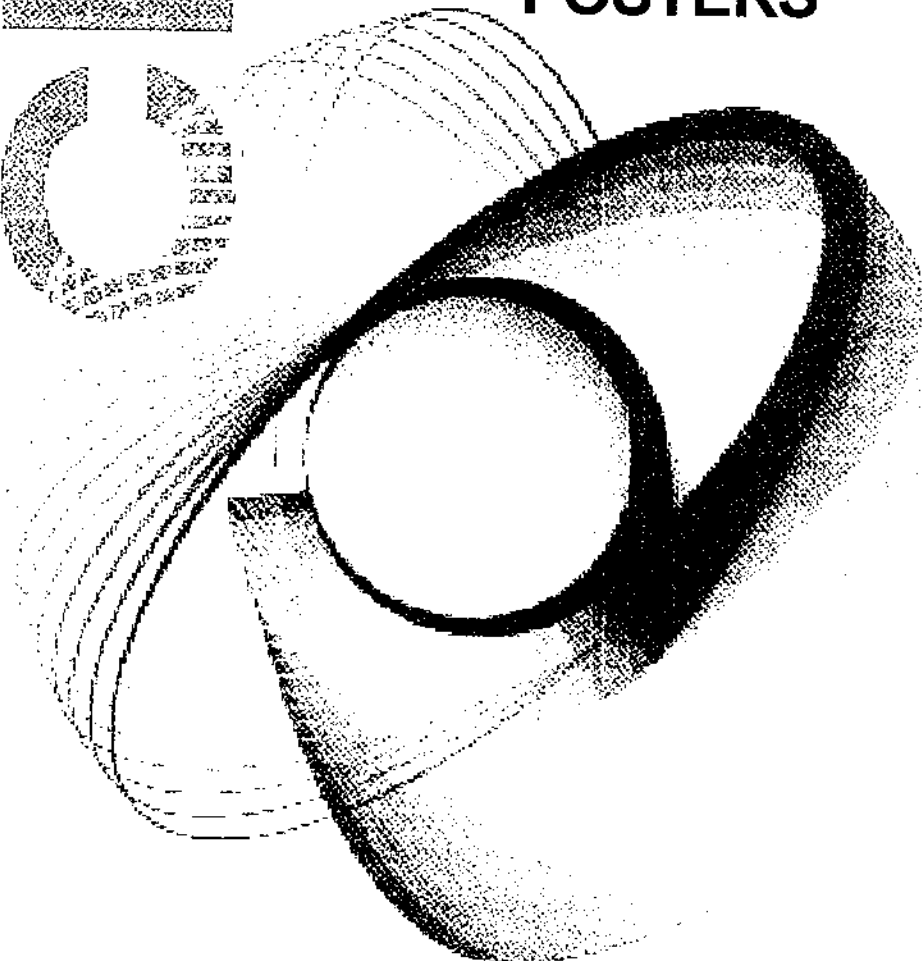


RESUMOS: MESA REDONDA, PALESTRAS E POSTERS





UM OLHAR PEDAGÓGICO SOBRE O DESPORTO

Jorge Olímpio Bento – Universidade do Porto

Os preconceitos têm mais raízes do que os princípios¹

Maquiavel (1469-1527)

1. Motivação

O intuito desta abordagem é o de evidenciar o teor educativo do desporto e de, por essa via, pôr a nu as visões curtas e unilaterais que presidem a algumas críticas putativamente pedagógicas. Move-nos um estado de espírito em tudo idêntico ao de John Milton: *Que se enfrentem a verdade e a falsidade; por acaso alguma vez se viu a verdade ser derrotada numa confrontação franca e leal?*

2. Ponto de partida

Continua na moda criticar o princípio do rendimento, tanto no atinente ao domínio abrangente da sociedade como no concernente aos domínios sectoriais. O desporto é englobado neste último caso. Digo bem, o desporto, pois muitas críticas visam não apenas o desporto de elite, mas toda e qualquer forma do princípio do rendimento, da competição e da concorrência. O desporto é criticado na sua pluralidade, dado que ele repousa nestes princípios; sem eles não existiria, já que são a sua matriz. Então sempre que se trata de o configurar pedagogicamente, de o moldar como meio de formação de crianças e jovens as críticas atingem muitas vezes as raízes da negação e da recusa pura e simples.

Em nome de uma pretensa sentimentalidade igualitária e democrática são feitos ataques à competição desportiva, aos quais Fernando Savater responde de maneira eloquente: Numa sociedade democrática "os indivíduos chegam a ser *iguais* (política e juridicamente), mas nunca devem ser *intermutáveis*; serão iguais, mas desapareceriam como indivíduos (e com eles a democracia) se fossem *o mesmo*. Cada grupo necessita de tipos humanos que representem a excelência, dignos de admiração, modelos que encarnem o ideal social de vitalidade de modo global e simultaneamente individual, distinto. Somos iguais mas não indistintos". (3)

Acresce que o desporto pertence ao conjunto dos domínios culturais em que nos reconhecemos como seres humanos e em que devemos aprender e praticar estilos de respeito e gestos de circunscrição humanizante de uns para com os outros.

Com efeito – recorda Savater – "só se pode competir entre iguais: ninguém pode medir as suas forças com os deuses nem com o monarca absoluto ou o representante de uma casta superior. Só quem me reconhece como igual compete comigo e é capaz de camaradagem na rivalidade. A competição é uma força socializadora, porque para competir precisa-se dos demais: ninguém compete só. Os que procuram a todo o custo submeter ou exterminar os outros não são os mais competitivos, mas sim totalmente o contrário: o que pretendem é deixar de competir quanto antes..." (3)

A atitude de recusa contundente do desporto é visível, no contexto lusófono, em pretensos pedagogos possuídos pela grave e incurável enfermidade do *achismo* (eu acho que...). Por causa disso discutem as coisas do desporto – tal como as coisas da educação – a partir, quase sempre, das mesmas (falsas) dicotomias, das mesmas (inexistentes) oposições, dos mesmos (insustentáveis) argumentos. Anos e anos a fio – e a coberto do bom nome e autoridade da pedagogia, da qual se dizem mensageiros – repetem um arrazoado de singulares despautérios, toleimas e afirmações sem suporte e consistência racional. Criando um vazio por onde o rei vai nu, com uma mão cheia de nada e outra de coisíssima nenhuma.

Em consequência o campo da abordagem, putativamente pedagógica, do desporto está cheio de (pre)juízos sem fundamento. De redundâncias bacocas. "Banalidades. Palavras gastas. Irritantemente óbvias, mas sempre repetidas como se fossem novidade. Uns anunciam o paraíso, outros o caos (...). Muitas convicções e opiniões. Pouco estudo e quase nenhuma investigação". Enfim estribam-se na certeza de conhecer e de possuir a 'solução' que, como se sabe, é o caminho mais curto para a ignorância. (2)

Ademais nomes sonantes, tidos por doutos e sábios, põem sobre os ombros da educação e da escola o fardo de um "verdadeiro delírio inflacionista" de tarefas e acusações. A escola já não tem uma missão específica; melhor dizendo, é uma criada para todo o serviço, uma 'diarista', uma instituição "investida de todas as missões possíveis e imagináveis". (2)

A escola vê-se assim sobrecarregada por todas as razões, mas sem razão alguma. É a solução para todos os problemas, traumas e frustrações. A ela cabe consertar o desconcerto da sociedade. É ela que deve ser responsabilizada pelos graves males que nos assolam. Ela e os professores. Evidente... mente!¹

Eis o ponto a que chegou a insanidade de muita gente com notoriedade, como que apostada em confirmar a constatação de Albert Einstein: *A única diferença entre estupidéz e génio é que o génio tem limites*. Só que isto não altera a realidade, nem as causas e os responsáveis pela degradação da nossa vida colectiva. A escola não pode tudo, não é elástica e talvez hoje não possa muito. A educação é um empreendimento muito amplo e público que deve, por isso, ser partilhado e assumido também por outras instâncias.

A escola cumpre retomar a sua genuína missão, aquela que nenhuma outra instituição está à altura de cumprir: oferecer aprendizagens fundamentais nos domínios científicos, tecnológicos e culturais que estão na base das suas disciplinas. Isto quer dizer que ela é acima de tudo um local de ensino e aprendizagem de conteúdos curriculares, de assimilação de conhecimentos, saberes, técnicas, gestos, capacidades, habilidades, competências. O menosprezo e abandono desta missão, em nome de visões doutrinárias e dogmáticas e de falsas concepções pedagógicas e democratizantes, reproduzem a 'lógica dos herdeiros', isto é, privam os mais fracos da aquisição do indispensável capital de conhecimento, sem cuja distribuição a escola não origina nenhum fenómeno de democratização. (2)

Eu sei que estas formulações ferem os ouvidos de não poucos especialistas das ciências da educação

¹ Albert Einstein alinhou pelo mesmo diapasão: "É mais fácil desintegrar um átomo do que um preconceito".



e da formação de professores, alguns com cargos de relevo. E mais os fere a justa acusação de que são arautos da acumulação de missões que tornaram a escola concubina, inoperante, esgotada e exaurida. Tal como são responsáveis pela difusão de teorias que diabolizam a autoridade, a obrigatoriedade, a disciplina, o rendimento, a concorrência, a competição, o sucesso e a vitória. Nomeadamente no capítulo da educação desportiva.

Este cenário é particularmente manifesto, como disse atrás, nas discussões encanizadas contra o princípio do rendimento, porventura a coluna vertebral do desporto. Um estendal de doutrinas, insanidades e visões dogmáticas continuamente desmentidas, mas persistentemente repetidas. A fazer lembrar a advertência de Max Weber: Quando desligamos a luz da sensatez, da lucidez, da inteligência e da razão cai-se no manicômio da teologia. Acrescentemos a este o da ideologia, porquanto também o pode ser, quando o estardalhaço folclórico e a poeira da exposição ideológica escondem a dificuldade de pensar.² Como que a dar razão a Gaston Bachelard: o amontoado do ruído prefere o "aborrecimento de viver" à "alegria de pensar". Sim, o ruído ideológico pode ser e é muitas vezes um condicionamento castrador da liberdade de pensar. Porque "pensar exige tranquilidade, persistência, seriedade, exigência, método, ciência". (2)

Será isto expressão de uma consciência crítica? Ou antes expressão de uma ingenuidade sem limites, de uma formação fundada apenas na superficialidade das parangonas ideológicas em detrimento da solidez dos conhecimentos racionais? Ou será o resquício de um tempo em que a formação, para exibir pretensões académicas e intelectuais e por não possuir um repertório suficiente de conhecimentos, recorria a um discurso engalinhado, esfalfado e diletante contra a realidade social?

