



*Plano para o Desenvolvimento da Prática
do Desporto de Pelota Basca em
Portugal*



Índice

Introdução	3
APPB	4
Pelota Basca	5
Fronton 2020	6
Frontenis	7
Paleta pelota de borracha	7
Paleta pelota de pele	8
Mão nua	8
Missão	9
Visão	9
Estratégia	9
Objetivos	10
Ações de iniciativas	11
Síntese	12
Conclusão	15
Links	16

Introdução

Segundo informação revelada pelo Observatório Nacional da Atividade Física ¹(...) *a situação da Atividade Física em Portugal não é preocupante no que respeita a idade adulta (...) e torna-se preocupante no que respeita as idades mais jovens*"

Contudo em Portugal tem-se verificado um aumento gradual da prática da atividade física e desportiva. E esses valores apresentam uma maior relevância no sexo masculino quando comparado com o sexo feminino. Quando questionados sobre os hábitos desportivos os portugueses em grande maioria acusa o hábito do sedentarismo, a falta de tempo e o facto de ser caro como justificação para não praticarem desporto.

No entanto todos sabemos dos benefícios que a prática regular da atividade física ou desportiva pode revelar para o bem-estar do ser humano, individual como socialmente. E a APPB quer também contribuir com esses benefícios para o indivíduo, quer seja criança, jovem ou adulto.

¹ -Fonte: Instituto Português do Desporto e da Juventude

APPB

A APPB - Associação Portuguesa de Pelota Basca, é uma jovem associação sem fins lucrativos. Criada em 2012, com objetivo de desenvolver em Portugal e na comunidade portuguesa emigrante o desporto de Pelota Basca, dentro das modalidades atualmente mais jogadas. O que coaduna com as do projeto "Fronton 2020" da FIPV - Federacion Internacional de Pelota Vasca, na qual somos afiliados desde janeiro 2013.



Saiga Barros (Tesoureira da APPB); Angel Arraiza (Secretario Geral da FIPV); Sandra Simão (Vice-Presidente da APPB); Nelson Saraiva (Presidente da APPB); Dominique Boutineau (Presidente da FIPV); Jean Baptiste Dumat (Vice-Presidente da FIPV)

Pelota Basca

O jogo "Pelota" surgiu na Idade Média na região do País Basco (norte da Espanha e sudoeste da França). É praticado também na Espanha. As comunidades bascas emigradas para as Américas levaram o desporto para a Argentina, Estados Unidos, Miami, Chile, Cuba, México, Uruguai e Venezuela.

A pelota basca foi desporto olímpico nos Jogos de 1900 em Paris e desporto de demonstração (sem medalha) nos Jogos Olímpicos de 1968 e 1992. Também nos anos 60 foi jogada em Macau na modalidade *cesta punta*.

No Brasil no ano de 1941 as apostas pela parte do público nas equipas em competição levaram a que o jogo fosse proibido numa altura em que o desporto ganhava cada vez mais adeptos, ressurgindo nos anos 90 é jogado na cidade de São Paulo.

A pelota basca é um desporto jogado com uma pelota (nome da bola) que é batida com as mãos, uma raquete, uma paleta de madeira ou uma cesta, contra um "frontis" (parede de frente). Jogado mais tradicionalmente, em par ou individual, frente a frente.

Em todas as modalidades as regras são as mesmas. Os jogadores ou duplas têm de atirar a pelota contra um frontis, acima de uma linha que varia entre noventa centímetros e um metro de altura. Ao voltar, a pelota só pode tocar no solo uma vez e pode ainda tocar nas paredes laterais ou de fundo dependentemente do campo de jogo. A contagem dos pontos varia dependendo da modalidade e do campo.

As modalidades que a APPB ambiciona implementar em Portugal são as mesmas que as do projeto "Fronton 2020" da FIPV. Não estamos com isso, fechados a prática de outras modalidades de jogo de Pelota, mas não serão essas a nossa prioridade de momento.

Fronton 2020

Explicado de forma bem mais resumida, o Fronton 2020 da FIPV tem por objetivo levar a Pelota Basca a ser um desporto Olímpico, na qual apoiando-se nas modalidades mais jogadas visa reunir todas as condições de forma a uniformizar o desporto, promover maior participação feminina, maior homogeneização dos materiais e do campo de jogo, limitando-o para um único tipo de instalação (parede esquerda).

