



**APCAS**

Associação de Paralisia Cerebral  
de Almada Seixal

# Desporto Inclusivo: O Boccia





# BOCCIA

- É uma modalidade Paralímpica, inicialmente desenvolvida para atletas com paralisia cerebral;
- Atualmente é praticada por atletas com outras afecções nas competências motoras;
- Pratica-se em cadeira de rodas;
- É uma modalidade mista, individual ou coletiva, sem competição por escalão etário;
- Os jogadores são classificados consoante as suas características funcionais.



# BOCCIA

- No âmbito do Desporto Escolar, o Boccia pode ser praticado por qualquer aluno - jogando em pé, sentado ou em cadeira de rodas;
- O Boccia é um jogo de precisão com bolas, que envolve lançamentos;
- As bolas podem ser lançadas com os membros superiores/membros inferiores/com um dispositivo auxiliar (rampa/calha) - dependendo do perfil funcional dos jogadores.



# BOCCIA

## Como se joga?!

- No Boccia existe 1 bola branca, 6 bolas azuis e 6 bolas vermelhas.
- O objetivo é aproximar as bolas de cor da bola alvo (branca).
- O jogador que lança a bola branca, lança sempre a primeira bola de cor (vermelha/azul). No decorrer do jogo, joga sempre o jogador que está em desvantagem (que não tem a bola mais perto da branca).
- Quem tiver mais pontos ganha! É dado um ponto por cada bola da mesma cor mais perto da branca até que haja uma bola mais próxima da cor contrária.



# BOCCIA

## Onde se joga?