O discurso do criticismo, do pedagogismo e do 'bota abaixo', tão caro a muitos teóricos e formadores, porventura enamorados dos melhores desejos e intenções, é um discurso contra a natureza, o entendimento e a legitimidade da profissão pedagógica. Poderá fundar-se em convicções ideológicas, mas muito pouco numa ética de responsabilidade humana e de profissionalidade pedagógica. Como professores, como educadores, como pedagogos profissionais a marca essencial da nossa função é a da construção, projecção, implementação e realização de ideias e acções. Somos construtores e não demolidores; devemos projectar para os alunos o sonho da construção, o optimismo na dificuldade, nas barreiras e nos obstáculos, no suor e no esforço, a confiança na capacidade de acção e realização. Devemos precaver-nos de apresentar aos alunos o real como inimigo perigoso. O nosso discurso tem que ser saudável e não transmissor das doenças do pessimismo e do negativismo, sabendo que é muito mais difícil criar do que destruir. Não somos carregadores de sombras que fazem com que seja sempre escuro dentro de nós; que seja sempre noite. Obrigamo-nos a transportar uma centelha de fogo, para que faça sol no nosso sangue e olhar, por dentro e por fora de nós.

Mais, não basta afirmar concepções democratizantes e revolucionárias da escola ou das práticas desportivas; é preciso, sim, que a educação garanta aos alunos mais fracos e mais necessitados o indispensável capital escolar, a necessária instrução, a imprescindível ferramenta de conhecimentos, capacidades e habilidades, para poderem enfrentar satisfatoriamente a prova da vida. Os discursos da abertura e da igualdade, por si só, não asseguram nenhum contributo para a democratização da sociedade; prometem muito, mas não dão nada. Apenas o aumento dos saberes e da competência abre para outra vida, no tempo que a cada um é dado viver. É preciso olhar mais para a contemporaneidade e assumir o compromisso com ela; o futuro não chega mais cedo só por avançarmos os ponteiros do relógio dos nossos desejos e utopias.

É para o Homem que o desporto existe como segunda natureza, como cultura, para o elevar acima da imperfeição, da baixeza e incompletude. Ora para podermos estar à altura deste empreendimento devemos fazer um *discurso construtivo* do desporto, descobrir as suas virtualidades e colocá-las ao serviço das pessoas. A sua descoberta, acentuação, reforço e utilização são o melhor meio de defender o desporto de todos os seus desvirtuamentos e desqualificações; e são também uma oportunidade de tomarmos consciência de que estes são levados a cabo não apenas por muitos sujeitos das práticas desportivas, mas também por teóricos e professores da área do desporto e educação física.

Nesta conformidade as considerações que vou proferir não reivindicam completude; são fragmentárias. Sugerem mais do que definem; provocam mais do que explicam. Visam congregar matéria suficiente para dar que pensar. Convidam portanto a assumir a responsabilidade de pensar e ajuizar, guardando saudável distância de uma litania discursiva, pedagógica e ideológica, que não sabe substituir o alarido e a crença pela serenidade de olhar e conhecer, das vivências e experiências, das reflexões e consequências.

3. Da forma humana, da técnica e da estética

Fundamentalmente quero pronunciar-me sobre aquilo que o desporto trata, constitui o cerne da sua razão de ser e escapa à compreensão de muitos olhares. Refiro-me à forma humana, ao aprimoramento corporal, gestual e comportamental do homem! É seu desígnio servir esse projecto inconcluso e inacabado que, desde o início e até ao fim dos tempos, move e há-de continuar a mover a civilização. Essa coisa - tão simples de ver e dizer na aparência, mas tão difícil de entender e concretizar na sua essência - a que chamamos excelência e é servida pela técnica. Sim, a *areté* dos gregos, que converge para a acção correcta, para a arte e a felicidade de viver. (1)

Nesse empreendimento da arte e da felicidade continua a pertencer um lugar central à técnica e à estética, ao correcto e ao perfeito, ao bom e ao belo, ao prazeroso e ao justo, ao ético e ao sublime. A civilização, assente primordialmente no avanço e na conquista de dignidade e estética da vida que a técnica possibilita, não chegou ao fim. Com efeito Prometeu³ está longe de ter quebrado todas as grilhetas que o amarram ao chão inferior e rasteiro e lhe tolhem a liberdade dos gestos e movimentos, das atitudes e sentimentos; carece de ser desacorrentado em muitas dimensões e pelos mais diversos meios e modos.

² Com esta grafia da forma adverbial quero significar que, muitas vezes, o que é evidente mente. E muito!

³ A fixação ideológica, como resposta para tudo, pode ser vista como o recurso a um comprimido; serve para aliviar o desconforto e a dor de pensar. Do mesmo modo é a esperteza, que - no dizer de Henri Frederic - serve para tudo, mas não é suficiente para nada.



Ao dizer isto, não me quero incluído no luzido e insano número dos desmemoriados que clamam contra a técnica e a tecnologia. Quero-me longe deles e das falsificações com que atordoam os ouvidos e perturbam as consciências. A memória do passado e a autoria de uma vida de dificuldades, inscritas nas rugas da testa, nas curvas dos ossos, na mirração da carne, na austeridade e inabilidade dos gestos e na rudeza e escassez das palavras, não consentem o esquecimento e o silêncio. Não autorizam que se deturpe o teor da civilização e que se cale que foram as técnicas que nos resgataram das cavernas da sub-humanidade, que nos tiraram de um tempo inteiramente consagrado à luta trágica e dramática pela sobrevivência.

Claro que a técnica não é um ideal; mas é uma ferramenta ao serviço dos valores e da fabricação do humano. É ela um amparo que suporta a nossa vulnerabilidade e debilidade e amplia a nossa possibilidade de escolha e capacidade de acção, sendo por isso uma instituição da autonomia e liberdade e assim a nossa forma de vida e, logo, a empresa mais humana. Ao assegurar a eficácia e a economia de tempo e alimentar a permanente disponibilidade, ela precede e possibilita a criatividade e a inovação. A criatividade será uma espécie de estado de graça, de harmonia e perfeição, um sopro de inspiração que responde a uma ordem e voz que vêm de dentro; mas que só resulta quando a técnica se instala como uma segunda natureza. Sim, difícil é a técnica; com ela o resto é fácil.

A técnica é uma condição acrescida e aumentativa; não se fica pela eficácia, transporta para a leveza, a elegância e a simplicidade, para a admiração e o espanto, para o engenho e a expressão do encanto. Em qualquer domínio e circunstância da actividade humana. Sem ela não se escrevem poemas, não se compõem melodias, não se executam obras de arte, não se fazem golos, não se conseguem cestos e pontos, não se pode ser bom em nenhum ofício e mister. A arte, a qualidade, o ritmo, a harmonia e a perfeição implicam tecnicidade. Sem técnica não há estética de coisa alguma. E a ética fica deficitária e manca.

Enfim, sem técnica não logamos ser verdadeiramente humanos. Nem no corpo, nem na alma. Sem técnica, os nossos gestos, actos, atitudes e condutas são prisioneiras da baixeza, da rudeza e grosseria dos instintos, da inabilidade e fealdade. Sem ela bem pouco ou mesmo nada poderíamos inventar e escolher com o nosso corpo irrecusável, sujeito como ele é ao destino inexorável de tempo e morte.

Bendita seja portanto a técnica e bem haja o desporto que a ensina, exige e enaltece! Bem haja o desporto pelas próteses que encerra, indo ao encontro de tantas deficiências que nos possuem! É muito grande a conta que nos cumpre pagar.

4. Contra o relativismo cultural

Perante o rolo compressor da globalização, é fulcral preservar os recursos culturais e morais que sustentam a convivência e a elevação da civilização e da vida a patamares de excelência. É imperioso preservar, no nível superior, a norma social, a cultura, a técnica e a linguagem que são, no dizer de Fernando Savater, as instituições da liberdade. (4)

Não pode valer o mesmo ser sério ou desonesto, ter sucesso de modo limpo e às claras ou subir na vida pela baixeza e calada da noite, falar verdade ou falar mentira, ter posturas éticas ou condutas imorais, usar uma linguagem escurra e bela ou escrever e falar com erros e palavrões, ser letrado e ter conhecimento ou ser analfabeto e ignorante, tocar e cantar com ritmo e harmonia ou produzir sons dissonantes e agressivos, ter modos decentes e elegantes ou exibir má-criação e grosseria, realizar gestos imperfeitos, inexpressivos, disformes, pesados e cheios de sinergias onerosas ou configurar gestos leves, finos, plásticos, arredondados, dionisiacos e apolíneos.

Sim, o relativismo cultural tem que ser combatido em todas as frentes. Também ataca no desporto; por isso este é uma plaga em que lhe faremos guerra sem quartel e cuidaremos de lhe cortar o passo e barrar o caminho.

A visão ingénua, que inspira muitos depreciadores do desporto, da técnica e da excelência desportiva, bem como da sua aprendizagem, revela desconhecimento absoluto da importância e função da cultura, dos seus instrumentos e instituições. Imaginam que seríamos mais autênticos e originais se não tivéssemos moldes, referências, padrões e símbolos culturais para orientar e configurar as nossas acções, comportamentos, gestos e atitudes. Ignoram que esses aparentes condicionamentos nos aliviam de dilemas sufocantes, nos facilitam e simplificam a vida, permitindo-nos assim aplicar as nossas energias e inventiva na edificação da nossa individualidade e dar um relevante contributo ao meio em que somos chamados a intervir. Os grandes criadores, em todos os campos, partem da apropriação, exercitação e aprimoramento das rotinas e criações encontradas; é a partir delas que expressam o seu génio e talento e produzem obras que funcionam como influência normativa dos seus contemporâneos e vindouros.

O ser humano não cria a partir do nada. Só a um Alguém divino é possível criar *ex nihilo*, sem actuar sobre a realidade, porque para Ele querer, decidir e conseguir são exactamente a mesma coisa. Os humanos criam tanto mais quanto melhor conhecerem e apropriarem os artefactos existentes, tomarem iniciativas compatíveis com eles e actuarem conjugando adequadamente o conhecimento, a imaginação e a decisão no campo do possível. Somos o produto das nossas obras e também da obra criada pelos que nos antecederam. (4)

No cerne do desporto está a ideia do homem livre que se ultrapassa a si mesmo num esforço supremo, espiritualizando as suas forças físicas, numa harmonia interna e externa absoluta, elevando-se às esferas do bem, do belo, do perfeito e do ideal.