As modalidades a abordar no Fronton 2020, seis ao todo (quatro masculinas e duas femininas), são as seguintes:

- Modalidades Femininas
 - Frontenis (30 metros)
 - Paleta pelota de borracha (30 metros)

- Modalidades Masculinas
 - Frontenis (30 metros)
 - Paleta pelota de borracha (30 metros)
 - Paleta pelota de pele (36 metros)
 - Mão nua (36 metros)

Frontenis

Modalidade de jogo feminina e masculina, que se joga num campo de parede esquerda de um comprimento de 30 metros com uma raquete de ténis e uma bola de borracha (mais pequena que a bola de ténis). Devido a rapidez de jogo em cada partida é obrigatório o uso de óculos de proteção.



Campo parede esquerda



Sandra Simão jogadora internacional – vice-Presidente de APPB

Paleta pelota de borracha

Modalidade de jogo feminina e masculina que reúne as mesmas particularidades que a modalidade Frontenis, com a exceção de que a bola é arremessada com uma raquete de madeira. O jogo pode acontecer numa parede esquerda. Os óculos de proteção são igualmente obrigatórios.



Paleta pelota de pele



Modalidade de jogo masculina, que se joga num campo de parede esquerda com comprimento de 36 metros. Joga-se com uma raquete de madeira (paleta) e uma pelota de pele. A velocidade de jogo pode ir de 250 à 280 km/h, razão pela qual é obrigatório o uso de óculos de proteção e capacete.



Paleta peso 600g

Mão nua

Modalidade de jogo masculina, que se joga num campo de parede esquerda de comprimento de 36 metros. É a modalidade de jogo mais antiga, que tem a particularidade de se jogar simplesmente com as mãos protegidas com pensos para bater numa pelota de pele que pode pesar entre 90 e 100g dependentemente dos campos de jogo.

Esta em criação uma luva própria para a protecção das mãos de modo a simplificar todo o processo de preparação do atleta para o jogo.



Protecção de mãos



Em jogo

Missão

A APPB tem por missão desenvolver a promoção da prática de lazer; a prática desportiva e de competição do desporto de Pelota Basca em Portugal, com a organização de torneios e campeonatos.

Visão

Ser uma organização de reconhecida referência, o interlocutor e representante em Portugal nos eventos e representações nacionais ou internacionais do desporto de pelota basca.

Estratégia

Pelo facto de ser um desporto inovador em Portugal, a estratégia de desenvolvimento terá os seguintes vectores:

- início de práticas;
- captação de praticantes;
- iniciação e formação de agentes desportivos;
- demonstração e comunicação;
- participação em eventos internacionais;

E terá como princípios parcerias colaborações, programas e projectos locais.

Objetivos

Os objectivos são de desenvolver práticas do desporto de Pelota Basca em Portugal e a criação de um espaço próprio com parede esquerda adequado a pratica do desporto.

As práticas que pretendemos desenvolver são todas dentro do âmbito da:

➤ **Prática escolar**

A Pelota Basca na modalidade do jogo “mão nua” reúne boas condições para ser uma modalidade a praticar nas escolas. É uma atividade física desportiva de regras simples e atrativa para alunos principiantes e professores interessados.

Respondendo aos interesses pedagógicos ela obriga o uso das duas mãos indiscriminadamente, o que permite desenvolver a ambidestria, ajuda no desenvolvimento da motricidade do praticante e a que este saiba se colocar no espaço.

Ao facto da adaptação das dimensões do campo e da flexibilidade das regras de jogo, pode ser praticada com facilidade em instalações mesmo improvisadas. Implicando também baixo custo no investimento por só necessitar da utilização de pelotas ordinárias, isto é, bolas de espuma ou bolas de ténis usadas.

➤ **Prática de lazer**

No sentido de desenvolver a prática de lazer do jogo de Pelota Basca, promovendo a atividade física em família, entre amigos ou colegas num ambiente lúdico e convival. É um desporto que se estende e se quer para todos.

A simplicidade das regras de jogo permite que seja praticado entre pessoas de diferentes níveis de jogo, proporcionando um momento único de descontração e diversão.

A prática de atividade física contribui para uma melhor condição de saúde pública e o baixo custo do material, permite o acesso a todos.

➤ **Prática desportiva e de competição**

Queremos também desenvolver a prática desportiva e de competição do desporto de Pelota Basca em Portugal, com a organização e realização de torneios e Campeonatos. Que não deixam de ser são momentos importantes onde os atletas podem se dar a desafios pessoais em provas, que vão revelar todo o trabalho de preparação nos treinos. Sendo que os resultados podem puxar cada vez mais para um alto nível de jogo. Esses eventos permitem também oferecer um bom espetáculo desportivo a iniciados ou não que podem assim descobrir o desporto de Pelota Basca.

