



**PADEL  
ADAPTADO  
FPP**

PADEL  
PADEL  
PADEL



30 OUT  
30 OUT  
30 OUT

# Campeonato Nacional

## PADEL ADAPTADO 2021

**30 DE OUTUBRO - ABC INDOOR PADEL**

▷▷▷ **INSCRIÇÕES EM: [TORNEIOS@FPPADEL.PT](mailto:TORNEIOS@FPPADEL.PT)**

### CATEGORIAS:

**NIVEL 1 - HABILIDADES DESPORTIVAS**

**NIVEL 2 - ADAPTADO BAIXO**

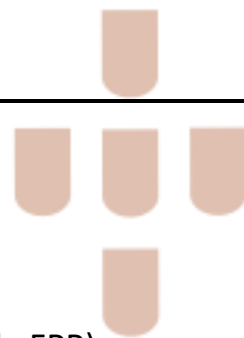
**NIVEL 3 - ADAPTADO ALTO**

**NIVEL 4 - COMPETIÇÃO**



**FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
DE PADEL**





## REGULAMENTO DE PADEL ADAPTADO

(Alterações específicas ao Regulamento do Jogo de Padel da FPP)

### 1) SUPERFÍCIE DE JOGO

- a) As instalações devem respeitar as regras de acessibilidade para pessoas de mobilidade reduzida.
- b) O Campo deverá ter, pelo menos, dois acessos.
- c) São recomendadas portas de correr para poder garantir a medida mínima de 0.82 metros.
- d) Devem evitar-se os degraus, corredores estreitos e superfícies escorregadias.
- e) As instalações sanitárias devem ser adaptadas.

### 2) CLASSIFICAÇÃO E NÍVEIS DE INCAPACIDADES.

São várias as formas em que se podem agrupar as diferentes incapacidades.

#### a) Incapacidades motoras:

- 1.1. É a pessoa que tem uma diminuição motora e que esta impedido de mexer o seu corpo com total autonomia.

#### b) Incapacidade Sensorial:

- 1.2. É a pessoa que esta privada de algum sentido (visão, fala, ouvido, etc.) isto é, mesmo que mexa o seu corpo com autonomia depende de terceiros para relacionar-se.

#### c) Incapacidade Intelectual:

- 1.3. É a pessoa que tem uma diminuição das suas faculdades mentais ou intelectuais. E é um nível extremamente amplo.

#### d) Incapacidade Visceral:

- 1.4. É a pessoa que sem ter nenhuma incapacidade intelectual, sensorial ou motora não pode desenvolver o seu potencial com total plenitude, como por exemplo, diabetes asma ou problemas cardíacos.

1.5. Todas as incapacidades dividem-se em função do seu grau: Leves, Moderadas, severas e Profundas. Estas categorias baseiam-se na habilidade do aluno e não na sua incapacidade. Isto é, avalia-se o aluno pelo seu nível de padel e não pela deficiência que possa ter.

1.6.

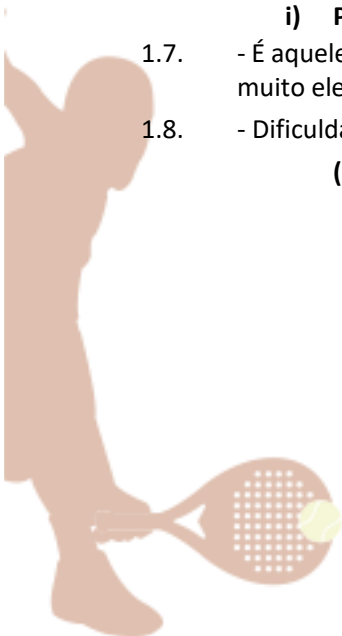
#### e) Níveis

##### i) Principiantes: Níveis 1 - Habilidades Desportivas

- 1.7. - É aquele jogador que nunca teve experiência em desporto de raquetes ou a sua relação com o desporto seja muito elementar.
- 1.8. - Dificuldade nas habilidades básicas de coordenação geral.

