



SISTEMATIZAÇÃO DO ENSINO TÉCNICO E TÁTICO DO RUGBY EM CADEIRA RODAS: ESTUDO PESQUISA-AÇÃO

SYSTEMATIZATION OF TECHNICAL AND TACTICAL TEACHING IN WHEELCHAIR RUGBY: AN ACTION RESEARCH STUDY

SISTEMATIZACIÓN DE LA ENSEÑANZA TÉCNICA Y TÁCTICA DEL RUGBY EN SILLA DE RUEDAS: UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN-ACCIÓN

Beatriz Lucena Ramos • Rodrigo Rodrigues Gomes Costa • Luis Gustavo de Souza Pena •
Ana Paula Boito Ramkrapes • Ciro Winckler

Resumo

O Rugby em Cadeira de Rodas tem se expandido no Brasil desde 2008, com aumento significativo no número de clubes e iniciativas como os Polos de Desenvolvimento. No entanto, a formação técnica de treinadores ainda é limitada pela escassez de publicações específicas. Este estudo busca sistematizar e descrever os fundamentos e conceitos técnicos da modalidade, propondo uma estrutura pedagógica progressiva como base para o ensino. A proposta visa apoiar profissionais na formação de atletas e equipes, contribuindo para o fortalecimento do Rugby em Cadeira de Rodas no país.

Palavras-chave: Esportes para Pessoas com Deficiência; Paratletas; Ensino; Rugby em Cadeira de Rodas.

Abstract

Wheelchair Rugby has been expanding in Brazil since 2008, with a significant increase in the number of clubs and initiatives like Development Hubs. However, the technical training for coaches is still limited due to a scarcity of specific publications. This study aims to systematize and describe the technical fundamentals and concepts of the parasport, proposing a progressive pedagogical structure as a basis for teaching. The proposal is intended to support professionals in the training of athletes and teams, thereby contributing to the strengthening of Wheelchair Rugby in the country.

Keywords: Sports for Persons with Disabilities; Para athletes; Teaching; Wheelchair Rugby.

Resumen

El Rugby en Silla de Ruedas se ha expandido en Brasil desde 2008, con un aumento significativo en el número de clubes y en iniciativas como los Polos de Desarrollo. Sin embargo, la formación técnica de los entrenadores aún se ve limitada por la escasez de publicaciones específicas. Este estudio busca sistematizar y describir los fundamentos y conceptos técnicos de la modalidad, proponiendo una estructura pedagógica progresiva como base para la enseñanza. La propuesta tiene como objetivo apoyar a los profesionales en la formación de atletas y equipos, contribuyendo al fortalecimiento del Rugby en Silla de Ruedas en el país.

Palabras clave: Deportes para Personas con Discapacidad; Paratletas; Enseñanza; Rugby en Silla de Ruedas.

INTRODUÇÃO

O Rugby em Cadeira de Rodas tem apresentado crescimento desde sua introdução no Brasil. A prática da modalidade no país iniciou-se em 2008, ano em que também foi fundada a Associação Brasileira de Rugby em Cadeira de Rodas (ABRC), entidade responsável pela organização e pelo





desenvolvimento do esporte. Naquela época, apenas três clubes estavam oficialmente filiados. Atualmente, esse número aumentou para 14 clubes ativos, que participam regularmente de competições nacionais e regionais (ABRC, 2025), o que representa um crescimento de cerca de cinco vezes em pouco mais de uma década, refletindo o avanço e a consolidação da modalidade no cenário esportivo nacional.

Mais recentemente, no ano de 2022 foi criado no Brasil o programa de Polo de Desenvolvimento de Rugby em Cadeira de Rodas, que busca desenvolver a modalidade, ampliar o número de praticantes nas diversas regiões do país. Dentre ações para isso, a capacitação de profissionais e atletas tem recebido maior atenção da Associação Brasileira de Rugby em Cadeira de Rodas. Desse modo, o plano de ação é tornar os 8 atuais Polos de Desenvolvimento em equipes que atuem em competições regionais e nacionais (ABRC, 2025).

Por outro lado, a modalidade ainda dispõe de um número limitado de publicações voltadas ao conhecimento técnico e tático, o que constitui um obstáculo significativo à formação e qualificação de profissionais, como treinadores e preparadores. Esse tipo de conhecimento é fundamental para o planejamento de treinamentos eficientes, o desenvolvimento de estratégias de jogo e a adaptação dos conteúdos às características funcionais dos atletas. Sem uma base teórica sólida, o processo de ensino-aprendizagem se limita, comprometendo a evolução técnica das equipes e o desempenho nas competições.

No paradesporto, o treinador desempenha um papel essencial, sendo figura-chave na formação de atletas de Rugby em Cadeira de Rodas. Sua atuação transcende a preparação física e técnica, assumindo também a oportunidade de oferecer uma experiência positiva, que resulte em engajamento e competência para a continuação da prática, seja ela em forma de participação ou na excelência, como no caso do paralímpico (Winckler, 2023). O paradesporto contribui para o desenvolvimento integral dos atletas e promove transformações significativas, tanto na esfera da saúde quanto no campo social. Entre as áreas de conhecimento que podem apoiar esse profissional, destaca-se a Pedagogia do Paradesporto.

A Pedagogia do Paradesporto transcende a mera adaptação de atividades físicas para indivíduos com deficiência, configurando-se como um campo de estudo multidisciplinar. Sua aplicação requer uma compreensão aprofundada das especificidades de cada deficiência, das diversas modalidades paradesportivas e, crucialmente, da criação de um ambiente inclusivo e estimulante (Pereira *et al.*, 2013). O foco principal dessa pedagogia é a formação integral de atletas, utilizando o esporte como ferramenta para o desenvolvimento humano, social e psicológico, sem se restringir ao aprimoramento técnico e tático





(Galatti *et al.*, 2016). Desse modo, essa área de conhecimento estabelece-se como pilar fundamental para o avanço e a consolidação das modalidades paradesportivas.

