



BOCCIA PARA TODOS

Fácil ensinar e fácil aprender

BOCCIA PARA TODOS

Fácil Ensinar e Fácil Aprender

“Uma partilha de conhecimentos e experiências que intenta a melhoria da inclusão do cidadão, numa atividade desportiva”...

Filinto Elísio Vilela de Carvalho



Este manual destina-se a todos os que estão a iniciar esta modalidade e contou com o apoio do Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P. (IPDJ, I.P.) ao abrigo do Programa Nacional de Desporto Para Todos (PNDPT).

FICHA TÉCNICA

Título

Boccia para Todos – Guia das Regras Básicas

Autore

Filinto Elísio Vilela de Carvalho

Consultoria

Professor Jorge César Carvalho

Revisão do Texto

Maria Isabel Lopes Castro

Design Gráfico e Capa

Carlos Figueiredo

Nelson Martins

Paginação

Carlos Figueiredo

Equipa Técnica

Ana Paula Fernandes Braga

Filinto Elísio Vilela de Carvalho

Impressão e Acabamento

Sá Pinto, Encadernadores - Viseu

Edição

AMV – Associação Mover Viseu

Co-Financiador

Programa Desporto para Todos

IPDJ - Instituto Português de Desporto e Juventude

PARCEIROS FORMAIS

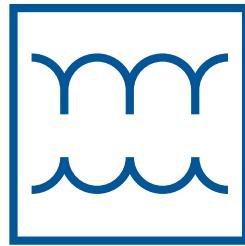
Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.
ao abrigo do Programa Nacional de Desporto para Todos (PNDPT).



PARCEIROS



MUNICÍPIO DE
VISEU



**SANTA
COMBA
DÃO**
Município

APRESENTAÇÃO DA ASSOCIAÇÃO MOVER VISEU

A Associação Mover Viseu (AMV) é uma Associação Particular sem fins lucrativos fundada em 2015, face às necessidades sentidas por um grupo de pais e técnicos, na tentativa de dar uma resposta na área do desenvolvimento cultural e desportivo da população desfavorecida e/ou em risco do distrito de Viseu.

Objeto Principal

- Valorização
- Desenvolvimento
- Cultura
- Desporto

População Alvo

- Pessoas desfavorecidas e/ou em risco do Distrito de Viseu
- Crianças
- Jovens
- Idosos
- Pessoas com deficiência/incapacidade

Criação de Projetos e Atividades

- Educação
- Cultura
- Lazer
- Desporto
- Inclusão Social



ÍNDICE

PREFÁCIO	10
INTRODUÇÃO	12
BREVE HISTORIAL SOBRE O BOCCIA	13
OBJETIVO DE JOGO	16
DEFINIÇÕES – LINGUAGEM TÉCNICA	16
DIVISÕES DE JOGO	18
Divisão Individual	
Divisão Pares	
Divisão Equipas	
CLASSIFICAÇÃO MÉDICO-DESPORTIVA DO BOCCIA	19
CLASSE BC1	
CLASSE BC2	
CLASSE BC3	
CLASSE BC4	
RECURSOS PARA A PRÁTICA DO BOCCIA	20
Recursos Materiais	
Recursos Humanos	
Recursos para a Arbitragem	
Quadro de Resultados	
Indicador de Cor Vermelha/Azul	
Materias para a Arbitragem	
Template / Measuring Plate	
Caixa de Bolas Mortas	

TEMPO DOS JOGOS	22
Jogos de Individuais	
Jogos de Equipa	
Medidas do Campo	23
Zonas do Campo	
Bolas Falhadas	24
Bolas Equidistantes	
FALTAS/VIOLAÇÕES	25
Considera-se que existe falta ou violação, quando:	
PENALIZAÇÕES	26
Bolas de Penalizações	
As bolas que serão lançadas são:	
Retração	
Remoção de uma bola do campo	27
Pontuação	
Desempate	
CORPO DE ARBITRAGEM	28
Responsabilidade dos Árbitros	
Em campo, o árbitro deve	
Responsabilidade do Árbitro Principal	29
Responsabilidade do Árbitro de Campo	
Responsabilidade do Marcador	30
Responsabilidade do Fiscal de Linha	
Responsabilidade do Capitão da Equipa	
Responsabilidade do Acompanhante/Assistente Técnico Desportivo	

INÍCIO DO JOGO	32
REGRAS ELEMENTARES	
TÁTICAS BÁSICAS	33
Vantagens ao Nível do Desenvolvimento do Praticante	34
Consideramos o Boccia como:	
TREINOS DE BOCCIA	35
Treinos de Precisão	
Treinos de Pontaria	

EXTRATÉGIAS

ESTRATÉGIAS JOGO DE TREINO PARA BOCCIA

TREINO DE PONTARIA

TREINO CONTROLO DE LANÇAMENTO

Jogo dos Arcos	41
Jogo dos Pinos	42
Jogo dos Números	43
Jogo do Alvo	44
Jogo do Bowling	45

ESTRATÉGIAS PARA TREINO CONTROLO DE LANÇAMENTO, PONTARIA E TÁTICAS DE JOGO

Treino para o Controlo da Coordenação do Neuromuscular do Lançamento	51
Treino para o Controlo da Coordenação do Neuromuscular Lançamento Específico	52
Treino de Pontaria	
Treino de Pontaria	53

Treino de Pontaria e Controlo da Coordenação do Neuromuscular	54
Treino de Pontaria	55
Tática de Jogo	
Exemplos de Táticas de Jogo	56
Exemplos de Jogadas	
Treino Lançamento em Arco	57
 ANEXO 1 – SINALÉTICA PARA ÁRBITRO	
FISCAL DE LINHA	59
 ANEXO 2 – ORIENTAÇÕES PARA MARCAÇÃO DE CAMPO, BOLETIM DE JOGO, LINHAS DE	
ORIENTAÇÃO PARA PROTESTO	69
ORIENTAÇÕES PARA MARCAÇÃO DE CAMPO	
BOLETIM DE JOGO PARA COMPETIÇÃO FEDERADA DE BOCCIA	72
BOLETIM DE JOGO PARA DESPORTO ESCOLAR	73
LINHAS DE ORIENTAÇÃO PARA PROTESTO	74
BOLETIM DE PROTESTO	75
BIBLIOGRAFIA	77
NOTAS	79

Prefácio

BOCCIA EM VISEU

O Boccia foi atividade introduzida no Distrito de Viseu, em 1983, em termos das organizações das pessoas com deficiência, com projeção internacional e da Região Ibérica. Boccia foi o veículo e o instrumento introduzido nas Escolas, vindo a Região, a partir de 2010, a conquistar os títulos nacionais do Desporto Escolar. Boccia foi, em termos estratégicos, a atividade promovida junto da população sénior, nomeadamente nos lares tendo por objetivo contribuir para a qualidade de vida e serem ativos.



Jogos Paralímpicos
Campo de Boccia – Rio 2016

INTRODUÇÃO

O Guia das Regras Básicas de BOCCIA PARA TODOS é um guia técnico da modalidade desportiva adaptada, de modo a torná-la acessível para todos: desde crianças, jovens, adultos e idosos, com e sem deficiência.

Assente na nossa experiência de cerca de trinta anos de Boccia de alto rendimento e paralímpico, esta modalidade desportiva tem sido praticada, em diferentes contextos e/ou áreas de aplicação, desde do sector educativo, autárquico, de reabilitação, de ocupação de tempos livres e de lazer. É, em suma, uma modalidade de desporto para todos, que deve estar acessível e compreendida.

O Guia das Regras Básicas de BOCCIA PARA TODOS procura ir ao encontro das necessidades, já há muito manifestadas, quer por pessoas singulares, quer pelas Instituições, de um Guia para a iniciação na modalidade, uma vez que não existe uma cultura e conhecimento massivo sobre a mesma, pela falta de divulgação dos media, particularmente da televisão, e pelo facto de não se tratar de uma modalidade convencional.

Respondendo a essa necessidade, o Guia das Regras Básicas de BOCCIA PARA TODOS tem por objetivo prestar apoio na interpretação das regras oficiais de Boccia na versão em inglês, segundo o estabelecido pelo Boccia International Sports Federation (BISFed), na versão portuguesa pelo próprio BISFed e pela Paralisia Cerebral Associação Nacional de Desporto (PCAND), tornando a modalidade acessível para todos.

BREVE HISTÓRIA SOBRE O BOCCIA

O primeiro testamento histórico da existência do Boccia remonta a alguns séculos antes de Cristo, num túmulo de um jovem faraó egípcio onde foram descobertas duas bolas de pedra, um pouco maiores que as bolas de ténis, próximas de uma bola mais pequena, que deveria ser usada como Bola Alvo.

Alguns séculos depois, junta-se o contributo dos gregos e dos romanos ao jogarem este jogo com bolas em pele.

Crê-se que o Boccia progrediu através do Império Romano, como forma de divertimento, adaptado de um jogo da Grécia Antiga – que lançava a bola para um círculo e que chegou mesmo a fazer parte dos jogos olímpicos dos gregos, na antiga Grécia. Identificando-se como um jogo de “atirar bola ao ar”.

Consta ainda que o jogo foi introduzido na Corte Florentina no séc. XVI pela aristocracia italiana, mas tudo aponta no sentido de terem sido os romanos a trazerem o jogo do sul de França, aonde ainda hoje se pratica a conhecida petanca.

Assim, durante séculos, as pessoas juntaram-se nas ruas, nos parques, jardins para jogar “Boccia” sobre diversos nomes: bocha, boulle, petanca, bowling e outros. Em Portugal é popular e tradicionalmente conhecido como o jogo da malha.

O Boccia, tal como o identificamos atualmente, iniciou-se como uma modalidade desportiva destinada às pessoas com paralisia cerebral, com comprometimento motor e situações neurológicas afins.

Proveniência do Império Romano, adaptado de um jogo da Grécia Antiga - que lançava a bola para um círculo;

Outros apontam para uma evolução de um jogo proveniente da Corte Florentina do séc. XVI;

Outros referem a sua proximidade com o jogo francês Petanca;

Ao longo dos últimos trinta e sete anos (1982, Dinamarca), o Boccia, foi impulsionado no seu desenvolvimento, tendo assumido um papel importante na reabilitação da pessoa com deficiência, a par do desenvolvimento de alto rendimento e paralímpico, em pé ou sentado, com ou sem auxílio de produtos de apoio e/ou materiais adaptados.

Introduzido, em 1982, como modalidade do programa desportivo pela Cerebral Palsy International Sport and Recreation Association (CPISRA, 1982), o Boccia tornou-se facilmente a modalidade desportiva, individual e coletiva, mais querida para as pessoas que possuem limitações motoras severas.

Em Portugal, o Boccia foi integrado, em 1983, aquando da realização do 1º curso de Desporto para Deficientes com Paralisia Cerebral. No ano seguinte, fez parte do calendário competitivo do Campeonato Nacional para a Paralisia Cerebral.

O primeiro Campeonato Nacional de Desporto para a Paralisia Cerebral que decorreu no Complexo Nacional Desportivo do Jamor, na Cruz Quebrada, selecionou os primeiros jogadores individuais e de equipa que participaram na primeira prova oficial de Boccia nos jogos Paralímpicos em Nova Iorque em 1984 e Seul em 1988, tendo ganho a primeira medalha de ouro de equipa.

Os jogadores, da Associação de Paralisia Cerebral de Lisboa (atual APCL) foram António Baltazar, Maria Helena Martins e António José Mateus: os dois últimos, participaram, respetivamente, na competição individual da classe 2 e 1.



Jogador Classe BC1

A partir dessa altura houve diversas iniciativas, com o objetivo de sensibilizar, divulgar e disseminar o jogo pelo país, desde a sua introdução nos Estabelecimentos de Ensino, Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS), nas Organizações não-governamentais das Pessoas com Deficiência (ONGPD), nos Clubes, nas Associações e/ou Lares de Apoio aos Seniores e com a realização de provas de âmbito local, regional e nacional.

