Sitting Volleyball. https://www.worldparavolley.org/

Introdução Teórica

- **Desporto Adaptado para Pessoas com Deficiência**

Considera-se desporto adaptado, aquele que já existe e é praticados por pessoas sem deficiência, com adaptações em termos de regras, materiais e características, como o voleibol sentado e o basquetebol em cadeira de rodas (FPDD, 2016 ; Moniz Pereira, 2016).

- **Futebol para Cegos** (IBSA, 2023; IPC, 2023)

O futebol para cegos é um desporto adaptado para atletas com deficiência visual. É um desporto regulamentado pela Federação Internacional de Desportos para Cegos e é desporto paralímpico desde 2004, baseado na percepção tátil e auditiva. **Regras e Regulamentos:** O futebol para cegos é regulamentado pela IBAS em todo o mundo. Os regulamentos e classificações estão disponíveis em https://blindfootball.sport/about-football/classification/ .

Jogo: O objetivo do futebol para cegos é marcar um golo na baliza do adversário e evitar que a bola entre na sua própria baliza. As equipas são formadas por cinco jogadores, sendo quatro jogadores de campo e um guarda-redes - o guarda-redes tem visão total ou parcial (B2 ou B3).

Quem pode jogar e como joga? Jogadores de futebol para cegos apresentam deficiência visual e atendem aos critérios mínimos de elegibilidade para a modalidade (maior que 2/60 a 6/60 e/ou campo visual maior que 5º e menor que 20º). Para garantir uma competição justa, todos os jogadores, exceto o guarda-redes, devem usar vendas nos olhos. O guarda-redes pode orientar os jogadores de campo, tal como o treinador. A bola possui guizos internos para que os jogadores a possam localizar.

(Portugal: Federação Portuguesa do Desporto para Pessoas com Deficiência (2017). *Futebol 5.* https://fpdd.org/futebol-5/)

- **Voleibol Sentado** (Paravolley Mundial, 2023; IPC, 2023)

O voleibol sentado é uma adaptação do voleibol tradicional praticado por pessoas com deficiência motora, obedecendo às regras de elegibilidade da Organização Mundial de Voleibol para Deficientes (WOVD) e da Confederação Brasileira de Voleibol para Deficientes (CBVD). O voleibol sentado é jogado por duas equipas de seis jogadores. O objetivo do jogo é colocar a bola no campo adversário. **Regras e Regulamentos:** As regras

são semelhantes às do voleibol tradicional, com algumas diferenças. Na Europa, África, Ásia/Oceania e América do Sul, o desporto é regulamentado pela World Paravolley. Regras e classificação disponíveis: https://www.worldparavolley.org/disciplines/sitting-volleyball/

Jogo: O voleibol sentado é jogado por duas equipas de seis. O objetivo do jogo é colocar a bola no campo adversário. Vence a equipa que primeiro obtiver três conjuntos de pontos, que são disputados até 25 pontos, desde que haja diferença de pelo menos 2 pontos entre as equipas. A partida consiste em no máximo cinco sets. Se for necessário um quinto set, este só poderá ser jogado até 15 pontos (desde que haja uma diferença de 2 pontos).

Quem pode jogar e como joga? Tal como no voleibol, o voleibol sentado é jogado por duas equipas de seis jogadores, cada uma de um lado de um campo dividido por uma rede. O objetivo do jogo é fazer com que a bola caia no espaço de jogo do adversário, impedindo-a de o fazer no próprio espaço de jogo. Nas competições organizadas pelo World Paravolley, cada equipa é constituída por seis jogadores, dois dos quais são classificados como tendo uma deficiência mínima e apenas um deles pode estar em campo em qualquer momento do jogo. É praticado maioritariamente por amputados dos membros inferiores, mas também por jogadores com espinha bífida, paralisia cerebral ligeira, malformações congénitas e alterações que reduzem a potência muscular, instabilidade articular, amplitude articular e perturbações do equilíbrio.

(Portugal: Federação Portuguesa de Voleibol. ([sd]). *Voleibol Sentado Regulamento* . https://www.fpvoleibol.pt/paravolei/regulamentos_vs.php)

- **Desporto Específico para Pessoas com Deficiência**

O Desporto específico para pessoas com deficiência refere-se a desportos criados especificamente para pessoas com deficiência. São desportos desenvolvidos de acordo com suas características e com regras e classificações específicas, como o boccia e o goalball (FPDD, 2016; Moniz Pereira, 2016).

