

## **Adapted Sports: Training and Opinion of the Portuguese Coaches**

### **Desporto Adaptado: Formação e Opinião dos Treinadores Portugueses**

**João Paulo Saraiva<sup>1</sup>, Anabela Cruz-Santos<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Instituto de Educação da Universidade do Minho

#### **Abstract**

Coaches have a considerable influence on their athletes, being the lack of specific knowledge about their features / capabilities among the main barriers to the involvement in sports in the particular case of people with disabilities. Among the objectives of this study are to assess whether (1) the academic/professional training of disabled sports coaches in Portugal is suitable (or not) to the practice of this activity, (2) what they think about the material conditions available to them and (3) the relationship of the families of athletes with disability sports, as well as (4) the reasons that could explain their reduced involvement in sports. The sample consists of 84 individuals, most of them men (60%) aged between 31 and 40 years (25%). The results indicate an acceptable training of Portuguese adapted sports coaches, having these mostly stated that the available material conditions do not constitute an obstacle to the access of disabled people to sport, and that the lack of information on its benefits, on the offer of sports available in the community they live and transportation difficulties are the major barriers that affect the involvement of people with disabilities in sports phenomenon.

**Keywords:** Sports, Disability, Coaches, Training, Barriers

#### **Resumo**

Os treinadores têm uma influência considerável sobre os seus atletas, estando a falta de conhecimentos específicos sobre as suas características/capacidades entre as principais barreiras ao envolvimento na prática desportiva no caso particular de pessoas com deficiência. Entre os objetivos do presente estudo estão avaliar se (1) a formação académica/profissional dos treinadores de desporto adaptado em Portugal adequa-se (ou não) ao exercício desta atividade, (2) saber o que pensam sobre as condições materiais de que dispõem, (3) a relação das famílias dos atletas com o desporto adaptado, assim como (4) os motivos que podem explicar o seu reduzido envolvimento na prática desportiva. A amostra é constituída por 84 indivíduos, sendo a sua maioria homens (60%) na faixa etária entre os 31 e os 40 anos (25%). Os resultados apontam para uma formação aceitável dos treinadores de desporto adaptado portugueses, tendo a sua maioria afirmado que as condições materiais disponíveis não constituem um obstáculo ao acesso de pessoas com deficiência à prática desportiva, e que a falta de informação sobre os seus benefícios, sobre a oferta desportiva na comunidade onde vivem e as dificuldades de transporte são as maiores barreiras à sua participação no fenómeno desportivo.

**Palavras-Chave:** Desporto, deficiência, Treinadores, Formação, Barreiras

## Introdução

Sendo o desporto uma atividade estruturada regida por regras e representações técnico-táticas específicas de cada modalidade, os treinadores têm uma influência considerável sobre os seus atletas, na medida em que são vistos por estes como líderes e especialistas (Conroy & Coatsworth, 2006). Sobre esta questão, Mallett & Côté (2006) afirmaram que os treinadores são fundamentais para o progresso desportivo dos seus atletas, na medida em que os preparam com base em conhecimentos específicos imprescindíveis para a obtenção de sucesso na respetiva modalidade. Os treinadores também têm uma grande responsabilidade em tornar agradável a prática desportiva, sendo as metodologias de treino adotadas e o apoio prestado pelo treinador aos seus atletas um dos principais aspetos geradores de sucesso no desporto (Nazarudin, Omar-Fauzee, Geok, Jamalis & Din, 2009). Nesse sentido, nos últimos anos, a ciência do treino tem sido tema de reflexão em uma grande variedade de revistas científicas em todo o mundo (Gilbert & Trudel, 2004), tendo a crescente profissionalização da função de treinador desportivo contribuído para o desenvolvimento de atividades na área do aperfeiçoamento técnico.

A investigação sobre a formação de treinadores tem procurado expandir o conhecimento sobre o que os treinadores precisam saber para sejam capazes de exercer esta função com competência (Cushion et al, 2003; Demers et al, 2006). O desenvolvimento profissional de um treinador é um processo abrangente que inclui os diferentes caminhos e experiências que influenciam a sua aprendizagem e o seu crescimento global (Mallett, Trudel, Lyle, e Rynne, 2009; Trudel, Gilbert, e Werthner, 2010). Mais especificamente, os pesquisadores descobriram que os contextos de formação de um treinador são classificados em quatro tipos: formal (p. ex., cursos de treinadores), não formais (p. ex., workshops, seminários, etc.), informais (p. ex., pesquisas online) (Nelson, Cushion & Potrac, 2006) e interna (p. ex., reflexão crítica registada em diário) (Werthner & Trudel, 2006).