Atualmente realizam-se, em Portugal, os Campeonatos Regionais Individuais, na Região Norte, na Região Centro, Sul e Ilhas e o Campeonato Nacional – Individuais e o Campeonato Nacional – Pares e Equipas da Zona Norte, Centro, Sul e Ilhas. A nível internacional temos os Campeonatos da Europa e do Mundo, os Jogos Paralímpicos e ainda eventos internacionais de elevado mérito desportivo, nomeadamente: World Open/Regional Open.

Na verdade, o jogo tem sofrido um desenvolvimento fantástico, ao nível da condição do desenvolvimento físico, da valorização psicológica e de recuperação, com número crescente dos participantes e de países aderentes, número e diversidade de competições e recursos materiais e tecnológicos utilizados, paralelamente ao desenvolvimento técnico e tático.

Devido às suas características específicas e versatilidade de adaptações, o Boccia possui uma estrutura e dinâmica de jogo de fácil acesso que pode ser jogado no âmbito do desporto de recreação, de reabilitação, educação desportiva e até ao mais elevado nível de competição, em qualquer idade e em qualquer género.

1988 – Carta Europeia do desporto para todas as pessoas com deficiência (Conselho Europeu, 1987)

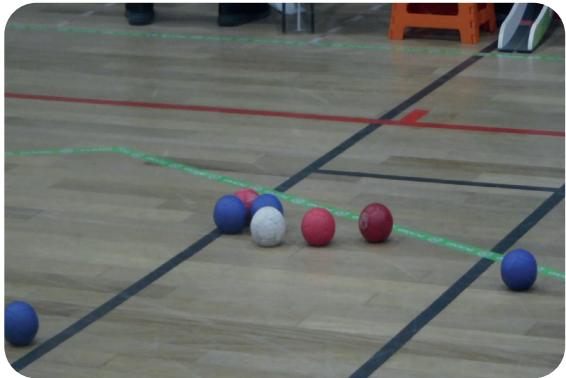
⇒ Reconhece “o desporto como um meio privilegiado de educação, readaptação, valorização do lazer e integração social”.

Qual o objetivo principal do desporto para a pessoa com deficiência e / ou incapacidade?

⇒ Levar a pessoa com deficiência e / ou incapacidade e a pessoa dita “normal”; encontrarem-se num ambiente fortemente motivador.

OBJETIVO DO JOGO

- Tentar aproximar as bolas de cores, vermelhas e azuis, o mais próximo possível da bola branca (Bola Alvo). As bolas podem ser lançadas, pontapeadas ou largadas através de um dispositivo auxiliar (calha / rampa).
- Ganha quem conseguir colocar a sua bola de cor (vermelha ou azul) encostada à Bola Alvo (bola branca) ou colocar uma ou mais bolas, o mais próximo possível da Bola Alvo.



DEFINIÇÕES – LINGUAGEM TÉCNICA

Bola Alvo – É a bola branca.

Bola – É uma das bolas azuis ou vermelha.

Lado – A nível individual, um Lado é um jogador individual, nos Pares, um Lado são dois jogadores de uma equipa e nas equipas um Lado são três jogadores da mesma equipa.

Campo – Área de jogo limitada pelas linhas de campo.

Parcial - É o lançamento da Bola Alvo e das bolas de cores de ambos os lados.

Jogo – Competição entre dois lados (Individual, Pares e Equipas), que é composta por um certo número de parciais.

Jogo /Partida – Competição entre duas equipas que inclui seis parciais e na competição individual, inclui quatro parciais.

Dispositivo Auxiliar – Calha / Rampa

Dispositivo Auxiliar – Equipamento designado por Calha / Rampa que é utilizado pelos jogadores da classe BC3, uma das quatro categorias.

Falta/Violação – Falta feita por um jogador e/ou pelo seu treinador, acompanhante / assistente técnico ou equipa que viola as regras do jogo.

Lançamento – Inclui lançar / impulsionar com a mão, com os pés e/ou largar a bola quando é usado o dispositivo auxiliar.

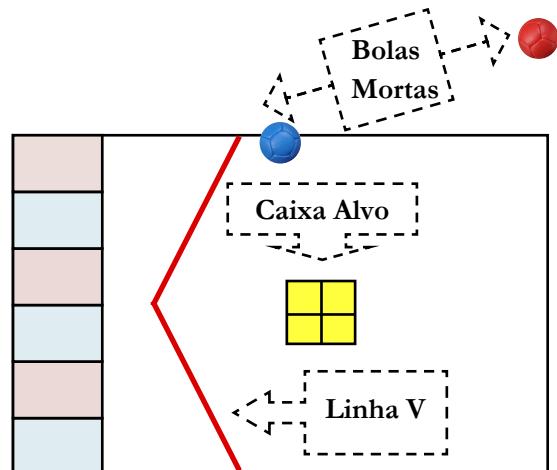
Bola Morta – Quando uma bola sai fora do campo de jogo ou fica por cima das linhas limites do campo do jogo.

Parcial Interrompido – quando as bolas são mexidas accidentalmente, pelo árbitro ou jogadores.

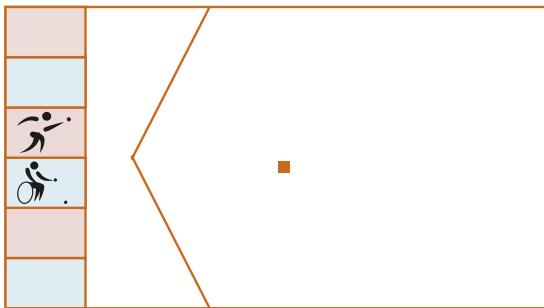
Linha V – é linha que a Bola Alvo tem que passar para ser considerada válida em jogo.

Caixa-alvo – Caixa de 25 cm x 25 cm na cruz para lançamento de penalização.

Cruz – Marca no centro da área do jogo para colocação da bola-alvo no desempenante, ou quando a bola-alvo sai das linhas ou vai para uma área não válida depois de a primeira bola de cor ser lançada.



Divisão Individual



DIVISÕES DE JOGO

Existem sete divisões do jogo.

Cada divisão é jogada por competidores classificados de todos os géneros.

Divisão Individual

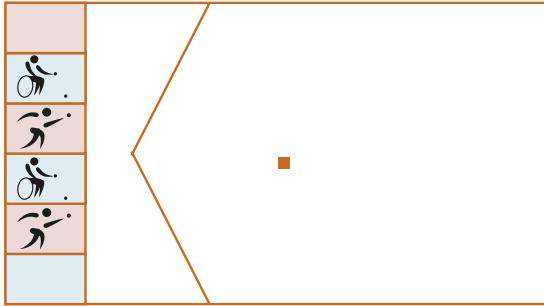
Individual BC 1, Individual BC 2, Individual BC 3 e Individual BC 4

Cada jogador tem seis bolas de cor. O lado que lança as bolas vermelhas ocupará a casa três e o lado que lança as bolas azuis ocupará a casa quatro. Os jogos individuais têm quatro parciais: cada jogador lança duas vezes a Bola Alvo intercalado com o adversário.

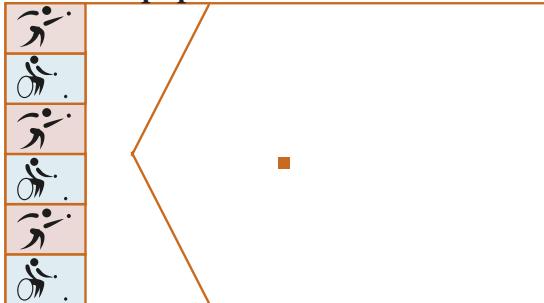
Divisão Pares - Par BC3 e Par BC4

Cada jogador tem três bolas de cor. O lado que lança as bolas vermelhas ocupará a casa dois e quatro e o lado que lança as bolas azuis ocupará a casa três e cinco. Cada par pode ter o número de três jogadores, dois que jogam e um suplente, que podem entrar entre os parciais. Os jogos de pares, têm quatro parciais: cada jogador lança uma vez a Bola Alvo, intercalado com o adversário.

Divisão Pares



Divisão Equipas



Divisão Equipas

Cada jogador tem duas bolas de cor.

O lado que lança as bolas vermelhas ocupará a casa, um, três e cinco e o lado que lança as bolas azuis ocupará a casa dois, quatro e seis. Cada lado pode ter o número de cinco jogadores, três que jogam e dois suplentes, que podem entrar entre os parciais. Os jogos de equipas têm seis parciais, cada jogador lança uma vez a Bola Alvo intercalado com o adversário.

CLASSIFICAÇÃO MÉDICO-DESPORTIVA DO BOCCIA

O Boccia como modalidade desportiva paralímpica destina-se a pessoas com deficiência motora grave (P.C. ou outra). Os praticantes são divididos nas seguintes classes:

Classe BC1

Jogadores com pouca amplitude de movimento funcional e pouca força funcional em todas as extremidades e tronco. Dependem de um acompanhante para ajustar ou estabilizar a cadeira, assim como para lhe dar a bola.



Classe BC 1

António Marques

Classe BC2

Jogadores com pouca força funcional em todas as extremidades e tronco, mas com capacidade para propulsionar a cadeira de rodas.



Classe BC 2

Fernando Ferreira

Classe BC3

Indivíduos com muitas dificuldades na preensão da bola e sem força funcional para fazer um lançamento para dentro de campo, motivo pelo qual são utilizadas calhas. Nesta classe estão incluídos outros tipos de deficiências com as mesmas características funcionais.



Classe BC 3

Ricardo Varela

Classe BC4

Jogadores com deficiência motora com limite funcional superior idêntico à BC2.



Classe BC 4

Pedro Clara



RECURSOS PARA A PRÁTICA DO BOCCIA

Recursos materiais

- Cadeira de Rodas
- Jogo de Boccia
- Calha e Capacete com Ponteiro

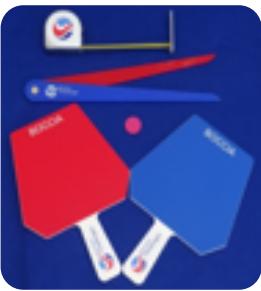


Recursos humanos

- Treinador
- Assistente Técnico Desportivo (designados por acompanhantes)

Instalações desportivas

- Área para o Campo de Boccia;
- Marcações para o Campo de Boccia.



Recursos para a arbitragem

- Raquete de Sinalização;
- Compasso, Fita de Medição das Bolas;
- Quadro de Resultados.

O jogo de Boccia tem 13 bolas, com revestimento em pele para jogar no interior e de plástico para jogar no exterior:

- 1 bola branca;
- 6 bolas vermelhas;
- 6 bolas azuis.

As bolas de boccia pesam cerca de (+/-) 275 Gr e tem um perímetro de (+/-) 270 mm.

Quadro de Resultados – No jogo individual coloca-se o nome dos jogadores. Nos jogos de pares ou equipa, coloca-se o nome da associação/clube/escola.



Indicador de Cor Vermelha/Azul - Uma raquete com as duas cores (uma de cada lado) utilizada pelo árbitro que indica qual é o jogador/par/equipa que deve jogar.



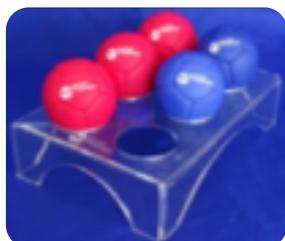
Materiais para a arbitragem - Fita métrica, compassos, apalpa folgas e lanternas são usadas pelos Árbitros para medir as distâncias em campo.



Template / Measuring Plate - dispositivo de medida do perímetro das bolas.



Caixa de Bolas Mortas – Serve para colocar as bolas que saem fora da área do jogo ou que estejam em cima da linha que limita o campo.