  - **Boccia** (BISFed, 2021; IPC, 2023)

O Boccia é um desporto paralímpico para pessoas com deficiência motora onde o objetivo é lançar as bolas azuis ou vermelhas o mais próximo possível da bola branca (bola alvo). O desporto foi desenvolvido especialmente para pessoas com Paralisia Cerebral, mas

atualmente também é praticado a nível internacional por pessoas com outras deficiências musculares. O boccia é praticado tanto individualmente como em equipa. **Regras e Regulamentos:** As regras da BISFed são regidas pelo Comité de Regras da BISFed. Regras e regulamentos da modalidade em: https://www.worldboccia.com/about-boccia/rules/

Jogo: O Boccia é caracterizado concetualmente em termos de desempenho, bem como da sua estrutura, dinâmica e jogo normativo, como uma atividade desportiva com bola de precisão e coordenação - com um conjunto de 13 bolas (1 bola branca (bola alvo), 6 bolas vermelhas e 6 bolas azuis).

Quem pode jogar e como joga? No Boccia, as bolas podem ser lançadas utilizando os membros superiores; conduzidas (chutadas), utilizando os pés, ou ainda roladas através de uma rampa, dependendo sempre do perfil funcional dos jogadores que podem ou não necessitar de um técnico de apoio (ex: assistente desportivo, etc), equipamento adaptado e/ou produtos de apoio. Pode ser disputado individual ou coletivamente, prevalecendo as características funcionais dos jogadores como critério de determinação da categoria e das provas de competição. O Boccia Paralímpico (Alto Rendimento / Alta Competição) exige, para garantir a igualdade, a equidade, o fair play e a verdade desportiva, que se determine, em primeiro lugar, quem é elegível para competir e, em segundo lugar, que se agrupem os jogadores por classes. As normas da BISFed prevêem quatro classes para o Boccia Paralímpico que tomam a designação de BC, correspondendo às iniciais de Boccia seguidas de um dígito que identifica o perfil funcional (BISFed, 2023) (https://www.worldboccia.com /wp-content/uploads/2021/10/Boccia-Classification-Rules-5th-Edition-September-2021287.pdf).

(Portugal: Paralisia Cerebral-Associação Nacional de Desporto (2023). *Boccia* . https://pcand.pt/modalidades/boccia)

- **Goalball** (IBSA, 2023; IPC, 2023)

O Goalball é um desporto específico para pessoas com deficiência visual. O objetivo de cada equipa é marcar golos na baliza adversária, que tem a dimensão de toda a linha de fundo do campo (9m de comprimento por 1,30m de altura). A bola utilizada pesa 1250g e tem um dispositivo sonoro interno que, quando em contacto com o solo, permite aos jogadores detetar a sua trajetória. O Goalball é um desporto baseado na perceção tátil e auditiva, pelo que o silêncio é essencial durante o jogo. **Regras e regulamentos:** O

goalball é regulamentado pela IBSA a nível mundial. Os regulamentos e classificações estão disponíveis em https://goalball.sport/about-goalball/.

Jogo: Um jogo para pessoas com deficiência visual em que os jogadores tentam marcar golos rematando com rapidez e precisão uma bola de 1,25 kg pelo campo e defendendo os remates da equipa adversária com todo o corpo, atirando-se para o chão na posição correcta.

Quem pode jogar e como joga? O campo de jogo tem as mesmas dimensões que o campo de voleibol (9m de largura por 18m de comprimento). Todas as marcações do campo são feitas com fio de sisal e fita adesiva por cima, para que os jogadores possam sentir o relevo das linhas através do toque e ter uma perceção espacial do campo. Os jogos têm uma duração total de 24 minutos, com dois tempos de 12 minutos. Cada equipa é constituída por três titulares e três suplentes. A classificação desportiva é extremamente importante para determinar a elegibilidade para competir a nível federado e para agrupar os atletas em classes. É efectuada por oftalmologistas, optometristas ou outros médicos de especialidade devidamente certificados pela Federação Internacional de Desportos para Cegos. A classificação divide-se em 3 escalões, que competem entre si, uma vez que todos os jogadores jogam de olhos vendados e é garantida a igualdade de condições. Classificação disponível em: https://goalball.sport/about-goalball/classification/ . (Portugal: Federação Portuguesa do Desporto para Pessoas com Deficiência (2017). *Goalball.* https://fpdd.org/modalidades-goalball/)