Ações de iniciativas

➤ Prática escolar

As ações de iniciativas referentes a prática escolar correspondem a um conjunto de parâmetros a abordar, tais como:

- Elaboração de proposta de programa a ser comunicado as escolas interessadas.
- Preparação de pelo menos um agente desportivo ou professor por escola.
- Incrementar aulas de atividade física e desportivas animadas pelo professor iniciado.
- Organização de um torneio lúdico na escola e se possível a realização de torneios interescolares.

Sendo que toda a atividade seria acompanhada de forma regular pela APPB.

➤ Prática de lazer

No campo da prática de lazer as ações de iniciativas da APPB consistem na:

- Elaboração de proposta de programa a ser comunicado a instituições públicas e privadas, tais como Câmaras, Universidades ou Empresas, entre outras.
- Organização de aulas de iniciação e de treino em colaboração com essas entidades.

Organização de jogos de Pelota em demonstração para o prazer de espetáculo.

➤ Prática desportiva e de competição

As ações são idênticas as indicadas na prática de lazer, mas com a intensão da realização e participação em provas desportivas a nível nacional e internacional. Colocando também a possibilidade de participação de atletas portugueses de outros desportos/ modalidades, mas com a condição de ser associado a APPB e com a permissão da respectiva federação dos atletas em causa.

	OBJECTIVOS	PARCEIROS SOCIAIS	ACÇÕES	DESTINADO À:
PRÁTICA ESCOLAR	Desenvolvimento humano e coordenação motora	Escolas: Primárias, Básicas e Secundárias	Elaboração de programas, formação de agentes desportivos. Promoção de actividade desportiva. Organização torneios lúdicos	Alunos e Professores
	Ensino dos valores humanos e Desportivos			
PRÁTICA DE LAZER	Motivar a prática desportiva - Iniciação a Pelota Basca	Escolas: Primárias, Básicas, Secundárias, Universidades,		Alunos, Professores e Particulares
	Encorajar e fortalecer os laços entre as gerações.			
PRÁTICA DESPORTIVA E DE COMPETIÇÃO	Desenvolver o desporto de Pelota Basca em Portugal	Universidades, Organismos públicos e privados, Clubes, Federações e Empresas	Elaboração de programas, aulas de treino e iniciação. Organização de torneios	Atletas, Desportistas e Particulares
	Participação dos atletas em provas nacionais e internacionais			
	Criar um campeonato português de Pelota Basca			
	Criar uma Federação			

Síntese

Nos dias 15 e 16 de junho com o apoio da Câmara Municipal de Almada e da FIPV a APPB realizou na cidade de Almada (Portugal) a sua 1ª demonstração de iniciação de Pelota Basca.

A demonstração de iniciação do desporto aconteceu no Complexo desportivo de Almada, no campo de ténis com uma parede de 4 metros gentilmente cedida pela CMA, no contexto do programa "Almada Mexe Comigo".

Foi com entusiasmo e grande interesse que alguns praticantes de outras modalidades desportivas dessa cidade acolheram e descobriram um pouco desse desporto ainda desconhecido neste país tão vizinho da Espanha. Sendo que na sua maioria os portugueses que têm conhecimento do jogo da pelota se tratam de luso-descendentes, filhos de emigrantes portugueses.

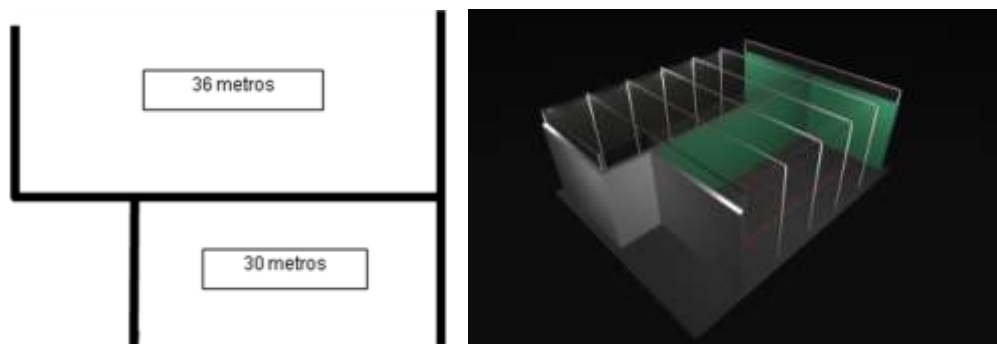


Atualmente por falta de instalações ligadas a prática de Pelota Basca é possível fazer iniciações sobre campos improvisados, ou paredes dentro de pavilhões. Mas são paredes que têm um mínimo de altura e só permitiria realizar treinos básicos. Treinos mais reforçados obrigariam a deslocações para um pavilhão em Espanha ou no sul-oeste de França.