Marcador de Tempo Manual



Marcador de Tempo Electrónico



TEMPO DOS JOGOS

Jogos de Individuais

Nos jogos individuais, cada jogador tem um tempo limite que varia de quatro a seis minutos consoante a classificação do praticante, BC1, BC2, BC3 e BC4, para lançar as suas bolas, incluindo a Bola Alvo.

- BC1 - 5 minutos por atleta por parcial
- BC2 - 4 minutos por atleta por parcial
- BC3 - 6 minutos por atleta por parcial
- BC4 - 4 minutos por atleta por parcial

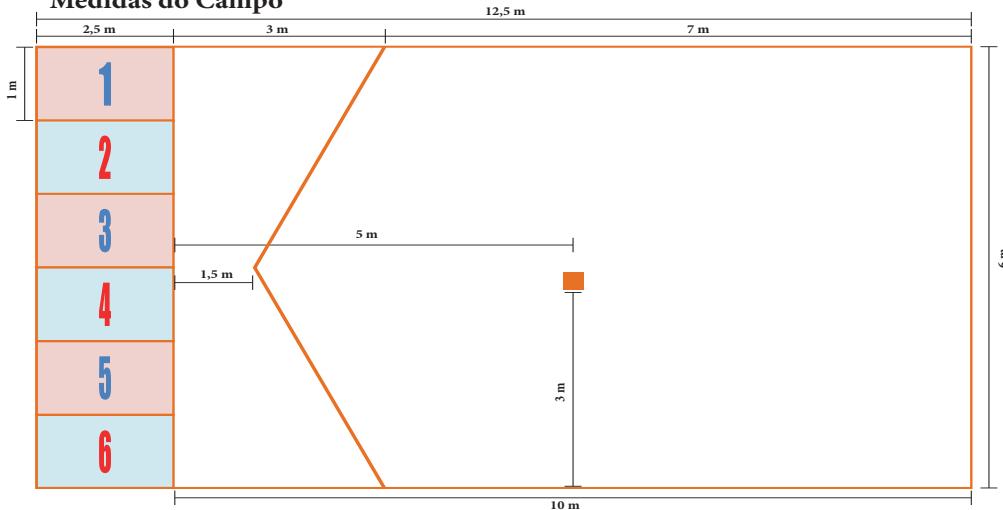
Jogos de Equipa

Nos jogos coletivos, Par BC3, Par BC4 e Equipa têm um tempo limite de cinco a sete minutos consoante a classificação, para lançar as suas bolas, incluindo a Bola Alvo.

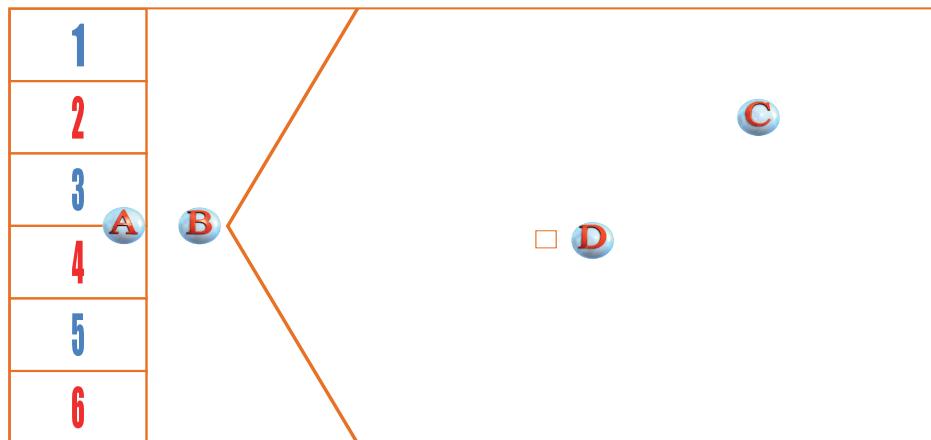
- BC3 - 7 minutos por par por parcial
- BC4 - 5 minutos por par por parcial
- Equipas - 6 minutos por equipa por parcial

O lançamento da Bola Alvo conta para o tempo fixado para cada lado.

Medidas do Campo



Zonas do Campo



Medidas do Campo

- Comprimento: 12,50 m
- Largura: 6,0 m
- Casas de lançamento: 1m x 2,50 m
- Linha em V – Zona interdita a Bola Alvo
- 3m na linha lateral
- 1,50 m o bico da linha em V
- A cruz fica a 5 m da linha final ou de lançamento e a 3 m da linha lateral e tem uma linha quadrada de 25x25 cm.

Zonas do Campo

- (A) Zona/Caixas de lançamento
- (B) Zona proibida à bola branca
- (C) Zona de jogo
- (D) Cruz / Quadrado

Bolas Falhadas

Bola Alvo (Branca) – a Bola Alvo é falhada, se:

- 1 – Não atravessar a linha V;
- 2 – Sair fora da área de jogo;
- 3 – Pisar as linhas laterais.

Ter em atenção se:

- Algum jogador falhar a Bola Alvo, a bola é lançada pelo jogador seguinte (sem este perder a sua vez de jogar);
- Caso a Bola Alvo for empurrada para fora do campo, a bola é colocada na cruz.

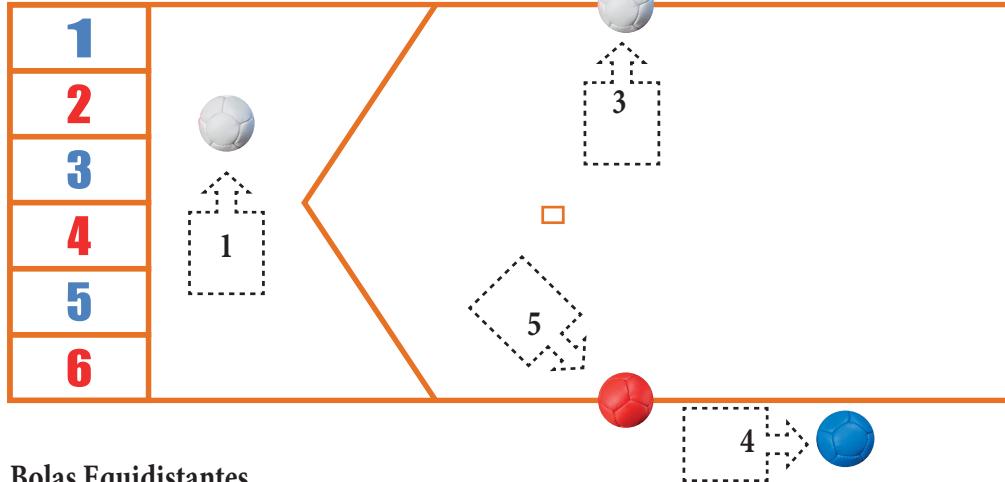
Bola Vermelha ou Azul – as bolas vermelhas ou azuis são falhadas quando:

- 4 – Saírem fora da casa de jogo;
- 5 – Pisarem as linhas laterais.

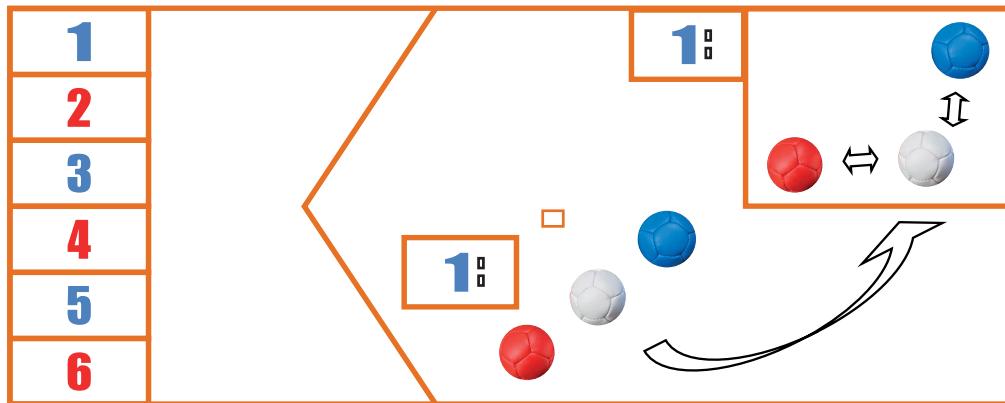
Bolas Equidistantes

Quando duas ou mais bolas estiverem à mesma distância em relação à Bola Alvo, jogará o jogador que empatou (isto é, o que lançou a bola em último lugar).

Bolas Falhadas



Bolas Equidistantes



FALTAS/VIOLAÇÕES

- Se um jogador par ou equipa fizer uma falta, a outra tem o direito a lançar uma bola extra no final do parcial.
- O árbitro regista a pontuação e todas as bolas serão removidas da área do jogo;
- O lado a quem foram averbadas bolas de penalização irá escolher uma das suas bolas de cor, que será lançada para a casa-alvo na cruz. Nos jogos coletivos o capitão da equipa indica quem joga;

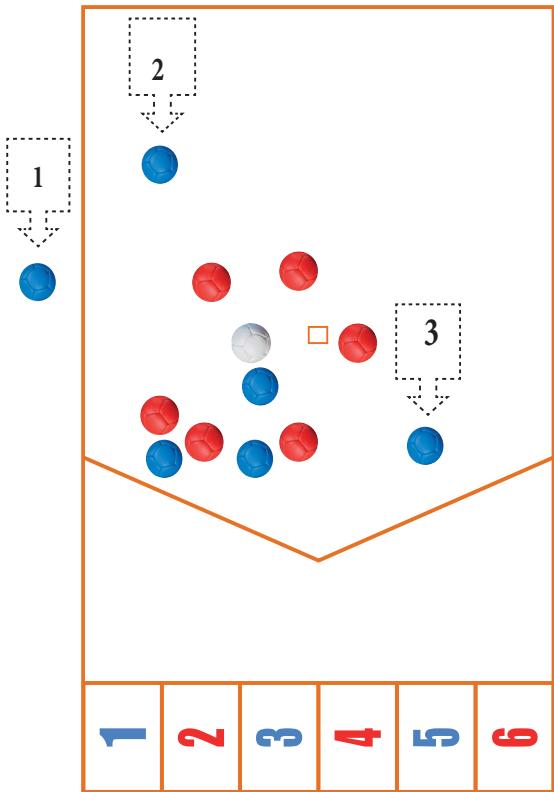
Considera-se que existe falta ou violação, quando:

- Os jogadores saírem da casa de lançamento quando a sua vez não foi indicada;
- Se o acompanhante da BC3 olha para dentro do campo, para ver o jogo, durante um parcial;
- Os jogadores pisarem as linhas divisórias com os pés, bolas, cadeira de rodas ou o dispositivo auxiliar no ato de lançamento;
- Os jogadores entrarem e saírem do campo sem permissão do árbitro.
- Existir comunicação inapropriada entre Atleta/s, os seus Assistentes Desportivos e/ou Treinadores;

PENALIZAÇÕES:

Em caso de uma violação pode haver uma ou várias consequências:

- Uma bola de penalização;
- Retração;
- Uma bola de penalização mais retração;
- Uma bola de penalização mais cartão amarelo;
- Cartão Amarelo (Aviso);
- Cartão Vermelho (Desqualificação).



Bolas de Penalizações:

Uma bola de penalização consiste na atribuição de uma bola extra ao lado oposto. Esta bola será lançada depois de todas as bolas terem sido jogadas num parcial.

As bolas que serão lançadas são:

1. As bolas mortas;
2. As bolas mais distantes da Bola Alvo;
3. A equipa/pares/jogador pode escolher as bolas.

Retração:

Intercetar a bola. Uma retração só pode ser atribuída a uma violação que ocorra durante o ato de lançamento.