O Rugby em Cadeira de Rodas é uma modalidade que, devido aos seus critérios de elegibilidade e às regras específicas, reúne atletas com grande diferença funcional atuando simultaneamente (WWR, 2022). Essa diferença funcional traduz-se em diferenças nas funções específicas na equipe e nas ações realizadas durante a partida (Morgulec-Adamowicz *et al.*, 2010; Rhodes *et al.*, 2015b). Embora a maioria das ações em um jogo de Rugby em Cadeira de Rodas seja realizada em baixa intensidade, as ações de alta intensidade são importantes para aumentar a possibilidade de vitória (Rhodes *et al.*, 2015a). Dependendo das características funcionais dos atletas em quadra, há maior probabilidade de eficiência ofensiva daquela formação (Quinn; Bruce; Young, 2024). O treinador deve compreender aspectos táticos ofensivos e defensivos específicos da modalidade, para ensinar aos atletas a criar situações de vantagem e a aumentar a eficiência da sua prática ou a performance esportiva da sua equipe.

Nesse sentido, este trabalho propõe trazer conhecimentos específicos e sistematizados sobre fundamentos e conceitos técnicos do Rugby em Cadeira de Rodas, bem como sugerir um modelo de aplicação desses, por meio das etapas pedagógicas, visando oferecer aos profissionais ferramentas para o desenvolvimento de atletas praticantes e competidores de Rugby em Cadeira de Rodas.

MÉTODO

O presente estudo adota o desenho de Pesquisa-Ação, fundamentado em sua capacidade intrínseca de identificar problemas reais e estabelecer propostas na prática profissional (Gunbayi, 2020; Erro-Garcés; Alfaro-Tanco, 2020). O período de coleta de dados compreende o intervalo entre 2022 e 2025, assegurando o acompanhamento longitudinal das intervenções. O corpus de análise é constituído por 1) Registros de campo do primeiro autor, baseados em sua experiência direta e cotidiana no atendimento a pacientes e atletas ao longo dos anos mencionados; 2) Diálogos Reflexivos através da interação e troca de experiências com outros profissionais experientes; e 3) Ação na Prática com a implementação direta de intervenções no ambiente de atuação do pesquisador.





RESULTADOS

O processo de formação de um atleta e de uma equipe de Rugby em Cadeira de Rodas pode ser organizado em etapas didáticas que vão do desenvolvimento individual à aplicação coletiva. Começa-se pelos fundamentos técnicos, que dão origem aos conceitos técnicos, evoluindo para os conceitos táticos e, em seguida, para os fundamentos da defesa. A integração desses elementos dá origem aos modelos táticos, que estruturam o funcionamento da equipe em jogo.

Processo de Ensino

Os jogos esportivos coletivos são sistemas complexos e imprevisíveis (Santana, 2005). Para o ensino das modalidades, é importante trabalhar as relações mais simples do jogo até as mais complexas, conforme o número de elementos envolvidos. Garganta (1995) propõe o ensino dos esportes coletivos a partir das relações entre os elementos do jogo segundo sua complexidade: eu-bola; eu-bola-alvo; eu-bola-adversário; eu-bola-colega; eu-bola-colega-adversários; eu-bola-equipe-adversários. No caso dos esportes paralímpicos coletivos em cadeira de rodas, a relação entre o praticante e sua cadeira esportiva também contribui para o desenvolvimento do atleta.

Nesse sentido, nessa etapa será apresentada uma estrutura de organização pedagógica que auxilie o profissional no ensino dos fundamentos técnicos. Essa estrutura já foi apresentada em estudos anteriores envolvendo outras modalidades paradesportivas: handebol em cadeira de rodas (Ramos; Costa, 2022), halterofilismo paralímpico (Alves; Gomes Costa, 2025) e natação (Santos; Gomes Costa, 2025). A estrutura é dividida nas seguintes etapas: Pessoa-cadeira; Pessoa-cadeira-bola e Pessoa-cadeira-bola-pessoa. Essa divisão permite respeitar a progressão do simples para o complexo, promovendo o desenvolvimento técnico, tático e psicossocial dos participantes (Ugrinowitsch; Benda, 2011).