No caso específico do desporto adaptado, o treinador deve ter também conhecimentos sobre outros fatores contextuais, como a acessibilidade das instalações, as condicionantes relativas ao transporte de atletas com deficiência e a relação/comunicação com os seus cuidadores (Cregan, Bloom & Reid, 2007).

A prática desportiva é vista como um importante instrumento de intervenção para as pessoas com deficiência (Council of Europe Committee of Ministers Recommendation, 2001), que pode ser desenvolvida num contexto educacional, recreativa, profissional, competitivo ou terapêutico (European Scrutiny Committee, 2011). Contudo, apesar da escassez de dados disponíveis a nível mundial, num estudo recente (Saraiva, Almeida, Oliveira, Fernandes & Cruz-Santos, 2013), verificou-se que Portugal apresenta uma taxa extremamente reduzida (apenas 0,4%) de envolvimento

em atividades desportivas de carácter regular entre a população com deficiência, facto que deve ser alvo de uma profunda reflexão sobre os aspetos estruturais, logísticos e/ou humanos que podem ser assumidos como potenciadores desta realidade. Sobre esta matéria, fatores intrínsecos, como o cansaço, a falta de energia, o desconforto ou o constrangimento, a falta de apoio da família/amigos, o medo do desconhecido, a falta de informação; e/ou extrínsecos, como as dificuldades de transporte (especialmente no caso de cadeirantes), o acesso às instalações desportivas, a mobilidade e adaptação das mesmas às suas necessidades, são referidos na literatura como barreiras para a prática de atividades físicas entre pessoas com deficiência (Audley, 2002; Rimmer, Riley, Wang, Rauworth & Jurkowski, 2004; Buffart, Westendorp, Berg-Emóns, Stam & Roebroek, 2009).

Entretanto, a falta de conhecimentos específicos dos técnicos/professores/treinadores tem sido igualmente apontada como uma das principais barreiras ao envolvimento de pessoas com deficiência em atividades físicas e desportivas (Audley, 2002; Rimmer et al. 2004; Moran & Block, 2010; Elinder, Bergstrom, Hagberg, Wihlman & Hagstromer, 2010; Robertson, Bucks, Skinner, Allison & Dunlop, 2011) e, nesse sentido, consideramos importante saber se a (1) formação académica/profissional que possuem os treinadores de desporto adaptado em Portugal adequa-se (ou não) ao exercício desta atividade, complementando esta informação com (2) o que pensam sobre diferentes aspetos, nomeadamente se as condições materiais de que dispõem para a prática desportiva são as ideais atendendo às limitações dos seus atletas e às especificidades dos desporto praticado, (3) a relação das famílias dos atletas com o desporto adaptado, assim como (4) os motivos que na sua opinião (dos treinadores) explicam o reduzido envolvimento das pessoas com deficiência na prática desportiva tendo por base o seu conhecimento do contexto social envolvente.

## Metodologia

### Participantes

A amostra foi constituída por 84 indivíduos, sendo 50 do género masculino (60%) e 34 do género feminino (40%), e a sua maioria (42%) tem entre 31 e 40 anos de idade, enquanto 26% tem entre 41 e os 50 anos e 23% tem entre os 20 e os 30 anos. Por fim, apenas 9% dos inquiridos tem mais de 51 anos de idade. Ao nível da sua distribuição pelo território nacional, a Zona Norte é onde reside a maioria dos participantes (33%), seguida da Zona de Lisboa e Vale do Tejo (26%), das Regiões Autónomas dos Açores e da Madeira (18%), da Zona Centro (13%) e da Zona Sul (10%).

## Instrumentos

Os participantes foram convidados por e-mail a responder um inquérito online, onde as questões colocadas foram categorizadas em 3 domínios: (i) as habilitações académicas e/ou profissionais que os treinadores possuem para trabalhar com pessoas com deficiência; (ii) as suas opiniões/conceções sobre diferentes aspetos relacionados com a sua atuação como treinador de desporto adaptado; e (iii) as suas opiniões sobre os motivos que possam explicar o não envolvimento de pessoas com deficiência na prática desportiva. O convite para a participação no estudo foi intermediado pelas cinco associações de desporto para pessoas com deficiência existentes em Portugal, que foram convidadas a colaborar na sua divulgação, nomeadamente a Associação Nacional de Desporto para a Deficiência Intelectual (ANNDI), a Associação Nacional de Desporto para a Deficiência Motora (ANNDEMOT), a Associação Nacional de Desporto para a Deficiência Visual (ANNDVIS), a Paralisia Cerebral – Associação Nacional de Desporto (PC-AND) e a Liga Portuguesa de Desporto para Surdos (LPDS).