6. Desporto Inclusivo

Ficha técnica

Título			
Desporto Inclusivo			
Número de horas			
5 horas e 30 minutos. – Teórico: 2 horas **| Teórico-prático:** 3 horas e 30 min.			
Objetivos			
Objetivos Gerais		**Objetivos Específicos**	
- Conhecer as bases teóricas e práticas da implementação de atividades físicas e desportivas inclusivas; - Compreender e aplicar atividades desportivas inclusivas.		- Conhecer e identificar estratégias de inclusão; - Conhecer e identificar estratégias de adaptação; - Planear e praticar atividades desportivas inclusivas.	
Programa			
Conteúdo	**Metodologia**	**Recursos**	**Nº de horas**
Estratégias de Inclusão	-Brainstorm -Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor -Quadro	1 hora T
Estratégias de Adaptação	-Brainstorm -Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor -Quadro	1 hora T
Planear & praticar	-Trabalho em equipa -Experimentação	-Material desportivo (É importante que seja realizado em ginásio/pavilhão)	3 horas e 30 min. TP
Avaliação			
- Discussão em grande grupo - Documento de reflexão: nesta reflexão, os participantes deverão apresentar um plano para uma atividade inclusiva (para que possamos combinar várias atividades e disponibilizá-las aos formandos)			
Referências			
Australian Sports Commission Disability Sport Unit (2018). ***Using TREE.*** **Available: https://www.sportaus.gov.au/sports_ability/using_tree#Teaching** Black, K., and P. Stevenson. 2011. *The Inclusion Spectrum*. Available: https://www.inclusivesportdesign.com/blog-posts/the-inclusion-spectrum-planning-sport-activities-for-everyoneHutzler, Y. (2007). A systematic Ecological Model for Adapting Physical Activities: Theoretical Foundations and Practical Examples. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 24, 287-304.			

Kiuppis, F. (2016). Inclusion in sport: disability and participation. *Sport in Society*. DOI: 10.1080/17430437.2016.1225882.

Misener, L. (2014). Managing disability sport: From athletes with disabilities to inclusive organisational perspectives. *Sport Management Review*, 17(2014), 1-7.

Moniz Pereira, L. (2016). *Adaptar para Participar e Incluir*. In V. APCAS-Associação de Paralisia Cerebral de Almada Seixal (Eds.) Desporto com Sentido. Seixal: APCAS.

Introdução Teórica

- **Estratégias de Inclusão**

O Espetro da Inclusão propõe várias modalidades para promover o processo inclusivo no desporto (Black & Stevenson, 2011) - demonstrando como diferentes níveis de acomodação e inclusão podem ser articulados no ambiente desportivo, permitindo um continuum na participação e maximizando o potencial de todos (Misener, 2014):

  - Atividade aberta - Atividades em que todos os participantes realizam a mesma atividade com o mínimo ou nenhumas adaptações (por exemplo, aquecimento, jogos cooperativos);
  - Atividade modificada - Atividades em que todos participam, com adaptações que promovem a inclusão de todos na mesma atividade (ex.: Atividades com adaptações ao nível da metodologia de ensino, regras/regulamentos, equipamento e/ou contexto);
  - Atividade paralela - A mesma atividade é realizada separadamente, de acordo com o nível de competência para a sua realização - cada grupo realiza a mesma atividade, mas em versões diferentes (Versões da mesma atividade ou jogo - basquetebol vs. basquetebol em cadeira de rodas);
  - Atividade separada - Planeamento de atividades separadas (individualmente ou em grupo) especialmente para pessoas com deficiência (por exemplo, atividades realizadas apenas com pessoas com deficiência);
  - Atividade desportiva para pessoas com deficiência - Atividades para todos os participantes baseadas em desporto especifíco para pessoas com deficiência. Inclusão inversa - As pessoas sem deficiência realizam atividades estruturadas e planeadas para pessoas com deficiência. "Incluir pessoas com deficiência em atividades desportivas específicas para pessoas com deficiência" (por exemplo, boccia, goalball).

