

Goalball: uma modalidade desportiva de competição

Minerva Amorim ¹
Rui Corredeira ¹
Eliana Sampaio ²
Tânia Bastos ¹
Manuel Botelho ¹

¹ Universidade do Porto
Faculdade de Desporto/CIFID2D e LACM
² Conservatoire National des Arts et Métier
Laboratório Brigitte Frybourg, Paris

<https://doi.org/10.5628/rpcd.10.01.221>

RESUMO

O desafio de tentar romper barreiras, através do desporto para pessoas com deficiência, é sempre uma forma de criar novas propostas no âmbito do ensino e da pesquisa com essa população. Desta forma, se considerarmos que vivemos numa sociedade onde grande parte das informações que nos chegam são feitas através da visão, entendemos ser importante abordar uma modalidade desportiva como o Goalball, uma vez que a mesma tem sido pouco estudada e também devido ao crescente desenvolvimento da modalidade em vários países. Assim, é propósito de nosso estudo fazer uma revisão acerca da modalidade Goalball, por se tratar de um Desporto Paralímpico e porque possui determinadas particularidades dos Jogos Desportivos Colectivos (JDC) em relação aos aspectos técnico-tácticos e aos sistemas ofensivos/defensivos. Uma modalidade tem que ser conhecida nas suas várias vertentes estruturais, nomeadamente conhecer as estratégias utilizadas pelos indivíduos cegos e deficientes visuais na prática da modalidade.

Palavras-chave: goalball, deficiente visual, acções ofensivas e defensivas

ABSTRACT

Goalball: a sport of competition

The challenge of overcoming difficulties, namely through sport for disabled people, is always a way of bringing up new proposals concerning teaching and researching having in mind this kind of population. Therefore, and taking in consideration that a significant amount of information in nowadays' society runs through sight, we find of major importance to approach such a sport as Goalball, as has been scarcely researched and also due to its increasing development around several countries. Hence, it is our aim to accomplish a research about Goalball, not only because is a Para Olympic Sport but also because contains certain features of Collective Sporting Games (CSG) concerning technical and tactical particularities and offensive/defensive systems. A sport should be known within its several structural features, namely the strategies which can be adopted by blind and visually impaired when practicing.

Key-Words: goalball, visually impaired, defensive and offensive actions

INTRODUÇÃO

O desporto adaptado é assim designado por ser um desporto modificado ou criado para suprir as necessidades especiais de pessoas com deficiência. Também pode ser praticado em ambientes integrados (pessoas com deficiência interagem com pessoas sem deficiência), ou em ambientes segregados (envolve apenas pessoas com deficiência). O Basquetebol em cadeira de rodas e o Goalball são exemplos de desportos adaptados, pois podem ser praticados de forma integrada e/ou de forma segregada⁽³²⁾. A actividade física praticada com objectivos médicos e terapêuticos não é recente, pois os chineses já o faziam há mais de dois milénios antes de Cristo^(1, 10, 32). Um factor considerado essencial no aumento da prática das actividades física e desportiva, como forma de reabilitação, foi a seguir à Primeira Guerra Mundial, pois nesse período o número de pessoas com deficiência teve um crescente aumento. No entanto, foi por volta de 1920 que tiveram início as primeiras actividades desportivas para jovens com deficiência visual⁽¹⁷⁾. E em 1932, surge a Associação de Golfistas de Um só Braço em Inglaterra^(4, 10, 27, 28, 29). Porém, com os danos deixados posteriormente pela Segunda Guerra, a actividade física com objectivo de reabilitação e a organização do desporto para pessoas com deficiência atinge uma dinâmica mais acentuada^(1, 10). Assim, o desporto adaptado desenvolveu-se sistematicamente em dois percursos paralelos, mas com objectivos diferentes: um, com Ludwig Guttmann (enfoque médico) em Inglaterra e o outro por Benjamin Linton (enfoque desportivo) desenvolvido nos Estados Unidos^(9, 10). Para tanto, foi em 1943 que Guttmann criou um centro para pessoas com lesão medular no Hospital de Stoke Mandeville (Inglaterra), pois acreditava que o exercício gerado pela prática desportiva era uma poderosa ferramenta terapêutica^(4, 25). Mas foi somente em 1944 que introduziu a prática do desporto para os internos no Hospital de Stoke Mandeville. Em 1948, concomitante aos Jogos Olímpicos de Londres, Guttmann fundou os Jogos de Stoke Mandeville, em Aylesbury (Inglaterra), que passaram a ser realizados anualmente, e em que a cada competição aumentava tanto o número de países participantes, como o de modalidades oferecidas^(4, 29). Desde então, o desporto para pessoas com

deficiência não parou de crescer e, em 1960, aconteceram os primeiros Jogos Paralímpicos na cidade de Roma, com a participação de vinte e três países e quatrocentos atletas, no mesmo ano e local onde ocorreram as XVII Olimpíadas. A partir deste ano, os dois eventos vêm sendo realizados paralelamente, e quase sempre na mesma cidade⁽¹⁵⁾.