## Procedimentos Estatísticos

Recorreu-se à estatística descritiva simples para descrever a frequência de distribuição da amostra em função das variáveis em estudo e ao teste do qui-quadrado ( $\chi^2$ ) para quantificar a dispersão resultante do cruzamento de duas variáveis qualitativas, avaliando assim o grau de associação entre elas. Foi utilizado o software SPSS versão 22.

## Resultados

### Formação académica/profissional

A Tabela 1 permite observar a distribuição da amostra em termos de formação académica e de competências consideradas como as mais adequadas para a dinamização de atividades desportivas junto de pessoas com deficiência. Assim, verificamos que 86% dos participantes tem um nível académico igual ou superior a licenciatura, enquanto apenas 14% tem um nível de escolaridade básico/secundário. Entretanto, em observância com o disposto na Lei n.º 40/2012, de 28 de agosto, que estabelece o regime de acesso ao exercício da atividade de treinador de desporto, visando assim dignificar o desporto como profissão e promover o aperfeiçoamento qualitativo e quantitativo de prática desportiva (artigo 2.º), constatamos que aproximadamente metade da amostra (46%) possui a Cédula de Treinador de Desporto.

Tabela 1. Caracterização da amostra em função da habilitação académica e das competências exigidas/adequadas para a dinamização de atividades desportivas junto de pessoas com deficiência.

	9.º ano (N)	12.º ano (N)	Licenciatura (N)	Pós-graduação/Especialização (N)	Mestrado (N)	Total (N)	<i>p</i>
	3	9	38	15	19	84	
Possui Cédula de Treinador de DA?	Sim 3	8	14	5	9	39	
	Não 0	1	24	10	10	45	.014*
Tem formação em EE?	Sim 1	4	25	12	17	59	
	Não 2	5	13	3	2	25	.000*
Tem formação em AMA?	Sim 1	6	27	12	16	62	
	Não 2	3	11	3	3	22	.000*
Tem formação em EF?	Sim 0	0	15	6	11	32	
	Não 3	9	23	9	8	51	.031*

(Legenda: DA – Desporto Adaptado; EE – Educação Especial; AMA – Atividade Motora Adaptada; EF – Educação Física)

\* diferenças estatisticamente significativas < .005

Entretanto, ao questionarmos os participantes sobre a posse de conhecimentos mais específicos no âmbito da deficiência adquiridos por via de ações de formação, seminários, workshops e/ou de estudos superiores (graduação ou pós-graduação), observamos que uma parcela substancial da amostra (70%) revelou possuir formação complementar na área da Educação Especial, sendo a sua prevalência superior em pessoas com um nível de escolaridade mais elevado. Do mesmo modo, e numa percentagem ligeiramente superior à anterior (74%), a maioria dos participantes declarou possuir também conhecimentos na área da Atividade Motora Adaptada (AMA). Por fim, constatamos que uma minoria (38%) da amostra possui formação na área da Educação Física. Em todos os casos, as diferenças observadas foram estatisticamente significativas.

### Barreiras e Facilitadores da prática desportiva

De seguida, procurámos saber a opinião dos treinadores sobre alguns aspetos relativos à realidade com que trabalham, nomeadamente ao nível das instalações onde treinam e do envolvimento (financeiro e emocional) dos familiares dos seus atletas com a prática desportiva (Tabela 2).

Tabela 2. Opinião dos treinadores sobre diferentes aspetos relacionados com a prática desportiva dos seus atletas.

	Condições de Acessibilidade	Condições Materiais	Condições de Segurança	Família tem de pagar pela prática desportiva	Família acompanha nos treinos e competições
	N	N	N	N	N
SIM	70	62	73	34	29
NÃO	14	22	11	50	55

Podemos observar que a maioria significativa dos treinadores (83%) considerou que as instalações onde decorriam as sessões de treino reuniam as condições de acessibilidade ideais face às características dos seus atletas. Relativamente às questões de segurança, 87% dos inquiridos afirmaram que as instalações desportivas dispunham das condições necessárias, enquanto 74% revelou que os materiais disponíveis para a prática desportiva eram suficientes em quantidade e variedade. Em relação ao envolvimento da família na prática desportiva dos seus entes com deficiência, 40% dos treinadores inquiridos declararam que as famílias tinham de suportar os custos inerentes à prática desportiva dos seus atletas. Por fim, os treinadores relataram que 35% das famílias acompanhavam os seus atletas com deficiência nos treinos e/ou nas competições em que participavam.