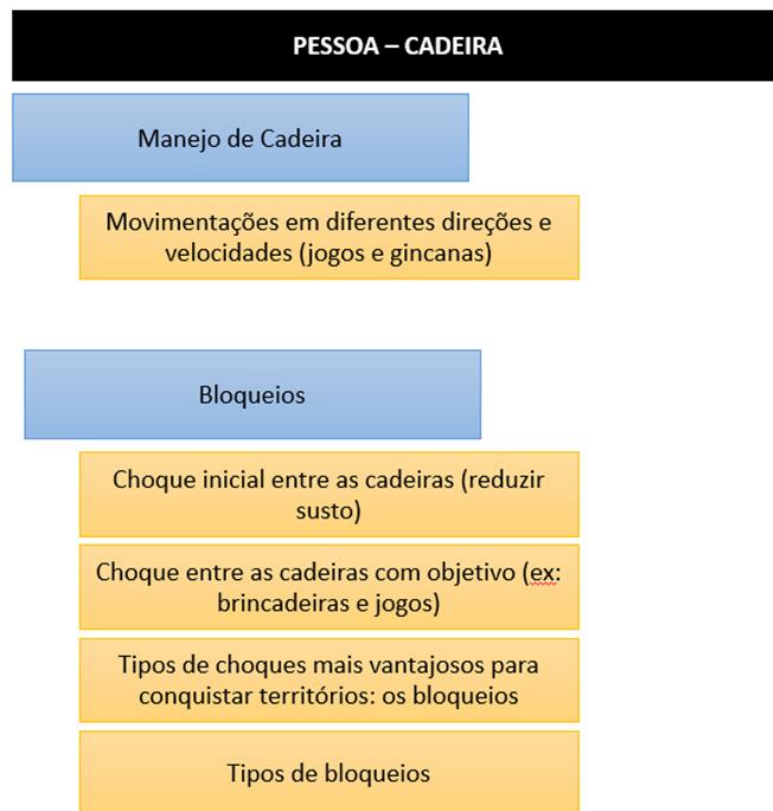
Pessoa-cadeira

A primeira etapa, denominada pessoa-cadeira, é fundamental para iniciar a construção da relação entre o atleta e a cadeira esportiva. Nessa fase, busca-se desenvolver as capacidades motoras e funcionais necessárias para a condução da cadeira de rodas, além de promover independência, segurança e confiança, compreendendo a cadeira como uma extensão do próprio corpo. Durante essa etapa, também é ensinada a técnica de propulsão que pode depender de um atleta para o outro, variando conforme a funcionalidade do ombro, cotovelo, mão e punho.





Figura 1 – Processo de ensino envolvendo a etapa pessoa-cadeira



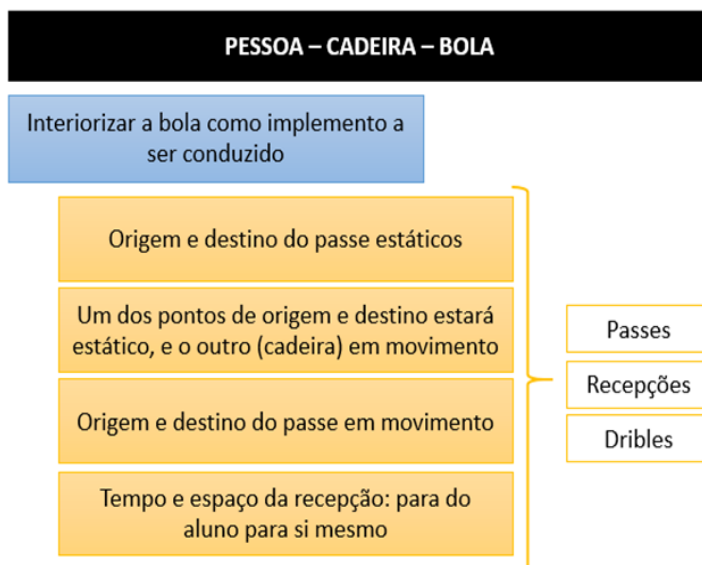
Fonte: construção dos autores.

Pessoa-cadeira-bola

Na segunda etapa, chamada pessoa-cadeira-bola, o foco passa a ser a introdução da bola ao contexto motor já estabelecido. Os participantes aprendem os fundamentos técnicos, como os diferentes tipos de passes, recepção, condução, arremesso, drible e bloqueio. A proposta é criar situações nas quais os participantes experimentem a manipulação da bola em movimento, o tempo de reação, o controle da cadeira e a tomada de decisões em dinâmicas mais complexas.



Figura 2 – Processo de ensino envolvendo a etapa pessoa-cadeira-bola

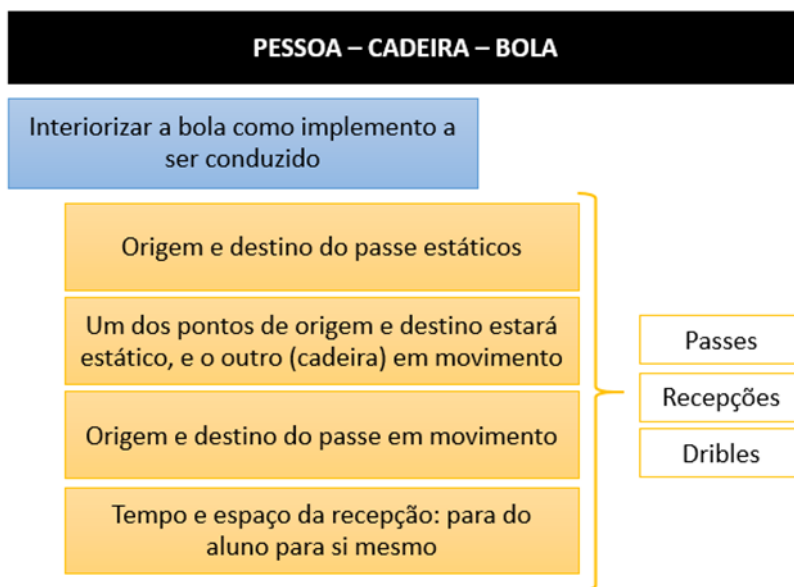


Fonte: construção dos autores.

Pessoa-cadeira-bola-pessoa

Por fim, na etapa pessoa-cadeira-bola-pessoa, introduz-se o jogo coletivo de forma mais estruturada. Os atletas passam a compreender e aplicar aspectos táticos e estratégicos do jogo, como a ocupação do espaço, o posicionamento, a marcação individual e por zona, bem como a importância do passe e do trabalho em equipe. As regras passam a ser aplicadas com mais rigor, exigindo maior atenção e maior tomada de decisão por parte dos jogadores.

Figura 3 – Processo de ensino envolvendo a etapa Pessoa-cadeira-bola-pessoa



Fonte: construção dos autores.

Fundamentos Técnicos

Os fundamentos técnicos são as habilidades motoras básicas e específicas que o atleta desenvolve para executar, com eficiência, as ações da modalidade, garantindo uma participação efetiva no jogo. Esses fundamentos abrangem tanto as interações do jogador com os demais participantes quanto as habilidades específicas de manejo da cadeira esportiva e da bola.

Figura 4 – Fundamentos técnicos do rugby em cadeira de rodas.



Fonte: desenvolvido pelos autores com uso de inteligência artificial Gemini.