#### (1) Competição

- (a) Esta competição será individual.
- (b) Será feito uma primeira ronda onde passarão os melhores oito resultados.
- (c) Objectivos:
  - (i) Bater 10 bolas de direita.
  - (ii) Bater 10 bolas de esquerda.
  - (iii) O monitor encontra-se no mesmo campo em que esta o atleta e lançará a bola com a mão.
  - (iv) Bater 10 bolas de vólei de direita.
  - (v) Bater 10 bolas de vólei de esquerda.



- (vi) O monitor encontra-se no campo oposto em que esta o atleta e lançará a bola com a mão.
- (vii) Será feita uma ronda de quartos de final passando os melhores quatro resultados para seguidamente uma ronda de meia final que determina quem são os dois Finalistas.
- (d) O monitor encontra-se no mesmo campo em que esta o atleta e lançará a bola com a mão.
- (e) Será necessário ter um colaborador para fazer a contagem.

1.9.

1.10.

**ii) Principiantes: Níveis 2 - Adaptado Baixo**

- 1.11. - É aquele jogador que tem pouca experiência em desporto de raquetes ou a sua relação com o desporto seja muito elementar.
- 1.12. - Dificuldade nas habilidades básicas de coordenação geral.
- 1.13. - Serão utilizados materiais adaptados (raquetes de plástico, bolas de espuma, etc.)
  - (1) **Metodologia:** Utilização de exercícios tanto terapêuticos como recreativos para melhorar coordenação, deslocamentos pancadas e controle.
  - (2) **Competição:**
    - (a) Os jogos podem e devem ter regulamentos totalmente adaptados de forma a manter a bola em jogo e assim o interesse no atleta.
    - (b) Esta competição será individual.
    - (c) Será feita uma primeira ronda onde passaram os melhores oito resultados.
    - (d) Objectivos:
      - (i) **Bolas de Fundo do campo:**
        - 1. Bater 10 bolas de direita.
        - 2. Bater 10 bolas de esquerda.
      - (ii) **Bolas no meio do campo:**
        - 1. Bater 10 bolas de direita.
        - 2. Bater 10 bolas de esquerda
      - (iii) **Bolas na Rede:**
        - 1. Bater 10 bolas de vólei de direita.
        - 2. Bater 10 bolas de vólei de esquerda.
      - (iv) **Bolas de Vidro de fundo:**
        - 1. Bater 10 bolas de direita.
        - 2. Bater 10 bolas de esquerda.
      - (v) **Bolas de Vidro de lateral:**
        - 1. Bater 10 bolas de direita.
        - 2. Bater 10 bolas de esquerda.
    - (e) Será feita uma ronda de quartos de final passando os melhores quatro resultados para seguidamente uma ronda de meia final que determina quem são os dois Finalistas.
    - (f) O monitor encontra-se no lado oposto em que esta o atleta e lançará a bola com raquete.
    - (g) Será necessário ter um colaborador para fazer a contagem.

**iii) Intermédio: Nível 3 - Adaptado Alto**

- 1.14. - É aquele jogador que têm alguma experiência em desportos de raquete e/ou Padel.
- 1.15. - A sua habilidade básica e coordenação geral são algo desenvolvidas.
- 1.16. - Consegue calcular a trajectória de bola permitindo-lhe deslocar-se em direcção à mesma.
  - (1) **Metodologia:** Utilização de jogos recreativos e didácticos.
  - (2) **Competição:** Os jogos são feitos adaptando algumas regras, por exemplo, a direcção do serviço, a quantidade de vezes que a bola bate no chão, etc.

**(3) Competição:**

- (a) Esta competição será em duplas sorteadas. O sorteio será feito no próprio dia do torneio.
- (b) Será feita uma primeira fase de grupos, em formato de Round Robin, passando as duas melhores duplas de cada grupo.
- (c) Será feita uma ronda de Quartos de final passando os melhores quatro resultados para seguidamente uma ronda de Meia final que determina quem são as duas duplas Finalistas.
- (d) Cada jogo será até os 10 pontos com a presença de um monitor entre os dois jogadores para garantir a continuidade do jogo.
- (e) O monitor só poderá tocar na bola três vezes por ponto.
- (f) A bola poderá bater duas vezes no chão, o mesmo acontece nas pancadas de vidro, a seguir ao vidro a bola pode bater outra vez no chão.