Os treinadores foram ainda questionados sobre se na comunidade envolvente ao clube/associação/escola, onde são desenvolvidas as atividades desportivas para pessoas com deficiência, existiriam indivíduos que não praticavam desporto. A maioria dos inquiridos (86%) respondeu afirmativamente e, na opinião destes, os principais motivos para essa percentagem são apresentados na Tabela 3.

Tabela 3. Principais motivos, na opinião dos treinadores, para o não envolvimento de pessoas com deficiência em atividades desportivas.

Não gostam de desporto	Desconhecimento da oferta desportiva	Poucos recursos financeiros	Falta de apoio da família	Falta de apoio dos amigos	Falta de transporte	Receio de não conseguirem adquirir as competências necessárias
26%	49%	41%	37%	1,2%	41%	27%

Podemos observar que, na opinião dos treinadores de desporto adaptado, entre os motivos para o não envolvimento das pessoas com deficiência nas atividades desportivas existentes na sua área de residência, os principais são o desconhecimento da oferta desportiva, seguido dos poucos recursos financeiros das famílias para suportar os custos com a prática desportiva e da falta de transporte para os locais de treino e/ou das competições, assim como a falta de apoio/incentivo das famílias para a prática desportiva.

## Discussão

O presente estudo teve como objetivo caracterizar os treinadores que trabalham com o desporto adaptado em Portugal, analisando a sua formação académica/profissional e as suas conceções sobre diferentes aspetos relacionados com o desempenho das suas funções, quer a nível organizativo quer ao nível das relações que os seus atletas estabelecem (ou não) com a comunidade onde vivem.

O desenvolvimento do fenómeno desportivo tem recebido uma considerável atenção nos últimos anos (Martindale, Collins & Daubney, 2005; Starkes &

Ericsson, 2003), devido ao evidente e complexo conjunto de fatores genéticos e ambientais que interagem para facilitar e estimular a excelência desportiva (Singer & Janelle, 1999). Talvez o tema mais consistente encontrado em toda a literatura é o papel crítico do treinador no desenvolvimento do talento desportivo. Embora a influência do treinador varie entre culturas, modalidades e estádios de desenvolvimento dos atletas (Bloom, 1985; Salmela & Moraes, 2003), a formação de um treinador é essencial para o tornar competente. Alguns estudos que examinaram a formação académica/profissional de treinadores empregaram a análise indutiva resultante de dados de entrevistas (Salmela, 1995; Fleurence & Cotteaux, 1999; Irwin, Hanton & Kerwin, 2004; Jones, Amour & Potrac, 2004; Abraham, Collins & Martindale, 2006; Wright, Trudel & Culver, 2007), enquanto outros, embora raros, utilizaram questionários em amostras extensas e que por isso poderiam dar um retrato mais representativo da realidade (Reade, Rodgers & Hall, 2008; Timson-Katchis & North, 2008).

A escassez de estudos desta natureza, quer em Portugal quer no estrangeiro e sobretudo no âmbito do desporto adaptado, torna difícil a análise da realidade atual em termos de formação dos treinadores portugueses por comparação com outras. No entanto, constatamos que a percentagem de licenciados da nossa amostra, independentemente da posse de formação complementar/específica em E.E., A.M.A. e/ou E.F., está de acordo com o observado por Timson-Katchis e North (2008, 2010) no Reino Unido. No que se refere aos conhecimentos/habilitações específicas para treinar pessoas com deficiência, verificamos que, quer no âmbito da E.E. quer no âmbito da A.M.A., a maioria dos treinadores inquiridos adquiriu competências nessas áreas, o que nos leva a crer que é reconhecida a sua importância para um melhor desempenho na condução do processo de treino e no próprio relacionamento com o atleta. Por outro lado, uma percentagem reduzida dos inquiridos revelou não possuir qualquer grau académico, apesar dos indícios que apontam que o desenvolvimento técnico por vezes assenta em competências que podem ser adquiridas através de atividades de aprendizagem ocorridas dentro ou fora do recinto de jogo, tanto em ambientes educativos formais e/ou informais (Schinke, Bloom & Salmela, 1985). Sobre esta questão, alguns estudos sugerem que os treinadores tendencialmente não valorizam a sua aprendizagem formal, preferindo as competências adquiridas por via de experiências práticas (Gilbert, Côté & Mallett, 2006; Jones et al. 2004), uma vez que acreditam que a chave para se tornar um treinador de sucesso é muito mais influenciada pelas experiências interativas, nomeadamente através da resolução de questões situacionais, observações de pares e/ou a partilha de conhecimentos com outros treinadores, que quaisquer programas de formação (Jones et al 2004; Lemyre & Trudel, 2004).