Fundamentos Técnicos

O manejo adequado da cadeira esportiva é um elemento fundamental para o desempenho no Rugby em Cadeira de Rodas. É necessário que o atleta e a cadeira funcionem como uma única unidade. O toque correto na cadeira (incluindo a aplicação eficiente de força nas rodas, o uso coordenado do tronco e a sincronização dos movimentos) garante deslocamentos rápidos, seguros e controlados, além de exigir o desenvolvimento integrado de força, coordenação, percepção espacial e leitura de jogo.

Dentro desse fundamento, a velocidade linear e a velocidade com mudança de direção são essenciais para a manutenção da fluidez e da agilidade durante a partida, assim, a propulsão da cadeira e a habilidade de realizar giros são fundamentais. A dinâmica de movimento no Rugby em Cadeira de Rodas envolve ações como saídas rápidas, sprints, travamento, freamento e bloqueio (Vanlandewijck *et al.*, 2001). Essas habilidades exigem que o atleta não apenas alcance altas velocidades em linha reta, mas também acelere e desacelere rapidamente, ajustando sua trajetória às demandas táticas do jogo.

O manejo da bola no Rugby em Cadeira de Rodas é um componente determinante para a eficácia das ações, exigindo do atleta habilidades técnicas e tomadas de decisão rápidas, com base na leitura do jogo. Entre os fundamentos mais relevantes estão o passe, o drible e a proteção da bola, que, quando executados de forma integrada, permitem manter a posse e criar oportunidades de ataque.

Os passes podem ser divididos em direto e *lead pass*. O passe direto é aquele em que a bola é lançada ao colo do companheiro de time. É importante que esse passe seja preciso, respeitando as características do jogador que irá receber a bola.

O *lead pass* é aquele passe em que o companheiro precisa atacar a bola para recebê-la. Ou seja, a bola é lançada em um espaço vazio, e o jogador que irá recebê-la deverá se movimentar para pegá-la. Pode ser usado em diversas situações e em qualquer lugar da quadra, inclusive no *inbounder*, jogador responsável por reiniciar o jogo a partir de fora dos limites da quadra para o condutor de bola ou para uma opção de passe. Sendo um passe em que se leva o companheiro para onde quer que vá. Um *lead pass* executado adequadamente oferece oportunidade para o companheiro de time se ajustar ao passe, então muitas vezes é um passe com uma curva parabólica, permitindo que a bola quique no chão algumas vezes.

Ressalta-se que o passe direto, geralmente, é mais rápido que o *lead pass* e pode ser executado quando não há espaço para o *lead pass*, quando há segurança para quem irá passar a bola ou quando o receptor precisa receber o passe diretamente e não consegue ir atrás da bola.



Os tipos acima podem ser executados por diferentes formas técnicas, a depender das habilidades funcionais do atleta e da situação de jogo:

(1) Passe de peito: feito com as duas mãos, partindo da altura do peito, com os braços estendidos à frente. É preciso e rápido, usado em curtas e médias distâncias.

(2) Passe quicado: a bola é lançada ao solo com força controlada, para que quique antes de chegar ao receptor. Útil para contornar defensores ou quando o passe direto está bloqueado.

(3) Passe por soquinho: feito com o dorso ou lateral do punho, usado por atletas com limitação de preensão. Pode ser direto ou quicado. Principal técnica utilizada nos passes longos dos atletas de classe baixa.

(4) Passe com uma mão: utilizado por atletas com maior mobilidade de braço e tronco, oferece alcance e agilidade. Pode ser lateral, sobre a cabeça ou de baixo para cima.

(5) Passe estilo gancho: um passe curto lateralizado, feito com movimento rápido do punho ou antebraço, usado por atletas com limitação de preensão. Pode ser utilizado por jogadores com maior mobilidade de tronco, quando precisam realizar um passe longo sob pressão.

Conceitos Técnicos

Conceitos técnicos são princípios que orientam a execução de ações específicas do jogo, com base na aplicação das habilidades adquiridas nos fundamentos técnicos. Eles visam otimizar o desempenho individual e contribuir para a efetividade do jogo coletivo.

Figura 5 – Conceitos técnicos do rugby em cadeira de rodas



Fonte: desenvolvido pelos autores com uso de inteligência artificial Gemini.



A seguir, apresentam-se os principais conceitos táticos utilizados no processo inicial de ensino do Rugby em Cadeira de Rodas, com foco na ocupação de espaço e no posicionamento em quadra.

Os termos acima e abaixo indicam a relação posicional entre o jogador e o adversário, e sua interpretação pode variar conforme o sentido do ataque ou da defesa, em função da bola. O ato de postar diz respeito à ação de um jogador assumir uma posição fixa na quadra, visando criar um espaço verde ou tornar-se uma opção segura de passe. Esse movimento ocorre, por exemplo, quando um atleta se posiciona para receber a bola diretamente do *inbounder*, protegendo o espaço conquistado e mantendo-se disponível para dar sequência à jogada.

O bloqueio deve ser feito de modo a impedir a trajetória do defensor. Um bloqueio bem executado deve ser feito por cima do defensor, interceptando diretamente a sua linha de deslocamento, e não na lateral. Por exemplo, se eu estou na quadra de defesa e tenho a intenção de ir para a quadra de ataque, o meu bloqueador deve se posicionar por cima do defensor e não na lateral dele, pois o meu objetivo é ir para cima. Agora se estou na quadra de defesa na altura do meio da quadra e quero descer para receber a bola do *inbounder* que está na linha de fundo, o meu bloqueador vai se posicionar entre o defensor e o *inbounder*, pois o meu objetivo é ir para baixo receber a primeira bola.