Remoção de uma bola do campo:

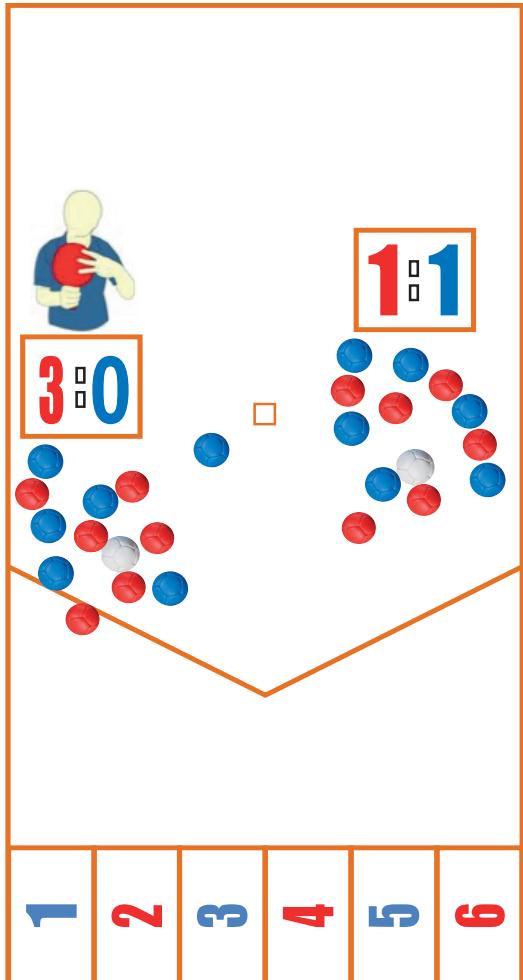
- A bola retirada será colocada na caixa das bolas mortas. Se uma violação é cometida e obriga à retração de bola, o Árbitro deverá sempre tentar parar a bola antes que a mesma altere a posição das outras bolas;
- Se o Árbitro não conseguir parar a bola antes de esta alterar a posição das outras bolas, o parcial será considerado parcial interrompido.

Pontuação:

- A pontuação será dita pelo árbitro, após os lançamentos de todas as bolas, incluindo as bolas de penalização;
- O jogador, par ou a equipa que tiver uma ou mais bolas mais perto da Bola Alvo, tem um ponto por cada bola em relação à bola mais próxima do adversário;
- Se duas ou mais bolas de cores diferentes, estiverem à mesma distância, cada jogador, par ou equipa recebe um ponto por cada uma das bolas.

Desempate:

- Caso, no final do jogo, exista um empate, é necessário fazer um parcial de desempate. O árbitro lança a moeda para ver quem tem o poder de escolha da ordem de lançar a bola;
- O vencedor do lançamento da moeda ao ar, decide quem lança a primeira bola;
- Será usada a Bola Alvo do jogador, par ou equipa que joga primeiro;
- O árbitro coloca a Bola Alvo na cruz;
- O parcial é jogado como um parcial normal, com a duração de um minuto.
- O atleta que ganhar a moeda ao ar pode escolher, se é o primeiro a jogar ou se deixa o outro atleta jogar primeiro. No último caso, a Bola Alvo que é colocada na cruz é a do adversário.



Início do jogo:

- Chegar à hora;
- Recolher o boletim de jogo no secretariado;
- Verificar o material para a arbitragem;
- Verificar o nome dos jogadores;

Na Câmara de Chamada:

- Chamar o nome da Entidade (para o caso de participar, não em nome individual, mas em representação de uma pessoa coletiva);
- Lançar a moeda ao ar para sortear a escolha do campo / cor das bolas;
- Preencher o boletim de jogo.

CORPO DE ARBITRAGEM:

- É constituído por: árbitro principal, árbitro de campo, fiscal de linha e marcador.

Responsabilidade dos Árbitros:

- Lançar a moeda ao ar;
- Preencher no boletim de jogo, os dados referentes aos participantes;
- Indicar quem joga;
- Marcar as faltas;
- Assinar o boletim de jogo.

Em campo, o árbitro deve:

- Não obstruir a visão dos jogadores em relação ao jogo e ao Quadro de Resultados;
- Dar indicações com a raquete de cor vermelha / azul de forma que todos possam ver;
- Tomar as decisões rapidamente e em caso de dúvida deve chamar o árbitro principal;
- Anunciar os resultados em voz alta;
- Responder rapidamente aos sinais dos jogadores e do juiz de linha;

Responsabilidade do Árbitro Principal:

- O Árbitro Principal e/ou quem este designar verificará os materiais a utilizar pelo jogador durante o jogo, num horário a determinar pelo Delegado Técnico.
- Idealmente, isto deveria ter lugar 48 horas antes de a competição começar ou, pelo menos, a anteceder o início do jogo. As bolas não aprovadas na verificação serão guardadas até ao fim da competição.
- Dar apoio durante os jogos aos árbitros de campo, em caso de dúvida.
- Decidir caso haja protestos, apresentados pelos, jogadores, pares e equipas.



Medição com compasso

Responsabilidade do Árbitro de Campo:

- A verificação de todo o equipamento, das bolas e a confirmação do autocolante nas calhas;
- Lançamento da moeda ao ar;
- Preencher o boletim de jogo;
- Dá início ao jogo, indicando com a raquete de sinalização quem joga;
- Medir as distâncias entre as bolas em caso de dúvida e/ou quando solicitado pelo jogador;
- Indica com a raquete o resultado do jogo quando solicitado e/ou no final do parcial ou do jogo; Responsabilidade do Marcador



Árbitro

Em campo:

- Indicar aos jogadores quais as casas que devem ocupar;
- Permitir o lançamento das bolas de aquecimento;
- Posicionar-se no campo perto da Bola Alvo, sem interferir na jogada;

Indicar quem deverá lançar a Bola Alvo

Comportamento em campo:

- Dirigir o jogo conforme indicações do responsável da organização (árbitro principal);
- Entregar a Bola Alvo ao jogador;
- Sinalizar com a mão para esperar.

Responsabilidade do Marcador:

- O marcador do jogo deverá:

- Registar as faltas;
- Registar a pontuação no marcador;
- Assinar o boletim de jogo;
- Registar o tempo.

Responsabilidade do Fiscal de Linha:

- O fiscal de linha deverá:

- Ver se o jogador que vai lançar está a pisar a linha;
- Quando há uma falta, deve de imediato comunicar ao árbitro;
- Verificar se existe comunicação entre o jogador e o acompanhante ou com o treinador;
- Ajudar nas medições;
- Ajudar a recolher as bolas.

Responsabilidade do Capitão da Equipa

Cada equipa tem um capitão que é responsável por:

- Assegurar a presença de todos os membros da equipa;
- Representar a equipa no lançamento da moeda ao ar e decidir se joga com as bolas vermelhas ou azuis;
- Decidir qual o jogador que deve lançar as bolas durante o jogo;
- Confirmar o resultado do jogo;
- Pedir permissão ao árbitro para qualquer jogador entrar em campo se necessário.
- Decidir quais e/ou qual o jogador deve lançar as bolas extras.



Medalha Ordem do Infante D. Henrique atribuída ao atleta Fernando Ferreira

Responsabilidade do Acompanhante/Assistente Técnico Desportivo

Quando a pedido do jogador o Acompanhante/Assistente técnico deve:

- Direcionar ou alinhar ou ajustar e estabilizar a cadeira de rodas do jogador;
- Ajustar a posição do jogador na cadeira de rodas;
- Arredondar e/ou passar a bola ao jogador (consoante os casos que jogam com a mão ou com o pé ou utilizam uma calha/rampa)
- Posicionar a calha (para os BC3);
- Ajustar e colocar ao dispor do jogador os dispositivos auxiliares, por exemplo, o capacete com o ponteiro, as extensões para a boca ou mãos.
- Recolher as bolas depois de cada parcial – quando autorizado pelo Árbitro



INÍCIO DO JOGO

- 1º. O Arbitro chama os jogadores (Individual) ou os capitães dos Pares ou das duas equipas para fazer o lançamento da moeda ao ar.
- 2º. O jogador ou a equipa/par vencedora da moeda ao ar, escolhe as bolas vermelhas ou azuis.
- 3º. O lado que escolher as bolas vermelhas é o primeiro a lançar a Bola Alvo e o jogador que estiver posicionado, mais à esquerda é quem joga em primeiro lugar.
- 4º. O jogador das bolas vermelhas, lança primeiro a Bola Alvo e em seguida lança a sua bola com a indicação do árbitro.
- 5º. Depois, lança o outro jogador/equipa/par com as bolas azuis.
- 6º. Após o lançamento das três bolas, o árbitro indica com a raquete, qual o jogador/equipa/par que deve jogar.
- 7º. Jogará então o jogador/equipa/par que tiver a bola mais afastada, em relação à Bola Alvo.

1983 - ONU

Reconhece-se “cada vez mais a importância do desporto para as pessoas com deficiência, ..., encorajar todas as formas de atividades desportivas de pessoas com deficiência, integrá-los através de medidas proporcionadoras dos meios adequados e de uma correta organização dessas atividades”

REGRAS ELEMENTARES

- 1º. Sorteio das bolas entre os jogadores e / ou equipas, é feito pelo árbitro.
- 2º. O(s) jogador(es) que escolher(em) a(s) bola(s) vermelha(s), lança a bola branca (Bola Alvo) para a zona de jogo e em seguida deverá jogar a sua primeira bola, tentando que esta se aproxime o mais possível da bola branca.
- 3º. De seguida, o jogador adversário tentará colocar a sua bola (bola azul) o mais próximo possível da bola branca, tentando superar o seu adversário.
- 4º. Após o lançamento da segunda bola, o árbitro verifica a distância entre as duas bolas em relação à Bola Alvo, a próxima jogada pertencerá àquele que estiver mais longe da Bola Alvo.
- 5º. O jogo continuará até que todos os jogadores tenham lançado todas as suas bolas.
- 6º. A finalizar o último parcial, o marcador reproduzirá o total de todos os outros parciais, determinando-se assim, o vencedor da partida.

TÁTICAS BÁSICAS

- Durante a competição pode-se ver que há jogadores que lançam a Bola Alvo:

- ✓ para muito longe até ao final do campo (7 m a 9 metros);
- ✓ para muito perto (1,50 m a 3 metros);
- ✓ para junto às linhas laterais;
- ✓ para o meio do campo,

Procurando cada um situá-la na zona que melhor lhe der a vantagem dificultando por outro lado, o adversário.

- Após o lançamento da bola branca (Bola Alvo) há jogadores que tentam aproximar a sua bola:
 - ✓ o mais perto possível da Bola Alvo, no semicírculo anterior ou um dos lados;
 - ✓ o mais perto possível, depois da Bola Alvo, no semicírculo posterior;
- Outros, tentam, pouco a pouco, posicionam as suas bolas à frente da Bola Alvo a uma pequena distância, para num determinado momento e num só lançamento, as aproximarem desta, construindo simultaneamente uma barreira, que dificulta a aproximação da bola do jogador adversário.

Podemos observar que, este jogo não é só um “simples” lançamento das bolas para junto da Bola Alvo, pelo contrário, requer por parte dos jogadores conhecer a tática do adversário e saber construir o seu jogo de forma a dificultar ao adversário, tentando assim, ganhar o jogo.

Vantagens ao Nível do Desenvolvimento do Praticante:

- Estimulação sensório-motora;
- Coordenação Motora geral, manual e pedal;
- Lateralidade / Esquema e a imagem corporal;
- Relações Interpessoais e comunicação;
- Concentração/ Atenção;
- Orientação e estruturação espacial e temporal;
- Espírito competitivo, lúdico e ético.