Contudo, apesar de a literatura destacar o dinamismo da aprendizagem informal e/ou social, isto não quer dizer

que os treinadores não vejam qualquer valor em oportunidades de aprendizagem formal. Nesse sentido, estudos confirmam que os treinadores ainda adquirem informação e conhecimento técnico através da participação em cursos de profissionalização, seminários e workshops (Schempp, Templeton & Clark, 1998; Timson-Katschis & North, 2008; Wright et al. 2007). Por conseguinte, tem havido um crescimento considerável na importância atribuída à formação de treinadores em muitos países ocidentais (Erickson, Bruner, MacDonald & Côté, 2008; Gilbert & Trudel, 1999; Lyle, 2002). Em Portugal, a recente Lei n.º 40/2012, de 28 de agosto, alterou o paradigma da formação/certificação de treinadores de desporto, refletindo o reconhecimento do Estado de que a existência de treinadores qualificados é uma medida indispensável para que a prática desportiva decorra na observância das regras que garantam a ética desportiva, o desenvolvimento do espírito desportivo, assim como a defesa da saúde e da segurança dos praticantes. Nesse sentido, o mesmo diploma centralizou no Instituto do Desporto de Portugal, I.P. (IDP) um conjunto de competências sobre esta matéria, que se estendem desde o reconhecimento das diferentes vias que permitem a obtenção do Título Profissional de Treinador de Desporto (artigo 6.º), a emissão de Títulos Profissionais (artigo 7.º), a certificação de Entidades Formadoras (artigo 9.º), entre outras. No que concerne à formação, e em articulação com as diferentes federações desportivas, que mantêm-se como responsáveis pela dinamização dos cursos, esta entidade foi a responsável pela conceção de documentos estruturantes e uniformizadores do processo formativo de treinadores, tais como o Programa Nacional de Formação de Treinadores (IPD, 2010) e os Referenciais de Formação Geral (IPD, 2011). Centrando agora a nossa análise na opinião dos treinadores acerca de eventuais facilitadores e barreiras à prática desportiva por parte de pessoas com deficiência, atendendo à realidade que conhecem do contexto onde exercem o seu trabalho, a acessibilidade das instalações não constitui uma barreira, contrariando o que foi observado por Robertson et al (2011) em uma amostra de adolescentes e jovens adultos australianos com lesão na medula espinhal, em que aproximadamente metade apontou a (in)acessibilidade das instalações desportivas como justificação para o facto de não praticarem atividades físicas. Entretanto, na Holanda, numa amostra de pessoas com um dos membros inferiores amputados, Bragaru, Wilgen, Geertzen, Ruijs et al (2013) verificaram que, para além da acessibilidade dentro da própria instalação, a inexistência de instalações desportivas nas proximidades da sua zona de residência foi considerada uma importante barreira ao seu envolvimento em atividades físicas. Em Portugal, esta questão foi estudada por Sá, Azevedo, Martins, Machado & Tavares (2012), que avaliaram o nível de acessibilidade das instalações desportivas para pessoas com mobilidade reduzida na segunda maior cidade do país e constataram na sua maioria a existência de não conformidades com

as adequações técnicas impostas por lei, comprometendo desta forma a participação de pessoas com deficiência em atividades desportivas que nelas pudessem ser desenvolvidas para este público-alvo.

Por outro lado, os materiais/equipamentos à disposição dos treinadores da nossa amostra não constituem, quer em variedade quer em quantidade, uma barreira à prática desportiva dos seus atletas com deficiência. Todavia, apesar de não ser considerado um fator determinante, alguns estudos apontam a carência de recursos materiais como uma restrição ao envolvimento de pessoas com deficiência em atividades desportivas (Rimmer et al 2004; Sá et al 2012). No entanto, uma menor complexidade da atividade desportiva desenvolvida pelos treinadores inquiridos no presente estudo, e por conseguinte a necessidade de materiais menos específicos para a prática desportiva dos seus atletas com deficiência, pode estar origem das opiniões recolhidas.