O ideal é que o bloqueador utilize toda a extensão da sua cadeira para dificultar qualquer tentativa de contorno por parte do defensor, e não focar em usar apenas a grade da cadeira para tentar prender o oponente. Ou seja, suponha que o jogador responsável pelo bloqueio seja o mesmo que realiza o *inbound*. Após colocar a bola em jogo, ele deve entrar na quadra simulando que tem a posse, ou seja, passando longe dos defensores e imprimindo a máxima velocidade. Ao ultrapassar do oponente que está defendendo o seu companheiro que precisa do bloqueio, ele deve mudar de direção rapidamente e descer em diagonal para realizar o bloqueio por cima do defensor. Dessa forma, o bloqueador pode tomar a melhor decisão entre ajudar o condutor da bola ou ser uma opção de passe, caso perceba a chegada de um segundo defensor para pressionar a bola.

É fundamental destacar que o jogador que está sendo ajudado também desempenha um papel ativo e decisivo na jogada. Ele deve “empurrar” ou levar o seu defensor em direção ao companheiro que vem bloquear, isto é, conduzir o defensor até a trajetória do bloqueador. Além disso, ele precisa atrair a atenção do defensor, mantendo o foco visual dele voltado para si, de modo a impedir que perceba a aproximação do bloqueador.

Segue abaixo alguns tipos de bloqueio:





(1) Parede: forma de bloqueio no qual o jogador cria uma "parede" para impedir a passagem adversária.

(2) Escorregar: movimento de "escorregar" ao realizar o bloqueio, evitando impacto direto e sem perder velocidade, ou então escorregar para o interior da chave em uma situação de ataque à chave.

(3) *Pick-and-Roll*: combinação dos dois bloqueios anteriores. Realizado, principalmente em uma situação de 2x1, o jogador sem bola faz uma parede com o defensor que está marcando o condutor de bola e, em seguida, faz o movimento de escorregar para criar espaço, tornando-se uma opção de passe ou atraindo a atenção da defesa, permitindo que o condutor de bola prossiga com ela.

(4) *Back Pick*: bloqueio feito de costas no adversário.

(5) *Crack Block*: bloqueio utilizado para deixar um dos defensores atrás da jogada, gerando superioridade numérica na transição ofensiva, quando os atacantes não conseguem vencer seus defensores individualmente. Ele é realizado por dois atacantes contra dois defensores, especialmente em situações em que os defensores estão posicionados "por baixo" ou estão aplicando uma marcação do tipo *deny*, estratégia defensiva na qual os jogadores se posicionam por baixo dos atacantes, bloqueando suas linhas de deslocamento e impedindo que avancem para regiões mais baixas da quadra. Suponha que os quatro jogadores estejam alinhados verticalmente. Se o atacante está por baixo estiver sendo marcado com *deny*, não consegue descer, porém, ele consegue subir e ajudar o seu companheiro, realizando um bloqueio no defensor que está por baixo. Após esse bloqueio, ambos os atacantes devem "explodir" para baixo, em direções opostas, forçando o defensor que não foi bloqueado a tomar uma decisão: escolher qual dos dois atacantes acompanhar, já que seu companheiro ficou para trás da jogada. Para que o *Crack Block* seja eficiente, é essencial que os atacantes estejam desalinhados horizontalmente no momento do bloqueio. A mesma movimentação pode ser feita após a bola estar em jogo, para criar uma opção de passe para o condutor de bola, principalmente, quando o bloqueador não pode auxiliar a bola nem a opção.

O conceito de espaço verde refere-se a uma área da quadra na qual o atacante possui pleno controle e liberdade de movimentação, podendo tanto receber um passe quanto ocupar estrategicamente esse espaço. Essa condição pode ocorrer em qualquer região da quadra.

Os termos acima e abaixo indicam a relação posicional entre o jogador e o adversário, e sua interpretação pode variar conforme o sentido do ataque ou da defesa, em função da bola. O ato de postar diz respeito à ação de um jogador assumir uma posição fixa na quadra, visando criar um espaço verde ou tornar-se uma opção segura de passe. Esse movimento ocorre, por exemplo, quando um atleta se





posiciona para receber a bola diretamente do *inbounder*, protegendo o espaço conquistado e mantendo-se disponível para dar sequência à jogada.

O *box out* é uma ação ofensiva em que o atacante se posiciona entre o defensor e um espaço verde, protegendo essa área com o corpo e a cadeira. O objetivo é garantir o controle do espaço, permitindo que ele seja utilizado para a progressão ou a recepção de passe. Já o trem ocorre quando dois atacantes realizam dois *box-outs* simultâneos, criando e mantendo um único espaço verde, o que permite que esse espaço seja ocupado para a recepção de um passe.

O conceito de quadrado envolve a criação de uma área vazia formada por dois jogadores que utilizam a linha de fundo e a lateral da quadra como delimitações do quadrado. Essa configuração facilita a recepção do passe do *inbounder*, ao delimitar um espaço seguro e bem definido.

O triângulo é a formação tática com duas opções de passe, criando alternativas para a progressão do jogo. Nessa estrutura, um jogador permanece posicionado, outro se movimenta lateralmente como opção de passe próxima, e o terceiro se posiciona mais ao fundo ou em área aberta, criando uma opção de passe longo. A movimentação lateral pode ser dinâmica, iniciando em uma posição mais alta e descendo em direção à bola à medida que ela entra em jogo, dificultando a marcação adversária. O ponto central dessa estratégia é garantir que o jogador com a posse da bola tenha sempre uma opção lateral e outra longa, pois, embora nem sempre seja possível realizar um passe por cima do defensor, é geralmente viável executar um passe lateral ou recuado. A opção mais aberta, por sua vez, deve estar sempre ao alcance efetivo do passe.

Além dos conceitos relacionados à ocupação do espaço e ao posicionamento em quadra, é fundamental compreender os elementos táticos envolvidos na criação de vantagem durante o jogo. Um desses conceitos é o de *2x1*, que descreve uma situação tática fundamental em que dois jogadores atacantes enfrentam um único defensor. Essa configuração deve ser buscada constantemente durante o jogo, por representar a forma mais básica e eficaz de criar vantagem numérica, facilitando a progressão com a bola e aumentando as chances de sucesso ofensivo.

