



Ludo Apta

A experiência do esporte aplicado a toda a sociedade

Habitados a driblar e encostar a bola no cesto, atletas do Núcleo Sportinguista de Leiria foram desafiados a jogar basquetebol sentados em cadeiras de rodas adaptadas. Com a ajuda preciosa da equipa de Leiria da Associação Portuguesa de Deficientes (APD), aprenderam a jogar, ao mesmo tempo que se deslocavam, giravam a cadeira e transportavam a bola. Na outra ponta do campo, o Ateneu Desportivo de Leiria convidava os jovens da Cercipom a experimentar o trampolim. Pé ante pé, um ligeiro balanço e depois a aventura do primeiro salto.

Foi assim, sábado à tarde, na terceira edição do Ludo Apta - Integração pelo desporto. Quem passou no relvado do estádio de Leiria assistiu a uma mega demonstração desportiva de modalidades adaptadas e não adaptadas. A experiência conquistou utentes de várias instituições da região, e não só, e despertou sorrisos a todos os que experimentaram: experientes desportistas, professores, pais ou crianças sem hábitos desportivos frequentes.

"Queremos promover e sensibilizar para o desporto como forma de inclusão das

pessoas com deficiência. Muitas vezes não é necessário adaptar o desporto para que a pessoa com deficiência pratique. É preciso que vá e se sintam bem", explica Rita Marcelino, técnica de reabilitação e inserção social da Oásis.

Para Eric Domingues, o judo é um exemplo perfeito "O contacto é muito importante e para eles [pessoas com deficiência] é fundamental, ajuda-os a sentirem-se seguros. Há uma proximidade, um afeto", explica o treinador de judo do GR Milagres. Em contacto direto com o tapete, o praticante pode iniciar a aprendizagem da arte no solo. "Aprendem a cair com segurança e confiança. Depois sobem e praticam exatamente com as mesmas regras" desportivas, esclarece o técnico que teve como adversários utentes da Cercipom.

Modalidades mais populares cativaram os jovens da Cercilei. Andebol e ciclismo estiveram entre as preferências. Outros deram uma espreitadela ao rãguebi, atletismo, esgrima, tiro e tripla.

E há alguma que seja aconselhada? "A escolha depende sempre da pessoa e do

tipo de desenvolvimento da pessoa com deficiência. Tudo resulta da experimentação", afirma Ivo Quendera, treinador de canoagem e membro da Federação Portuguesa de Desporto para pessoas com Deficiência.

José Amoroso partilha da opinião. Responsável da equipa de frisbee LFO adianta que não há muitos estudos sobre a modalidade adaptada. No entanto, da mesma forma que é possível ajustar o tamanho e peso do disco para diferentes escalões etários, também é possível adaptar a prática de frisbee para cidadãos com deficiência. "É uma questão de experimentar", diz. E há o oposto: "O boccea foi pensado para pessoas com deficiência, mas muitas vezes, o que acontece é que as pessoas que não têm é que querem experimentar", reforça a técnica da Oásis.

O Ludo Apta contou ainda com relatos na primeira pessoa de praticantes de desporto adaptado e os seus triunfos. "Eu consigo fazer tudo o que os outros fazem. Só é um bocadinho diferente", confessou Marco Antunes que tem 75% de incapacidade e é praticante de desporto adaptado e treinador de futsal. MG

A realização de atividades inclusivas ajuda a que, aos poucos e poucos, instituições, clubes e associações abram as portas e incluam as pessoas com deficiência nas suas atividades. "Tudo demora o seu tempo", realça a organização. Fotos: MG

20

modalidades distintas estiveram à disposição de quem passou no estádio de Leiria no último sábado. Kendo, andebol, frisbee, ciclismo, trampolim, judo, rãguebi, esgrima, boccea, tiro ao arco, tripla, hóquei, ginástica e basquetebol, futebol, zarabatana e badminton foram alguns exemplos

Abrangência Dezenas de pessoas dedicaram a tarde de sábado a experimentar diferentes modalidades em desporto adaptado e não adaptado. Um desafio da Oásis