Esta ideia concretiza-se com o derramamento de suor e também, não raras vezes, de sangue e lágrimas. No estádio e no pódio desportivos revivem mitos actualizados e práticas transformadas de redenção e salvação,

4 Prometeu, deus ou génio do fogo, filho do titã Jápeto, surge na mitologia clássica como o iniciador da primeira civilização humana. Formou o homem com o limo da terra e, para o animar, roubou o fogo do céu. Em castigo, foi, a mando de Júpiter, acorrentado no cimo do monte Cáucaso, onde um abutre lhe roia o fígado. Até que Hércules, criador dos Jogos Olímpicos, o livrou desse suplício. Do mito prometeico vivem a civilização, a técnica, o progresso e também o desporto.



como se os atletas de hoje fossem a encarnação de profetas, messias, mártires e santos de outrora. O desporto é, pois, a *ascese moderna e secular*, criada pelos homens após terem desterrado todas as penas da terra para o inferno e não terem mais nada para alcançar o céu a não ser monotonia e tédio!

Fundado nestas funções (e ficções) míticas e simbólicas o desporto consubstancia os trabalhos, as empresas e feitos atléticos, heróicos e quase divinos de Hércules,⁴ tal como o esforço de Prometeu em se desacorrentar das amarras da dependência e menoridade, ou seja, em trazer cultura, liberdade, técnica e progresso aos homens. E também repete o drama de levar a cruz ao calvário, como método da redenção de cada um.

5. Tema para um tratado pedagógico

O desporto inscreve-se no esforço de lavrar um destino e uma resposta para a pergunta do Homem: é a criação a partir da falta, a necessidade feita liberdade, a gravidade feita asas, o peso feito voo, a lonjura feita proximidade, o obstáculo feito impulso, o perigo feito tentação, a dificuldade feita gosto, o receio feito aventura, o cenário colectivo feito palco individual. A dizer ao homem que ainda é uma criança com direito de crescer, avançar e progredir no tempo.

Em suma, com o desporto continuaremos apostados em investir no progresso comportamental do homem. Continuaremos, seguindo o conselho de Savater, a levantar "o apreço por dons universalmente valiosos (habilidade, força, velocidade, elegância, jogo limpo...)", a afastar-nos do gorduroso 'odor ao estábulo' de que falou Nietzsche. "E a celebrar como própria a excelência onde quer que ela ocorra e seja quem for aquele que a demonstre". (3)

Referências bibliográficas

1. BENTO, Jorge Olímpio (2004): *DESPORTO DISCURSO E SUBSTÂNCIA*. Editora Campo das Letras, Porto.
2. NÓVOA, António (2005): *EVIDENTEMENTE. Histórias da Educação*. ASA Editores, SA, Porto.
3. SAVATER, Fernando (2000): *O MEU DICIONÁRIO FILOSÓFICO*. Publicações Dom Quixote, Lisboa.
4. SAVATER, Fernando (2004): *A CORAGEM DE ESCOLHER*. Publicações Dom Quixote, Lisboa.



TREINAMENTO DE CRIANÇAS E JOVENS: A VISÃO DAS CONFEDERAÇÕES

Confederação Brasileira de Canoagem – CBCa

Alvaro Acco Koslowski – Técnico Nacional Feminino

Iniciemos re-avaliando a palavra treinamento como a ideal para definir a complexidade que norteia a prática da atividade física, mais especificamente a Canoagem, e assim acreditamos que desenvolvimento humano seja uma denominação mais oportuna ao pensamento em questão. Nestas fases (crianças e jovens) do desenvolvimento humano, configuram-se prioritariamente como um momento de construção (desenvolvimento) de conhecimentos motores que devem ser entendidos e não repetidos no sentido de assimilar, mas sim, de problematizar as atividades na perspectiva de que os alunos construam as soluções e por assim dizer, busquem individualmente sua forma de entender a remada. Este processo evidentemente está alicerçado num profundo conhecimento biomecânico, biológico, fisiológico e pedagógico das etapas em questão, afim de que alguns pontos sejam explicados e compreendidos por estes alunos dentro da suas realidades individuais e não como um processo generalista.

Destacar que a modalidade de Canoagem necessita de resguardos peculiares específicos não identificados nas modalidades convencionais, que são indispensáveis para uma prática segura e responsável; uso de colete salva-vidas, transporte do material, manuseio do material (remo, colete salva-vidas, caiaque e suas partes) e preservação do meio aquático, configura-se como prioridades iniciais e assim dizer essenciais para uma prática segura. Por ser uma modalidade que envolve riscos e assim dizer preconceitos na sua prática, os cuidados na iniciação requerem atenção redobrada, principalmente no sentido de evitar as más experiências e ou traumas que afastam os alunos desta.

Não temos a primícias de seguir este ou aquele método ou então este ou aquele autor, mas ao mesmo tempo identificamos predominâncias construtivistas e desenvolvimentistas, que não são únicas, mas fazem parte de um contexto que tem como finalidade principal construir uma prática segura, responsável e que possibilite um aprendizado sustentável no entendimento real das variáveis intervenientes na remada, dentro da realidade de cada criança ou jovem.

Entendemos que a prática esportiva deve ser voluntária e progressiva, mas que acima de tudo respeite a individualidade de cada ser; assim o ponto inicial ou iniciação esportiva, deflagra um momento que poderá ser unicamente uma experiência remota e fora dos padrões, bem como pode levar este aluno ao ponto mais alto do pódio nos Jogos Olímpicos (num futuro lógico e progressivo). Os fenômenos intervenientes no desenvolvimento humano devem ser facilitadores das capacidades e anseios de cada aluno e nós, educador, tem o papel de enriquecer este processo, com estratégias pedagógicas criativas e que visem no seu início (crianças e jovens) ser: de inclusão, de construção de um vocabulário motor o mais vasto e amplo possível, dotada de valores éticos e morais, de valorização da pessoa e de sua auto-estima, e que faça do esporte um momento de prazer e satisfação.

Como instituição que norteia o desenvolvimento esportivo na modalidade de Canoagem, temos a consciência de nossa pouca abrangência e singela eficácia quanto ao objeto exposto aqui, muito embora no pouco tempo em que a modalidade vem sendo praticada, temos a nítida certeza de que houve um expressivo crescimento quantitativo e qualitativo, dentro da proposta.

A visão da Confederação Brasileira de Canoagem, no que diz respeito ao desenvolvimento humano (treinamento de crianças e jovens), é pré-suposta com relevante resguardo, não o impedindo, mas tão pouco o estimulando enfaticamente. A competição pode ser sadia desde que adequada e bem desenvolvida; devemos educar o competir se este for o real anseio de nosso aluno, mas não deverá o ser, sem o devido entendimento de todo o processo que este estará inserido, pois ai sim a competição será maléfica ao aluno ou assim dizer ao futuro atleta. Somos favoráveis à possibilidade de competir na iniciação esportiva (crianças e jovens), desde que devidamente desenvolvida, entendida e que esta respeite os limites biológicos de cada etapa do desenvolvimento humano. Como já citado anteriormente, o termo "treinamento" talvez não traduza o verdadeiro sentido que entendemos ao ato de desenvolver capacidades.

Quando nos referimos ao desenvolvimento humano, podemos estar evocando ao desenvolvimento de habilidades motoras finas e amplas, que na canoagem se tornam complexas, pois interagem com outras variáveis, tais como: manuseio do remo e do caiaque. Esta complexidade é amenizada pelo prazer proporcionado pela suposta experiência (remar), pois a sensação de liberdade proporcionada pela prática da Canoagem, é o que cria o desafio de transpor a complexidade anteriormente referida..

Entendemos que as variáveis intervenientes no desenvolvimento humano das capacidades da canoagem estão principalmente alicerçadas em: movimentos manipulativos, movimentos estabilizadores, localização espacial, equilíbrio, lateralidade, ciclicidade, forças, coordenações, resistências, sincronismo, entre outras; e cada uma delas, existem formas variadas para as desenvolve-las, com amplo material pedagógico de apoio o qual dependerá da criatividade do professor, por exemplo: para desenvolver força, podemos usar o tradicional cabo de guerra, que num primeiro momento parece impossível o pensarmos sem o uso das mãos, mas adaptando alguns materiais (no caso dois ou mais ganchos) podemos realizá-lo dentro da água com dois ou mais caiaques. A intenção é desenvolver a capacidade, porém não evidenciando a técnica demasiadamente, pois o prazer de remar neste caso é a preocupação principal e nesta etapa do desenvolvimento humano é prioritária. As capacidades motoras podem ser desenvolvidas e ou "treinadas", sem que para isto seja comprometida a integridade (principalmente psicológica) do aluno, muito pelo contrário, estas práticas serão um estímulo à proposta pedagógica e poderão no futuro também servir como uma base ao treinamento de alto rendimento deste aluno.

Outro aspecto importante a ser entendido dentro do processo de desenvolvimento humano, diz respeito ao entendimento do movimento da remada, que como já dissemos anteriormente, é complexo, assim a repetição por um modelo, não é a melhor forma de aplicarmos ao suposto gesto biomecânico "ideal". Para tal, também podemos



com o uso de materiais alternativos, (remos vazados, cabos de vassoura, remos confeccionados pelos alunos, remos maiores, modelos diferentes, etc.) no sentido de problematizar a sistemática e o entendimento físico (hidrodinâmico) de como cada aluno pode vir a desenvolver sua técnica de remada e ou estilo de remada, sem que para isto tenhamos que submetê-lo a um modelo ideal, no qual inclusive, poderá afastá-lo da modalidade ou até mesmo, gerar uma lesão crônica irreversível. É prudente resguardarmos nesta etapa do desenvolvimento humano, alguns aspectos como postura e posicionamento dos membros envolvidos no ato de remar, pois estes poderão ser prejudiciais à saúde do aluno se desconsiderados na iniciação esportiva.

Por fim, queremos salientar que acreditamos que as capacidades não devam ficar adormecidas, pois isto poderá acarretar em uma vida sedentária e com a falta de hábitos saudáveis podem ter como ponto final uma série de enfermidades; muito embora devemos desenvolvê-las com muito esmero, pois nesta etapa do desenvolvimento humano corremos o risco de agredir demasiadamente o organismo de nossos alunos; assim somos favoráveis a um programa de atividades físicas alicerçadas e devidamente individualizadas a cada etapa do desenvolvimento humano, no sentido de que a Canoagem seja uma forma de expressão e cidadania, saudável e que engrandeça a auto-estima destas crianças e jovens.