Consideramos o Boccia como:

- Uma opção credível para integrar o aluno com deficiência e/ou com necessidades educativas especiais na turma;
- Uma opção credível para ser integrado, na prática desportiva de todo o perfil de alunos;
- Uma modalidade com características que o tornam num **Jogo De Eleição Para Todos!**



à esquerda Fernando Ferreira
e à direita Ricardo Pereira

TREINOS DE BOCCIA

Treinos de Precisão:

- Este treino tem como objetivo, trabalhar a coordenação óculo-manual e/ou coordenação óculo-pedal assim como o controlo dos lançamentos.
- Para este tipo de treino devemos utilizar arcos (achatados de preferência e não as cilíndricas) de diversos tamanhos.
- Para aumentar o grau de dificuldade, dever-se-á colocar os arcos mais pequenos e colocá-los progressivamente na zona curta (zona dos 3 m), na zona média (zona dos 5 m), na zona longa (zona dos 8 m) e um arco na cruz e executar lançamentos para colocar as bolas dentro do arco.

Treinos de Pontaria:

- Este treino tem por objetivo, trabalhar a direção e saber orientar o seu posicionamento em relação à Bola Alvo.
- Para aumentar o grau de dificuldade, dever-se-á colocar pinos de diversos tamanhos e colocá-los progressivamente na zona curta (zona dos 3 m), na zona média (zona dos 5 m), na zona longa (zona dos 8 m) e na cruz e executar lançamentos para derrubar os alvos.

Jogos recreativos para:

Treinos de Precisão:

- Jogo dos Arcos
- Jogo dos Números
- Jogo das Cores
- Jogo do Alvo

Treinos de Pontaria:

- Jogo dos Pinos
- Jogo da Baliza
- Jogo do Bowling



Estratégias Jogo de Treino para Boccia

Treino de Pontaria

Treino Controlo de Lançamento



Jogo dos Arcos

O Jogo dos Arcos é jogo recreativo que pode ser jogado num campo de Boccia ou em qualquer outro espaço.

Objetivos: Colocar as bolas dentro dos arcos.

Materiais:

- 6 Arcos do mesmo tamanho;
- 12 Bolas de Boccia (6 bolas azuis e 6 bolas vermelhas) ou 12 sacos de 2 cores diferentes (Grão, Arroz, Feijão, Areia) com 15 cm x 7 cm;
- 1 ou 2 Calhas (caso seja necessário e para quem utilize as bolas).

Número de jogadores:

Individualmente - 1 contra 1, cada jogador tem 6 bolas da mesma cor;

Pares - 2 contra 2, cada jogador tem 3 bolas da mesma cor;

Equipas - 3 contra 3, cada jogador tem 2 bolas da mesma cor;

Género: Misto;

Idade: a partir dos 6 anos.

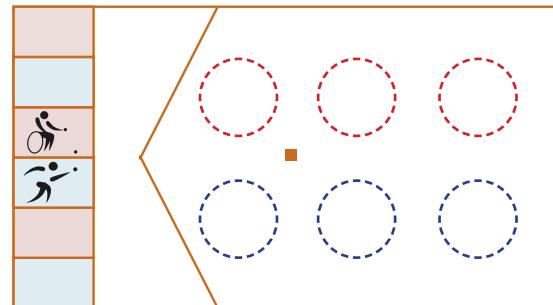
Descrição ou desenvolvimento da atividade:

Num campo de Boccia, no jogo individual os jogadores ficam posicionados na casa 3 e na casa 4, nos jogos de pares, um par fica nas casa 2 e 4 e outro par está nas casa 3 e 5 e no jogo por Equipas, uma fica nas casas 1, 3, 5 e a outra encontra-se nas casas 2, 4 e 6.

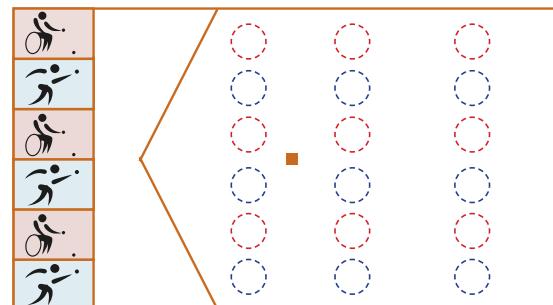
São colocados os arcos em frente de cada casa, primeiro aos 3 m, depois aos 6 m e finalmente aos 9 m; ao sinal do orientador, iniciam os lançamentos, tentando colocar todas as bolas / sacos dentro dos arcos. Vence o jogo o jogador, o par ou equipa que conseguir colocar o maior número de bolas, resultante dos parciais dos resultados obtidos nas três distâncias (isto é aos 3 m, 6 m e 9 m).

Variante: Nos casos de jogadores em cadeira de rodas, terá de haver um acompanhante/ auxiliar, para recolher e devolver as bolas quando jogadas.

Jogo dos Arcos - Individual

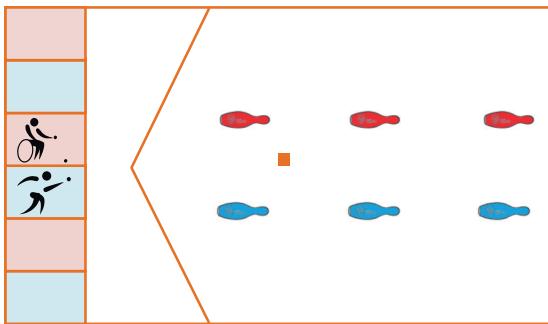


Jogo Equipa



Jogo dos Pinos

Jogo dos Pinos - Individual



O Jogo dos Pinos é jogo recreativo que pode ser jogado num campo de Boccia ou em qualquer outro espaço.

Objetivos: Derrubar os pinos.

Materiais:

- 10 Pinos;
- 12 Bolas de Boccia (6 bolas azuis e 6 bolas vermelhas)
- 1 ou 2 Calhas (caso seja necessário)

Número de jogadores:

Individualmente - 1 contra 1, cada jogador tem 6 bolas da mesma cor;

Pares - 2 contra 2, cada jogador tem 3 bolas da mesma cor;

Equipas - 3 contra 3, cada jogador tem 2 bolas da mesma cor;

Género: Misto;

Idade: a partir dos 6 anos.

Descrição ou desenvolvimento da atividade:

Num campo de Boccia, no jogo individual os jogadores ficam posicionados na casa 3 e na 4, nos jogos de pares, um par fica nas casas 2 e 4 e outro par está nas casas 3 e 5 e no jogo por Equipas, uma fica nas casas 1, 3, 5 e a outra encontra-se nas casas 2, 4 e 6.

São colocados os pinos em frente de cada casa (posição previamente assinalada com giz ou fita adesiva).

Ao sinal do orientador, os jogadores iniciam os lançamentos, tentando derrubar o seu pino. Depois de o derrubar deve colocá-lo na zona seguinte indicada pelo orientador.

O vencedor do jogo, será o jogador, par ou equipa que chegar ao limite do campo em primeiro lugar.

Variante: Nos casos de jogadores em cadeira de rodas, terá de haver um acompanhante/ auxiliar, para recolher e devolver as bolas quando jogadas.

Jogo dos Números

O Jogo dos Números é jogo recreativo que pode ser jogado num campo de Boccia ou em qualquer outro espaço.

Objetivos: Obter o maior número de pontos.

Materiais:

- 1 Tela com Jogo dos Números;
- 12 Bolas de Boccia (6 bolas azuis e 6 bolas vermelhas) ou 12 sacos de 2 cores diferentes (Grão, Arroz, Feijão, Areia) com 15 cm x 7 cm;
- 1 ou 2 Calhas (caso seja necessário e para quem utiliza bolas).

Número de jogadores:

Individualmente - 1 contra 1, cada jogador tem 6 bolas da mesma cor;

Pares - 2 contra 2, cada jogador tem 3 bolas da mesma cor;

Equipas - 3 contra 3, cada jogador tem 2 bolas da mesma cor.

Género: Misto

Idade: a partir dos 6 anos

Descrição ou desenvolvimento da atividade:

Num campo de Boccia, no jogo individual os jogadores ficam posicionados na casa 3 e outro na 4, nos jogos de pares, um par ficam nas casas 2 e 4 e outro par está nas casas 3 e 5 e no jogo por Equipas, uma fica nas casas 1, 3, 5 e a outra encontra-se nas casas 2, 4 e 6. O Jogo dos números fica na zona da Cruz.

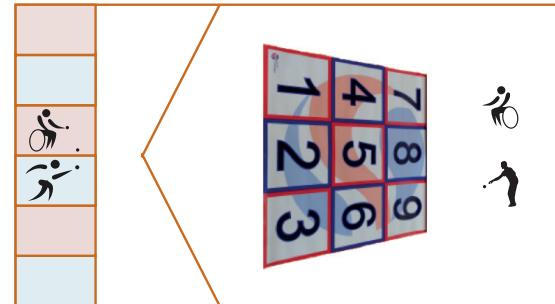
Ao sinal do orientador, o lado que está na casa mais à esquerda inicia os lançamentos, quando terminarem os pontos são contabilizados de seguida, joga o outro lado. O vencedor é o lado que obtiver o maior número de pontos.

As bolas/sacos que ficaram nas linhas divisórias não contam para a pontuação.

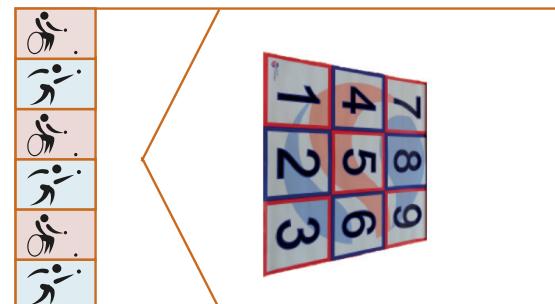
Variante: Os jogadores podem efetuar jogadas defendendo, atacando e fazendo tabelas para obtenção do maior número de pontos possível.

Nos casos de jogadores em cadeira de rodas, terá de haver um acompanhante/auxiliar, para recolher e devolver as bolas quando jogadas.

Jogo dos Números - Variante

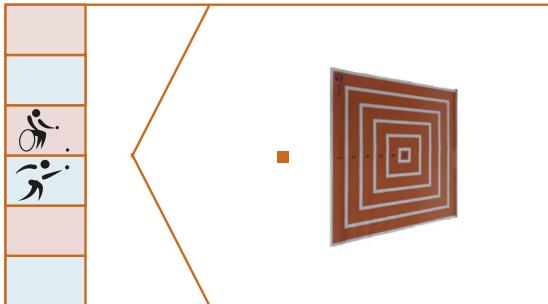


Jogo Equipa



Jogo do Alvo

Jogo do Alvo - Individual



O Jogo do Alvo é jogo recreativo, que pode ser praticado num campo de Boccia ou em qualquer outro espaço.

Objetivos: Obter o maior número de pontos.

Materiais:

- 1 Jogo do Alvo;
- 12 Bolas de Boccia (6 bolas azuis e 6 bolas vermelhas) ou 12 sacos de 2 cores diferentes (Grão, Arroz, Feijão, Areia) com 15 cm x 7 cm;
- 1 ou 2 Calhas (caso seja necessário).

Número de jogadores:

Individualmente - 1 contra 1, cada jogador tem 6 bolas da mesma cor;

Pares - 2 contra 2, cada jogador tem 3 bolas da mesma cor;

Equipas - 3 contra 3, cada jogador tem 2 bolas da mesma cor;

Género: Misto;

Idade: A partir dos 6 anos.

Descrição ou desenvolvimento da atividade:

Num campo de Boccia, no jogo individual os jogadores ficam posicionados na casa 3 e 4, nos jogos de pares, um par ficam nas casas 2 e 4 e outro par estão nas casas 3 e 5 e no jogo por Equipas, uma fica nas casas 1, 3, 5 e a outra encontra-se nas casas 2, 4 e 6.

O Jogo do Alvo fica na zona da Cruz.

Ao sinal do orientador, o lado que está na casa mais à esquerda inicia os lançamentos, quando terminarem os pontos são contabilizados, de seguida, o outro lado.