Outro conceito central é o *mismatch*, que se refere à criação de uma situação em que o jogador ou sua equipe adquire alguma forma de superioridade, seja numérica, física ou técnica, em relação ao adversário. O *mismatch* pode ocorrer de diferentes maneiras: ao enfrentar um defensor que pode ser superado, independentemente da classificação esportiva, ou ao atrair intencionalmente uma marcação dupla, abrindo espaço para que um companheiro de equipe jogue em vantagem. Por exemplo, se um





defensor é fisicamente mais forte, o jogador pode se aproximar de outro defensor para forçar que dois defensores se envolvam com ele, liberando espaço e criando oportunidades para seus companheiros. Por outro lado, se há vantagem em o marcador direto, o atacante passa a ser uma opção estratégica para receber a bola e avançar.

Conceitos Táticos

Os conceitos táticos envolvem as estruturas de organização coletiva das ações em quadra. No Rugby em Cadeira de Rodas, está relacionado às rotas e aos papéis específicos dos jogadores, bem como às transições entre as fases do jogo de “ataque”, “defesa” e “transição ataque-defesa” e “transição defesa-ataque”, com o objetivo de proporcionar fluidez entre tais fases.

O conceito de transição refere-se o momento em que o atleta se prepara para a próxima fase do jogo, seja da defesa para o ataque ou do ataque para a defesa. A transição deve ocorrer assim que o jogador identificar que não pode mais influenciar diretamente a jogada atual. Por exemplo, ao perceber que sua participação não será decisiva para marcar um *try*, (pontuação/gol no Rugby em Cadeira de Rodas), o atleta já pode iniciar o reposicionamento defensivo, buscando seu alvo de marcação ou antecipando-se a um ponto estratégico da quadra. Da mesma forma, ao perceber que o adversário marcará o ponto e não poderá fazer mais nada para impedir, o jogador pode iniciar a transição ofensiva, posicionando-se para receber a bola ou atrair a atenção de um marcador, contribuindo para a criação de um *mismatch* em seu favor ou em favor de sua equipe.

Fundamentos da Defesa

A defesa trata-se de uma ação estratégica, que envolve leitura de jogo, adaptação constante e iniciativa. A repetição de um mesmo estilo de marcação permite que o adversário se ajuste, neutralizando sua estratégia. Por isso, alternar a forma de defender ao longo do jogo, ou até dentro da mesma jogada, é uma maneira poderosa de criar incertezas no ataque adversário. Defender bem exige sempre arriscar-se, adaptar-se e tentar coisas novas.

Um dos fundamentos da defesa é priorizar a parar a primeira pessoa que vem na sua direção. Interromper a progressão da jogada logo no início pode quebrar o ritmo ofensivo do time adversário. Em outras situações, parar uma opção de passe ou bloquear o jogador que abriria a quadra pode ser ainda





mais eficaz do que tentar marcar diretamente o condutor de bola. Ao limitar o espaço de jogo, a defesa consegue reduzir o campo de ação do adversário e, conseqüentemente, suas opções.

A mudança de estilo de marcação na mesma jogada também é uma ferramenta poderosa. Por exemplo, iniciar com uma marcação de pressão e, à medida que o ataque avança, transitar para uma marcação em chave obriga o adversário a ajustar sua jogada ou até mesmo a reiniciá-la, agora com menos tempo no relógio.

Ser agressivo com quem está com a bola também é essencial. Isso não significa apenas tentar roubá-la, mas incomodar, chamar a atenção, tocar na cadeira, fazer com que o adversário perca o foco do jogo. O objetivo, muitas vezes, não é tirar a bola, mas forçar um passe sob pressão, aumentando as chances de um erro ou de uma recuperação defensiva.

Outro recurso importante é girar o atacante, forçando-o a ficar de costas para a jogada. Isso reduz sua visão e dificulta a sua tomada de decisão. Além disso, limitar sua movimentação, fazendo com que ele atue apenas em um lado da quadra ou sem visão clara dos companheiros, também é uma forma de reduzir a eficiência ofensiva do time adversário.

A defesa também pode se beneficiar do uso inteligente do tempo. O time tem 12 segundos para ultrapassar a linha do meio da quadra e apenas 8 segundos para quicar a bola. Em certos momentos, tentar roubar a bola pode ser menos produtivo do que simplesmente usar o tempo a seu favor, pressionando e aguardando o erro.

As linhas da quadra são outras aliadas da defesa. Ao direcionar o adversário para as laterais, aumenta-se a chance de forçá-lo a sair da quadra ou cometer infrações, como a volta de quadra. Levar o atacante para áreas com maior tráfego, por exemplo, o centro da quadra, também facilita a ação conjunta da defesa, com maior chance de bloqueio e apoio.

Uma estratégia inteligente é forçar que jogadores com maior comprometimento motor conduzam a jogada. Como geralmente possuem menor controle de bola, isso pode reduzir o ritmo do ataque e gerar oportunidades para a defesa.

Por fim, é essencial evitar a chamada marcação em sombra, em que o defensor apenas acompanha o adversário, sem, de fato, incomodá-lo. O Rugby em Cadeira de Rodas é um esporte de contato, e marcar significa interferir ativamente na movimentação e nas decisões do adversário. Incomodar, encostar, bloquear, girar, fazer com que o adversário tenha que prestar atenção em você e





não no jogo à sua frente, e limitar espaços são ações fundamentais para desestabilizar o ataque e recuperar a posse de bola.

Defender, portanto, é criar problemas para o ataque. Quanto mais vezes o adversário precisar pensar, ajustar e recomeçar, maior a vantagem defensiva. A defesa bem executada não apenas impede pontos, mas também gera turnovers (perda da posse de bola para o adversário), capazes de mudar o rumo do jogo.