MELHORAR A CAPACIDADE INSTRUCCIONAL DO TREINADOR DE JOVENS

Amândio Graça

A capacidade instrucional de um treinador não se define no vazio, reporta-se sempre a tempos e lugares, a contextos históricos, sociais e institucionais determinados, pelo que a primeira tarefa de um treinador é compreender a sua situação, o que de si espera a sociedade, o que deve fazer para a melhoria de vida dos praticantes que orienta e o que pode fazer em prol do desenvolvimento da sua modalidade desportiva.

A resposta a estas questões fundamentais permitir-lhe-á esclarecer a sua missão na instituição onde trabalha e contribuir para que a instituição especifique também a sua própria missão, dentro de um panorama desportivo complexo e pluridimensional no que diz respeito a propósitos, sentidos e condições das práticas e dos praticantes.

Visar a excelência desportiva e proporcionar a todos os praticantes uma experiência desportiva gratificante são dois objectivos cruciais perseguidos pela formação desportiva, mas enquanto o primeiro é mais marcadamente elitista e selectivo, o segundo é tendencialmente mais abrangente e inclusivo. Como nos diz Kretchmar o significado e a fruição da experiência desportiva são mais democráticos porque estão ao alcance de todos, não exigem elevados rendimentos, ao contrário da excelência da performance desportiva que só está ao alcance de uma minoria de candidatos talentosos, ainda que não dispense anos de dedicação abnegada a um trabalho de preparação específica bem dirigida.

Mas, se por um lado, é preciso ter sempre claro que a excelência desportiva não pode nunca dispensar o respeito pela pessoa do praticante e que a entrega a um regime de treino altamente exigente não se faz ao arrepio de uma experiência desportiva genuinamente gratificante; e se, por outro lado, a exigência de rendimento, de esforço, de dedicação, de superação não pode abandonar a própria ideia de prática desportiva, por mais inclusiva que ela seja; o que parece evidente é que entre visar a excelência e proporcionar a todos uma experiência positiva há uma tensão que tende a confundir o enunciado da missão de treinadores e instituições desportivas. Discursos contraditórios e práticas inconsequentes são fruto de uma cultura desportiva em que o sentido de missão não está suficientemente compreendido nem assumido pelos diversos intervenientes na prática desportiva das crianças e jovens, os treinadores, os dirigentes, os praticantes e os seus familiares. Ora os treinadores de crianças e jovens devem procurar esclarecer os seus objectivos, as suas prioridades, as grandes directrizes que norteiam a sua actuação para poderem cumprir com coerência pedagógica a sua missão formadora.

Influência do envolvimento na capacidade instrucional do treino

O treino desportivo tem como finalidades o desenvolvimento, consolidação ou aperfeiçoamento de conhecimentos capacidades, habilidades e disposições que sustentam a qualidade da participação e desempenho na prática desportiva. O treino de qualidade será aquele que melhor cumprir aquelas finalidades, ou seja aquele que revelar melhor capacidade instrucional, capacidade de gerar aprendizagem e desenvolvimento dos atletas.

A capacidade instrucional não depende apenas dos atributos pessoais e técnicos do treinador, ou das características particulares e das possibilidades de evolução dos atletas, ela é influenciada por diversos factores do envolvimento físico, social e cultural e que se constituem umas vezes como oportunidades, como recursos, como fontes de incentivo e apoio, e outras vezes como constrangimentos, como obstáculos, como fontes de desmotivação e criticismo.

Os recursos materiais e as condições disponíveis para treinar e competir, em especial a qualidade e quantidade de espaços, equipamentos, meios auxiliares de treino e horas de treino são factores do envolvimento apontados como estimulantes ou limitantes do sucesso dos programas de treino. Importa no entanto sublinhar que não é o mero acesso aos recursos que faz a diferença, na medida em que, por exemplo, dois treinadores com exactamente os mesmos recursos e atletas com potencial semelhante podem desenvolver processos de treino com resultados claramente distintos e cuja diferença poderá ser atribuída à capacidade de otimizar a utilização do tempo de treino e dos meios disponíveis.

Em matéria de recursos, sejam eles materiais, humanos, financeiros ou de qualquer outra natureza, não basta tê-los, o importante é aplicá-los e aproveitá-los bem.

A organização do clube, a sua tradição de trabalho, normas de funcionamento, as expectativas de resultados dos diversos treinadores e dirigentes, as suas orientações para o treino e a formação desportiva, os seus padrões de exigência e mecanismos de reconhecimento de valor e mérito oferecem um contexto cultural e social que pode ser mais ou menos favorável ao desenvolvimento da capacidade instrucional do treinador e do programa de formação.



Os pais dos atletas são outro factor do envolvimento com impacto significativo na capacidade instrucional do programa de treino. Os pais propiciam as condições para que os atletas participem nos treinos e nas competições. Muitos interessam-se e acompanham de perto a prática desportiva dos filhos. Alguns deles assumem funções de algum tipo no clube desportivo. Os pais têm objectivos e expectativas para a prática dos seus filhos que podem estar ou não em desacordo com a orientação do treinador e em consequência facilitar, colaborar e reforçar, ou ao invés dificultar e rejeitar/desconsiderar o trabalho do treinador. Há pais que motivam os filhos, outros que exercem uma pressão excessiva, outros que têm comportamentos desportivos e cívicos reprováveis, outros que pura e simplesmente se alheiam da sua prática. Tudo isso tem repercussão no treino, na medida em que pode afectar a actividade do treinador, a actividade dos atletas, a relação do treinador com os atletas e o ambiente de trabalho. A capacidade instrucional melhora se houver uma boa coordenação de objectivos, esforços e vontades entre o treinador e os pais dos atletas.

A instrução como interacção entre treinador atletas e conteúdos do treino

A definição de instrução costuma ser restringida apenas à actividade do professor ou do treinador, e muito particularmente à sua actividade comunicativa relacionada com a transmissão de informação. Se adoptarmos, no entanto a perspectiva de Cohen e Ball (2001), a instrução é entendida como um processo interactivo entre treinador, atletas e conteúdos num contexto social concreto. No processo de instrução, os treinadores (1) interpretam as necessidades, os interesses e as respostas dos atletas no treino e na competição; (2) os treinadores concebem, seleccionam e adaptam exercícios, organizam e estabelecem as tarefas que dão corpo ao programa de treino de formação e preparação para a competição; (3) os treinadores apresentam as tarefas, dão explicações, comunicam expectativas e exigências sobre o que deve ser feito e como deve ser feito no treino e na competição; os treinadores supervisionam, orientam, regulam e apoiam a actividade dos atletas, o confronto dos atletas com as tarefas do treino e da competição.

Se ficássemos por aqui na definição de instrução, colocaríamos os atletas na posição de objecto da actividade dos treinadores, ainda que tivéssemos o cuidado de a configurar como uma actividade sensível às particularidades dos atletas e dos conteúdos.

O processo de instrução não resulta apenas da acção dos treinadores, mas antes da acção conjunta de treinadores e atletas sobre um conteúdo num dado envolvimento, ao longo do tempo. Os atletas não são elementos passivos no direccionamento ou no desenvolvimento das actividades do treino e da competição. Os atletas trazem consigo conhecimentos, capacidades e disposições, expectativas e motivações que condicionam necessariamente o que se pode passar e o que efectivamente se passa no treino e na competição. Os atletas atendem, interpretam e respondem às intervenções e solicitações dos treinadores, às exigências das tarefas de um modo concreto que vai condicionar tanto o desenvolvimento da acção dos treinadores quanto aquilo que efectivamente se trabalha no treino e se realiza na competição. Torna-se assim claro que o treino é uma construção conjunta de treinadores e atletas.

Um treinador que quer otimizar a capacidade instrucional do seu programa de treino não centra em si apenas as responsabilidades do ensino, dá espaço e estimula e releva outras fontes de ensino, nomeadamente, os atletas, proporcionando actividades de exploração e busca de soluções produtivas, fomentando o trabalho cooperativo de pequenos grupos, o trabalho de pares. Enfim criando um clima de trabalho no treino, responsabilizante, em que os atletas assumem os objectivos e as tarefas do treino e partilham experiências e conhecimentos entre si, não estão apenas dependentes de uma única fonte de informação, o treinador. Os atletas de nível mais elevado e mais experientes modelam comportamentos e habilidades e ampliam as fontes de fornecimento de feedback e de apoio à actividade de aprendizagem dos seus colegas.

Os treinadores e atletas trabalham sobre os conteúdos do treino fundamentalmente através dos exercícios e séries de exercitação, pelo que o sucesso do treino depende da qualidade e da eficácia do exercício (Queiroz, 1986). Escolher e organizar bons exercícios é um ingrediente fundamental da capacidade instrucional do treinador. Da sua experiência como jogador, da observação do treino de outros treinadores, da consulta de dossiers ou conversas com outros treinadores da frequência de cursos, e Clínicas, de livros, de revistas, de fontes electrónicas, os treinadores recolhem exercícios ou ideias para desenhar exercícios para arquitectar o seu programa de treino. Porém, mesmo os exercícios mais ricos para trabalhar um determinado conteúdo e bem ordenados na lógica do programa de treino só surtem o efeito desejado se o treinador tiver conhecimento e o usar convenientemente para poder coordenar a instrução apoiar e corrigir a execução e, por outro lado se os atletas se mobilizarem para um confronto adequado com os objectivos da tarefa.

Melhoria da capacidade instrucional do treinador

Ainda que poucas vezes reconhecido explicitamente pelos treinadores, os atletas são uma das fontes mais importantes de aprendizagem e desenvolvimento da capacidade instrucional do treinador. São os atletas que fazem o treinador. São eles que lhe propiciam a experiência e lhe dão a matéria para reflectir e aperfeiçoar a sua prática. Se as explicações são confusas, palavrosas, inconsistentes, contraditórias ou incorrectas, as respostas dos atletas vão dar conta disso. Se os exercícios estão mal desenhados, mal calibrados em termos de dificuldade, de intensidade, de duração, as respostas vão-lhe começar por dar indícios disso até se tornarem mais que patentes. Se o treinador falha na colocação de exigências ou na responsabilização pelas exigências colocadas, a forma e a qualidade respostas dos alunos por certo vão revelar um grau de comprometimento com as tarefas de treino aquém do desejado.