- **Estratégias de Adaptação**

As adaptações são modificações da atividade ou jogo que visam possibilitar a prática ou aumentar a participação na atividade a pessoas que, de outra forma, estariam impedidas de o fazer - exigindo a manipulação de componentes relevantes da tarefa (Moniz Pereira, 2016). A adaptação deve ter em conta as inter-relações entre a tarefa (os requisitos a realizar), o indivíduo (funcionalidade e recursos) e o seu contexto (facilitadores e barreiras que influenciam o desempenho) (Hutzler, 2007). Como complemento ao Espetro de Inclusão, foi desenvolvido um modelo que demonstra, de forma útil e prática, estratégias que promovem a estruturação de adaptações às atividades (Kiuppis, 2016). O modelo TREE é um dos exemplos - foi desenvolvido pela Australian Sports Commission Disability Sport Unit - e propõe adaptações a diferentes níveis:

T	*Estilo de Ensino ou Coaching*	Na forma como a atividade é transmitida aos participantes é necessário adaptar as metodologias de comunicação e instrução, tornando-a mais eficaz e adequada.
R	*Regras e regulamentos*	Adaptações na dinâmica das atividades – regras e regulamentos – adaptando-se às competências dos participantes
E	*Equipamento*	Alteração ou adaptação de equipamentos mais adequados para promover a participação e o desempenho na atividade
E	*Ambiente*	Adaptações relacionadas ao contexto em que as atividades ocorrem

- **<u>França</u>:**

Uma categorização das estratégias de inclusão para práticas desportivas em França

As áreas Educativa, Recreativa ou de Lazer destinam-se a todos os jovens e envolvem diversas estratégias de inclusão.

Tant (2014) propõe um modelo de inclusão plena na EF baseado em 3 ferramentas: tutoria entre pares, aprendizagem cooperativa e inclusão inversa. Este modelo coloca a EF numa dinâmica de inclusão de alunos em ambientes comuns:

"É necessário insistir na importância de se ter uma sessão orientada para os objetivos motores que estruturam as relações entre os alunos (Slininger *et al* ., 2000). Desta forma, cada aluno é considerado e reconhecido antes de mais como um aluno do desporto que necessita de progredir nas capacidades motoras de acordo com as suas necessidades. Esta aprendizagem motora torna-se o pretexto para a cooperação e a aprendizagem social).(...) Todos estes pontos em comum sugerem que os professores devem preparar sessões que sejam ao mesmo tempo exigentes em termos de competências motoras e estruturadas para catalisar relações sociais positivas.(...) Contudo, além da inclusão inversa, essas estratégias de ensino não são específicas para a inclusão de um aluno com deficiência e, portanto, deste ponto de vista, aproximam-se da seguinte afirmação: "Alunos com necessidades especiais não necessitam de uma abordagem de ensino especial em EF" (Bui-Xuân & Mikulovic, 2007).''

Várias estratégias inclusivas são propostas abaixo. A estruturação das estratégias e os termos entre aspas são propostos pelo INSEI, França. Estas estratégias podem ser combinadas para satisfazer as necessidades de aprendizagem de todos os jovens.

1- "Inclusão em atividades paralelas "

Esta estratégia permite praticar o mesmo desporto com variações que se desenvolvem em vários percursos. Estes diferentes percursos permitem que jogadores com diversas competências pratiquem ao mesmo tempo, num espaço partilhado (interior ou exterior). Essas práticas podem ser individuais ou coletivas. Esta estratégia converge com a noção de "Atividade Paralela" descrita acima (Espetro de Inclusão).

2- Inclusão inversa (André et Tant, 2017)

"Na inclusão inversa, os alunos ditos "normais" são convidados a aderir a programas concebidos para alunos com deficiência, nomeadamente em sessões de educação física adaptada (Lytle & Glidewell, 2007). Na prática, um grupo bastante pequeno de alunos

"normais" (...) é incluído numa sessão física adaptada na qual os alunos com deficiência se sentem confortáveis (Rafferty et al., 2001). Alunos comuns "deficientes" aprendem com outros" (Tant, 2014). A inclusão inversa envolve, portanto, a homogeneização das competências motoras ou sensoriais dos jogadores. Uma competência é escolhida e compartilhada por todos os jogadores (o menor denominador comum). Apesar desta estratégia de inclusão altamente eficaz para todos os jovens, permanecem diferenças de competências entre os intervenientes. No contexto da prática coletiva, esta estratégia necessita provavelmente de ser complementada pela "inclusão cooperativa", a fim de homogeneizar as competências de toda a equipa.