DISCUSSÃO

A proposta de organização do ensino-aprendizagem Rugby no Cadeira de Rodas apresentada neste estudo fundamenta-se no eixo de progressão do simples para o complexo (Ugrinowitsch; Benda, 2011), conforme também descrito por Ramos e Costa (2022), Alves e Gomes Costa (2025) e Santos e Gomes Costa (2025). Essa estrutura pedagógica corrobora a literatura recente da Pedagogia do Paradesporto (Ramos; Costa, 2022), que organiza o aprendizado em etapas incrementais: (1) pessoa-cadeira, (2) pessoa-cadeira-bola e (3) pessoa-cadeira-bola-pessoa, incorporando, de forma articulada, aspectos técnicos, táticos e defensivos.

A partir dessa organização, observa-se que o desempenho coletivo no Rugby em Cadeira de Rodas está diretamente relacionado à articulação progressiva entre fundamentos técnicos, conceitos técnicos, conceitos táticos e fundamentos defensivos. Os fundamentos técnicos configuram a base para a construção dos conceitos técnicos, que, por sua vez, orientam a aplicação dos conceitos táticos em situações de jogo. Esse encadeamento é evidenciado desde as etapas iniciais do processo de ensino-aprendizagem.

O fundamento de manejo da cadeira, por exemplo, exige que atleta e equipamento funcionem como uma unidade, em consonância com a etapa pessoa-cadeira (Ramos; Costa, 2022), na qual se desenvolvem propulsão, equilíbrio de tronco e mobilidade. No Rugby em Cadeira de Rodas, essa relação é potencializada pela necessidade de velocidade e de mudanças constantes de direção, em ações como bloqueios e deslocamentos rápidos. Na etapa pessoa-cadeira-bola, o praticante passa a lidar com múltiplas demandas simultâneas, mobilizando diferentes capacidades cognitivas e motoras, com destaque para as inteligências cinestésico-corporal e espacial (Galatti *et al.*, 2016). Nesse contexto, técnicas de passe devem ser adaptadas às funcionalidades dos atletas, evidenciando a relação entre execução técnica e tomada de decisão.





Já na etapa pessoa-cadeira-bola-pessoa, o jogo assume caráter plenamente interativo e complexo, no qual conceitos táticos como *lead pass*, *box out*, *pick and roll* e *crack block* demandam leitura de jogo, antecipação e cooperação entre os jogadores. Essa dinâmica reforça a ideia de que a compreensão do jogo coletivo depende da inter-relação entre a execução técnica e a tomada de decisão tática (Campana *et al.*, 2011), especialmente em contextos dinâmicos e imprevisíveis.

Por fim, os fundamentos defensivos, voltados à criação de incertezas e à interrupção da fluidez adversária, articulam-se com aspectos psicológicos, como autoconfiança, liderança e tomada de decisão sob pressão (Galatti *et al.*, 2016; Ramos; Costa, 2023). Dessa forma, a consolidação progressiva desses componentes possibilita a construção de estratégias ofensivas e defensivas mais eficientes, permitindo ao treinador estruturar um modelo de jogo coerente com as características dos atletas e com as demandas da modalidade, ao mesmo tempo em que reforça o esporte como ferramenta de inclusão e desenvolvimento social.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo apresenta uma proposta de ensino do Rugby em Cadeira de Rodas, visando avançar nos processos de treinamento técnico e tático da modalidade, respeitando os diferentes níveis de complexidade das tarefas. Nesse sentido, destaca-se que a dimensão tática desempenha papel central no desenvolvimento dos atletas, uma vez que envolve a tomada de decisões em situações de jogo, a organização coletiva e a adaptação às diferentes configurações impostas pela classificação esportiva. Assim, a sistematização do ensino técnico-tático, orientada por etapas pedagógicas, contribui para a articulação entre habilidades técnicas e princípios táticos, como a ocupação de espaços, a criação de linhas de passe e a execução de bloqueios, favorecendo uma aprendizagem mais contextualizada e significativa.

Espera-se que este manuscrito contribua para o desenvolvimento do Rugby em Cadeira de Rodas, bem como para o campo da Pedagogia do Paradesporto, ao oferecer subsídios para a elaboração de propostas práticas de ensino em modalidades paradesportivas. Por fim, sugerem-se estudos futuros que apliquem e avaliem a proposta de ensino e treinamento apresentada, bem como investiguem outras abordagens pedagógicas no contexto do Rugby em Cadeira de Rodas.