É bom que se tenha presente que a experiência e até a reflexão sobre a experiência, sendo imprescindíveis, não induzem necessariamente a aprendizagem num sentido positivo, no sentido da melhoria da capacidade instrucional. Pode-se por exemplo aperfeiçoar um tipo de treino rotineiro, acomodado, pouco desafiador. Pode-se,



pior ainda, desenvolver e refinar orientações, práticas e formas de relacionamento avessos a uma cultura desportiva saudável e eticamente referenciada.

Os treinadores melhoram a sua capacidade instrucional através da busca e selecção de exercícios para trabalhar os diversos conteúdos do treino.

A melhoria da capacidade instrucional é sem dúvida alguma o resultado de um esforço individual de estudo, de actualização de conhecimentos, de preparação cuidada, de monitorização e de reflexão sobre o treino e a competição, mas ficará sempre seriamente limitada se permanecer fechado sobre si, se não se abrir para um contexto de intercâmbio de ideias e de práticas e de procurar nesse intercâmbio os sinais de renovação e mudança no treino desportivo.

As modalidades constituem comunidades de prática, organizam competições que são um barómetro importante para cada treinador objectivar a evolução dos seus atletas, e a comunidade extrair lições sobre o mérito e a consistência de atletas, treinadores e a sua capacidade instrucional. E na formação não são apenas os resultados que contam, é mais interessante perspectivar a partir dos resultados e da qualidade dos desempenhos e aquilo que eles deixam antever para resultados futuros.

TREINO DESPORTIVO DE CRIANÇAS E JOVENS

António Marques

Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Portugal.

Na nossa apresentação procuraremos situar o estado da investigação - na área do treino desportivo - no que respeita à participação de crianças e jovens em programas regulares no desporto de rendimento. Na primeira parte, faremos uma breve incursão sobre o estado da investigação, caracterizando a situação. Na segunda parte, apresentaremos resultados de alguns estudos empíricos em áreas escolhidas do treino.

A participação sistemática de crianças e jovens no desporto de alto rendimento iniciou-se há 45 anos. O que quer dizer que, se a nossa experiência de acompanhamento da prática vai tendo já algum significado, ainda é precário o conhecimento de que dispomos em resultado da investigação.

Após um período de cerca de 50 anos, a Ciência do Desporto começa a abandonar a fase descritiva, própria das ciências em desenvolvimento rápido, e a centrar-se na análise e explicação do campo de fenómenos de que se ocupa. Todavia, este quadro não caracteriza com rigor o que acontece nas várias disciplinas da ciência do desporto. Se há disciplinas que experimentaram já uma grande evolução, tendo adquirido um nível de desenvolvimento apreciável, outras há cujo estado de desenvolvimento é menos homogéneo, encontrando-se ainda nesta fase descritiva. É o caso da Teoria do Treino, que procura, ainda hoje, aumentar a consistência do corpo de conhecimentos em que fundamenta a sua intervenção, recorrendo a modos de trabalho, de que destacamos: (i) O desenvolvimento do conhecimento empírico dos desportos, para elaboração de formulações teóricas e de hipóteses provisórias; (ii) A agregação dos conhecimentos teóricos e empíricos das outras disciplinas às teorias e hipóteses da Teoria do Treino.

Os resultados dos estudos a que nos referiremos na nossa intervenção, relativos à preparação desportiva de crianças e jovens, situam-se justamente no quadro deste esforço de organização, classificação e sistematização do conhecimento empírico dos desportos, para o desenvolvimento de formulações teóricas e de hipóteses provisórias.

Quando é que os resultados nas competições de formação predizem os resultados das competições no desporto de alto rendimento? Qual, ainda, a validade do "Princípio da unidade entre os exercícios de preparação geral e os exercícios de preparação específica" no desporto dos mais jovens? Até onde poderemos ir no aumento do volume de treino na preparação dos mais jovens? Que opções se nos apresentam, na perspectiva da melhoria da qualidade das cargas? Qual a natureza, a estrutura organizativa e os conteúdos das competições dos mais jovens? Estas são algumas questões a que procuraremos responder, confrontando os resultados de alguns estudos feitos na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto com o estado da arte sobre o treino desportivo de crianças e adolescentes que participam em programas regulares no desporto de rendimento.

VALORIZAÇÃO DA APRENDIZAGEM AUTÓNOMA NO TREINO DE CRIANÇAS E JOVENS

Isabel Mesquita

Universidade do Porto

Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física

Actualmente, a necessidade que as crianças e os jovens mostram em estar por dentro das iniciativas em que participam e estão envolvidos, reivindica uma partilha de estratégias com os seus treinadores, no sentido das decisões serem concretizadas conjuntamente. A ideia de os conduzir a realizar um conjunto de tarefas, sem que eles entendam a sua razão de ser, nem as suas vantagens e desvantagens, se nunca teve sentido, actualmente é de todo desajustado.

Deste modo, o jovem praticante mais do que um "fazedor" tem de ser um "pensador" daquilo que se determina a realizar, da forma como realiza e dos resultados que obtém. Estamos perante uma consequência natural do facto da sociedade exigir, cada vez mais, aos jovens a adopção de uma atitude autónoma, responsável e comprometida com aquilo em que se envolvem, sendo-lhes exigida, por isso, uma atitude mais prospectiva do que reactiva. Aquilo que se pretende, nesta filiação do jovem ao desporto, é que ele sinta que faz parte do clube, do grupo ou da equipa onde joga e que tem algo a dizer sobre as decisões que são tomadas a seu respeito e do grupo a que pertence.

Nesta linha de entendimento, o praticante ocupa uma posição central ao ser considerado o construtor activo das suas próprias aprendizagens, valorizando-se os processos cognitivos, a tomada de decisão e a



compreensão das situações-problema. Este paradigma da aprendizagem faz o treinador descentrar-se de si próprio para se situar no praticante, nomeadamente na interpretação da sua actividade cognitiva e motora, no sentido de criar a melhor atmosfera de aprendizagem. Nomeadamente, a criação de espaço para realizar a interpretação pessoal é conseguida, se a estabilização do objectivo da tarefa não restringir os processos mediadores para o alcançar, nem prescrever soluções.

A colocação do praticante enquanto construtor activo das suas aprendizagens exige uma redefinição dos papéis do treinador e dos praticantes, assumindo estes a centralidade dos processos, em oposição aos tradicionais modelos de ensino, nos quais, o treinador constituía o eixo central na mediação dos processos. Tal não retira importância às competências do treinador, antes as reconfigura numa relação contextualmente diferente com os praticantes. O treinador orienta a atenção dos praticantes para a auto-organização, promovendo as aprendizagens emergentes. A utilização de estratégias de instrução que se afastam das tradicionalmente aplicadas (ex. método expositivo, instrução directa, definição hierarquizada dos passos da tarefa, etc.) e que dão espaço para a interpretação individual do praticante (ex. visionamento de vídeos, discussão de casos, questionamento, etc.) promovem a interpretação pessoal, requisito do comportamento prospectivo e não reactivo. Através de um apelo preferencial à observação e pela contextualização da instrução nos cenários concretos de prática, os treinadores promovem o desenvolvimento da capacidade perceptiva, no ambiente ecológico da tarefa.

Tornar o jogador autónomo implica dar-lhe as "ferramentas" para ele saber ler e interpretar as situações-problema. O recurso a estratégias que apelam à descoberta confrontam os jogadores com as suas tomadas de decisão e incentivam a busca de novas soluções, contribuindo para o incremento da autonomia. Todavia, por exemplo, no caso dos jogos desportivos, a inexistência de qualquer tipo de orientação nos cenários de aprendizagem (descoberta não-guiada), pode desviá-los para interpretações que se afastam claramente dos problemas táticos do jogo e, consequentemente, levá-los a formarem uma teia de conhecimentos descontextualizados e desprovidos de significado. Uma abordagem ecológica, assente na descoberta guiada, que considere, de forma comprometida, a construção individual do sujeito e a dimensão objectiva, enquanto realidade externa que existe para além do sujeito, assume maior pertinência no caso de actividades desportivas que possuem uma estrutura formal e funcional perfeitamente definida, como é o caso dos jogos desportivos. Não se trata, assim, de uma descoberta totalmente "cega", sem a existência de um perfil de condução por parte do treinador, o que não corresponde, em caso algum, a uma perda de autonomia do praticante na selecção dos processos mediadores.

Simultaneamente, o treinador tem de considerar que no seu grupo existem praticantes diferentes, com níveis de conhecimento e de experiência igualmente distintos, exigindo a aplicação de formas de abordagem consentâneas. Nomeadamente, nos jogos desportivos, para tornar acessível e significativa a prática do jogo, o praticante terá de o compreender, perceber o sentido da sua actuação, bem como dos seus companheiros e adversários. A acessibilidade à prática do jogo qualificado, passa, indubitavelmente, pela compreensão dos processos mediadores, na medida em que sem o praticante compreender o que faz e porque faz, a sua acção perde significado.

Dai que ser estratégia é mais importante do que se ter uma estratégia. O facto de se ter uma estratégia não significa que se saiba aplicá-la adequada e oportunamente, na medida em que ela existe, independentemente, da configuração ecológica do envolvimento situacional; pelo contrário, ser um estratega, significa que antes de decidir o praticante realiza uma análise cuidada da situação-problema, equaciona as alternativas de solução e adopta a solução ajustada às particularidades contextuais. Neste sentido, torna-se vital para os jovens praticantes o desenvolvimento dos processos de análise e de interpretação das situações sobre as quais vão agir, abrindo o caminho para a sua compreensão e, concomitantemente, para a adopção de processos decisoriais, cada vez mais complexos.

Paralelamente, a forma como o erro é encarado pelo treinador e pelos praticantes é crucial no efeito que tem sobre a performance, sendo a sua presença inevitável, já que faz parte do processo de aprendizagem. Quando é entendido como algo natural decorrente da própria prática é conferida liberdade mental positiva ao praticante para perceber as informações que erroneamente foram valorizadas; no sentido oposto, a punição do erro canaliza a atenção do praticante para o seu efeito (ex. consequências de ter falhado, como sejam, a equipa perder o jogo; a imprensa desvalorizar a sua actuação, etc.) e não para a sua interpretação.