**iv) Avançado: Nível 4 - Competição**

1.17. - É aquele jogador que têm experiência em desportos e/ou no Padel.

1.18. - A sua coordenação e o domínio do espaço é ótimo.

(1) **Metodologia:** A aprendizagem das pancadas básicas do Padel é feita pela repetição.

(2) **Competição:** Os jogos serão feitos com o regulamento oficial da FIP, com a exceção da quantidade de vezes que a bola pode bater no chão. Para além da prática pode haver algum entretenimento.

- (a) Pode e deve também ser feito o jogo misto de inclusão.
- (b) Esta competição será em duplas sorteadas. O sorteio será feito no próprio dia do torneio.
- (c) Será feita uma primeira fase de grupos, em formato de Round Robin, passando as duas melhores duplas de cada grupo.
- (d) Será feita uma ronda de Quartos de final passando os melhores quatro resultados para seguidamente uma ronda de Meia final que determina quem são as duas duplas Finalistas.
- (e) As regras são as mesmas que as do padel convencional com a diferença de que a bola pode bater duas vezes no chão, o mesmo acontece nas pancadas de vidro, a seguir ao vidro a bola pode bater outra vez no chão.

**3) CLASSIFICAÇÃO DOS JOGADORES PARA FORMAR DUPLAS EM CADEIRA DE RODAS**

- a) Todo jogador de padel em cadeiras de rodas encontra-se inserido em categorias, baseadas na capacidade física de cada um para executar os movimentos fundamentais do padel; dirigir, travar virar e manobrar a cadeira assim como bater na bola.
- b) O propósito de classificar os jogadores é garantir que todos os jogadores tenham o mesmo direito e oportunidade de fazer parte integral de uma DUPLA.
- c) Atribui-se uma classificação de 1.0 (jogador com menos condição física) até 4 (jogador com mais condição física, sendo que a soma dos pontos da dupla nunca pode exceder os 5, menos é permitido).
- d) De esta maneira equilibramos as duplas e igualamos o potencial das mesmas.

1.19.

1.20.

**4) FACTORES QUE DETERMINAM A CLASSIFICAÇÃO**

a) **Os principais são:**

- i) Funcionalidade da coluna vertebral (tronco).
- ii) Funcionalidade dos membros inferiores.
- iii) Funcionalidade dos membros superiores.
- iv) Funcionalidade das mãos.

## 5) CLASSIFICAÇÃO:

### a) O jogador de classe 1.0:

- i) - Pouco ou nenhum movimento controlado do tronco no plano frontal, (1) nenhuma rotação activa do tronco.
- ii) - O equilíbrio nas direcções frontal e lateral está significativamente afectado.
- iii) - Os jogadores, precisam sempre dos braços para voltar à posição neutra para não perder o equilíbrio.
- iv) - Jogadores com características de execução: lentas, imprecisas e curtas.

### b) O jogador de classe 2.0:

- i) - Movimento do tronco com controle superior no plano frontal.
- ii) - Rotação activa da parte superior do tronco, mas sem função ativa na parte inferior.
- iii) - Nenhum movimento controlado do tronco no plano lateral.
- iv) - Jogadores com características de execução semirrâpidas, precisas e compridas.

### c) O jogador de classe 3.0:

- i) - Bom movimento do tronco no plano frontal.
- ii) - Boa rotação do tronco - sem chegar a ser completa.
- iii) - Pouco controlo do tronco no plano lateral.
- iv) - Jogadores com características de execução: rápida, ágil e veloz.

### d) O jogador de classe 4.0:

- i) - Movimentos do tronco normal, mas geralmente têm dificuldade com o movimento controlado de um dos lados devido a limitações num dos membros inferiores.
- ii) - Movimentos normais do tronco em todas as direcções.
- iii) - Capaz de inclinar o tronco para qualquer um dos lados sem limitações.
- iv) - Jogadores com características de execução: sem limitações.

## REGRAS DO JOGO

- A pontuação oficial da FIP só é valida para o nível 4, nos restantes será com números inteiros como no *tie-break*, sem ser necessário a diferença de 2 pontos. O limite é definido previamente.