Outro aspeto recorrentemente referido como condicionador da prática desportiva por parte de pessoas com deficiência está relacionado com eventuais custos que têm de ser suportados pelos atletas, nomeadamente com aquisição de equipamentos específicos, utilização das instalações desportivas e/ou a remuneração do próprio treinador (Rimmer, Rubin & Braddock, 2000; Rimmer et al 2004; Bedell et al 2013; Jaarsma, Dijkstra, Blécourt, Geertzen & Dekker, 2014). Contudo, de acordo com a maioria dos treinadores inquiridos, a maioria dos atletas (e suas respetivas famílias) estão dispensados do pagamento de quaisquer encargos relativos à prática desportiva, o que deve ser considerado de especial relevância devido a conjuntura socioeconómica conturbada que Portugal atravessa atualmente e atendendo sobretudo às despesas adicionais que as famílias com pessoas com deficiência têm de suportar, nomeadamente com assistência médica regular, medicação variada, exames periódicos, terapias contínuas etc. (Anderson, Dumont, Jacobs & Azzaria, 2007; Stabile & Allin, 2012).

Por fim, ainda que, na opinião dos treinadores de desporto adaptado inquiridos no presente estudo, as condições de que dispõem para a prática desportiva sejam favoráveis, existem pessoas com deficiência no meio envolvente que não aderem. Entre os principais motivos apontados para explicar esta realidade estão a falta de informação sobre a oferta desportiva na comunidade onde vivem (Rimmer et al 2004; Buffart et al 2009) e, sobretudo, sobre os benefícios da prática para a sua saúde (Audley, 2002; Robertson et al 2011); e as dificuldades de transporte dos interessados de e para os locais de treino (Rimmer et al 2004; Bragaru et al 2013), podendo esta questão estar relacionada com o facto de morarem em zonas mais periféricas, por vezes de difícil acesso, e portanto menos servidas em termos de transporte público.

## Conclusão

O treinador ocupa uma posição fundamental no contexto desportivo, assumindo-se como um poderoso agente socializador cujo comportamento pode afetar o desempenho do atleta, a sua aprendizagem e uma série de resultados psicossociais. Tendo em conta que o conhecimento varia de acordo com o tipo de deficiência de um atleta, as fontes de aprendizagem devem ser analisadas como tal e, posteriormente, consideradas no perfil de formação de um treinador de desporto adaptado. No caso dos treinadores portugueses, a maioria possui competências direcionadas para o exercício específico dessa atividade, adquirida sobretudo através de frequência universitária em programas de formação pós-graduada. Entretanto, será importante reavaliar periodicamente os programas de formação de treinadores em Portugal, assim como as suas perceções e opiniões sobre os mesmos, particularmente em termos de atualização de conhecimentos que possam ter um eventual impacto na otimização do seu desempenho.

Relativamente as condições disponíveis para a prática desportiva de pessoas com deficiência, de acordo com a opinião dos treinadores, as barreiras identificadas no presente estudo devem servir de base para a implementação de ações que, fundamentalmente, (1) promovam a difusão da prática desportiva e divulguem em larga escala os seus benefícios para o estado de saúde das pessoas com deficiência e (2) apoiem financeira ou materialmente as pessoas cujas famílias não têm condições para suportar os encargos subjacentes a um estilo de vida ativo.