3- "Inclusão cooperativa "

Reservado para treinos coletivos, permite construir uma estratégia de equipa que explora as competências complementares dos jogadores. A equipa adversária deve incluir jogadores com competências equivalentes. As regras devem então definir os perfis dos jogadores e as zonas de ação mais ou menos amplas. As regras devem garantir que as ações decisivas são possíveis para cada perfil de jogador e não reservadas a uma categoria de jogadores com competências superiores (por exemplo, na "Inclusive Téque", a ação decisiva é sempre pontuada pelos utilizadores de cadeiras de rodas). A estratégia de equipa cooperativa capacita e fortalece os indivíduos no seu papel desportivo e incentiva a aceitação das diferenças (Kennedy et al., 1997). Requer momentos de consulta na equipa e desenvolve competências motoras e psicossociais. Esta estratégia inclusiva é uma forma de aprendizagem cooperativa (André & Deneuve, 2010).

4- " Inclusão em tutoria entre pares "

O tutor de pares permitirá a inclusão de outro jogador, respondendo de forma muito individualizada às suas necessidades específicas. Ele ou ela ajudará a garantir o movimento ou o confronto e iniciará ações relevantes no lugar certo ou na direção certa. Esta estratégia complementa as demais quando se trata de incluir uma pessoa com deficiência cognitiva, intelectual, motora, visual ou auditiva mais específica ou grave. A tutoria entre pares envolve a formação de tutores e pode levar a uma "tutoria fixa" (Rivière e Lafont, 2016).

5- "Inclusão universal"

Esta estratégia proporciona a inclusão de todas as pessoas com e sem deficiência. Diz respeito ao Design Universal para a Aprendizagem. Mobiliza todas as estratégias anteriores para permitir que jogadores com uma ampla gama de competências joguem a mesma atividade. A inclusão por meio de uma atividade paralela permite que um percurso diferente, mais acessível ou mais curto seja idealizado na área de recreação compartilhada. A "inclusão cooperativa" permite que as diferenças de competências sejam exploradas em benefício da estratégia da equipa e a "inclusão de tutoria entre pares" oferece uma solução personalizada para a inclusão de uma pessoa com necessidades muito complexas.

A inclusão universal, por sua vez, destaca as competências motoras ou sensoriais compartilhadas por todos os jogadores. Implica uma análise por necessidades educativas especiais (não por deficiência) que ultrapassa as barreiras entre deficiências, de modo a identificar as necessidades comuns de todas as pessoas. Ajuda a conceber um desporto acessível a todos. O objetivo é atender às necessidades especiais mais complexas:

- Competências motoras nos membros inferiores inexistentes e muito limitadas nos membros superiores (locomoção, preensão).
- Compreensão limitada das regras do jogo e/ou dificuldade em iniciar a ação.
- Incapacidade de ver os limites do campo e os seus obstáculos, ou de acompanhar todos os movimentos.

Para alcançar a inclusão universal, é necessário garantir que todos os jogadores sejam capazes de interagir de uma forma que seja relevante para o seu desporto e com total segurança. Deve ser dada especial atenção ao risco de colisão entre uma pessoa numa cadeira de rodas elétrica e uma pessoa em pé. Esta é a principal limitação à acessibilidade universal.

7. Recursos (Humanos & Técnicos)

Ficha técnica

Título			
Recursos (Humanos e Técnicas)			
Número de horas			
2 horas – Teórica: 1 hora e 30 min. **| Teórico-prático:** 30 min.			
Objetivos			
Objetivos Gerais		**Objetivos Específicos**	
- Consciencializar sobre a importância dos recursos materiais e humanos no desenvolvimento do desporto inclusivo para pessoas com elevadas necessidades de apoio.		- Conhecer material desportivo especializado e adaptado; - Conhecer tecnologias e produtos assistivos para pessoas com deficiência (ISO 9999:2022); - Reconhecer a importância dos recursos humanos para apoiar a autonomia e a participação tanto no desporto como nas atividades da vida diária.	
Programa			
Conteúdo	**Metodologia**	**Recursos**	**Nº de horas**
Materiais específicos/adaptados	-Trabalho em equipa -Dados multimedia -Mostrar exemplos -Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor -Quadro -Material	1 hora (30min. TP + 30min. T)
Tecnologias e produtos assistivos para pessoas com deficiência (ISO 9999:2022)	-Dados multimedia -Mostrar exemplos -Conteúdos teóricos	-Computador -Projetor -Quadro -Material	30 min. T
Recursos Humanos	-Reflexão	-Computador -Projetor	30 min. T
Avaliação			
- Discussão em grande grupo - Documento de reflexão			
Referências			