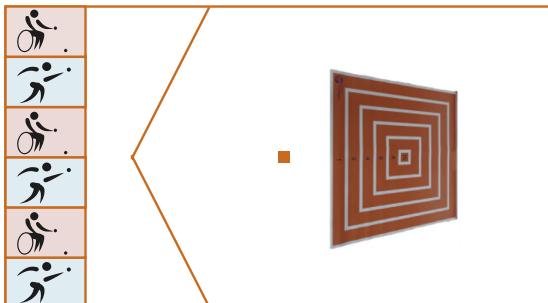
O Vencedor é o lado que obtiver o maior número de pontos.

As bolas ou sacos que ficarem nas linhas não contam para a pontuação.

Variantes: Os jogadores podem efetuar jogadas defendendo, atacando e fazendo tabelas para obtenção do maior número de pontos possível.

Nos casos de jogadores em cadeira de rodas, terá de haver um acompanhante/auxiliar, para lhe devolver as bolas quando jogadas.

Jogo Equipa



Jogo do Bowling

O Jogo do Bowling é jogo recreativo, que pode ser praticado num campo de Boccia ou num qualquer outro espaço.

Objetivos: Derrubar o maior número de pinos.

Material:

- 10 Pinos;
- 12 Bolas de Boccia (6 bolas azuis e 6 bolas vermelhas);
- 1 ou 2 Calhas (caso seja necessário).

Número de jogadores:

Individualmente - 1 contra 1, cada jogador tem 6 bolas da mesma cor;

Pares - 2 contra 2, cada jogador tem 3 bolas da mesma cor;

Equipas - 3 contra 3, cada jogador tem 2 bolas da mesma cor;

Género: Misto; **Idade:** A partir dos 6 anos.

Descrição ou desenvolvimento da atividade:

Num campo de Boccia, no jogo individual os jogadores ficam posicionados na casa 3 e 4, nos jogos de pares, um par fica nas casas 2 e 4 e outro par está nas casas 3 e 5 e no jogo por Equipas, uma fica nas casas 1, 3, 5 e a outra encontra-se nas casas 2, 4 e 6.

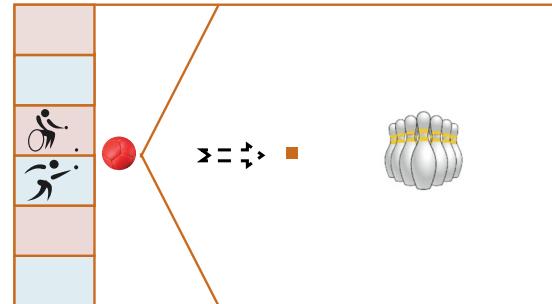
Os Pinos são colocados no corredor central do campo a 9 m da linha de lançamento e a 3 m da linha lateral, ou seja, na zona dos 9 m.

Ao sinal do orientador, o lado que está na casa mais à esquerda inicia os lançamentos, são contados os pontos efetuados, regista-se a pontuação e os pinos são recolocados e continuam a lançar até terminarem as bolas, depois joga o outro lado.

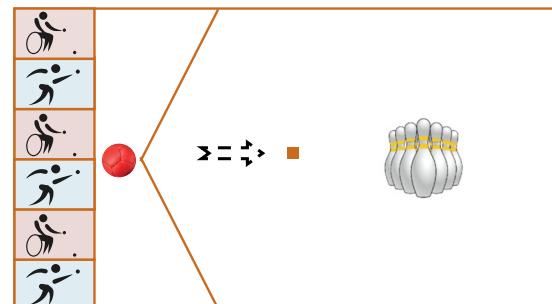
Todos os pinos derrubados devem ser retirados antes de cada lançamento. Deveram ser colocados, previamente, marcas para respetiva colocação dos pinos.

O vencedor é o lado que terminar com mais pontos.

Jogo do Bowling - Individual



Jogo Equipa



**Estratégias para
Treino Controlo de Lançamento, Pontaria e
Táticas de Jogo**



Treino para o controlo da coordenação do neuromuscular do lançamento

Objetivo: controlo da coordenação do neuromuscular no lançamento da bola, os jogadores devem lançar a bola por cima (Descrever um arco) e lançar junto ao solo.

Exercício:

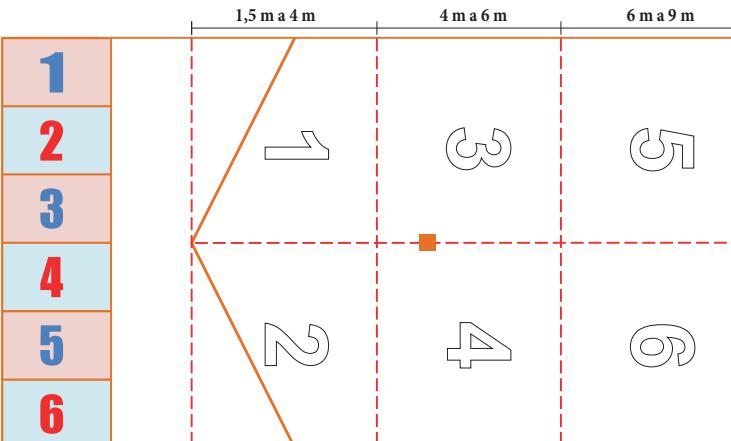
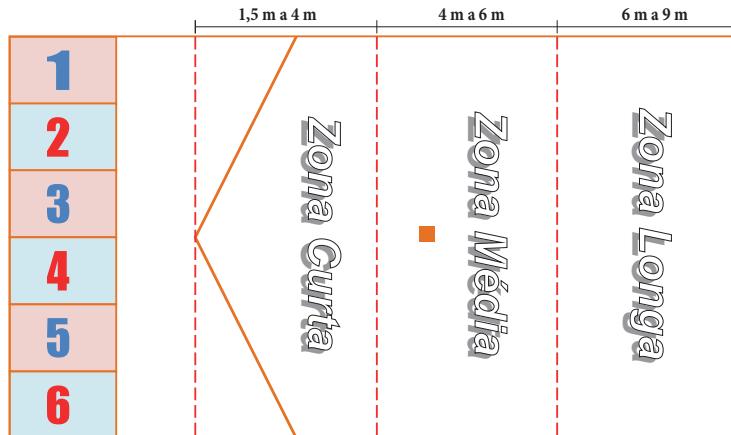
- 1º colocar a bola na zona curta
- 2º colocar a bola na zona média
- 3º colocar a bola na zona longa

Treino para o controlo da coordenação do neuromuscular do lançamento

Objetivo: controlo da coordenação do neuromuscular no lançamento da bola, os jogadores devem lançar a bola por cima (Descrever um arco) e lançar junto ao solo.

Exercício:

- 1º colocar a bola na zona curta no lado esquerdo e depois lado direito;
- 2º colocar a bola na zona média no lado esquerdo e depois lado direito;
- 3º colocar a bola na zona longa no lado esquerdo e depois lado direito;



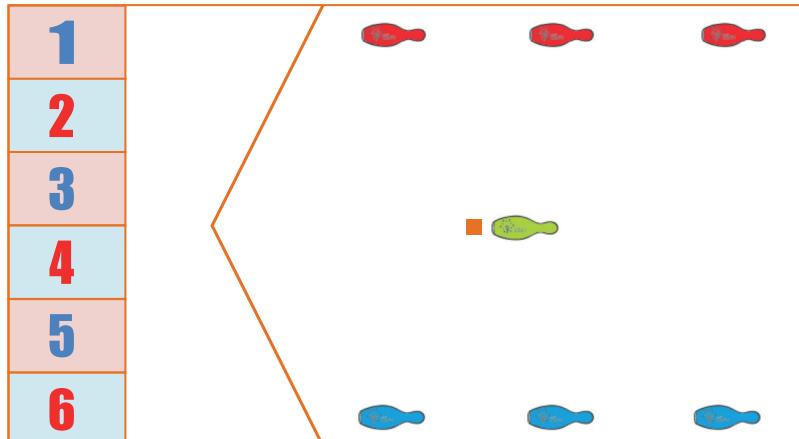


Treino para o controlo da coordenação do neuromuscular do lançamento específico

Objetivo: Controlo da coordenação do neuromuscular no lançamento da bola, os jogadores devem colocar duas bolas dentro de cada arco lançando a bola por cima ou junto ao solo.

Exercício:

- 1º Colocar a bola dentro do arco até ao final do campo do lado esquerdo;
- 2º Colocar a bola dentro do arco até ao final do campo do lado direito;
- 3º Colocar a bola dentro do arco na zona da cruz.



Treino de Pontaria

Objetivo: Saber direcionar e treinar a pontaria. Os jogadores podem lançar as bolas por cima ou por baixo.

Exercício:

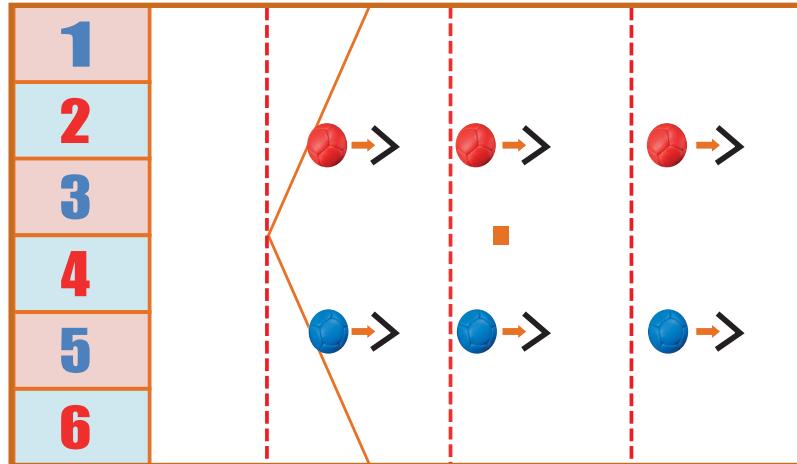
- 1º Derrubar os pinos do lado esquerdo do campo;
- 2º Derrubar os pinos do lado direito do campo;
- 3º Derrubar o pino na zona da cruz.

Treino de Pontaria

Objetivo: Passar com as bolas entre os triângulos.
Os triângulos são colocados em frente de cada jogador.
A largura entre os triângulos é de 25 cm.

Exercício:

- 1º Passar a bola entre os triângulos na zona curta;
- 2º Passar a bola entre os triângulos na zona media;
- 3º Passar a bola entre os triângulos na zona longa.

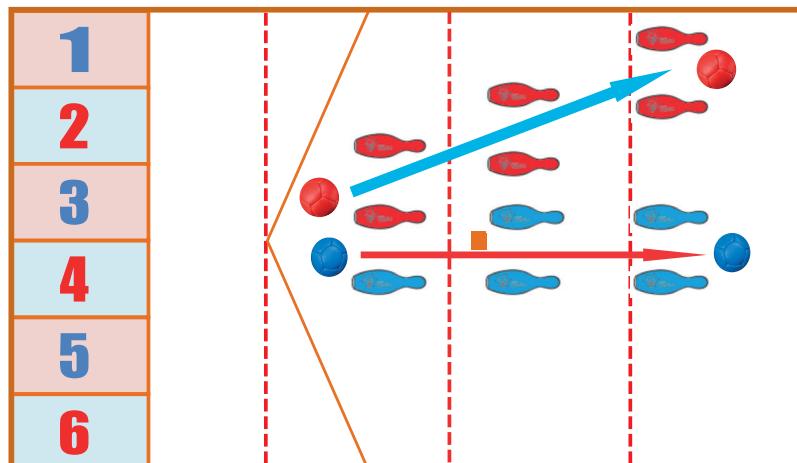


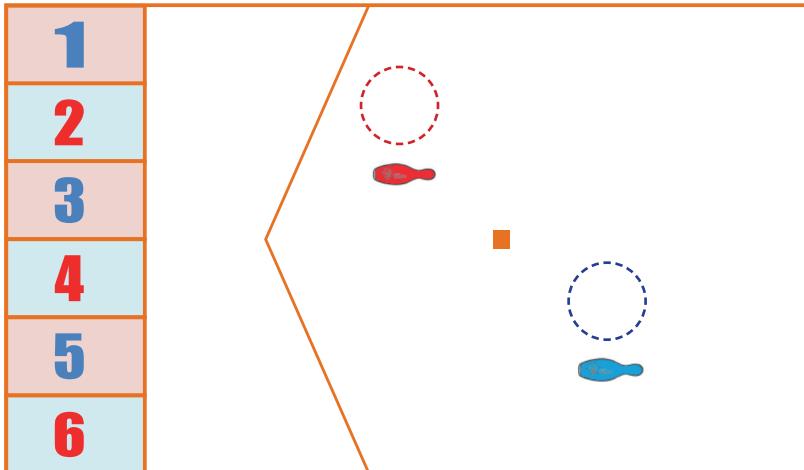
Treino de Pontaria

Objetivo: Passar com as bolas entre os pinos.