## Referências

- Abraham, A., Collins, D., & Martindale, R. (2006). The Coaching Schematic: Validation Through Expert Coach Consensus. *J Sports Sci*, 24(6), 549-564.
- Anderson, D., Dumont, S., Jacobs, P., & Azzaria, L. (2007). The Personal Costs of Caring for a Child with a Disability: A Review of the Literature. *Public Health Reports*, 122, 3-16.
- Audley, P. (2002). People with Physical and Sensory Disabilities, Participation Levels and Barriers to Physical Activity *Western Health Board: The Department of Public Health*.
- Bedell, G., Coster, W., Law, M., Lijenquist, K., Kao, Y.-C., Teplicky, R., et al. (2013). Community Participation, Supports, and Barriers of School-Age Children With and Without Disabilities. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 94, 315-323.
- Bloom, B. (1985). *Developing Talent in Young People*. New York: Ballantine.
- Bragaru, M., Wilgen, C. P. V., Geertzen, J. H. B., Ruijs, S. G. J. B., Dijkstra, P. U., & Dekker, R. (2013). Barriers and Facilitators of Participation in Sports: A Qualitative Study on Dutch Individuals with Lower Limb Amputation. *PLOS ONE*, 8(3), e59881.
- Buffart, L. M., Westendorp, T., van den Berg-Emons, R. J., Stam, H. J., & Roebroeck, M. E. (2009). Perceived barriers to and facilitators of physical activity in young adults with childhood-onset physical disabilities. *J Rehabil Med*, 41(11), 881-885. doi: 10.2340/16501977-0420
- Conroy, D. E., & Coatsworth, J. D. (2006). Coach training as a strategy for promoting youth social development. *The Sport Psychologist*, 20, 128-144.
- Council of Europe Committee of Ministers Recommendation No. R(92) 13REV: European Sports Charter (1992 Revised 2001).
- Cushion, C., Armour, K., & Jones, R. (2003). Coach education and continuing professional development: experience and learning to coach. *Quest*, 55(215-230).
- Cregan, K., Bloom, G. A., & Reid, G. (2007). Career evolution and knowledge of elite coaches swimmers with a physical disability. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 78, 339-350.
- Demers, G., Woodburn, A., & Savard, C. (2006). The development of an undergraduate competency-based coach education program. *The Sport Psychologist*, 20, 162-173.
- Elinder, L. S., Bergstrom, H., Hagberg, J., Wihlman, U., & Hagstromer, M. (2010). Promoting a healthy diet and physical activity in adults with intellectual disabilities living in community residences: Design and evaluation of a cluster-randomized intervention. *BMC Public Health*, 10, 761
- Erickson, K., Bruner, M., MacDonald, D., & Côté, J. (2008). Gaining Insight into Actual and Preferred Sources of Coaching Knowledge. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 3(4), 527-538.
- European Scrutiny Committee (2011); Commission Communication: *European Disability Strategy 2010-2020: A Renewed Commitment to a Barrier-Free Europe*, 13th Report, 12 January, 83.
- Fleurence, P., & Cotteaux, V. (1999). Building the expertise from coaches of high-level athletes. *Avante*, 5, 54-68.
- Gilbert, W., Côté, J., & Mallett, C. (2006). Developmental Pathways and Activities of Successful Sport Coaches. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 1, 69-76.
- Gilbert, W. D., & Trudel, P. (2004). Analysis of Coaching Science Research Published from 1970-2001. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 75, 388-399.