Face ao que referimos anteriormente, é nosso propósito estudar a modalidade Goalball, compreendendo a dinâmica do jogo em geral, assim como os benefícios que esta modalidade proporciona aos seus praticantes, uma vez que a sua prática é considerada um factor muito importante para o desenvolvimento global e socialização do indivíduo com deficiência visual.

GOALBALL

O Goalball é um Jogo Desporto Colectivo (JDC), que é caracterizado por relações individuais, ou seja, relação motora do jogador e o seu próprio espaço de jogo, actuando com gestos táctico-técnicos fundamentais em cada fase do jogo (ataque vs defesa). E também possui relações inter-individuais, isto é, um conjunto de combinações ou esquemas tácticos, tanto de cooperação, como de oposição^(12, 16, 24). O Jogo de Goalball é disputado entre duas equipas constituídas por três jogadores em campo, mais três jogadores suplentes, onde o grande objectivo é que cada equipa marque o maior número possível de golos na baliza adversária e evite sofrê-los na sua baliza. A interacção de todos os jogadores, da equipa e adversários, é configurada a partir de acções motoras de confrontação codificada, regidas por um sistema de regras que determina a sua lógica interna⁽²⁰⁾. Ora, a particularidade deste JDC é que a sua dimensão estratégico-táctica, tanto na ocupação/orientação espacial, como na interacção jogadores-bola, está baseada fundamentalmente no uso do sentido auditivo, e para tal a bola possui guizos no seu interior. Assim, a orientação espacial para os jogadores de Goalball torna-se muito importante pois permite ao jogador saber orientar-se na área de jogo, de forma que a todo momento saiba a sua exacta posição em campo, afim de parar a bola na defesa e para saber onde lançar no momento do ataque⁽²⁶⁾. O Goalball foi inventado na Europa há mais de cinquenta anos, e foi criado como desporto, mas também como forma de reabilitação, por Hanz Lorenzen

(austríaco) e Sett Reindle (alemão), em 1946. O Goalball, ao contrário de outras modalidades desportivas, não foi adaptado de nenhuma outra praticada por atletas sem deficiência. Foi criado com o intuito de reabilitar os veteranos da Segunda Grande Guerra Mundial que ficaram cegos, com a finalidade de desenvolver todas as suas capacidades de concentração e qualidades físicas^(2, 5, 8, 21). Nos jogos Paralímpicos de 1972, em Heidelberg (Alemanha), foi um dos desportos de demonstração^(5, 8). Esta modalidade foi introduzida nas Paralimpiadas de Toronto (Canadá) em 1976, e em 1978, na Áustria, foi realizado o I Campeonato Mundial (a partir daqui, realiza-se de 4 em 4 anos). Desde então a prática e o interesse por esta modalidade desportiva foi crescendo e actualmente é praticada em todos os países que estão filiados na *International Blind Sports Association* (IBSA)⁽¹⁴⁾. Considerada uma modalidade colectiva, interessante e vibrante, praticada quase exclusivamente por pessoas com deficiência visual, possui características comuns a outros desportos colectivos, sendo algumas específicas, que o distinguem das demais modalidades⁽²⁴⁾. Permite ao indivíduo com deficiência visual uma alternativa às actividades lúdico-desportivas já praticadas, isto é, o acesso a uma actividade desportiva que reflecte os valores lúdico-recreativos, educativos, de reabilitação, de socialização e, finalmente, um valor competitivo, também traduzido no facto de ser uma modalidade Paralímpica⁽²⁰⁾. No Goalball os movimentos são acíclicos, e apresentam intervalos de pausa para recuperação, com um tempo de trabalho reduzido, porém muito intenso⁽²⁶⁾.

Benefícios do Goalball

A prática da modalidade Goalball proporciona aos indivíduos com deficiência visual benefícios que poderão contribuir para a melhoria da sua qualidade de vida, uma vez que estes indivíduos apresentam um desfasamento acentuado em importantes áreas do seu desenvolvimento, isto é, na parte motora (imagem e esquema corporal, equilíbrio estático e dinâmico, mobilidade, coordenação motora, lateralidade, etc.), psíquica (limitação na captação de estímulos, bem como a falta de relação entre o objecto percebido e a palavra, dificuldade na formação e utilização de conceitos, etc.) e social (medo em situa-

ções/ambientes não conhecidos, isolamento, desinteresse pela interacção social, etc.)⁽²²⁾. Assim denominamos alguns benefícios:

Físicos⁽¹¹⁾: Potencia o trem superior nos movimentos de ataque, isto é, a força é uma qualidade determinante no desenvolvimento do jogo, nomeadamente nos lançamentos (o trabalho de força será sistemático em todas as partes do corpo, sem especificar o músculo concreto); desenvolve a resistência anaeróbica devido ao recurso contínuo de deslocamentos curtos e rápidos de máxima intensidade, quer dizer, o Goalball é uma modalidade com dispêndio energético intenso, por realizar movimentos rápidos e com pouco tempo de recuperação; estrutura e aperfeiçoa a diferenciação cinestésica pela realização das constantes habilidades motoras num determinado momento e espaço e que permite também a informação da posição do corpo. Em relação à Velocidade, desenvolve nomeadamente a velocidade de deslize nos movimentos defensivos relevando a velocidade de reacção (o atleta move-se ao captar o som e perceber a trajetória da bola); velocidade gestual, ou seja, o atleta realiza um gesto ao receber a bola e ao fazer o lançamento; velocidade cíclica, que ocorre no momento da corrida durante o lançamento e o desenvolvimento da recepção da bola durante a marcação dos penaltis. E por fim a Flexibilidade, que é considerada como uma das capacidades mais importante para a prevenção das lesões, assim como para a mobilidade articular dos segmentos implicados no jogo, uma vez que a fluidez de movimentos é muito importante para os jogadores durante a prática desportiva.

Psíquicos: Requer uma grande capacidade de concentração (focalização atencional), devido à necessidade de manter constante a atenção na definição das trajetórias da bola; e é um desporto adequado para as idades infantis.

Específicos: *Orientação espacial*: baseia-se no sentido auditivo para detectar a trajetória da bola em jogo e requer do praticante uma grande capacidade de orientação para estar situado em determinado momento e/ou no lugar adequado, com o objectivo de interceptar a bola. Esta qualidade é de grande utilidade (efeito de transferência) para a sua vida diária. Para tanto, no Goalball, as dimensões táctil e auditiva são utilizadas em detrimento da dimensão visual. *Percepção auditiva*: através do sentido da audição, o

jogador de Goalball é capaz de saber a trajectória, velocidade e movimento da bola.

Assim, é importante ressaltar que o Goalball requer dos praticantes o concomitante desenvolvimento de habilidades sensoriais (sobretudo o tacto e audição), como o desenvolvimento do equilíbrio, da coordenação e da orientação espacial, tão importantes quanto o eficiente manuseio da bola durante as acções do jogo (defesa e ataque)^(12,7).

Também é importante ressaltar que para uma boa prática do Goalball, e se alcancem os objectivos propostos com qualidade/excelência, é necessário conhecer bem o atleta, com as suas características físicas e psíquicas, bem como trabalhar exercícios essenciais para a melhoria da sua performance: exercícios técnicos individuais (preventivos e neuro-coordenativos) e exercícios tácticos (individual e em equipa)⁽³¹⁾, mas numa perspectiva actual, isto é, a técnica entendida como um meio da táctica, implicando uma execução coordenada de todos os sistemas de percepção e resposta do jogador, relativamente às especificidades do envolvimento⁽²⁵⁾.

Sociais: O Goalball é um desporto de equipa onde se desenvolvem a independência, a iniciativa para a actividade/tarefa motora e as capacidades de cooperação entre companheiros, uma vez que todos os jogadores lutam por um mesmo objectivo.

Sistema de classificação no Goalball

A prática desta modalidade desportiva por pessoas com deficiência visual tem como característica a classificação dos atletas através da sua capacidade visual, apresentada em distintos níveis. O Comité Paralímpico Internacional (CPI) tem procurado uma evolução no seu sistema de classificação. Isso propicia ao atleta, durante a avaliação, uma condição similar de movimentos que ele irá encontrar no momento competitivo e, assim, terá a eficiência de seu desempenho analisada de maneira efectiva⁽¹⁹⁾. No Goalball, o sistema de classificação da *International Blind Sports Association* (IBSA)⁽¹⁴⁾ é utilizada para legitimar, ou não, a participação de uma pessoa nas competições oficiais para cegos e deficientes visuais. Mede-se através de uma escala oftalmológica (Carta de medida de Snellen), que envolve parâmetros de acuidade visual. Esta classificação só poderá ser feita por médicos oftalmologistas em clínicas ou consultó-