Exercício:

- 1º Passar a bola entre os dois pinos em linha reta;
- 2º Passar a bola entre os dois pinos na diagonal para o lado direito;
- 3º Passar a bola entre os dois pinos na diagonal para o lado esquerdo.



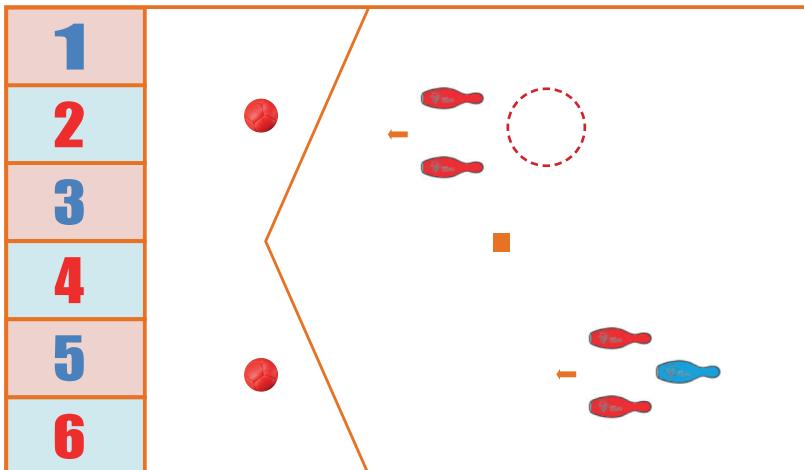


Treino de pontaria e controlo da coordenação do neuromuscular

Objetivo: Treino de pontaria e controlo da coordenação do neuromuscular no lançamento e saber direcionar.

Exercício:

- 1º colocar a bola dentro do arco. De seguida derrubar o pino na zona curta;
- 2º colocar a bola dentro do arco. De seguida derrubar o pino na zona média;
- 3º colocar a bola dentro do arco. De seguida derrubar o pino na zona longa.



Treino de pontaria e controlo da coordenação do neuromuscular

Objetivo: Treino de pontaria e controlo da força no lançamento e saber direcionar.

Exercício:

- 1º Passar com a bola entre os dois pinos e colocar dentro do arco. De seguida, passar entre os dois pinos e derrubar o pino que se encontra na zona curta;
- 2º Passar com a bola entre os dois pinos e colocar dentro do arco. De seguida, passar entre os dois pinos e derrubar o pino que se encontra na zona média;
- 3º Passar com a bola entre os dois pinos e colocar dentro do arco. De seguida, passar entre os dois pinos e derrubar o pino que se encontra na zona longa.

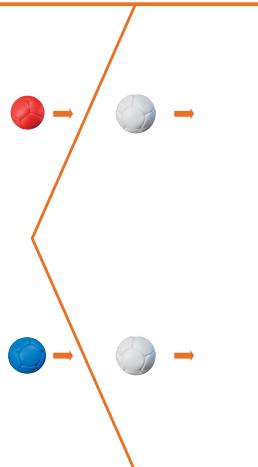
Treino de Pontaria

Objetivo: Acertar na bola alvo.

Exercício:

Cada jogador deverá empurrar a Bola Alvo, desde a linha em V até ao limite do campo ou até terminar o lançamento das suas bolas.

1
2
3
4
5
6



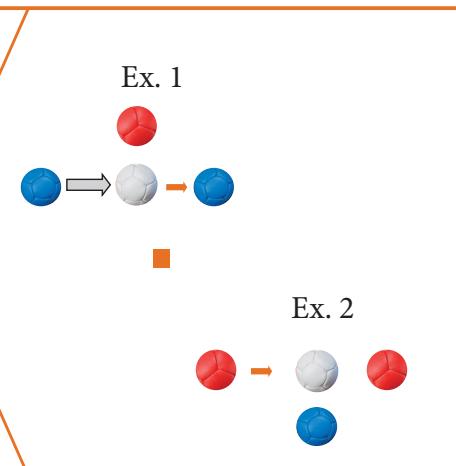
Tática de Jogo

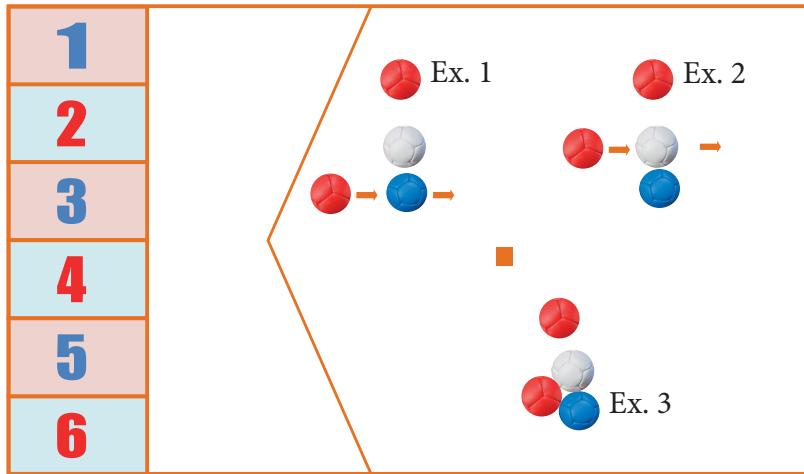
Objetivo: Treino de pontaria e colocação da bola.

Exercício: Tática Defensiva

Ex. 1 O jogador da equipa azul, deve tentar empurrar a Bola Alvo, de forma a que ela fique no meio das duas bolas azuis.
Ex. 2 O jogador da equipa vermelha deve tentar colar a sua bola junto à Bola Alvo.

1
2
3
4
5
6





Exemplos de Táticas de Jogo

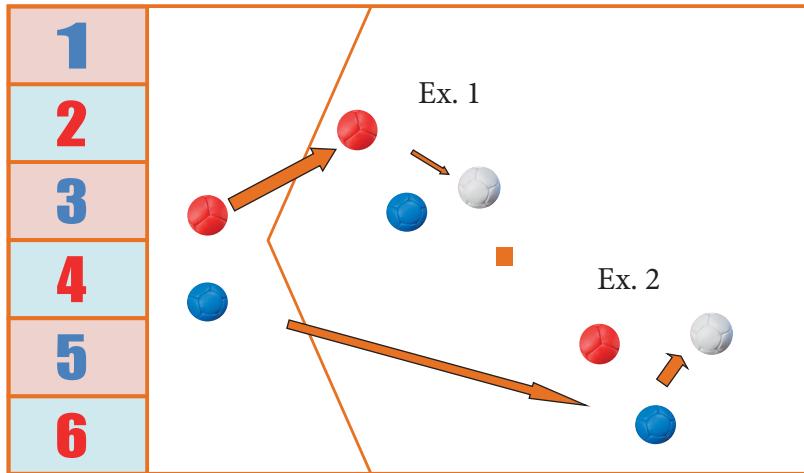
Objetivo: Treino de pontaria e colocação da bola.

Exercício: Tática Ofensiva

Ex. 1 O jogador da bola vermelha tenta tirar a bola azul de modo a que a sua bola fique colada à Bola Alvo.

Ex. 2 O jogador da bola vermelha tenta colocar a sua bola entre a bola azul e a Bola Alvo.

Ex. 3 A vermelha tenta empurrar a Bola Alvo para a frente defendendo-a



Exemplos de Jogadas

Objetivo: Aprender a fazer Tabelas.

Exercício:

Ex. 1 O jogador da casa 3 faz tabela com a bola vermelha que está em campo, de modo a que aquela fique colocada ao lado da Bola Alvo;

Ex. 2 O jogador da casa 4 faz tabela com a bola azul que está em campo, de modo a que esta fique colocada ao lado da Bola Alvo;

Treino Lançamento em Arco

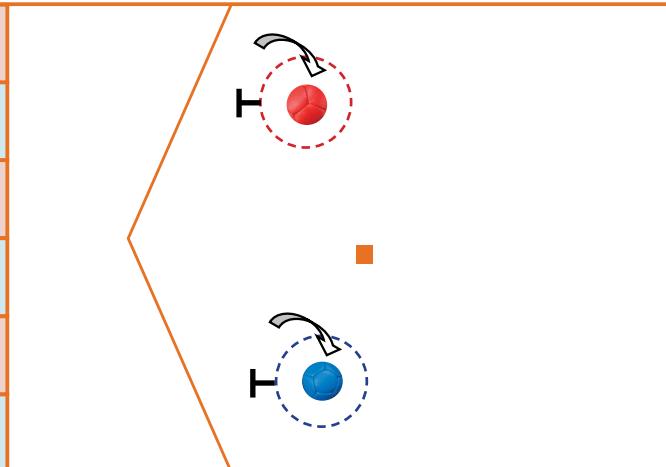
Objetivo: Passar com a bola por dentro do arco.

Exercício:

Lançar as suas bolas através do arco que está apoiado num suporte a 5/10cm do chão.

Os lançamentos são executados na zona curta e na zona média e longa, caso o jogador tenha essas capacidades.

1
2
3
4
5
6



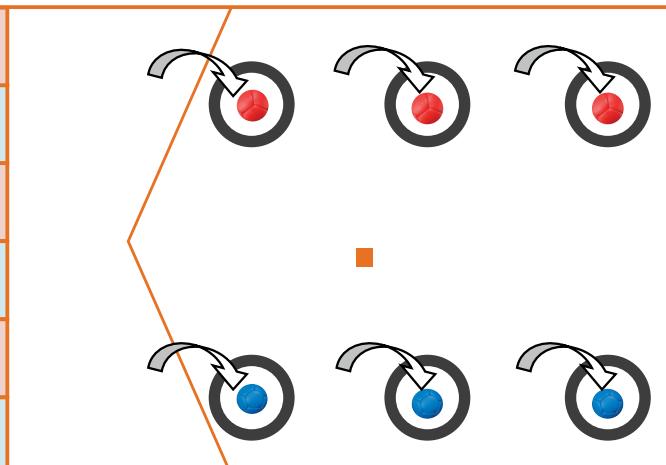
Treino Lançamento em Arco

Objetivo: Colocar as bolas dentro de um pneu /cesto/caixa

Exercício:

Executar lançamentos em arco, tentando colocar a bola dentro de um pneu/cesto/caixa colocado na zona média e na zona curta. O pneu poderá ser substituído por um cesto ou caixa de papelão.