- Gilbert, W., & Trudel, P. (1999). An evaluation strategy for coach education programs. *Journals of Sport Behavior*, 22(2), 234-250.
- Instituto do Desporto de Portugal, I. P. (2010). Programa Nacional de FORMAÇÃO de Treinadores. Retrieved 12 nov, 2015, from: <http://www.idesporto.pt/ficheiros/file/PNFT/PNFT%20-%20O%20LIVRO.pdf>
- Instituto do Desporto de Portugal, I. P. (2011). Referenciais de FORMAÇÃO Geral. *Cursos de Treinadores de Desporto (Graus I, II e III)*. Retrieved 12 nov, 2015, from: [http://www.idesporto.pt/ficheiros/file/Cursos\\_Treinadores\\_Ref\\_Geral%20de%20Formacao.pdf](http://www.idesporto.pt/ficheiros/file/Cursos_Treinadores_Ref_Geral%20de%20Formacao.pdf)
- Irwin, G., Hanton, S., & Kerwin, D. (2004). Reflective practice and the origins of elite coaching knowledge. *Reflective Practice*, 5(3), 425-442.
- Jaarsma, E. A., Dijkstra, P. U., Blécourt, A. C. E., Geertzen, J. H. B., & Dekker, R. (2014). Barriers and facilitators of sports in children with physical disabilities: a mixed-method study. *Disabil Rehabil*.
- Jones, R., Armour, K., & Potrac, P. (2004). *Sports Coaching Cultures: From practice to theory*. London: Routledge.
- Lei n.º 40/2012. D.R. I Série. N.º 166 (28/08/2012) 4753-4758. Assembleia da República.
- Lemyre, F., & Trudel, P. (2004). Le parcours d'apprentissage au rôle d'entraîneur bénévole. *Avante*, 8(2), 40-55.
- Lyle, J. (2002). *Sports coaching concepts: A framework for coaches behavior*. London: Taylor & Francis Group.
- Mallett, C. J., Trudel, P., Lyle, J., & Rynne, S. B. (2009). Formal vs. Informal Coach Education. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 4(3), 325-334.
- Mallett, C., & Côté, J. (2006). Beyond winning and losing: Guidelines for evaluating high performance coaches. *The Sport Psychologist*, 20(2), 213-221.
- Martindale, R. J. J., Collins, D., & Daubney, J. (2005). Talent Development: A Guide for Practice and Research within Sport. *Quest*, 57, 353-375.
- Moran, T. E., & Block, M. E. (2010). Barriers to Participation of Children with Disabilities in Youth Sports. *Teaching Exceptional Children Plus*, 6(3), Artigo 5.
- Nazarudin, M. N. B. H., Fauzee, M. S. O., Jamalis, M., Geok, S. K., & Din, A. (2009). Coaching Leadership Styles and Athlete Satisfaction Among Malaysian University Basketball Team. *Research Journal of International Studies*(9), 4-11.
- Nelson, L., & Cushion, C. (2006). Reflection in coaching education: The case of the national governing body coaching certificate. *The Sport Psychologist*, 20, 174-183.
- Reade, I., Rodgers, W., & Hall, N. (2008). Knowledge Transfer: How do High Performance Coaches Access the Knowledge of Sport Scientists? *International Journal of Sports Science and Coaching*, 3(3), 319-334.
- Rimmer, J. H., Riley, B., Wang, E., Rauworth, A., & Jurkowski, J. (2004). Physical Activity Participation Among Persons with Disabilities. Barriers and Facilitators. *Am J Prev Med*, 26(5), 419-425.
- Rimmer, J. H., Rubin, S. S., & Braddock, D. (2000). Barriers to Exercise in African American Women With Physical Disabilities. *Arch Phys Med Rehabil*, 81, 182-188.
- Roberton, T., Bucks, R. S., Skinner, T. C., Allison, G. T., & Dunlop, S. A. (2011). Barriers to Physical Activity in Individuals with Spinal Cord Injury: A Western Australian Study. *Australian Journal of Rehabilitation Counselling*, 17(2), 74-88.
- Sá, M. M., Azevedo, R., Martins, M. C., Machado, O., & Tavares, J. (2012). Accessibility of sports facilities for persons with reduced mobility and assessment of their motivation for practice. *Work*, 41, 2017-2023.
- Salmela, J. (1995). Learning from the development of expert coaches. *Journal of Coaching and Sport Science*, 2(2), 3-13.
- Salmela, J. H., & Moraes, L. C. (2003). Development of Expertise: The Role of Coaching, Families and Cultural Contexts. In J. L. Starkes & K. A. Ericsson (Eds.), *Expert Performance in Sports: Advances in Research on Sport Expertise* (pp. 275-294). Champaign: Human Kinetics.
- 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 Atividades Física e Saúde*, 18(5), 623-635.
- Schempp, P., Templeton, C., & Clark, B. (1998). *The knowledge acquisition of expert golf instructors*. Paper presented at the Science and golf III: Proceedings of the world scientific congress of golf, Leeds.
- Schinke, R. J., Bloom, G. A., & Salmela, J. H. (1985). The Career Stages of Elite Canadian Basketball Coaches. *Avante*, 1(1), 48-62.
- Singer, R. N., & Janelle, C. M. (1999). Determining Sport Expertise: From Genes to Supremes. *International Journal of Sport Psychology*, 30, 117-150.
- Stabile, M., & Allin, S. (2012). The Economic Costs of Childhood Disability. *Spring*, 22(1), 65-96.

Starkes, J. L., & Ericsson, K. A. (2003). *Expert Performance in Sports: Advances in Research on Sport Expertise*. Champaign: Human Kinetics.

Timson-Katchis, M., & North, J. (2008). UK Coaching Tracking Study: Year One Headline Report *Sports Coach*. Leeds, UK.

Timson-Katchis, M., & North, J. (2010). UK Coach Tracking Study *Sports Coach*. Leeds, UK.

Trudel, P., Gilbert, W., & Werthner, P. (2010). Coach education effectiveness. In J. Lyle & C. Cushion (Eds.), *Sports coaching: Professionalization and practice* (pp. 135-152). London: Elsevier.

Werthner, P., & Trudel, P. (2006). A New Theoretical Perspective for Understanding How Coaches Learn to Coach. *The Sport Psychologist*, 20, 198-212.

Wright, T., Trudel, P., & Culver, D. (2007). Learning How to Coach: The Different Learning Situations Reported by Youth Ice Hockey Coaches. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 12, 127-144.

Mantem-se a nossa convicção de que alunos e profes