Introdução Teórica

- **Materiais Específicos/ Adaptados e Tecnologias e Produtos de Apoio (Auxílios Técnicos)**
    - Sugere-se a consulta do Capítulo III do Guia de Material de Apoio à Intervenção do Projeto *InSport,* disponível: https://in-sport.eu/intervention-support-material-guides/chapter-iii/
    - Não se esqueça de abordar os recursos necessários para praticar os módulos anteriores. Nesta unidade, atualize os recursos utilizados e sua importância.

- **Recursos Humanos**
    - Profissionais: treinadores, professores, terapeutas, etc.
    - Técnicos Assistentes Desportivos (quem exerce funções tanto em termos desportivos, como ao nível das atividades de vida diária)
    - Família
    - Voluntários
    - Lideranças/ Direções

8. Barreiras, Facilitadores & Cooperação

Ficha técnica

Título			
Barreiras, Facilitadores & Cooperação			
Número de horas			
1 hora e 30 minutos. – Teórico: 45 min. **| Teórico-prático:** 45 min.			
Objetivos			
Objetivos Gerais	**Objetivos Específicos**		
- Refletir sobre as barreiras e facilitadores à prática desportiva, bem como a importância da colaboração entre setores na promoção da inclusão no e através do desporto.	- Identificar os facilitadores e barreiras à prática desportiva das pessoas com deficiência; - Reconhecer a importância de cada setor na promoção do desporto para pessoas com deficiência (ex. sector da educação, saúde, municípios, clubes, etc.) .		
Programa			
Conteúdo	**Metodologia**	**Recursos**	**Nº de horas**
Barreiras e facilitadores à atividade física	-Brainstorm -Conteúdos teóricos -Testemunhos: profissionais, voluntários, famílias	-Computador -Projetor -Quadro	1 hora (45min.TP + 15T)
Importância da cooperação entre setores: educação, saúde, municípios, clubes	-Brainstorm -Conteúdos teóricos (em ligação com os testemunhos)	-Computador -Projetor -Quadro	30 min. T
Avaliação			
- Discussão em grande grupo - Documento de reflexão			
Referências			

Assistive products for persons with disabilities (ISO 9999:2022)

Charlton, A., Potter, M., McGinigal, S., Romanou, E., Slade, Z. and Hewitson, B. (2010) Barriers to participation: analysis to inform the development of the 2010/2011 Taking Part Survey. *Department for Culture, Media and Sport, UK.*

InSport Project (2020). Analysis of National Inclusion and Good Practices in Sport for People with Disabilities. Available: https://in-sport.eu/out1-project-introduction/output-1-introduction/

Koldoff, E. & Holtzclaw, B. (2015). *Physical Activity Among Adolescents with Cerebral Palsy: An Integrative Review. Journal of Pediatric Nursing, 30, 105–117.*

Martin, J. (2013). *Benefits and barriers to physical activity for individuals with disabilities: a social -relational model of disability perspective. Disability and Rehabilitation, 35(24), 2030–2037.*

Shapiro, D. & Malone, L. (2015). Quality of life and psychological affect related to sport participation in children and youth athletes with physical disabilities: A parent and athlete perspective. *Disability and Health Journal*. DOI: 10.1016/j.dhjo.2015.11.007.

Shields, N., & Synnot, A. (2016) Perceived barriers and facilitators to participation in physical activity for children with disability: a qualitative study. *BMC pediatrics*, 16(1), 9.

The English Federation of Disability Sport (2012). *Understanding the barriers to participation in sport*. April 2012

Introdução Teórica

- **Barreiras & Facilitadores à Atividade Física**
  - A tabela abaixo integra alguns fatores considerados como barreiras e/ou facilitadores (Martin, 2013; Koldoff & Holtzclaw, 2015; Shapiro & Malone, 2015; InSport, 2020):

	Barreiras	**Facilitadores**
Nível Pessoal	-Questões atitudinais, como discriminação -Enquadramento social	-Questões atitudinais, como personalidade e confiança
Nível Social	-Dependência de outros -Falta de preparação profissional -Falta de materiais adequados	-A família pode ser uma barreira ou um facilitador -Financiamento -Atitudes positivas em relação à inclusão
Nível Ambiental	-Falta de locais acessíveis -Transporte	-Tecnologias de apoio -Marketing e informação

Adaptado de: https://in-sport.eu/out1-project-introduction/sport-participation/

- **Importância da cooperação entre setores: educação, saúde, municípios, clubes**
  - Sugere-se o capítulo da Análise da Inclusão Nacional e Boas Práticas no Desporto para Pessoas com Deficiência do Projeto *InSport*, disponível: https://in-sport.eu/out1-project-introduction/involvement-of-sectors-education-health-clubs-and-municipalities/
  - E ainda o capítulo da Proposta de Modelo Europeu de Inclusão do Projeto *InSport*, disponível: https://in-sport.eu/guides-for-implementation-of-european-sport-model-for-inclusion/european-sport-model- para inclusão/

9. Boas Práticas para o Desenvolvimento do Desporto Inclusivo

Ficha técnica

Título			
Boas Práticas para o Desenvolvimento do Desporto Inclusivo			
Número de horas			
2 horas – Teórica: 1 hora | **Teórico-prático:** 1 hora			
Objetivos			
Objetivos Gerais		**Objetivos Específicos**	
- Promover a partilha de conhecimentos e práticas, contribuindo para a melhoria da diversificação de atividades inclusivas.		- Conhecer exemplos de boas práticas no desenvolvimento do desporto inclusivo; - Partilhar exemplos de boas práticas no desenvolvimento do desporto inclusivo.	
Programa			
Conteúdo	**Metodologia**	**Recursos**	**Nº de horas**
Partilha de conhecimento e boas práticas	-Trabalho em equipa -Mostrar 3 exemplos	-Computador -Projetor -Quadro	2 horas (1h. TP + 1h. T)
Avaliação			
- Discussão em grande grupo - Documento de reflexão			
Referências			

Introdução Teórica

- **Partilha de conhecimento e boas práticas**

  - É importante promover a partilha de boas práticas conhecidas entre os participantes e apresentá-las, tendo em conta o contexto.
  - Cada país deve escolher duas ou três boas práticas que sejam parte integrante do produto anterior do projeto para apresentar aos participantes, bem como indicar onde e como podem aceder a todas as boas práticas do projeto. Para simplificar a apresentação das boas práticas, sugere-se que as mesmas sejam apresentadas tendo em conta:
    - Porquê este projeto?
    - Objetivos
    - Ações
    - Quem desenvolve o projeto?
    - Para quem é desenvolvido o projeto?
    - Em que contextos o projeto é desenvolvido?
    - Entidades parceiras/financiadoras
    - Resultados
    - Dados multimedia

Conclusões

Nesta fase, o objetivo do projeto foi desenvolver um plano de formação especificamente concebido para educadores, treinadores desportivos e vários profissionais de ensino que trabalham com jovens com deficiência. Este plano de formação, que engloba um extenso currículo de 25 horas, destina-se a grupos de 15 a 25 participantes por sessão. A abordagem pedagógica deste curso é estruturada, combinando sessões teóricas (ministradas tanto online como presencialmente), sessões práticas e atividades de investigação/ trabalho em autonomia.

O plano de formação constitui um elo fundamental, fazendo a ponte entre os conhecimentos fundamentais obtidos a partir do segundo pacote de trabalho e o seu público-alvo, incluindo educadores, treinadores e porfissionais das nossas entidades parceiras. Para garantir a realização dos objetivos preliminares, delinearam-se nove unidades de formação distintas no âmbito deste plano de formação. Estas unidades estão repletas de conhecimentos técnicos que podem ser adaptados de acordo com os requisitos de cada país, proporcionando assim a flexibilidade necessária. Esta adaptabilidade dá a cada entidade parceira a possibilidade de selecionar e personalizar as unidades de formação que melhor se adequam com os seus quadros nacionais específicos de formação.