REFERÊNCIAS

- ABRC. **Filiados**. 2025. Disponível em: <<https://rugbiabrc.org.br/filiados/>>. Acesso em: 13 ago. 2025.
- ABRC. **Polo de desenvolvimento**. 2025. Disponível em: <<https://rugbiabrc.org.br/polo-de-desenvolvimento/>>. Acesso em: 13 ago. 2025.
- ALVES, Jhonata Miranda; GOMES COSTA, Rodrigo Rodrigues Gomes. Proposta de ensinoaprendizagem do halterofilismo paralímpico: estudo descritivo propositivo. **Corpoconsciência**, v. 29, p. 1-12, 2025.
- CAMPANA, Mateus Betanho *et al.* O rugby em cadeira de rodas: aspectos técnicos e táticos e diretrizes para seu desenvolvimento. **Motriz**, v. 17, p. 748-757, 2011.
- ERRO-GARCÉS, Amaya; ALFARO-TANCO, José A. Action research as a meta-methodology in the management field. **International journal of qualitative methods**, v. 19, p. 1-11, 2020.
- GALATTI, Larissa Rafaela *et al.* Pedagogia do esporte: contextos, evolução e perspectivas para o esporte paralímpico na formação de jovens. **Corpoconsciência**, v. 19, n. 3, p. 38-44, 2016.
- GARGANTA, Julio. Para uma teoria dos jogos desportivos colectivos. *In*: OLIVEIRA, José; GRAÇA, Amândio. **O ensino dos jogos desportivos**. 2. ed. Porto, Portugal: Universidade do Porto, 1995.
- GUNBAYI, Ilhan. Action research as a mixed methods research: Definition, philosophy, types, process, political and ethical issues and pros and cons. **Journal of mixed methods studies**, v. 2, p. 16-25, 2020.
- MORGULEC-ADAMOWICZ, Natalia *et al.* Game efficiency of wheelchair rugby athletes at the 2008 Paralympic Games with regard to player classification. **Human movement**, v. 11, n. 1, p. 29-36, 2010.
- PEREIRA, Ramon *et al.* A importância do desporto de alto rendimento na inclusão social dos cegos: um estudo centrado no Instituto Benjamin Constant. **Motricidade**, v. 9, n. 2, p. 94-105, 2013.
- QUINN, Lewis O.; BRUCE, Lyndell M.; YOUNG, Chris M. The impact of wheelchair rugby classification lineup structure on possession outcome. **Journal of science and medicine in sport**, v. 27, n. 7, p. 493-498, 2024.
- RAMOS, Beatriz Lucena; COSTA, Rodrigo Rodrigues Gomes. Handebol em cadeira de rodas da iniciação ao jogo: proposta de ensino. **Revista da associação brasileira de atividade motora adaptada**, v. 23, n. 2, p. 271-280, 2022.
- RHODES, James M. *et al.* Effect of team rank and player classification on activity profiles of elite wheelchair rugby players. **Journal of sports sciences**, v. 33, n. 19, p. 2070-2078, 2015a.
- RHODES, James M. *et al.* Activity profiles of elite wheelchair rugby players during competition. **International journal of sports physiology and performance**, v. 10, n. 3, p. 318-324, 2015b.





SANTANA, Wilton Carlos de. Pedagogia do esporte na infância e complexidade. *In*: PAES, Roberto Rodrigues; BALBINO, Hermes Ferreira (Orgs.). **Pedagogia do esporte: contextos e perspectivas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

SANTOS, Wellerson Alves Santos; GOMES COSTA, Rodrigo Rodrigues. Proposta de ensino aprendizagem da natação para pessoas com tetraplegia completa: estudo descritivo propositivo. **Corpoconsciência**, v. 29, p. 1-16, 2025.

UGRINOWITSCH, Herbert; BENDA, Rodolfo Novelino. Contribuições da aprendizagem motora: a prática na intervenção em educação física. **Revista brasileira de educação física e esporte**, v. 25, n. esp., p. 25-35, 2011.

VANLANDEWIJCK, Yves; THEISEN, Daniel; DALY, Dan. Wheelchair propulsion biomechanics: implications for wheelchair sports. **Sports medicine**, v. 31, n. 5, p. 339-367, 2001.

WINCKLER, Ciro. **Pedagogia do paradesporto**. Santos, SP: Autor, 2023.

WORLD WHEELCHAIR RUGBY (WWR). **Classification rules**. 2022. Disponível em: <<https://worldwheelchair.rugby/wp-content/uploads/2021/12/WWR-Classification-Rules-2022.pdf>>. Acesso em: 06 ago. 2025.

Beatriz Lucena Ramos

<https://orcid.org/0000-0003-4548-2069>

<http://lattes.cnpq.br/2374671477987123>

Universidade Federal de São Paulo (São Paulo, SP – Brasil)

beatrizlucenaramos@gmail.com

Rodrigo Rodrigues Gomes Costa

<https://orcid.org/0000-0001-7836-2579>

<http://lattes.cnpq.br/0182407285774436>

Universidade Federal de São Paulo (São Paulo, SP – Brasil)

rodrigorodrigues1@gmail.com

Luis Gustavo de Souza Pena

<https://orcid.org/0000-0003-0695-0739>

<http://lattes.cnpq.br/8462413127969235>

Comitê Paralímpico Brasileiro (São Paulo, SP – Brasil)

luis.pena@cpb.org.br





Ana Paula Boito Ramkrapes

<https://orcid.org/0000-0002-6444-137X>

<http://lattes.cnpq.br/8938132534065870>

Universidade Estadual de Campinas (São Paulo, SP – Brasil)

prof.anaramkrapes@gmail.com

Ciro Winckler

<https://orcid.org/0000-0002-9595-8144>

<http://lattes.cnpq.br/2067947156482139>

Universidade Federal de São Paulo (São Paulo, SP – Brasil)

ciro.winckler@unifesp.br

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Autora 1: concepção e desenho da pesquisa; construção e processamento dos dados; análise e interpretação dos dados; escrita conjunta do texto.

Autor 2: concepção e desenho da pesquisa; construção e processamento dos dados; análise e interpretação dos dados; escrita conjunta do texto.

Autor 3: construção e processamento dos dados; análise e interpretação dos dados; escrita conjunta do texto.

Autora 4: construção e processamento dos dados; análise e interpretação dos dados; escrita conjunta do texto.

Autor 5: concepção e desenho da pesquisa; construção e processamento dos dados; análise e interpretação dos dados; escrita conjunta do texto.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos ao técnico Benoit Labrecque pelas valiosas contribuições ao longo do desenvolvimento deste estudo.

FINANCIAMENTO

O presente estudo recebeu financiamento da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP), processo nº 2025/07056-9.





DISPONIBILIDADE DE DADOS DE PESQUISA

Não há dados para serem disponibilizados.

DECLARAÇÃO DE CONFLITO DE INTERESSES

Não há conflito de interesses.

COMO CITAR ESTE ARTIGO

RAMOS, Beatriz Lucena *et al.* Sistematização do ensino técnico e tático do rugby em cadeira rodas: estudo pesquisa-ação. **Corpoconsciência**, v. 30, e20438, p. 1-20, 2026. <https://doi.org/10.51283/rc.30.e20438>.

Recebido em: 09/10/2025

Aprovado em: 19/05/2026

Publicado em: 03/06/2026