Um ponto também ele muito importante para dinamizar o nosso projeto é a necessidade da existência de pelo menos um campo de tipo parede esquerda nas dimensões normalizadas. O que permitiria:

- apresentar o desporto em toda a sua realidade e de fazer ressentir as emoções encontradas no jog, no seu espetáculo e na sua realização;
- organizar jogos no país com jogadores internacionais, o que seria importantíssimo para trocas de experiências mais reais, é também uma oportunidade para a divulgação do nosso país, Portugal.

Pelo facto de não haver qualquer campo para a prática de Pelota Basca em Portugal e para que se possa praticar esse desporto em todas e qualquer estação do ano, seria necessário a existência de um campo coberto. O campo de parede esquerda coberto poderia servir para fazer um campo de 30m e outro de 36m, como se pode verificar nas imagens a seguir.

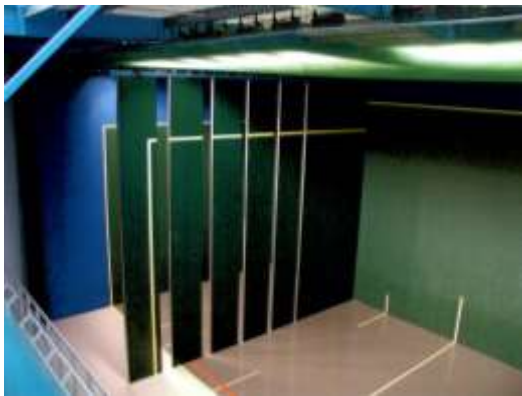


Croquis de um campo "Parede Esquerda" de 30m e 36m



Campo "Parede Esquerda" coberta

Outra hipótese seria a de se inserir um campo de parede esquerda dentro de um projeto de construção de um pavilhão desportivo com a possibilidade de ser feita uma parede móvel para reduzir ocasionalmente o campo de 36m para 30m ou vice-versa. E poderia ter também arquibancada para receber espetadores. Essa opção seria talvez a mais indicada, pois assim ela reuniria todas as condições para a prática e exibição do jogo de Pelota Basca. Não seria somente exclusiva a esse desporto, como também seria um campo onde pudessem ser praticadas outras modalidades desportivas, como por exemplo, o basquetebol, futsal, handebol, badmington, voleibol, entre outras.



Parede móvel



Parede móvel em uso



Parede móvel arrumada



Campo para pelota basca, basquete, futsal, handebol, badmington, voleibol

A visão, a sensação e a perceção são sentidos que nos faz gostar de uma atividade. Por essa razão o tamanho do espaço de jogo é importante, porque vai também permitir de colocar em desafio as qualidades técnicas e físicas de cada praticante ou jogador.

Conclusão

Em resumo os pontos importantes do Plano que a APPB propõe são:

- os objectivos da associação de desenvolver o desporto de Pelota Basca em Portugal com intenção de contribuir para melhores hábitos da saúde pública, promovendo uma atividade desportiva para todos, sejam profissionais, praticantes de âmbito recreativo, escolar ou ainda amadores.
- As ações de iniciativas que vão permitir de comunicar, dinamizar e realizar os objectivos. Que só podera ser com a elaboração de programas com os diversos parceiros e a formação de alguns agentes.
- A necessidade de um espaço de próprio para a prática desportiva. Para o bom seguimento do plano a APPB tem o apoio e o acompanhamento de diversas organizações de Pelota, como a FIPV a UFEPV, a FEP, a FFPB e diversos Clubes Franceses.

O projeto da APPB - Associação Portuguesa de Pelota Basca pode parecer muito ambicioso, mas acreditamos nele. Como nossos ascendentes que foram descobrir novos mundos cheios de riqueza, nós queremos levar Portugal a descobrir um novo desporto cheio de valores.

Somos portugueses!

Links

Instituto do Desporto de Portugal :

<http://observatorio.idesporto.pt/Multimedia/Livros/pnaf/BrochuraPNAF.pdf>

Manual "Frontón 2020" da FIPV :

http://youtu.be/_bN1LH_eqaE

APPB:

www.facebook.com/associcaoportuguesadepelotabasca

FIPV:

www.fipv.net/

UFEPV:

www.ufepv.com/



Associação Portuguesa de Pelota Basca
NIPC 510548610
Rua do Arneiro da Cruz, nº5
2490-124 Gondemaria