rios especializados. As classes são três (B1, B2 e B3), em que a letra B significa *Blind* (cego). B1: de nenhuma percepção luminosa em ambos os olhos (percepção de luz) e com incapacidade de reconhecer o formato de uma mão a qualquer distância ou direcção; B2: da capacidade em reconhecer a forma de uma mão à acuidade visual de 2/60 (0,03) e/ou campo visual inferior a 5 graus; e B3: da acuidade visual de 2/60 (0,03) à acuidade visual de 6/60 (0,1) e/ou campo visual superior a 5 graus e inferior a 20 graus. As três diferentes categorias competem juntas em igualdade de condições, pois os atletas têm os olhos devidamente vendados para impossibilitar o uso de qualquer resquício visual. Todas as classificações deverão considerar ambos os olhos, mesmo com melhor correcção, ou seja, todos os atletas que usarem lentes de contacto ou lentes correctivas deverão usá-las para classificação⁽⁶⁾. De acordo com o regulamento, os atletas não podem receber nenhuma informação verbal durante as acções do jogo. Assim, os jogadores apenas recebem a informação auditiva inerente ao jogo formal, para compreender o comportamento da equipa adversária e nortear as suas acções durante esse mesmo jogo.

Campo de Goalball

O Goalball é praticado em recintos fechados. O campo possui as mesmas dimensões do campo de voleibol, ou seja, 18m x 9m, de piso de madeira polida, sintético ou outro material liso (**Figura 1**). Dos dois lados do campo, ocupando toda a linha final (9m de largura), estão balizas de material rígido, de 1,30m de altura, com suportes e redes. Todas as linhas do campo são marcadas em relevo, através de um cordel de aproximadamente 3mm de calibre, que é preso ao solo por uma fita adesiva de cerca de 5cm de largura, fazendo com que os atletas, através do tacto, possam localizar-se no campo para as suas acções de defesa e ataque.

Dimensões do Campo: O campo é dividido em seis rectângulos de 3x9m; duas áreas de equipa de 3x9m cada, limitadas posteriormente pelas linhas de baliza, onde ficam os atletas posicionados nas acções defensivas; duas áreas de lançamento (3x9m cada), logo a seguir às áreas de equipa (área limite para a realização do lançamento); uma área neutra, compreendendo os dois rectângulos centrais (6x9m). Em

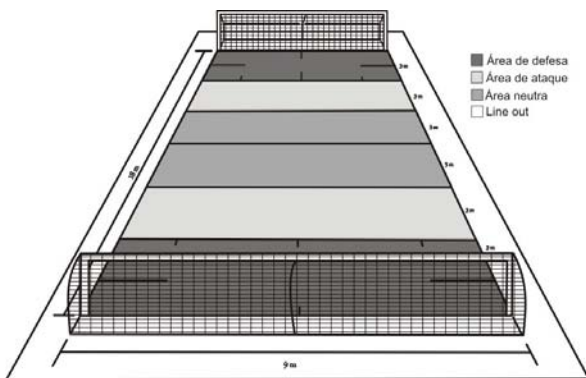


Figura 1. Campo de Goalball

cada uma das áreas de equipa (Figura 2) estão marcadas, sempre em relevo, duas linhas de 1,5m de comprimento, distantes 1,5m das linhas de baliza e paralelas a estas. A área de lançamento é de fundamental importância, uma vez que a bola quando parte do ataque, tem obrigatoriamente de tocar o solo correspondente à mesma⁽²⁴⁾. E por último, as áreas neutras, que são as restantes, ficando localizadas entre as áreas de lançamento, medindo 6m de comprimento (3m + 3m).

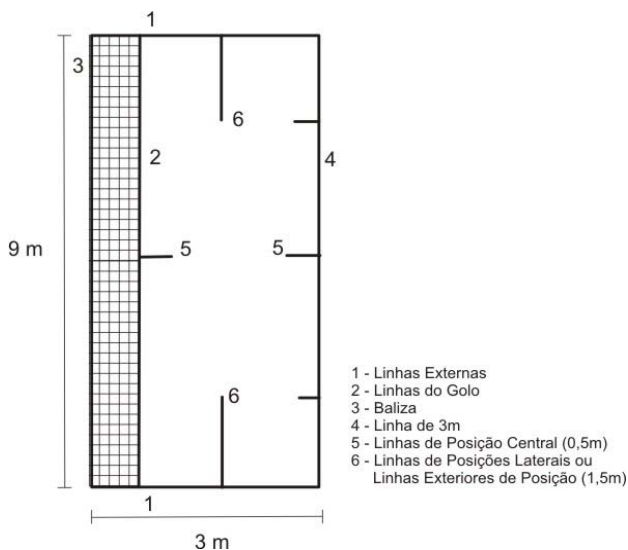


Figura 2. Área de Equipa

Equipamentos da modalidade Goalball

i) Balizas (de material rígido): com medidas internas de 9m (+/- 0.05m) de largura por 1,30 (+/- 0.02m) de altura, cujos postes são redondos (não excedendo os 0,15m de diâmetro), devendo estar alinhados com a linha de golo e colocados fora de campo; ii) bola, sempre lançada com as mãos, é de borracha natural, com 24-25cm de diâmetro por 75,5-78,5cm de circunferência, pesando 1.250-+/-0.50gr, é oca, possui dois guizos no seu interior e oito orifícios (4 no hemisfério superior e 4 no inferior) de aproximadamente 1cm de diâmetro, para que os jogadores possam localizar a bola em movimento; iii) vendas: para impedir que os atletas vejam qualquer vulto, sombra ou algo durante o jogo, todos são obrigados a cobrir os olhos com pensos oftalmológicos e vendas por cima dos pensos, para assim competirem em igualdade; iv) equipamentos dos jogadores: camisola oficial de competição, numerada à frente e atrás; calças acolchoadas e sapatilhas. Pela característica da modalidade, muitos jogadores usam protectores, a fim de proteger o corpo aquando do contacto com a bola ou do impacto com o solo, aconselhando-se o uso de algumas protecções inferiores, como caneleiras, joelheiras, cotovoleiras, protecções de cintura, coquilhas (ou espartilho para as mulheres).

Dinâmica do jogo de Goalball

O Goalball possui características comuns a outros Desportos Colectivos, contendo particularidades específicas que o distinguem dos demais⁽²⁴⁾. Uma partida de goalball inicia-se com uma acção ofensiva de um jogador de uma das equipas em campo, fazendo um lançamento para a equipa adversária a que esta deverá opor-se fazendo a respectiva defesa. O jogo tem dois períodos de 10 minutos com um intervalo de 3 minutos entre cada um desses períodos. Os jogadores posicionam-se de pé para os lançamentos e, na defesa, através de deslocamentos laterais, escolhem uma posição qualquer, isto é, de cócoras, de joelhos, deitados de lado, etc., procurando ocupar a maior área possível. Por este motivo, nas acções defensivas, em que o choque dos atletas com o solo é permanente, os cotovelos, joelhos, e sobretudo a região lateral das coxas, devem ser protegidas por equipamentos específicos.

No Goalball, apesar de ser um desporto colectivo, não existe contacto físico entre as equipas, podendo este acontecer entre os elementos da própria equipa. Na fase ofensiva existe o passe, a recepção e o lançamento. O primeiro e o segundo advêm da necessidade de os jogadores da mesma equipa passarem a bola entre si, quando o jogador que defende não for o mesmo que irá executar a acção ofensiva. O lançamento é o gesto utilizado para a concretização do objectivo de jogo, o golo ⁽²⁴⁾. As acções defensivas e ofensivas acontecem continuamente, salvo se houver interrupção da partida, nas circunstâncias seguintes: a bola sair do terreno de jogo; caso ocorra uma falta pessoal ou de equipa e quando é marcado golo. Contudo, são várias as posições adoptadas pelas equipas, tanto nas acções defensivas como nas ofensivas. De acordo com a **Figura 3**, o atacante A não sai da sua zona para realizar o lançamento, podendo rematar para as diferentes zonas de defesa adversária. Por outro lado, esse jogador pode executar um remate na zona dos seus colegas, retomando, logo em seguida, o seu lugar; mas só o fará aquele que tiver uma boa orientação espacial. O jogador deve dirigir sempre o lançamento para as zonas mais debilitadas da equipa adversária ⁽²⁴⁾.

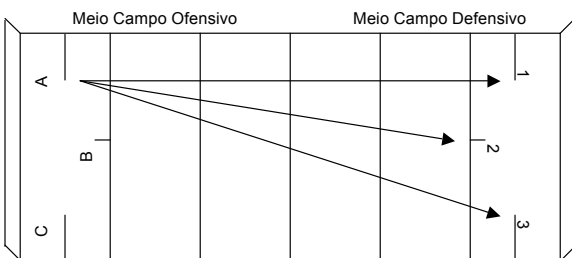


Figura 3. Colocação dos jogadores nas zonas do campo ⁽²⁷⁾.

No Goalball também se utilizam sistemas defensivos: individual (o atleta executa a defesa sozinho); zona (dois atletas executam a defesa juntos) e misto (trata-se da aplicação dos dois tipos, isto é, individual e zona) ⁽³¹⁾. Em termos de organização defensiva (posição de cada elemento da equipa) existem dois tipos: defesa em triângulo e defesa em paralelo à linha de golo, ⁽²⁴⁾ que, no entanto, se podem concretizar em três tipos, ou seja, central avançado (a), centro recuado (b) e posição intermédia (c), segundo a **Figura 4** ⁽¹⁶⁾.

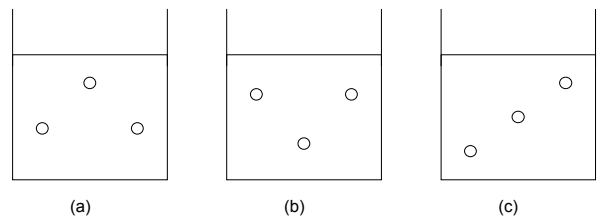


Figura 4. Sistemas de posicionamento defensivo.

O jogo apresenta, como aspecto fundamental, o facto de se ter ou não a posse da bola. A equipa que tem a posse da bola ataca, e, quando não tem a posse da bola, defende. Portanto, seja qual for a posição do jogador dentro da equipa, este será sempre um potencial atacante ou defesa, quando a sua equipa tem, ou não, a posse da bola ⁽¹³⁾. As duas fases de estruturação técnico-táctica do jogo, ofensiva e defensivamente, são determinadas pela posse ou não da bola. Estas duas fases estabelecem uma relação antagónica, que se pode manifestar tanto a nível individual (luta entre o atacante e o defesa), como a nível colectivo (luta entre ataque de um equipa e defesa da outra) ⁽²³⁾. Considera-se processo ofensivo, um conjunto de comportamentos dos jogadores da equipa em posse de bola, tendo como objectivos fundamentais a manutenção da posse de bola e/ou a progressão da jogada no sentido da baliza adversária para finalização, ^(30, 3) isto é, a consecução do golo, objectivo prioritário do jogo.

Técnicas mais utilizadas em acções ofensivas

Existe uma variedade muito grande de tipos de lançamentos. No entanto, destacaremos os lançamentos básicos ⁽¹⁸⁾: a) *Lançamento Recto*: é considerado a base para todos os outros lançamentos, possuindo mais potência, e consiste numa corrida em linha recta com remate para a frente. A partir deste lançamento podem-se aprender os outros; b) *Lançamento com efeito para a direita*: é um lançamento em linha recta, sendo que no último momento, antes de lançar a bola, o atleta realiza um giro forte com o punho voltado para dentro, provocando uma curva para a direita; c) *Lançamento com efeito para a esquerda*: é um lançamento também em linha recta, sendo que no último momento, antes de lançar a bola, o atleta realiza um giro forte com o punho voltado para dentro,

provocando uma curva para a esquerda; d) *Lançamento com ressalto*: depois de o atleta realizar uma pequena corrida, lança a bola com força contra o solo para que a bola salte e saia rolando; e) *Lançamento com mudança de direcção*: realiza a corrida numa direcção e lança a bola para a direcção contrária; f) *Lançamento com volta*: lança a bola depois de realizar um giro em torno de si mesmo, como o lançamento do disco no Atletismo; g) *Lançamento em contra-ataque*: depois de realizar uma defesa deverá executar um lançamento o mais rápido possível. Tendo como base o primeiro tipo de lançamento⁽¹⁸⁾, divide-se este em quatro fases distintas: (i) Posição inicial: o lançamento inicia-se junto da linha de golo, posição de pé com o corpo contraído, sendo a bola segura por ambas as mãos; (ii) Passada: esta fase pode muitas vezes não se executar. Regra geral cumprem-se até três passos de corrida coordenados com o lançamento; (iii) Coordenação geral: realiza-se um passo duplo (passo caçado ou troca passo), combinando a corrida com a força gerada, isto é, ao bloquear a perna da frente, através da inércia, produz-se uma cadeia cinética desde o pé da frente até à mão que lança, passando pelo joelho, bacia, ombros e cotovelo; (iv) Lançamento propriamente dito: o movimento de lançar a bola dá-se primeiro com uma extensão total da bacia à retaguarda e logo de seguida o movimento de lançar propriamente dito, realizando uma inclinação do tronco sobre o membro inferior que está a frente do corpo.

Técnicas mais utilizadas em acções defensivas

No processo defensivo, a situação pontual, que sustenta todo o desenvolvimento do jogo, é o comportamento da equipa e dos jogadores, quando estão ou não na posse de bola. O processo defensivo representa a fase essencial do jogo, pois é nesta fase que uma equipa luta pela posse da bola, com vista à realização de acções ofensivas, procurando não cometer infracções e sem permitir que o adversário consiga o golo⁽³⁰⁾. A defesa inicia-se durante o ataque, ou seja, assegurar o equilíbrio ofensivo por “suportes”. Assim, o objectivo do processo defensivo é restringir o tempo e o espaço disponível dos atacantes, mantendo-os sob pressão e negando-lhes a possibilidade de progressão⁽⁴⁾. No que concerne às defesas, também existem vários tipos de defesa, de que destacamos as mais utilizadas:

a) *Defesa Base*: esta é uma posição que facilita a aprendizagem num primeiro momento e poderá servir também para defender em situações que os lançamentos são muito potentes. Trata-se de apoiar um dos joelhos no solo e a outra perna estendida lateralmente. Facilita no movimento de mãos para um lado e da perna para o outro, já que está estendida; b) *Defesa de Cócoras*: é utilizada por alguns jogadores, sendo necessário colocar as mãos no solo, para manter o equilíbrio, bem como ter em atenção o afastamento dos apoios; c) *Defesa de Pé*: esta posição é muitas vezes utilizada pelos jogadores na defesa de grandes penalidades; d) *Defesa de Joelhos*: esta posição é uma variação da defesa de base, sendo que os dois joelhos encontram-se em contacto com o solo e o atleta pode optar por colocar ou não as duas mãos no solo. As três fases do movimento defensivo são: (i) Fase inicial: fase em que o jogador se encontra em espera, com o máximo de concentração e assumindo a posição em equilíbrio dinâmico; (ii) Fase do movimento: realiza-se um deslocamento lateral, estável e com velocidade, procurando não cruzar lateralmente os apoios, nem dar espaço debaixo do corpo por onde a bola possa passar. Este deslocamento transforma-se em deslize, levando o corpo a assumir a posição final da defesa; (iii) Fase final: o corpo encontra-se em total extensão horizontal com a cara protegida pelo braço de cima, de forma a não receber uma pancada forte da bola. Esta barreira defensiva, que é feita com o corpo, leva a que o atleta possa defender com os pés, com a zona abdominal ou com as mãos. Independentemente da parte do corpo utilizada, esta deve estar bastante contraída, a fim de evitar ressaltos da bola⁽²⁴⁾.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Quando pensámos estudar a modalidade Goalball, foi com o propósito de colher o maior número de informações acerca desta modalidade, bem como tentar compreender a dinâmica do jogo e sobretudo os benefícios que traz para os indivíduos praticantes da mesma, sobretudo os cegos ou os deficientes visuais. No entanto, vale ressaltar que por se tratar de uma modalidade ainda pouco investigada, foram poucos os estudos encontrados por nós. Porém, o que podemos perceber desde já, é que há uma grande diferença dos indivíduos deficientes visuais que

praticam Goalball para os indivíduos que não praticam o Goalball ou mesmo qualquer tipo de actividade física/desportiva. Alguns dos factores que têm grande influência no desenvolvimento destes indivíduos é relativamente às capacidades motoras (velocidade de reacção, tomada de decisão, flexibilidade, consciência corporal, lateralidade, coordenação motora, etc.), volitivas e psíquicas (focalização atencional/concentração, auto-controlo, percepção auditiva e somatossensorial, etc.) e na área social (maior autonomia/independência, capacidade de cooperação, dinâmica de grupo, etc.). Contudo, a nosso ver, ainda temos muito a investigar sobre a referida modalidade, principalmente na parte comportamental destes indivíduos (cegos e deficientes visuais) praticantes de Goalball. Os indicadores revelados por nós poderão servir para orientar as actividades de ensino e iniciação ao treino executados por profissionais da área do desporto adaptado, bem como auxiliar na melhoria da performance dos atletas.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos o apoio da Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT) – Portugal. Minerva Amorim (SFRH/BD/44170/2008).

CORRESPONDÊNCIA

Minerva Amorim

Laboratório de Aprendizagem e Controlo Motor
Faculdade de Desporto/Universidade do Porto
R. Dr. Plácido Costa, 91
4200-450 Porto
Portugal
Telefone: 351 + 225074756
E-mail: minervaamorim.br@fade.up.pt