A acentuação da atenção dos jovens para o questionamento e compreensão do erro, possibilita-lhes o acesso à construção de respostas, suportadas numa interpretação situada das acções, onde são as experiências de aprendizagem que são interpretadas e compreendidas e não o resultado obtido. Tal exige, por parte do treinador, o entendimento de que mais do que existirem erros existem experiências de aprendizagem, que necessitam de ser interpretadas pelos praticantes, no sentido destes compreenderem o que, de facto, necessita de ser melhorado. Deste modo, as fragilidades são encaradas como algo natural e que decorrem da própria prática, sendo criadas condições para o desenvolvimento das competências desejadas.

Em suma, na aprendizagem os processos cognitivos devem estar envolvidos, para que a decisão resulte da análise e compreensão da situação e não se constitua como um comportamento automático, sem qualquer referência à especificidade da situação em causa. O mesmo será afirmar que deve ser conferida, ao praticante, liberdade processual, propiciadora de uma acção intencional e autónoma, resultado da percepção de indicadores especificadores disponíveis no envolvimento situacional.



PROJETO CENTRO NACIONAL DE TREINAMENTO INFANTO JUVENIL

Ivan Kley

Jogadores entre 5 a 7 anos:

Objetivo: Fase de formação, que deve ser muito bem executado pelos profissionais de cada área, para que nas próximas etapas de formação não seja necessário efetuar grandes mudanças.

Objetivos da Preparação Física: Desenvolvimento geral, desenvolvimento da coordenação e desenvolvimento do movimento. Aconselhamos 2 horas de trabalhos semanais, através da participação em variados esportes, brincadeiras, exercícios com música para desenvolver o ritmo, participação em aulas de ginástica, balé e dança.

Objetivos na Psicologia: Desenvolvimento das mais variadas habilidades psicológicas. Período de diversão e aprendizado, ênfase em jogos sem esforços físicos exagerados, garantir o êxito em todas as atividades, elogios frequentes às crianças para manter a motivação.

Treinamento e Desenvolvimento Técnico e Tático: Cooperação com os companheiros, manter a bola em jogo o maior tempo possível. Aconselhamos de 1 a 2 horas semanais.

Competições: Competições de baixa intensidade, auto competição, competições de mini tênis em equipe, meninos e meninas podem competir juntos.

Repercussão dos Treinamentos: Alto grau de variedade e diversão, permitir um certo grau de jogos livre e bastante estímulo à criatividade.

Jogadores entre 8 a 10 anos:

Objetivo: Fase de formação, que deve ser muito bem executado pelos profissionais de cada área, para que nas próximas etapas de formação não seja necessário efetuar grandes mudanças.

Objetivos da Preparação Física: Participação em esportes jogados com bola, tais como futebol, basquete, tênis de mesa, etc. Tratar de desenvolver a coordenação e destreza geral. Desenvolver jogo de perna e movimentação. Aproximadamente 3 horas p/ semana.

Objetivos na Psicologia: Desenvolver e estimular a auto-estima, ganhar ou perder devem ser considerados desde uma perspectiva sadia, introduzir estabelecimento informal de objetivos, as metas e objetivos devem ser de fácil execução.

Treinamento e Desenvolvimento Técnico e Tático: Desenvolver a forma geral dos golpes, introduzir todas as fases táticas do jogo, ênfase nas empunhaduras corretas e movimentação de pernas corretas, estimular a movimentação da raquete e o movimento relaxado, estimular os jogadores a manter posição no fundo da quadra e atacar as bolas curtas, desenvolver a sensibilidade de variações e criatividade. Aproximadamente 10 horas por semana.

Competições: Aproximadamente 10 competições individuais e 20 de duplas por ano, torneios de round robin, (um contra todos), iniciação de competições como diversão, e meninos e meninas podem competir juntos.

Repercussão dos Treinamentos: Se requer boas demonstrações por parte dos treinadores, período mais receptivo para o treinamento das habilidades motrizes, porque geralmente é um período de menor crescimento físico.

Jogadores entre 11 a 12 anos:

Objetivo: Observação e contato com os responsáveis pelos jogadores por parte dos responsáveis técnicos do IT com o objetivo de detectarmos futuros jogadores em potencial para participação do projeto, bem como testes e períodos curtos de treinamentos a serem realizados no centro de treinamento.

Objetivos da Preparação Física: Desenvolvimento da velocidade de reação tanto dos membros superiores, quanto inferiores, jogos de velocidade, ajuste da coordenação e destreza, desenvolvimento da flexibilidade, início de treinamento de reforço muscular com pesos adequados, participação em esportes complementares. Aconselhamos 5 vezes por semana de treinamentos assim divididos em sessões 1 hora de duração.

Objetivos na Psicologia: Ênfase em jogar e render bem, no lugar de ganhar (resultados), ênfase em dar 100% de esforço pessoal, ensinar aos jogadores o espírito de luta, de combater e lutar pelos objetivos.

Treinamento e Desenvolvimento Técnico e Tático: Motivar a aceleração da raquete e o movimento relaxado, desenvolver o estilo de jogo e estratégias de ataque, refinar golpes e técnicas, regularidade em todos os golpes, o treinamento deve começar a se parecer com as competições, treinar todas as situações de jogo. Aproximadamente de 10 a 12 horas por semana.

Competições: Aconselhamos a participação em torno de 12 competições individuais e 20 de duplas por ano, torneios em variados pisos, provas regionais e nacionais.

Repercussão dos Treinamentos: O treinador deve dar importância aos objetivos de rendimentos e aprendizados, e não aos resultados de competição.

Jogadores com 13 anos:

Objetivo: Início do processo de adaptação com vindas frequentes e permanências mais longas no centro de treinamento, bem como testes finais com os jogadores escolhidos para participarem do projeto. Os jogadores passarão pelo menos uma semana por mês no centro de treinamento.

Objetivos da Preparação Física: Desenvolver a resistência à velocidade, treinamento de força com pesos adequados e bolas medicinais, participação em esportes complementares e com bola. Aproximadamente 6 horas por semana.

Objetivos na Psicologia: Estimular o estabelecimento de objetivos, continuar cada vez mais dando ênfase à dar 100% de esforço.

Trabalhos com Nutricionista: Início de um trabalho a longo prazo de educação e postura alimentar.

Treinamento e Desenvolvimento Técnico e Tático: Desenvolver potência no saque e golpes de fundo, desenvolver estilo de jogo individual, mas que seja adaptável e aproximadamente 15 horas por semana.

Competições: Participação em 12 torneios nacionais e 4 torneios COSAT (Uruguai, Paraguai, Banana Bowl e Gerdau) por ano, individuais e de duplas, variedade de superfície, coeficiência de 2:1 de vitórias e derrotas.

Repercussão dos Treinamentos: O treinador deve assegurar-se que está colocando ênfase em que o jogador seja responsável por seu próprio tênis e suas ações.



Jogadores com 14 anos:

Objetivo: Estes jogadores deverão estar morando no centro de treinamento e participando de todas as atividades diárias.

Objetivos da Preparação Física: Desenvolver a resistência à velocidade, treinamento de força com pesos adequados e bolas medicinais, participação em esportes complementares e com bola. Aproximadamente 8 horas por semana.

Objetivos na Psicologia: Estimular o estabelecimento de objetivos, continuar cada vez mais dando ênfase à dar 100% de esforço.

Trabalhos com Nutricionista: Exames e início de trabalhos específicos para cada jogador, como por exemplo ganho ou perda de peso, massa, etc.

Treinamento e Desenvolvimento Técnico e Tático: Desenvolver potência no saque e golpes de fundo, desenvolver estilo de jogo individual, mas que seja adaptável e aproximadamente 18 horas por semana.

Competições: 6 torneios COSAT/Sul Americanos, 6 torneios do Circuito Europeu, 3 torneios do Circuito Americano, 8 torneios nacionais por ano.

Repercussão dos Treinamentos: O treinador deve assegurar-se que está colocando ênfase em que o jogador seja responsável por seu próprio tênis e suas ações.

Jogadores com 15 anos:

Objetivo: Estes jogadores deverão estar morando no centro de treinamento e participando de todas as atividades diárias.

Objetivos da Preparação Física: Desenvolver a resistência à velocidade, treinamento de força com pesos adequados e bolas medicinais, participação em esportes complementares e com bola. Aproximadamente 10 a 12 horas por semana.

Objetivos na Psicologia: Estimular o estabelecimento de objetivos, continuar cada vez mais dando ênfase à dar 100% de esforço.

Trabalhos com Nutricionista: Exames e início de trabalhos específicos para cada jogador, como por exemplo ganho ou perda de peso, massa, etc.

Treinamento e Desenvolvimento Técnico e Tático: Desenvolver potência no saque e golpes de fundo, desenvolver estilo de jogo individual, mas que seja adaptável e aproximadamente 22 horas por semana.

Competições: 6 torneios COSAT/Sul Americanos, 6 torneios do Circuito Europeu, 3 torneios do Circuito Americano, máximo 6 torneios nacionais e 6 torneios profissionais por ano.

Repercussão dos Treinamentos: O treinador deve assegurar-se que está colocando ênfase em que o jogador seja responsável por seu próprio tênis e suas ações.

Jogadores com 16 anos:

Objetivo: Estes jogadores deverão estar morando no centro de treinamento e participando de todas as atividades diárias.

Objetivos da Preparação Física: Plano de desenvolvimento da resistência aeróbica, movimentação, deslocamentos, destreza e equilíbrio, treinamentos de força com pesos, aproximadamente 12 a 14 horas semanais.

Objetivos na Psicologia: Desenvolver a auto suficiência, independência e responsabilidade do próprio treinamento.

Trabalhos com Nutricionista: Exames periódicos e trabalhos específicos para cada jogador, como por exemplo ganho ou perda de peso, massa, etc.

Treinamento e Desenvolvimento Técnico e Tático: Desenvolver plenamente o estilo individual, desenvolvimento pleno da potência, profundidade e direção dos golpes. Aproximadamente de 22 a 25 horas semanais.

Competições: 8 torneios COSAT/Sul Americanos, 6 torneios do Circuito Europeu, 3 torneios do Circuito Americano, máximo 6 torneios nacionais e 8/10 torneios profissionais. Máxima carga de competição, coeficiência de 2:1 de vitórias e derrotas.

Repercussão dos Treinamentos: O treinador deve ser mais um planejador e organizador para o jogador.

Jogadores com 17 anos:

Objetivo: Estes jogadores deverão estar morando no centro de treinamento e participando de todas as atividades diárias.

Objetivos da Preparação Física: Plano de desenvolvimento da resistência aeróbica, movimentação, deslocamentos, destreza e equilíbrio, treinamentos de força com pesos, aproximadamente 15 horas semanais.

Objetivos na Psicologia: Desenvolver a auto suficiência, independência e responsabilidade do próprio treinamento.