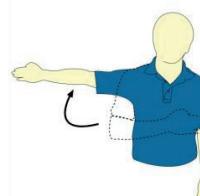
1
2
3
4
5
6

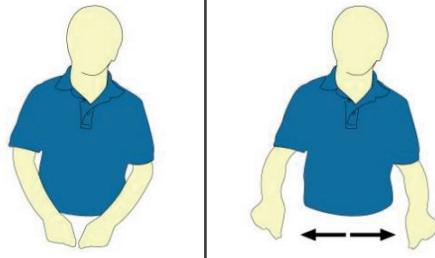


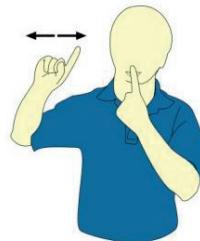
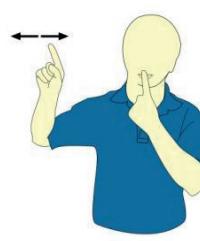
Anexo 1

Sinalética para Árbitro



SITUAÇÃO A ASSINALAR	DESCRIÇÃO DO GESTO	GESTO A EXECUTAR
<p>Indicação para jogar as bolas de aquecimento ou a bola-alvo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regra 10.1 • Regra 10.2 	<p>Deslocar a mão para indicar o lançamento, e dizer, “Comece o aquecimento”, ou “Bola- alvo”.</p>	
<p>Indicação para jogar uma bola de cor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regra 10.5 • Regra 10.6 • Regra 10.7 	<p>Exibir a raquete da cor correspondente ao lado a jogar.</p>	
<p>Bolas Equidistantes</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regra 10.12 	<p>Segurar a raquete lateralmente contra a palma da mão com a berma / lateral virada para os jogadores.</p> <p>Rodar a raquete para mostrar quem é a jogar. (como em cima)</p>	

SITUAÇÃO A ASSINALAR	DESCRIÇÃO DO GESTO	GESTO A EXECUTAR
<p>Desconto de tempo técnico ou médico:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regra 5.7 • Regra 6.2 • Regra 19 	<p>Colocar a palma da mão sobre os dedos da outra mão, estendida verticalmente (em forma de T) e dizer o nome do lado que o solicitou (Ex.º: desconto de tempo para - nome do jogador / clube / País / cor das bolas).</p>	
<p>Substituição:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regra 10.16 	<p>Rotação de um antebraço à volta do outro.</p>	
<p>Medição:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regra 4.6 • Regra 11.6 	<p>Colocar as mãos juntas e afastá-las, como se estivesse a esticar a fita métrica.</p>	

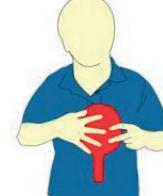
SITUAÇÃO A ASSINALAR	DESCRIÇÃO DO GESTO	GESTO A EXECUTAR
<p>Perguntar se o(s) jogador(es) quer / querem entrar em campo:</p> <ul style="list-style-type: none"> Regra 11.6 	<p>Apontar para o jogador e depois para o olho.</p>	 
<p>Comunicação inapropriada:</p> <ul style="list-style-type: none"> Regra 15.4.3 Regra 16 	<p>Com uma mão, apontar para a boca e mexer lateralmente o dedo indicador da outra.</p>	 
<p>Bolamorta / Bolafora:</p> <ul style="list-style-type: none"> Regra 10.6.2 Regra 10.10 Regra 10.13 	<p>Apontar a bola e levantar o antebraço na posição vertical com a mão aberta e a palma virada para o corpo, dizendo: fora ou bola morta. A seguir, levantar a bola que foi fora.</p>	 

SITUAÇÃO A ASSINALAR	DESCRIÇÃO DO GESTO	GESTO A EXECUTAR
Retração: <ul style="list-style-type: none"> • Regra 15.2 	Apontar para a bola e levantar o antebraço com a mão côncava, antes de pegar na bola (sempre que for possível).	
1 bola de penalização: <ul style="list-style-type: none"> • Regra 15.4 	Levantar um dedo.	
Aviso: <ul style="list-style-type: none"> • Regra 15.8 	Exibir o cartão amarelo para a penalização.	

SITUAÇÃO A ASSINALAR	DESCRIÇÃO DO GESTO	GESTO A EXECUTAR
<p>2º Aviso e consequente desqualificação:</p> <ul style="list-style-type: none"> Regra 15.9.4 	<p>Exibir o cartão amarelo e depois o vermelho.</p>	 
<p>Desqualificação:</p> <ul style="list-style-type: none"> Regra 15.9 	<p>Exibir o cartão vermelho.</p>	
<p>Fim do parcial / fim do jogo:</p> <ul style="list-style-type: none"> Regra 10.7 	<p>Cruzar e afastar os braços esticados. Dizer, “Final de parcial”, ou “Final do jogo”</p>	 

SITUAÇÃO A ASSINALAR	DESCRIÇÃO DO GESTO	GESTO A EXECUTAR
<p>Pontuação:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regra 4.5 • Regra 11 	<p>Colocar os dedos na cor correspondente para indicar o número de pontos e dizer o resultado.</p>	

PONTUAÇÃO

EXEMPLOS DE RESULTADOS			
			
3 pontos para vermelho	7 pontos para vermelho	10 pontos para vermelho	12 pontos para vermelho

FISCAL DE LINHA

SITUAÇÃO A SER ASSINALADA	DESCRIÇÃO DO GESTO	GESTO A EXECUTAR
Para chamar a atenção do árbitro.	Levantar o braço.	

Anexo 2

Orientações para Marcação de Campo

Boletim de Jogo

Linhos de Orientação para Protesto

ORIENTAÇÕES PARA MARCAÇÃO

- Fita larga para as linhas exteriores, linha de lançamento e linha V
- Fita fina para as linhas divisórias das casas de lançamento, a cruz e 25 cm x 25 cm para a casa-alvo
- 6 metros – linha da frente e linha de fundo: medidos dentro das linhas laterais
- 12.5 metros - linhas laterais: medidos entre a linha da frente e a de fundo
- 10 metros: medidos do interior da linha da frente até ao exterior da linha de lançamento (esta estará incluída nessa medida)
- 5 metros: do interior da linha da frente até ao centro da cruz
- 3 metros: do interior da linha lateral até ao centro da cruz
- 3 metros: do exterior da linha de lançamento (lado das casas) até à extremidade da linha V
- 1.5 metros: do exterior da linha de lançamento (lado das casas) até ao vértice da linha V
- 2.5 metros: do interior da linha de fundo para dentro (que será também o exterior) da linha de lançamento
- 1 metro - linhas das casas de lançamento: largura da fita repartida para os dois lados da marca de um metro

BOLETIM DE JOGO PARA COMPETIÇÃO FEDERADA DE BOCCIA

Deve-se preencher o cabeçalho do boletim de jogo antes de ser entregue ao árbitro:

- Número de Jogo;
- Número de Campo;
- Fase;
- Data;
- Hora de Início;
- Nome do Jogador / Equipas.

Não se deve assinar o boletim de jogo em caso de protesto.

NOME DA COMPETIÇÃO

Competição

Categoria

Jogo nº

Campo nº

Pool/ Fase:

Data

Hora Início

Clube:

Nº

Nº

Nome

S

Clube:

Nº

Nº

Nome

S

Cor

Cor

Desc. Tempo	BNL	Tempo Parciais	Resultado Parcial	Resultado Final

Resultado Final	Resultado Parcial	Tempo Parciais	BNL	Desc. Tempo

Violações/ Comentários

Violações/ Comentários

Assinatura do Jogador

--

Assinatura do Jogador

--

Vencedor _____ Nº _____

Marcador _____ Fiscal de Linha _____

Árbitro _____

Árbitro Principal _____ Hora Final _____

BOCCIA
Boletim de Jogo



DIVISÃO I - 1 e 2
DIVISÃO I - 3
DIVISÃO II - E 1
DIVISÃO II - E 2

JOGO N°	CAMPO N°	FASE	SÉRIE

LOCAL	DATA	HORA

ESCOLA A _____

ESCOLA B _____

Nº	Nomes Jogadores Titulares
1	
2	
3	
Nome Jogadores Suplentes	
4	
5	

COR _____

COR _____

Desc Temp	TEMPO PARCIAL	RESULTADO PARCIAL	RESULTADO FINAL	RESULTADO FINAL	RESULTADO PARCIAL	TEMPO PARCIAL	Desc Temp
DESEMPATE		DESEMPATE		DESEMPATE		DESEMPATE	

VIOLAÇÕES

VIOLAÇÕES

Assinatura dos Jogadores

Assinatura dos Jogadores

VENCEDOR:

ESCOLA:

EQUIPA DE ARBITRAGEM

ÁRBITRO 1: _____	c.c. _____	Escola: _____
ÁRBITRO 2: _____	c.c. _____	Escola: _____

Avaliação Profs.	
Avaliação de 1 a 5	
Equipa A	Equipa B

1- Fraco; 2- Mediocre; 3-Razoável; 4-Bom; 5-Muito Bom

**BOLETIM DE JOGO PARA
DESPORTO ESCOLAR**

LINHAS DE ORIENTAÇÃO PARA PROTESTO

- Se um lado quer apresentar um protesto fora do tempo limite (30 minutos), o Secretariado deve informá-lo que o tempo limite expirou. Se o lado insistir na aceitação do protesto, o Secretariado não o aceitará.
- Não serão aceites fotografias e vídeos como suporte ao protesto apresentado.
- Repetição de um jogo, devido a um protesto: O árbitro lança a moeda ao ar e o lado vencedor escolhe se quer jogar com as vermelhas ou azuis. Se um lado tiver sido punido com bolas de penalização, estas já não poderão ser jogadas.
- Repetir o jogo desde o início do parcial onde ocorreu a situação que motivou o protesto, devido a uma decisão do júri de protesto: os jogadores mantêm-se nas mesmas casas e usarão as bolas da mesma cor. As violações que foram cometidas durante o parcial que está a ser repetido, devido à decisão do júri de protesto, já não serão válidas, a não ser um aviso escrito ou uma desqualificação.

BOLETIM DE PROTESTO (1/2)

(Identificação da pessoa que submete o boletim)

NOME: _____ (País): _____

ESTATUTO (chefe de equipa, treinador, atleta/capitão...): _____

(Identificação do jogo protestado)

Competição: _____ Modalidade: Boccia

JOGO nº _____ CAMPO nº _____ POOL / ½ Final ...: _____

CALENDARIZADO PARA (data e hora): _____ / _____ / _____ : _____

DIVISÃO (Individual BC1, BC2... Pares BC3...): _____

JOGO ENTRE (número ou nome do jogador(es) e País) _____

PROTESTO (informação quanto às circunstâncias e a justificação, fazendo referência às regras que fundamentam o protesto.

Utilizar o verso do boletim, se necessário):

(Reservado ao Secretariado)

DATA E HORA RECEÇÃO: _____ / _____ / _____ : _____

BOLETIM DE PROTESTO (2/2)

DECISÃO DO PAINEL DE PROTESTO (utilizar o verso, se necessário): _____

DATA E HORA: _____ / _____ / _____ : _____

ASSINATURAS DO PAINEL DE PROTESTO:

(Árbitro Regional)

(Árbitro Nacional)

(Árbitro Principal)

DEVOLUÇÃO DA TAXA DE PROTESTO: SIM NÃO

	Data e Hora	Assinatura
Resposta ao protesto recebida a:	____ / ____ / ____ h ____	Por: _____
Resposta ao protesto recebida a:	____ / ____ / ____ h ____	Por: _____

BIBLIOGRAFIA

BISFed <http://www.bisfed.com/> acedido em 2018

Carvalho, F.; **Carvalho, J.V.**; Parreira, J. & Januário, N. (2017). Desporto com sentido – **Boccia**. Desporto Com Sentido. Seixal. Associação de Paralisia Cerebral de Almada Seixal [APCAS]

Carvalho, J. e Carvalho, R. (1988) **Manual de Boccia – Individual e de Equipas**, Editado pela Associação Portuguesa de Paralisia Cerebral, Lisboa, pp. 1-68.

PCAND <http://pcand.pt/> acedido em 2018

Pereira, L.M.; Carvalho, J.V.; Rosado, A.B.; Patrício, J.; Barradas, A.; Crespo, M.J.; Parreira, J.; Costa, I.; Silva, C.M.; Espadinha, C.; Silva, P.; Januário, N. & Lopes, M. (2017). Desporto com sentido – **Manual do Desporto Adaptado**. Desporto Com Sentido. Seixal. Associação de Paralisia Cerebral de Almada Seixal [APCAS].

NOTAS:



APOIO:

