

The formation and development of the adapted sports: a proposal for intervention

A formação e o desenvolvimento do desporto adaptado: uma proposta de intervenção

Tadeu Celestino^{1,2}, Antonino Pereira^{2,3}

¹Agrupamento de Escolas de Oliveira do Hospital; ²Centro de Estudos em Educação, Tecnologia e Saúde (CI&DETS); ³Escola Superior de Educação de Viseu

Abstract

In recent times, the adapted sports has adjust their procedures converting today in a plural meaning of phenomenon and materializing the sports paradigm to all. In this context, sport excellence and the practice of sport and physical activity throughout are essential vectors in defining strategies for the promotion of potential of adapted sport which requires a multiplicity of concerted solutions and scientifically supported. The scarce literature referent to formation and promotion of the sporting excellence of these individuals, well as conditionings and social stigmas that still remain in the sports culture, justify the need for a reflection about the processes of formation in adapted sports. On the other hand it is imperative to highlight good practices that intending promote the values of the inclusion, equity and universality of sports practice. Thus, the purpose of this essay is to present the Long-Term Athlete Development for people with disabilities as an example of practitioner's formation, which seeks at one time promote sport excellence well as formation for the life, configuring itself as an eclectic and inclusive model in response to ideals of sport (truly) for all.

Keywords: Sport for all, social inclusion, sport formation, excellence in sport

Resumo

Nos últimos tempos, o desporto adaptado tem vindo a reajustar os seus procedimentos convertendo-se na atualidade num fenómeno de significado plural, materializando assim o paradigma do desporto para todos. Neste contexto, a excelência desportiva e a prática da atividade física e desportiva ao longo da vida são vetores essenciais na definição de estratégias de promoção do potencial do desporto adaptado o qual exige uma multiplicidade de soluções concertadas e cientificamente sustentadas. A escassa literatura referente à formação e promoção da excelência desportiva destes indivíduos, bem como as condicionantes e estigmas sociais que ainda subsistem na cultura desportiva, justificam a necessidade de uma reflexão acerca dos processos de formação do desporto adaptado. Por outro lado, é imperioso realçar boas práticas que pretendam promover os valores da inclusão, equidade e universalidade da prática desportiva. Deste modo, o propósito deste ensaio é o de realçar o *Long-Term Athlete Development* para pessoas portadoras de deficiência como um exemplo de formação de praticantes, o qual procura a um só tempo promover a excelência desportiva bem como a formação para a vida, configurando-se como um modelo eclético e inclusivo em resposta aos ideais do desporto (verdadeiramente) para todos.

Palavras-Chave: Desporto para todos, inclusão social, formação desportiva, excelência no desporto.

Introdução

A evolução a que assistimos no desporto, ao longo dos séculos e particularmente a partir do século XX, tem transformado os seus conceitos, práticas e modelos de organização. Na atualidade a prática desportiva, atorara reservada apenas a uma elite de cavalheiros, cinge-se numa pluralidade de motivos, finalidades, sujeitos e modos de realização (Bento, 2007; Celestino & Pereira, 2015). Nesta conceção multidisciplinar encontramos o desporto adaptado que paulatinamente tem vindo a assumir o seu lugar de pleno direito na matriz conceptual do desporto.

Emergido da atividade física adaptada, como meio privilegiado de recuperação (Guttmann, 1976), e de inclusão social e produtiva dos indivíduos vítimas da Segunda Guerra Mundial (Silva, 1992; Winnick, 2005), ao longo do tempo tem-se reconfigurado e reajustado às necessidades e anseios dos seus praticantes extravasando, na atualidade, os objetivos da sua génese puramente terapêutica e de reabilitação. Assim, gradativamente, o modelo eminentemente terapêutico e recreativo de outrora aproxima-se cada vez mais do paradigma do alto rendimento desportivo (Brittain, 2010; Schantz & Gilbert, 2008), cujo expoente máximo se materializa nos Jogos Paralímpicos (Brittain, 2010; Howe, 2008) expressão máxima da excelência desportiva adaptada. Consequentemente, e no interregno deste evento desportivo, são cada vez mais as competições de cariz mundial de diversas modalidades adaptadas organizadas sob a égide do Comité Paralímpico Internacional (Houlihan & Chapman, 2016) e que legitimam definitivamente o desporto de elite adaptado para os indivíduos portadores de deficiência (Howe & Jones, 2006) e cujos intervenientes se assumem de pleno direito como atletas e não apenas indivíduos com deficiência que praticam desporto (Ruiz, 2012).

Esta mudança de paradigma, tem vindo a revelar-se um importante catalisador de notoriedade do desporto adaptado na sociedade global. Não só pelo crescente interesse manifestado pela comunicação social (Gold, & Gold, 2007; Marques, Marivoet, Almeida, Gutierrez, Menezes, & Nunomura, 2015; Pereira, Monteiro, & Pereira, 2011) mas também pelo, destaque e reconhecimento das capacidades e potencialidades que os indivíduos portadores de deficiência tem vindo a evidenciar na sua realização pessoal e particularmente desportiva.

Porém, a prática de uma modalidade desportiva ao nível do alto rendimento e a construção de uma carreira desportiva com referenciais de excelência é um processo complexo e de longo prazo (DePauw & Gavron, 2005). Deste modo este percurso para a excelência tem a sua génese em idades precoces (Barreiros, Côté, & Fonseca, 2013a) e requer a interação bem-sucedida de uma multiplicidade de fatores de ordem pessoal (Davids & Baker, 2007) e socio contextual (Bloom, 1985; Côté, 1999).

No entanto, quando nos referimos à formação de jovens atletas no âmbito do desporto adaptado este processo complexifica-se, dadas as condicionantes etiológicas e funcionais inerentes às deficiências, requerendo adaptações e reestruturações diversas, e que por sua vez exigem modelos de formação e desenvolvimento de desportistas bem estruturados e cientificamente sustentados. Porém, quando confrontados com a literatura de referência desta área de estudo denotamos um hiato no que toca à análise e estudo dos processos e sistemas subjacentes à formação desportiva dos indivíduos portadores de deficiência (Carvalho, 2004; Ruiz, 2012; Saraiva, Almeida, Oliveira, Fernandes, & Cruz-Santos, 2013; Sousa, Corredeira, & Pereira, 2013) contrastando com o número de pesquisas desenvolvidas no âmbito dos processos de formação e desenvolvimento de talentos no desporto regular.

Face ao exposto é importante tomar consciência que a promoção do talento desportivo adaptado, de forma consistente e perpétua no tempo, precede da necessidade de haver uma profunda reflexão daquilo que é o processo para o seu desenvolvimento. Tendo em conta a indefinida existência de um programa de detenção promoção do talento desportivo adaptado (Carvalho, 2004), é essencial destacar exemplos de boas práticas de inclusão e integração (Marivoet, 2014) bem como enaltecer perspetivas multidimensionais e ecléticas para a formação desportiva dos indivíduos portadores de deficiência para uma plena integração social no e pelo desporto.

Deste modo pretendemos realçar e destacar alguns aspetos fundamentais do *Long-Term Athlete Development* para atletas com deficiência (Higgs, Balyi, Cardinal, Norris, & Way, 2012) como um modelo eclético e inclusivo que a um só tempo promove a excelência desportiva, não olvida os ideais do desporto para todos, assim como procura ir mais além na promoção e manutenção da prática desportiva ao longo da vida.

Estado da Arte

O destaque alcançado pelo desporto adaptado não é alheio à comunidade científica, particularmente ao nível das Ciências do Desporto cujas linhas de investigação têm recentemente destacado a importância da interligação entre o desporto e a deficiência e, particularmente, no estudo da história do movimento paralímpico (Legg & Steadward, 2011), a inclusão social no desporto (Liu, 2009; Siperstein, Glick, & Parker 2009), os benefícios para a saúde (Sanz Rivas & Reina Vaíllo, 2012), as perceções e auto-perceções dos atletas portadores de deficiência (Howe, 2008; Purdue & Howe, 2012; Silva & Howe, 2012) e o desporto como atividade de lazer (Thomas & Smith 2008).

Consequentemente as diversas linhas de investigação no âmbito das Ciências do Desporto têm vindo a colocar em evidência um conjunto de potencialidades associadas à prática das Atividades Físicas Desportivas Adaptadas, nomeadamente a nível fisiológico, psicológico, físico e social. Estas, por sua vez refletem-se positivamente nos indivíduos portadores de deficiência através de ganhos de autonomia e autoconfiança para a realização das tarefas diárias, assim como benefícios significativos ao nível da autoestima e autoconceito (Caspersen, Pereira & Curran, 2000). Do mesmo modo, funcionam como um importante catalisador de bem-estar (Boyce & Fleming-Castaldy, 2012; Giacobbi, Stancil, Hardin, & Bryant, 2008), que se reflete inequivocamente em ganhos significativos de qualidade de vida (Safania & Mokhtari, 2012; Tomasone, Wesch, Ginis, & Noreau, 2013) e autonomia pessoal e social deste grupo de indivíduos.

De igual forma evidenciam-se os benefícios no âmbito da saúde, onde diversos estudos têm demonstrado as fortes relações positivas entre a prática de atividades físico desportivas e os níveis de saúde, considerando-se inclusive, como um importante meio de prevenção e redução dos fatores de risco de doenças cardiovasculares, metabólicas ou do cancro (Sanz Rivas & Reina Vaíllo, 2012).

Por outro lado, poderá desempenhar um papel ativo na compensação do decréscimo, quer da funcionalidade física decorrente da sua condição (mobilidade reduzida, espasticidade, contraturas e dor), quer do processo natural de envelhecimento, e consequente melhoria da qualidade de vida. Assim, como um importante catalisador de

inclusão, integração e socialização dos indivíduos (Celestino & Pereira, 2015).

No âmbito desportivo, os desempenhos estão intimamente dependentes da evolução do envolvimento que lhes serve de suporte (Constantino, 2007). Esta constatação está patente quando nos debruçamos no contexto desportivo adaptado, onde na realidade portuguesa, apesar das quatro décadas da sua efetivação, é ainda insipiente a sua plena valorização e reconhecimento. Assim, e apesar das excecionais performances que os diferentes atletas paralímpicos portugueses têm vindo a registar ao longo da sua participação nas diferentes edições dos Jogos Paralímpicos, o seu esforço ainda não é plenamente reconhecido pela sociedade portuguesa (Sousa, et al., 2013). Este facto, em primeira instância, está bem patente no desinvestimento que se assiste no apoio à formação e desenvolvimento desportivo nos nossos atletas paralímpicos e que contrasta com a tendência vivida por outros países e realidades (Sousa, et al., 2013). Efetivamente, este alheamento a que se tem assistido ao nível do desporto adaptado tem-se refletido inequivocamente no decréscimo dos resultados desportivos que os nossos atletas têm registado nas últimas edições dos Jogos Paralímpicos como se observa na tabela 1.

Tabela 1 - *Dados relativos às medalhas conquistadas e posição final em cada Paraolimpíadas*

Ano/Local	Medalhas de Ouro	Medalhas de Prata	Medalhas de Bronze	Total	Ranking
Nova Iorque/ Stoke Mandeville - 1984	4	3	7	14	26º
Seul - 1988	3	5	6	14	28º
Barcelona - 1992	3	3	3	9	29º
Atlanta - 1996	6	4	4	14	26º
Sydney - 2000	6	5	4	15	26º
Atenas - 2004	2	5	5	12	41º
Pequim - 2008	1	4	2	7	42º
Londres - 2012	0	1	2	3	63º
Total	25	30	33	88	

Fonte: Comité Paralímpico de Portugal 2012

Noutra dimensão, referencia-se o fraco recrutamento que se assiste de novos atletas paralímpicos para a alta competição fruto, essencialmente, de uma incipiente base de recrutamentos em consequência dos constrangimentos e estigmas que ainda subsistem na sociedade portuguesa em relação à pessoa com deficiência (Carvalho, 2004).

Efetivamente em Portugal face ao vasto leque de modalidades desportivas adaptadas disponíveis, na época desportiva de 2012/2013, apenas 0,4% dos indivíduos portadores de deficiência em Portugal se encontram envolvidos nestas práticas de uma forma frequente e sistemática (Saraiva et al., 2013).

De igual modo, no que concerne à sua vertente recreativa, os índices de participação em atividades desportivas adaptadas, registam, de uma forma geral, índices de participação baixos (Ginis, Jetha, Mack, & Hetz, 2010; Kosma, Cardinal, & McCubbin, 2004).

Constata-se ainda a existência de barreiras ao nível da formação escolar, nomeadamente no âmbito da Educação Física e do Desporto Escolar. Particularmente na Educação Física, e apesar dos professores reconhecerem as potencialidades da disciplina para a concretização dos ideais da escola inclusiva e mostrarem grande receptividade para acolherem alunos portadores de deficiência nas suas aulas, diversos estudos têm identificado um conjunto de constrangimentos relacionados com a insuficiente preparação/formação e incapacidade dos docentes para lidar com estes alunos e ministrar com qualidade uma educação física adaptada (Nascimento, Rodrigues, Grillo & Merida, 2007; Rodrigues, 2008). Por outro lado, no âmbito do desporto escolar, apesar do crescimento do número de participações de alunos com Necessidades Educativas Especiais de carácter permanente, a oferta de prática desportivas adaptadas e que vá ao encontro da heterogeneidade desta população escolar nos últimos anos tem sido limitada. Efetivamente, só a partir do ano letivo de 2010/2011 se verificou a disponibilização de um maior leque de possibilidades de prática desportiva com a introdução dos outros desportos adaptados (Saraiva et al., 2013).

Importa ainda salientar que ao analisarmos a estrutura organizativa do desporto adaptado em Portugal, observamos que o mesmo se encontra estruturado com base no agrupamento de atletas por tipo de deficiência espelhando ainda o seu passado recente associado à vertente reabilitativa. Tal ideia é sublinhada por Sousa et al., (2013) ao afirmarem que “ao agrupar atletas por características etiológicas semelhantes e não por modalidades desportivas como sucede no desporto em geral, verificamos que o valor discriminatório conferido a este tipo de prática desportiva ainda hoje permanece” (p.109), e que pode colocar em causa o desenvolvimento do atleta portador de deficiência na sua plenitude.

Estes factos evidenciam um conjunto de constrangimentos de ordem socio contextual que, aliados às barreiras da condição da deficiência, condicionam significativamente quer uma necessária literacia motora básica, quer o acesso aos programas de atividades físico/desportivos (Cardoso, Palma, & Zanella, 2010), assim como a uma eficaz formação e desenvolvimento desportivo dos indivíduos portadores de deficiência. Reforçam ainda a conceção elitista do desporto adaptado, fazendo também transparecer a baixa cultura desportiva nacional (Carvalho, 2004) que, em última instância, limitam a efetivação plena do paradigma do desporto para todos.

Novas perspetivas/diretrizes

As políticas de promoção do desenvolvimento desportivo tem subjacente à sua conceção o reconhecimento do potencial do desporto como fator de desenvolvimento humano, particularmente a sua capacidade para a promoção da inclusão e no fomento da igualdade de oportunidades.

Consequentemente, o desporto tem sido um tema recorrente de análise por parte de governos, organismos e federações desportivas nacionais e internacionais que procuram formular programas e orientações mais assertivas de promoção e desenvolvimento desportivo para todos os cidadãos sem exceção (e.g. Carta Europeia do Desporto para Todos, 1988; Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, 2006; Lei de Bases da Actividade Física e do Desporto, 2007; Livro Branco Sobre o Desporto, 2007) nomeadamente o desenvolvimento de estruturas desportivas essenciais para o aumento de praticantes e para a melhoria dos resultados desportivos das diversas nações (Gree, 2005).

Pese embora o amplo consenso acerca do potencial do desporto na promoção da inclusão social dos indivíduos, esse potencial só se efetiva se as diretrizes para o desporto incluírem orientações e estratégias claras que visem atingir esses objetivos de disseminação da prática, desenvolvimento desportivo, massificação dos resultados desportivos e mediatização dos eventos desportivos. Esta crescente preocupação, por seu turno, tem sido a premissa para a legitimação do desenvolvimento de um conjunto de modelos de formação de praticantes com vista a uma melhor organização das respostas às exigências das políticas de desenvolvimento desportivo dos diversos países.

Deste modo, parece-nos, e face ao panorama do desporto adaptado atual em Portugal, ser cada vez mais imprescindível refletir acerca da necessidade de uma mudança de paradigma entre aquilo que é atualmente a prática do desporto adaptado, para o que se considera ser a necessidade da maximização dos seus efeitos para a sociedade. Esta transição paradigmática assenta, essencialmente, numa maior consciencialização do potencial de realização e desempenho dos indivíduos portadores de deficiência por forma a maximizar e perpetuar os seus efeitos.

Assim, de modo a concretizar-se os ideais de uma sociedade que procura ser cada vez mais justa e igualitária (Celestino & Pereira, 2015), é imperioso desenvolver estratégias assertivas de desenvolvimento desportivo adaptado.

Estas devem ser concertadas com as estruturas regulares do desporto numa tendência de integração e fusão numa só (Ruiz, 2012; Sousa, et al., 2013). Deste modo pretende-se caminhar para um modelo de desporto no qual as federações desportivas comuns possam integrar também o desporto adaptado (Sousa, et al., 2013), e paulatinamente os clubes e associações promotoras do desporto operacionalizem a melhor formação e desenvolvimento eclético dos seus praticantes, e assim se promova uma maior compreensão e consciência de todos os cidadãos em prol de uma maior harmonia social com a diversidade. Tal ajustamento poderá, eventualmente, desenvolver de um modo mais eficiente a identificação e promoção de talentos para a excelência desportiva adaptada, assim como uma mais eficaz promoção e reconhecimento do potencial do desporto adaptado. Nos últimos anos, tem-se registados avanços significativos na compreensão dos mecanismos subjacentes ao desenvolvimento do talento e da excelência nos diferentes campos da realização humana. Apesar das dificuldades conceptuais que o termo excelência encerra (Matos, 2014) esta, no campo do desporto, deve ser compreendida sob uma perspetiva bio-psico-socio-axiológica, como um fenómeno multidimensional e multiplicativo (Burgess & Naughton, 2010), dinâmico, que evolui ao longo do tempo (Simonton, 1999), e que necessita de ser validado pelos constructos sociais e culturais (Calleja & Lorenzo, 2010), onde se manifesta de forma consistente e sistemática ao longo do tempo (Ericsson & Lehmann, 1996; Weiss & Shanteau, 2003). Consequentemente, a excelência configura-se como um conceito global e abrangente o qual, para além das dimensões do desempenho encerra, igualmente, as associadas ao

indivíduo enquanto ser social e contextual transformando-o num fenómeno humano transversal a todas as formas de realização na qual se inclui o desporto adaptado.

Particularmente no campo desportivo as investigações realizadas no âmbito das Ciências do Desporto têm referenciado a existência de um conjunto de fatores pessoais e contextuais corresponsáveis pela aquisição, desenvolvimento e manutenção da excelência desportiva (Davids & Baker, 2007). No entanto, ainda se encontra por esclarecer a real magnitude influência destes ao nível da performance de excelência (Leite, Santos & Sampaio, 2012). Mais recentemente, os investigadores têm vindo a adotar uma perspetiva mais holística que advoga a necessidade da interação entre os múltiplos fatores para se alcançar o talento e a excelência desportiva (Baker & Horton, 2004; Côté, Lidor, & Hackfort, 2009; Phillips, Davids, Renshaw & Portus, 2010) pressupondo, efetivamente, a necessidade de um planeamento de longo prazo devidamente estruturado e cientificamente sustentado e, cujas determinantes destacam a necessidade da experientiação e prática de uma diversidade e multiplicidade de experiências físico desportivas ao longo do tempo (Baker, Côté, & Abernethy, 2003; Baker, Côté, & Deakin, 2005; Barreiros, Côté, & Fonseca, 2013b), que se encontram condicionadas pelos catalisadores socioculturais de uma determinada região ou país (Baker & Horton, 2004).

Estas premissas têm sido o mote para o surgimento diversas investigações desenvolvidas por forma a esclarecer e descrever o processo de progressão do atleta até a elite desportiva (Bailey & Morley, 2006; Simonton, 1999) dando origem a uma variedade de modelos formação desportiva a longo prazo com o objetivo promover a elevação progressiva das exigências do treino, de modo a manter uma progressão constante da performance desportiva e alcançar a excelência em idades mais avançadas (Weineck, 1999) e que se podem reajustar/adaptar ao contexto do desporto adaptado. Assim, na literatura de referência é possível identificar três perspetivas conceptuais para explicar o promover o desenvolvimento do talento desportivo: i) os modelos clássicos/tradicionais, assentes numa progressão em pirâmide que se concretiza na evolução progressiva do atleta até alcançar a excelência desportiva e na qual nas fases iniciais se estabelecem as bases sólidas que sustentam as fases subsequentes (Bompa, 2002; Weineck, 1999); ii) os modelos formais/não

tradicionais (ver Bruner, Erickson, Wilson & Côté, 2010), repartidos pelas transições da carreira desportiva, cuja conceção assenta essencialmente em descrever as transições que ocorrem entre as diversas etapas de desenvolvimento por forma a explicar as razões, processos e fatores que influenciam os resultados e as consequências posteriores de uma transição no desporto, e os modelos de desenvolvimento do talento/perícia, que se baseiam na modelação das diferentes formas de prática e a sua diversificação ao longo do tempo como o denominador comum para se alcançar a excelência desportiva (Bloom, 1985; Côté, 1999) assim como, a necessidade de uma formação bidimensional (psicomotora e psicocomportamental) do atleta; e mais recentemente uma crescente valorização do iii) o modelo *Long Term Athlete Development* (LTAD) (Balyi, Way, & Higgs, 2013) que se centra num referencial de formação multidimensional do praticante desportivo indo ao encontro do paradigma do desporto para todos, razão pela qual nos parece ser pertinente pragmaticamente realçar os seus princípios base essenciais adaptados ao desporto adaptado.

Desta forma e a quando a sua conceção o LTAD teve em consideração a necessidade de desenvolver uma resposta inclusiva e socialmente abrangente reajustando-se também aos indivíduos portadores de deficiência. Para esta população especificamente elaborou-se o LTAD para atletas com deficiência (Balyi, et al., 2013; Higgs, Way, Balyi, Norris, & Cardinal, 2012) com base nas diretrizes do grupo de estudo do ministério do desporto sobre o desporto para pessoas com deficiência do Canadá. Este procura ser um referencial para a progressão dos atletas portadores de deficiência através de diversas etapas de desenvolvimento sob a modelação dos catalisadores contextuais do sistema desportivo. Assim, o LTAD do programa Canadian Sport for Life, emerge em consequência das fracas performances internacionais registadas pelos atletas de elite do Canadá, assim como da preocupante redução dos índices de participação e envolvimento em atividades físico desportivas dos indivíduos (Balyi, et al., 2013).

A sua conceção procura demarcar-se dos modelos então em vigor, ao reconhecer a interdependência entre as várias áreas do desporto (educação física, desporto escolar, desporto de competição e atividades física recreativa), integrando e interligando os programas curriculares da Educação Física, os programas desportivos de elite

e os programas de desporto de lazer e recreação. Deste modo, os seus fundamentos baseiam-se na progressão do atleta, tendo em conta seu desenvolvimento físico, mental e emocional, seguindo dois princípios essenciais: i) a habilidade atlética como base central das habilidades motoras fundamentais; e ii) o reconhecimento da existência de idades chave para o desenvolvimento de determinadas habilidades e capacidades físicas (Balyi, et al., 2013). Desde modo, existe uma preocupação clara no desenvolvimento eclético e multilateral do jovem praticante nas etapas iniciais com especial ênfase no desenvolvimento mental, emocional, da literacia motora e a formação da ética no desporto (Balyi et al., 2013).

De igual forma, considera-se um modelo inclusivo ao proporcionar a possibilidade a todos os indivíduos, independentemente da sua condição, ter a oportunidade de aprender e desenvolver as “habilidades motoras” fundamentais subjacentes à prática desportiva ao longo das várias etapas da vida (Balyi, et al., 2013; Higgs, et al., 2012). Assim, enaltece-se a universalidade da prática abrindo a possibilidade de todos os indivíduos, inclusive os portadores de deficiência, terem a oportunidade de ter disponível um meio de desenvolvimento desportivo com a aprendizagem das habilidades motoras fundamentais para uma vida mais ativa quer se opte por uma vertente de alto rendimento, quer se almeje apenas a prática recreativa das atividades desportivas adaptadas (Higgs, et al., 2012).

O desenvolvimento do modelo encontra-se assente num enquadramento conceptual holístico centrado nas principais evidências científicas acerca do crescimento dos indivíduos, o seu processo de maturação num determinado período de tempo, e o seu desenvolvimento atlético sem excluir as variáveis dos domínios social, emocional, intelectual e psicomotor.

Deste modo a formação dos praticantes no LTAD encontram-se dividida por etapas, as quais refletem, um ponto diferente do desenvolvimento do praticante.

Assim, as três etapas de iniciais têm o objetivo da alfabetização motora e o desporto para todos. As três etapas consequentes visam a aquisição e desenvolvimento da excelência desportiva, e por último uma sétima etapa com o objetivo de estimular a prática da atividade física ao longo da vida (Balyi et al., 2013). Estas etapas, por seu turno podem complementar-se com mais duas significativas etapas iniciais: i) a *Awareness*, que tem como objetivo principal apresentar a múltiplas

possibilidades de práticas desportivas adaptadas; e ii) *First Involvement*, que procura ser uma etapa onde o indivíduo portador de deficiência desenvolve as primeiras experiências, particularmente positivas, por forma a uma plena efetivação da prática desportiva (Balyi et al., 2013; Higgs, et al., 2012). Em suma estas duas etapas, emergem com um cariz de sensibilização e de introdução à prática do desporto adaptado. Direcionadas primeiramente para os indivíduos portadores de deficiência adquirida ou congénita que até então nunca tenham tido contacto com o desporto adaptado, têm como propósito constituírem-se como uma primeira abordagem ao início da prática desportiva adaptada, independentemente da idade ou estado de desenvolvimento.

Considerando a multiplicidade de deficiências com diferentes níveis de funcionalidade, as idades e o tempo de permanência numa determinada etapa deste modelo é variável, e está intimamente dependente quer no nível de desenvolvimento do praticante, quer do momento em que este iniciou a sua formação desportiva.

Conclusão

A evolução que tem caracterizado o desporto adaptado nos últimos tempos em Portugal tem posto em evidência a necessidade de uma reflexão profunda daquilo que é a necessidade de uma efetivação da formação e desenvolvimento do talento desportivo adaptado. A realidade cultural desportiva portuguesa ainda coloca um conjunto de entraves a uma concretização integral dos ideais do desporto para todos. Por outro lado, constata-se que as exigências do alto rendimento e a obtenção da excelência desportiva pressupõem a interação bem-sucedida de um conjunto de fatores de diversa ordem e cujo sucesso da formação integral do atleta obedece a uma rigorosa estruturação ao longo do tempo. Consequentemente, as evidências no estudo do desenvolvimento do talento desportivo tem emergido um conjunto de modelos de formação e desenvolvimento de praticantes desportivos, os quais tem aportado importantes orientações para uma melhor compreensão e orientação de todo este processo de formação desportiva. De entre estes destacamos o LTAD, que na sua essência tem bem vincado a promoção dos valores da inclusão pelo desporto e que se materializa nos princípios da equidade, da

igualdade entre indivíduos e universalidade da prática desportiva.

Os princípios que norteiam a conceção do LTAD abrem a possibilidade de todos os indivíduos, incluindo os indivíduos portadores de deficiência, poderem desenvolver a literacia motora potenciando as suas habilidades motoras quer para apenas usufruir do vasto leque de benefícios da prática de atividades físico desportivas ao longo da vida, quer com uma perspetiva com vista ao desenvolvimento para o alto rendimento e a excelência desportiva. Nesse sentido, este modelo pode configurar-se como uma importante ferramenta orientadora para o desenvolvimento de programas desportivos adaptados para as diferentes organizações desportivas (federações, associações, clubes).

Referências

Bailey, R., & Morley, D. (2006). Towards a model of talent development in physical education. *Sport, Education and Society*, 11(3), 211-230.

Balyi, I. Way, R., & Higgs, C. (2013). *Long-Term Athlete Development*. Champaign: Human Kinetics.

Baker, J., Côté, J., & Abernethy, B. (2003). Learning from the experts: practice activities of expert decision makers in sport. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74(3), 342-347.

Baker, J., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Expertise in ultra-endurance triathletes early sport involvement, training structure, and the theory of deliberate practice. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(1), 64-78. doi:10.1080/10413200590907577

Baker, J., & Horton, S. (2004). A review of primary and secondary influences on sport expertise. *High Ability Studies*, 15(2), 211-228.

Barreiros, A., Côté, J., & Fonseca, A., (2013a). Sobre o desenvolvimento do talento no desporto: um contributo dos modelos teóricos do desenvolvimento desportivo. *Revista de Psicologia del Deporte*, 22(2), 489-494.

Barreiros, A., Côté, J., & Fonseca, A.M. (2013b). Training and psychosocial patterns during the early development of Portuguese national team athletes. *High Ability Studies*, 24(1), 49-61.

- Bento, J. O. (2014). Em nome do desporto. In A. Gaya e colaboradores (Eds.), *Educação física: Ordem, caos e utopia*, (pp. 135-177). Belo Horizonte, Brasil: Instituto Casa da Educação Física.
- Bloom, B. (1985). *Developing talent in young people*. New York: Ballantine.
- Bompa, T. (2002). *Treinamento total: para jovens campeões*. São Paulo: Manole.
- Boyce, K. O., & Fleming-Castaldy, R. P. (2012). Active Recreation and Well-Being: The Reconstruction of the Self Identity of Women With Spinal Cord Injury. *Occupational Therapy in Mental Health*, 28(4), 356-378.
- Brittain, I. (2010). *The Paralympic Games Explained*. New York: Routledge.
- Bruner, M., Erickson, K., Wilson, B. & Côté, J. (2010). An appraisal of athlete development models through citation network analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 133-139.
- Burgess, D. J., & Naughton, G. A. (2010). Talent development in adolescent team sports: A review. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 5(1), 103-116.
- Calleja, J., & Lorenzo, A. (2010). *Factores condicionantes del desarrollo deportivo*. Bizkaia: Diputación Foral de Bizkaia. Dirección General de Deportes.
- Cardoso, V., Palma, L., & Zanella, Â. (2010). A motivação de pessoas com deficiência para a prática do esporte adaptado. *Revista Digital*, 15(146). Consultado a 25 de março de 2016 em: <http://www.efdeportes.com/efd146/a-motivacao-paraesporte-adaptado.htm>
- Carvalho, J. V. (2004). Da alta competição à recreação. Uma estratégia para os países de Língua Portuguesa. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 2(4), 18-20.
- Caspersen, C. J., Pereira, M. A., & Curran, K. M. (2000). Changes in physical activity patterns in the United States, by sex and cross-sectional age. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32(9), 1601-1609.
- Celestino, T. & Pereira, A. (2015). Adapted Orienteering: Characteristics and Potentialities of a Sport for Inclusion. *Revista Científica da FPDD*, 1(1), 12-17.
- Constantino, J. M. (2007). Os valores educativos do desporto – Representações e Realidades. In J. O. Bento & J. M. Constantino (Coord.), *Em defesa do Desporto: Mutações e Valores em Conflito* (pp.57-79). Coimbra: Almedina.
- Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13(4), 395-417.
- Côté, J., Lidor, R., & Hackfort, D. (2009). ISSP position stand: To sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 7-17.
- Davids, K., & Baker, J. (2007). Genes, environment and sport performance. Why the nature-nurture dualism is no longer relevant. *Sports Medicine*, 37(11), 961-980.
- DePauw, K. P., & Gavron, S. J. (2005). *Disability sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Ericsson, K. A., & Lehmann, A. C. (1996). Expert and exceptional performance: Evidence of maximal adaptation to task constraints. *Annual Review of Psychology*, 47(1), 273-305. doi:10.1146/annurev.psych.47.1.273
- Giacobbi, P. R., Stancil, M., Hardin, B., & Bryant, L. (2008). Physical activity and quality of life experienced by highly active individuals with physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 25(3), 189-207.
- Ginis, K. A., Jetha, A., Mack, D. E., & Hetz, S. (2010). Physical activity and subjective well being among people with spinal cord injury: a meta-analysis. *Spinal Cord*, 48(1), 65-72.
- Gold, J. R., & Gold, M. M. (2007). Access for all: the rise of the Paralympic Games. *The Journal of the Royal Society for the promotion of Health*, 127(3), 133-141.
- Green, C. (2005). Building Sport Programs to Optimize Athlete Recruitment, Retention, and

- Transition: Toward a Normative Theory of Sport Development. *Journal of Sport Management*, 19, 233-253.
- Guttmann, L. (1976). *Textbook of sport for the disabled*. Aylesbury, England: HM+M Publishers.
- Higgs, C., Way, R., Balyi, I., Norris, S. & Cardinal C. (2012). *No accidental champions: Long-term athlete development for athletes with a disability*. Vancouver: Canadian Sport Centres.
- Houlihan, B., & Chapman, P. (2016). Talent identification and development in elite youth disability sport. *Sport in Society*, 119, 1-19.
- Howe, P. D. (2008). From Inside the Newsroom Paralympic Media and the 'Production' of Elite Disability. *International Review for the Sociology of Sport*, 43(2), 135-150.
- Howe P. D., Jones, C. (2006). Classification of Disabled Athletes: (Dis) Empowering the Paralympic Practice Community. *Sociology of Sport Journal* 23, 29-46.
- Kosma, M., Cardinal, B. J., & McCubbin, J. A. (2004). Predictors of physical activity stage of change among adults with physical disabilities. *American Journal of Health Promotion*, 19(2), 114-117.
- Leite, N., Santos, S., & Sampaio, J. (2012). *Preparação Desportiva a Longo Prazo: uma abordagem multifatorial*. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Legg, D., & Steadward, R. (2011). The Paralympic Games and 60 Years of Change (1948–2008): Unification and Restructuring from a Disability and Medical Model to Sport-based Competition. *Sport in Society* 14(9), 1099-1115.
- Liu, Y. D. (2009). Sport and social inclusion: Evidence from the performance of public leisure facilities. *Social Indicators Research*, 90(2), 325-337.
- Marivoet, S. (2014). Challenge of Sport Towards Social Inclusion and Awareness-Raising Against Any Discrimination. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, 63(1), 3-11.
- Marques, R. F. R., Marivoet, S., Almeida, M. A. B. D., Gutierrez, G. L., Menezes, R. P., & Nunomura, M. (2015). A abordagem mediática sobre o desporto paralímpico: perspetivas de atletas portugueses. *Revista Motricidade*, 11(3), 123-147.
- Matos, D. (2014). *A excelência no desporto: estudo da arquitetura psicológica de atletas de elite portugueses*. Lisboa: Coisas de Ler.
- Nascimento, K. P., Rodrigues, G. M., Grillo, D. E., & Merida, M. (2007). A Formação do Professor de Educação Física na Atuação Profissional Inclusiva. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 6(3), 53-58.
- Pereira, O., Monteiro, I., & Pereira, A. L. (2011). A visibilidade da deficiência: uma revisão sobre as representações sociais das pessoas com deficiência e atletas paraolímpicos nos media impressos. *Sociologia, Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, 22, 199-21.
- Phillips, E., Davids, K., Renshaw, I., & Portus, M. (2010). Expert performance in sport and the dynamics of talent development. *Sports Medicine*, 40(4), 271-283.
- Purdue, D. E. J., & Howe, P. D. (2012). See the sport, not the disability: exploring the Paralympic paradox. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 4(2), 189-205..
- Rodrigues, D. A. (2008). A Educação Física perante a Educação Inclusiva: reflexões conceituais e metodológicas. *Revista da Educação Física/UEM*, 14(1), 67-73.
- Ruiz, S. (2012). Deporte paralímpico: una mirada hacia el futuro. *Revista UDCA Actualidad & Divulgación Científica*, 15, 97-104.
- Safania, A., & Mokhtari, R. (2012). Participation in sports activities in leisure time and quality of life of active and inactive disabled war veterans and disabled people. *International Research Journal of Applied and Basic Sciences*, 3(4), 859-867.

Sanz Rivas, D., & Reina Vaillo, R. (2012). *Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

Factors and Ergonomics Society, 45(1), 104-116.
doi:10.1518/hfes.45.1.104.27233

Saraiva, J. P., Almeida, M. R., Oliveira, C., Fernandes, R., & Cruz-Santos, A. (2013). Desporto Adaptado em Portugal: do conceito à prática. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 18(5), 623-635.

Winnick, J. (2005). *Adapted Physical Education and Sport*. Champaign: Human Kinetics.

Schantz, O., & Gilbert, K. (2008). *Reconceptualizing the Paralympic Movement*. In K. Gilbert & O. Schantz (Eds.), *The Paralympic Games: Empowerment or Slide Show?* (pp. 8-16). Toronto: Meyer & Meyer Sport.

Silva, C. F., & Howe, P. D. (2012). The (In)validity of Supercrip Representation of Paralympian Athletes. *Journal of Sport & Social Issues*, 36(2), 174-194..

Silva, M. A. (1992). *Desporto para Deficientes: uma análise da sua evolução*. Porto: Câmara Municipal do Porto.

Simonton, D. K. (1999). Significant samples: the psychological study of eminent individuals. *Psychological Methods*, 4(4), 425-451.

Siperstein, G. N., Glick, G. C., & Parker, R. C. (2009). Social inclusion of children with intellectual disabilities in a recreational setting. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 47(2), 97-107.

Sousa, A., Corredeira, R., & Pereira, A. L. (2013). Desporto Paralímpico em Portugal: da sua génese à atualidade. *Revista Portuguesa Ciências Desporto*, 13(1), 93-112.

Thomas, N., & Smith, A. (2008). *Disability, sport and society: An introduction*. New York: Routledge.

Tomasone, J. R., Wesch, N., Ginis, K. A. M., & Noreau, L. (2013). Spinal Cord Injury, Physical Activity, and Quality of Life: A Systematic Review. *Kinesiology Review*, 2(2), 113–129.

Weineck, J. (1999). *Treinamento Ideal*. São Paulo: Manole Editora.

Weiss, D. J., & Shanteau, J. (2003). Empirical assessment of expertise. *The Journal of the Human*