REFERÊNCIAS

1. Adams R, Daniel A, Cubbin J, Rullman L (1985). *Jogos, Esportes e Exercícios para o Deficiente Física*. São Paulo: Manole (3ª ed.).
2. Bouthier D (1993). *L'Approche Technologique en STAPS : Représentations et Actions en Didactique des APS*. Diplôme d'habilitation à diriger des recherches, Université Paris V.
3. Camargo W (2001). *O que é o Goalball?* [Em linha]. [Consult.2008-05-30]. Disponível em: www.abdcnet.com.br
4. Castelo J (1994). *Futebol: Modelo técnico-tático do jogo*. Lisboa: Edições FHM/UTL.
5. Castro M (2005). *Atividade Física: adaptada*. Ribeirão Preto: Tecmedd.
6. Çolak T, Bamaç B, Aydin M, Meriç B, Ozbek A (2004). Physical Fitness levels of blind and visually impaired goalball team players. *Isokinetics and Exercise Science*, 12: IOS Press 247-252.
7. Confederação Brasileira de Desporto para Cegos (CBDC). (2008). [Em Linha]: [Consult.2008-04-05]. Disponível em: www.cbdc.org.br
8. Eddy K, Mellalieu S (2003). Mental Imagery in Athletes with Visual Impairments. In *Adapted Physical Activity Quarterly*, 20: Human Kinetics Publishers, Inc. 347-368
9. Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC) (2008). *Goalball*. [Em Linha]: [Consult.2008-03-23]. Disponível em: <http://www.fedc.es/deportes/goalball/presentacion/presentacion.htm>
10. Freitas PS (1997). *Iniciação ao Basquetebol Sobre Rodas*. Uberlândia/SP: Brenda
11. Freitas PS, Eugência Cidade RE (2002). Paraolimpíadas: revisando a história. *Sobama* 7(1): 21-26
12. Guilló MS (2007). *Goalball*. Espanha: documento não publicado.
13. Hoffmann S, Rodrigues N (2000). Diversificação do estilo de arremesso no Goalball. In *8º Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa – Desporto, Saúde & Educação*. Lisboa: UTL
14. Hughes C (1990). *The Winning formula: The Football Association Book of Soccer tactics and skills*. London: William Collins Sons & Colt.
15. International Blind Sport Association (IBSA) (2008). [Em Linha]. [Consult.2008-04-01]. Disponível em: <http://www.ibsa.es/esp/deportes/goalball/presentacion.htm>
16. Leoni CF, Zamai CA (2006). Análise das Dificuldades de Cadeirantes para a Prática do Basquetebol em Cadeira de Rodas. *Rev. Mov. & Percepção*, 6(9): 149-165
17. Marques T, Puawsky F, Onofre M, Martins R, Gil A, Leal F (1987). Desporto de (para) Deficientes: uma exposição pedagógica – terapêutica. *Rev. Ludens*, 11(3): 26-35.
18. Márquez NR (1994). *Tú Puedes. La azarosa historia de los minusválidos en del deporte*. Madrid: Ediciones Morata S.L.
19. Mora DH (2005). *El Goalball: Un deporte específico para todos*. Documento para el Curso de Entrenadores de Goalball. Lisboa. [Dados não publicados].
20. Oliveira Filho C, Almeida J, Vital R, Carvalho K, Martins L (2007). A variação da acuidade visual durante esforços físicos em atletas com baixa visão, participantes da seleção Brasileira de atletismo. *Rev. Brás. Med. Esporte*, 13(4): 254-258
21. Parlebas P, (1981). *Contribution à un Lèxique Commenté en Science de l'Action Motrice*. INSEP, Paris.
22. Pedrinelli V (1994). *Educação Física e desporto para pessoas portadoras de deficiência*. Brasília: MEC-SEDES, SESI-DN.
23. Pereira L, Leitão R (1982). *Desporto para Deficientes – Área de deficiência visual. Reflexão do Gabinete de Educação Especial e Reabilitação do ISEF-UTL. Introdução ao Goalball em Portugal*. Porto.
24. Porreta D (2004). Esportes Coletivos. In Winnick J. (Ed), *Educação Física e Esportes Adaptados*, 3ª Edição. São Paulo: Manole, p. 427-449
25. Queiroz C (1983). Para uma teoria do ensino/treino do Futebol. *Futebol em Revista*, 4: 47-49.
26. Riera J (1995). Estratégia, tática y técnica deportivas. *Apunts Educ. Fis. Deportes*, (39): 45-56
27. Rodrigues N (2002). *Goalball: estudo sobre o estado de conhecimento da modalidade e avaliação desportivo-motora dos atletas*. Dissertação de Mestrado. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.
28. Rocco FM, Saito ET (2006). Epidemiologia das Lesões Esportivas em Atletas de Basquetebol em Cadeira de Rodas. *Acta Fisiatr.*, 13(1): 18-21.
29. Silva GCP (2008). *Tempo de Reação e a Eficiência do Jogador de Goalball na interceptação/defesa do lançamento/ataque*. Dissertação de Mestrado. Paraná/Brasil. Centro de Ciências da Saúde, Universidade Estadual de Maringá/Brasil.
30. Silva M (1991). *Desporto para deficientes. Corolário de uma evolução conceptual*. Dissertação apresentada às provas de Aptidão Pedagógica e Capacidades Científica da Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. Porto: Universidade do Porto.
31. Silva M (1992). *O Porto e o Desporto: desporto para deficientes: uma análise da sua evolução*. Porto: Câmara Municipal do Porto. Pelouro do Fomento Desportivo.
32. Stefane CA (2002). *Paraolimpíadas: origens, desenvolvimento e perspectivas*. Rio de Janeiro: Editora Gama Filho.
33. Teodorescu L (1984). *Problemas da teoria e metodologia nos jogos desportivos*. Lisboa: Livros Horizontes.
34. Tosim A, Perotti J A, Leitão MT, Simões R (2008). Sistemas Técnicos e Táticos no Goalball. *Rev. Mackenzie de Ed. Fis. e Esp.*, 7(2): 141-148.
35. Winnick JP (1990). *Adapted Physical Education and Sport*. Illinois: Human Kinetics Books.