### Regra 2 – Tempos

Cadeira de rodas: Se for necessário ajustar ou arranjar a cadeira de rodas o jogo pode parar até 20 minutos, tendo outros 10 para ajustes posteriores,

### Regra 4 – Escolha de Campo e Serviço

A regra da escolha de Campo fica anulada nos níveis 2 e 3. Cabe ao monitor decidir a ordem do jogo.

### Regra 5 – Mudanças de Lado

Nos níveis 2, 3 e cadeira de rodas, não se efectuarão mudança de lado, tal como diz o regulamento, uma vez que a duração do jogo não o justifica, só se fará se existir uma causa determinante como o sol ou o vento.

No nível de cadeira de rodas, se o campo apresenta condições que dificultam a mudança de lado será decisão do juiz arbitro estabelecer a frequência dos mesmos.

FIP: O tempo máximo de descanso nas mudanças de lado será de 90 segundos. No padel adaptado, nos níveis 2 e 3 não há tempo de descanso.

## Regra 6 – O Serviço

FIP: Quem o execute deverá estar no momento de começar com os dois pés de trás da linha de serviço.

**Nível 2:** O jogador que efectua o serviço não terá uma posição determinada nem obrigatória, bastará com que de qualquer situação em que se encontre, consiga, com ou sem ajuda passar a bola para o campo contrário. Uma vez que não há uma zona delimitada para servir, considera-se efectuado uma vez que passe para qualquer zona do campo.

**Nível 3:** O jogador deverá estar no momento de servir entre a linha central e a parede lateral, sem considerar falta de serviço se pisar a linha de fundo. O serviço considera-se efectuado quando a bola é batida na diagonal na direcção do quadro de serviço oposto.

**Cadeira de rodas:** O jogador que efectua o serviço deve ter as rodas de frente da cadeira por trás da linha de fundo e colocar-se-á entre a linha central e a parede lateral. O jogador deverá bater na bola por baixo dos ombros.

### Ordem dos serviços.

**Níveis 2 e 3:** Uma vez que a pontuação é feita com números inteiros, como no tie break a ordem dos serviços será estabelecida pelo monitor, geralmente são dois por jogador.

## Regra 7 – Falta no Serviço

Após ser servida, a bola bate fora da área de serviço de quem recebe, incluindo as linhas que o limitam (as linhas são validas.)

**Nível 2:** A regra não aplica visto que não há uma zona delimitada para receber.

**Nível 3 e Cadeira de rodas:** Pelo menos o primeiro dos ressaltos deve ser na zona de serviço.

Se a bola toca em qualquer um dos jogadores que respondem em qualquer parte do corpo, pala ou cadeira, antes de tocar no chão, o ponto será do jogador que serve.

## Regra 8 – A Resposta ao Serviço.

**Nível 2:** Uma vez que não há posição definida para o jogador que serve nem zona delimitada para o serviço, responderá o jogador que tenha mais facilidade.

**Nível 3:** Não se estabelece uma regra sobre a quantidade de vezes que a bola pode bater no chão.

**Cadeira de rodas:** O jogador que recebe, deve esperar que a bola bata dentro da sua área de serviço e deverá responder antes que bata por terceira vez no chão.

## Regra 12 – Bola em Jogo

Regra válida para todos os níveis com excepção da limitação do número de vezes que a bola bate no chão, não valido nos níveis 2, 3 e cadeira de rodas onde o número de ressaltos é maior, dois.

**Cadeira de rodas:** As nalgas do jogador que bate na bola devem encontram em contacto com a cadeira. Se o jogador cai da cadeira depois de bater na bola têm que voltar para a mesma antes de efectuar a seguinte pancada. O parceiro do jogador que caiu pode continuar a disputar o jogo até voltar para a mesma.

### Regra 13 – Ponto Perdido

Cadeira de rodas: Será considerada falta se o corpo deixa de estar em contacto com a cadeira, deverão ter cintos ou faixas para segurar as pernas ou a cintura.

A cadeira de rodas faz parte do jogador, pelo que se a bola toca em alguma parte da cadeira também é considerada falta.