Trabalhos com Nutricionista: Exames periódicos e trabalhos específicos para cada jogador, como por exemplo ganho ou perda de peso, massa, etc.

Treinamento e Desenvolvimento Técnico e Tático: Desenvolver plenamente o estilo individual, desenvolvimento pleno da potência, profundidade e direção dos golpes. Aproximadamente de 25 horas semanais.

Competições: 8 torneios COSAT/Sul Americanos, 8 torneios do Circuito Europeu, 3 torneios do Circuito Americano e 12 torneios profissionais.

Repercussão dos Treinamentos: O treinador deve ser mais um planejador e organizador para o jogador.

Jogadores com 18 anos:

Objetivo: Estes jogadores deverão estar morando no centro de treinamento e participando de todas as atividades diárias.

Objetivos da Preparação Física: Plano de desenvolvimento da resistência aeróbica, movimentação, deslocamentos, destreza e equilíbrio, treinamentos de força com pesos, aproximadamente 15 horas semanais.

Objetivos na Psicologia: Desenvolver a auto suficiência, independência e responsabilidade do próprio treinamento.

Trabalhos com Nutricionista: Exames periódicos e trabalhos específicos para cada jogador, como por exemplo ganho ou perda de peso, massa, etc.

Treinamento e Desenvolvimento Técnico e Tático: Desenvolver plenamente o estilo individual, desenvolvimento pleno da potência, profundidade e direção dos golpes. Aproximadamente de 25 horas semanais.

Competições: 8 torneios infanto juvenis (os mais importantes), 20 torneios profissionais.

Repercussão dos Treinamentos: O treinador deve ser mais um planejador e organizador para o jogador.

**BIOMECÂNICA – CONHECIMENTO AUTÓNOMO E MEIO COMPLEMENTAR DE DIAGNÓSTICO**

João M. C. S. Abrantes

Biomecânica / Faculdade de Motricidade Humana / Universidade Técnica de Lisboa

1499 - 002 CRUZ QUEBRADA / Portugal

Email: jabrantes@fmh.utl.pt

O conhecimento em Biomecânica não está separado de um estudo do respectivo enquadramento epistemológico associado a um retorno do conhecimento resultado da aplicação das tecnologias específicas. Integrar esse enquadramento e as tecnologias, desenvolvendo instrumentos de trabalho fiáveis e aplicáveis, é o papel de cada *biomecânico*, ou estudioso de uma Biomecânica Geral. Aplicar criteriosamente os instrumentos disponibilizados pela Biomecânica Geral é o meio de desenvolver um determinado tipo de meio complementar de diagnóstico. Assim, a Biomecânica, cujo objecto de estudo é a produção motora de seres vivos, constitui-se e tem os respectivos fundamentos conceptuais em conhecimentos da Morfologia, da Cibernética e da Mecânica mas marca uma autonomia em relação às suas fontes biológicas e mecânicas. No desenvolvimento integrado daqueles suportes a Biomecânica constrói um conhecimento próprio, conceptual e operacional que lança as bases para uma *práxis* própria de desenvolvimento de metodologias adaptadas.

A produção motora é um fenómeno subjacente à existência da Vida, mas não é a Vida em si. A Biomecânica não é um ramo da Biologia cujo objecto de estudo, a lógica, estrutural e funcional, ontogénica e filogenética, da Vida, se baseia em sistemas não deterministas e usa metodologias descritivas; a Biomecânica não é um ramo da Mecânica newtoniana cujo objecto de estudo, o Movimento dos corpos e das forças externas que os provocaram, se baseia em sistemas deterministas e usa metodologias quantitativas. Em Biomecânica estudam-se acções das forças externas ao corpo humano conjugadas com as acções das forças inerentes ao sistema locomotor que são decididas e geradas antes e durante a *função de transferência* controlada pelo executante. O agente de controlo é intrínseco ao próprio sistema e é capaz de, caso a caso, analisar e definir as condições iniciais do sistema locomotor e conduzi-lo, muitas vezes de modo original, às condições finais que correspondam ao objectivo de relação mecânica com o exterior do corpo. No entanto, este processo tem as típicas características de um sistema biológico, porque não é determinista e de um sistema mecânico que se autocontrola, porque depende da capacidade de manutenção da regulação de estabilidade intersegmentar durante a integração de um conjunto de variáveis concorrentes para um objectivo. Por outro lado, a procura de níveis de controlo muito afinado, isto é, a procura da precisão absoluta esbarra com limites, não apenas os limites provocados pelo consumo energético mas com os limites provocados pela natureza do próprio sistema. À medida que a precisão aumenta os níveis de incerteza tendem a aumentar porque há mais possibilidade das variáveis de controlo serem incompatíveis. O ajuste para cada variável a controlar torna-se muito fino, isto é, dentro de limites muito estreitos, logo, o conjunto de ajustes tornam-se muitas vezes desorganizados e em desacordo com o objectivo em vez do desejado máximo de organização. Portanto, há apenas *ilhas de determinismo*, isto é, ajustando cada variável para limites relativamente estreitos mas confortáveis, a respectiva integração num conjunto provocará, com uma dose razoável de probabilidade, um resultado fiável e considerado válido. Quanto mais precisa e ajustada cada uma das variáveis de acordo com uma organização ideal, maior o grau de concretização do objectivo, mas com muitas hipóteses de falhar esse máximo resultado. Quanto mais largo o ajuste de cada variável mais certa a concretização do objectivo mas nunca com elevado grau de precisão. Estas ilhas de determinismo são os padrões ou objectos de observação e os modelos desenvolvidos sobre esses padrões são os objectos de operacionalidade.

Paralelamente, referenciam-se, simultaneamente, duas realidades do processo biomecânico. Um relativo ao executante e outro relativo ao observador. A função (desempenhada) é escolhida pelo próprio sistema (executante), de acordo com ele mesmo e do modo como pode e quer ser encaminhado das condições iniciais para as condições finais. No processo biomecânico relativo ao executante, este avalia as condições iniciais (em que se encontram os diversos segmentos anatómicos na relação com o exterior) escolhe, decide e controla a melhor função de transferência para concretizar as condições finais desejadas. A própria função pode ser alterada durante a própria acção, se não forem consideradas as acções balísticas. No processo relativo ao observador, a execução é estudada na relação hipotético dedutiva a que corresponde, no limite, um modelo numérico. O modelo, assim, é o meio de tentar traduzir os limites deterministas em que se encontra a associação do conjunto de variáveis mecânicas estudadas, ou se deveriam encontrar, e traduz a organização geral do sistema biomecânico para cada caso em estudo (padrão). Nesta formulação hipotético dedutiva reside o fundamento para a avaliação por observação directa visual (do observador). Um aprofundado conhecimento quantitativo (do padrão motor, da técnica desportiva) fornece elementos objectivos para a avaliação realizada. A avaliação compara o modelo com o realizado e é o primeiro instrumento (por vezes, único) meio complementar de diagnóstico.

Um instrumento mais poderoso concretiza-se pela análise. Em Biomecânica, a análise, implica o uso de tecnologias próprias as quais estão associadas à facilidade concedida pelos meios computacionais da actualidade que ultrapassam a capacidade de observação humana.

Em primeiro lugar porque a observação visual directa do Movimento Humano não deixa registos. Se bem que a capacidade de memorização detalhada da configuração do corpo do executante seja importante e específica por modalidade desportiva, há uma capacidade limitada da memória do observador e da sua capacidade específica para observar determinados comportamentos motores. Um registo de um padrão (técnica) possibilita a sua repetição sistemática e visualização por múltiplos observadores.

Em segundo lugar, mesmo que a capacidade de observação visual directa esteja desenvolvida ao máximo há uma dificuldade fisiológica associada à frequência de observação visual com que os dados são recolhidos. Isto é, os dados dos resultados, dos exames efectuados por meios computacionais, têm frequências de acontecimentos acima da frequência associada à visão humana. Hoje, a *Microscopia do Movimento* (procura de



mais amostras por segundo e mais qualidade nos sinais recolhidos) é desenvolvida não só pelas capacidades técnicas de recolha, como pelos algoritmos matemáticos disponibilizados. A observação visual directa não tem possibilidade de recolher informações de todos os pontos do corpo humano envolvido no desempenho mas esta *Microscopia do Movimento* procura nos sinais (cinemáticos e cinéticos, ou, deslocamentos e forças) exteriorizados, durante o desempenho, a fonte de informação para a construção dos elementos de avaliação ou análise, i.e., dos modelos numéricos associados.

Em terceiro lugar, é na capacidade de desenvolvimento de algoritmos específicos que se encontram dados, por exemplo, de forças internas e momentos de força. Estes algoritmos associam os registos cinemáticos e os dados das forças reactivas dos apoios e a sua interpretação pode dar acesso a conhecimentos específicos do comportamento "interno" do corpo. Por exemplo, a interpretação de uma curva de Potência em ordem ao tempo dá acesso ao conhecimento sobre o trabalho predominante do trabalho muscular que influencia uma dada articulação. Este exemplo traduz um estado de conhecimento que pode ser empregue na observação visual directa, em futuros casos, ou um meio de análise específico de monitorização de um único executante.

Se diagnóstico é a procura das causas e ponto de partida para a futura intervenção (no nosso caso) pedagógica, os enquadramentos apresentados, de avaliação e análise, constituem-se como meios de concretizar esse objectivo. Neste sentido a Biomecânica, que desenvolve conhecimentos próprios e se baseia em metodologias adequadas, tem a função de desenvolver meios complementares de diagnóstico específicos e que devem ser associados a outras áreas de avaliação e análise de modo a, assim, se constituir um diagnóstico tão abrangente quanto possível e preparar a adequada intervenção pedagógica.

Durante a apresentação a realizar no *Congresso Internacional de Treinamento Esportivo da Rede CENESP* o enquadramento conceptual, resumido acima, será desenvolvido através de exemplos concretos: 1. A adaptação de jovens basquetebolistas a uma técnica de lançamento quando se alteram as condições externas (bola e cesto); 2. A especificidade de um indicador biomecânico estudado na avaliação e análise da estabilidade articular; e, 3. A transferência do conhecimento especificamente biomecânico ao suporte pedagógico dirigido a crianças e jovens executantes.

DETECÇÃO DE TALENTOS. MODELO CUBANO

Professor Dr. Jorge Ceballos Díaz
Cuba

Desde el comienzo del desarrollo del Sistema Deportivo Cubano se ha trabajado por lograr una salida de excelencia que transita por el desarrollo de profesores, técnicos, médicos, paramédicos, psicólogos, trabajadores en general y directivos altamente calificados tanto en su especialidad, como desde el punto de vista pedagógico e identificados con los principios de un deporte genuino y popular que basa sus resultados en una profunda labor de incorporación de todos a la práctica de la actividad física y el deporte, en primer lugar a partir de un profundo trabajo de Educación Física en la Escuela y la Comunidad, y que tienen como misión principal por un lado la formación de un ciudadano más sano y por otro de los deportistas de nivel superior que el país necesita, con una incidencia directa y creciente en los logros de la Cultura Física como Sistema.

El Instituto Nacional de Deporte Educación Física y Recreación de Cuba (INDER) ha trazado una estrategia deportiva hasta el año 2008 que prevé un grupo de lineamientos, objetivos y proyecciones para el trabajo investigativo muy bien definidas, dentro de las que se destaca como línea importante la **Selección de Talentos Deportivos**, ya que sin una adecuada selección y seguimiento de los niños que en estos momentos constituyen la reserva deportiva para los próximos Ciclos Olímpicos, no habría garantía para la continuidad histórica de los resonantes éxitos del movimiento deportivo cubano en estos certámenes.

El deporte moderno se caracteriza por un impetuoso crecimiento de los récords, una considerable intensificación de las cargas de entrenamiento y de competición, una aguda lucha de rivales iguales en fuerza. Para lograr altos resultados deportivos, a veces se necesitan de 8 a 10 años de prácticas intensivas. Con frecuencia el entrenamiento se acompaña de considerables sobrecargas sensoriales y fuertes sufrimientos emocionales. Lo que hace más compleja la selección y preparación de un deportista de categoría superior.

Un sistema de selección correctamente avalado permite que en una población determinada se seleccionen los mejores talentos, lo cual deviene no solo en mayores resultados sino también en una óptima utilización de los recursos materiales económicos, técnicos y también humanos. Con lo anterior, se evita que sean seleccionados niños y jóvenes que no reúnan los requisitos antropométricos, motores, psicológicos y técnicos para un deporte y que sus resultados al no ser satisfactorios le produzcan sensación de frustración y pérdida de tiempo. Es por ello, que se convierte en una necesidad importante dada las exigencias del deporte contemporáneo, que todo proceso se lleve a efecto conforme a principios y conocimientos científicos.

Este escenario competitivo de hoy, requiere en este sentido del:

- Perfeccionamiento de los sistemas de enseñanza de la Educación Física escolar y la consolidación de las habilidades motrices
- Estudio y esclarecimiento de la estructura del rendimiento para cada deporte
- Elaboración de cada vez mas precisos Programas de selección de posibles talentos

El movimiento deportivo cubano en todos sus órdenes, implica un desarrollo vertiginoso de los programas de selección de posibles talentos deportivos sobre la base del perfeccionamiento de los programas de la Educación Física escolar, fenómeno este fundamentado por una serie de indicadores socio - económicos del mundo actual y las tendencias de este Milenio del deporte de alta competición, Romero(2005). Esta gestión deportiva, la cual da respuesta a impactos sociales de desarrollo, imagen, reconocimiento y garantías de calidad de vida de la población cubana es un proceso científicamente encaminado en dirección al perfeccionamiento bio-psico-funcional del individuo con miras al alcance de logros deportivos de alta magnitud, este, trae consigo el perfeccionamiento



sistemático de los Sistemas de selección, Valoración de aptitudes y Selección de posibles talentos con cada vez mas alto grado de seguridad pedagógica en la emisión del **Diagnóstico de aptitud** para de esta forma disminuir costos logísticos del proceso de formación – educación.

La búsqueda del talento deportivo se muestra a través del más alto rendimiento deportivo en relación con un bajo nivel de desarrollo de las capacidades del rendimiento y un corto tiempo utilizado para la formación. Así, el talento deportivo alcanza con un mínimo de tiempo utilizado y un mínimo de nivel de desarrollo de las capacidades de rendimiento, el máximo de resultados competitivos (podemos mencionar como prueba de esto, a atletas como Javier Sotomayor, Ledis Frank Balceiro, Mireya Luis, Iván Pedroso y otros).

En lo organizativo el proceso de selección de talentos deportivos tenemos que verlo por etapas, las que en sentido general coinciden con Momentos de Detección de talentos y podemos identificarlas con los escalones de la estructura del Alto Rendimiento sin que esta afirmación niegue que puede darse el caso, en momentos determinados y muy específicos, en que no se correspondan.

- Iniciación
- Consolidación
- Perfeccionamiento
- Maestría o excelencia deportiva

Al profundizar en los aspectos antes señalados, así como en las posiciones teóricas planteadas, se desprenden fundamentos científicos que constituyen el diagnóstico de selección. **Observación, valoración de aptitudes y selección**, son tres componentes del proceso de selección de atletas para solucionar una situación determinada en una categoría deportiva, hasta el proceso de selección y de inicio al alto rendimiento.

* **Una primera etapa** de selección preliminar de niños y adolescentes que se les haya evaluado un potencial genético con un consecuente desarrollo físico a partir de los resultados de pruebas de eficiencia física evaluativas de los procesos desarrollados en las clases de educación física.

* **Una segunda etapa** de comprobación donde se manifiesten las potencialidades de su desarrollo y su status psicomotor en correspondencia con la modalidad deportiva seleccionada. Corresponde a la formación y desarrollo de los talentos detectados por sus cualidades y habilidades deportivas y que comienzan su desarrollo en una disciplina deportiva determinada.

* **Una tercera y cuarta etapas** donde la selección continúa con un estudio a fondo de las facultades deportivas ya en función de la obtención de altos performances.

Este proceso transcurre en estructuras ascendentes, bien organizadas y que se ha dado en llamar Pirámide del Alto Rendimiento. En cada uno de estos escalones corresponde desarrollar una etapa importante del proceso en función de las características del momento, de las posibilidades, de la estrategia a seguir, de los objetivos que se persiguen en cada lugar. El subsistema de formación y desarrollo aborda el proceso de superación, capacitación, actualización y reciclaje de todos los que de una u otra forma inciden en el proceso formativo integral del joven deportista, que transita por la preparación a corto, mediano y largo plazo, en correspondencia con las necesidades generales y específicas surgidas a partir de la misión del sistema, sus objetivos estratégicos, proyección y acciones a desarrollar. Siendo la Selección de Talentos un Sistema en constante perfeccionamiento.

ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE: SIGNIFICADOS E CONTEXTOS DAS PRÁTICAS DE ACTIVIDADE FÍSICA NO LAZER E SUA RELAÇÃO COM A SAÚDE

Jorge Mota
FCDEF-UP

Introdução

O papel fundamental da actividade física no conjunto de comportamentos favorecedores de um estilo de vida saudável resulta do corolário de um acervo informativo suficientemente importante nos levar a admitir que estilos de vida activos, em conjugação com outros comportamentos tidos por positivos, podem ser benéficos para a saúde (Pate et al., 1995).

Se o impacto positivo da actividade física sobre a saúde na idade adulta parece ser consistente, o reconhecimento das doenças crónico degenerativas, em geral, e das doenças cardiovasculares e obesidade, em particular, como doenças pediátricas (Raitakari et al., 1997), aumenta a sua importância no quadro preventivo da saúde pública.

Estes dados, entre outros levam, pois, à sugestão de que a actividade física regular possa reduzir os factores de risco nas crianças e adolescentes da mesma forma que nos adultos. Assume-se, assim, o desejo de transmissão de estilos de vida activos na juventude como meio de prevenção de um conjunto de factores de risco de diferentes patologias, bem como, ao aumento da qualidade de vida dos indivíduos (Sallis e Owen, 1999).

Actividade Física vs. Saúde

A quantificação da AF não está limitada ao conceito de dispêndio energético. O reconhecimento dos padrões de AF representa também uma importante forma de a quantificar. Nesta medida, o padrão de AF refere-se ao tipo, duração, frequência e intensidade da AF durante um período de tempo limitado (Bouchard et. al., 1993). Um dos grandes problemas colocados à investigação na área da actividade física com crianças e jovens reside na possibilidade objectiva de a quantificar e, portanto, apresentar linhas orientadoras válidas para os diferentes profissionais envolvidos no processo de promoção da saúde e, especialmente, da actividade física na população infanto-juvenil.

Na verdade, as possibilidades de promover benefícios para a saúde são considerados como um factor crítico nas crianças. O enquadramento, ou melhor, a definição da quantidade mínima de actividade física exigível



num contexto de melhoria da saúde é, porém, uma tarefa particularmente complexa e sensível. Este é um facto particularmente sensível porque os padrões de AF das crianças incluem episódios curtos e intensos que ocorrem de forma esporádica (Sallo e Silla, 1997; Santos et al., 2002). Além disso, a actividade espontânea das crianças mais jovens envolve grande diversidade de movimentos incluindo torções do tronco, pouco comuns entre adultos (Fairweather et al., 1999). Algumas ideias baseadas nos modelos propostos para adultos, mas posteriormente adaptados à especificidade infantil (*Children's Lifetime Physical Activity Model*), sugeriam que as crianças deveriam dispendir aproximadamente 6 a 8 Kcal/Kg/dia e não menos do que 3 a 4 Kcal/kg/dia. Estes valores corresponderiam a cerca de 1000 a 2000 Kcal por semana (Corbin et al., 1994; Corbin e Pangrazi, 1998).

No entanto tem sido aceites de uma forma crescente as recomendações produzidas a partir da Conferência "Consensus Conference on Physical Activity Guidelines for Adolescents" (Sallis e Patrick, 1994). Aqui, foram apresentadas linhas de orientação de actividade física para o escalão etário compreendido entre os 11 – 21 anos, fundamentando-se na pesquisa específica realizada para estas idades a respeito dos efeitos da actividade física. Mais recentemente Biddle et al., (1998) indicaram diferentes propostas para as crianças especialmente no que concerne ao aumento de 30 minutos para 1 hora o tempo dispendido em actividades moderadas por dia. De facto chegou-se à conclusão que a maior parte das crianças cumpria aquele primeiro desiderato. Esta classificação é extremamente pertinente e indispensável para o estudo em causa, pois as recomendações dos vários autores e organizações de saúde revelam a importância de um nível de intensidade de actividade física moderada para a criação de um estilo de vida activo, com benefícios claros para a saúde pública.

Alguns dados resultantes de estudos de intervenção demonstram o factor positivo da intervenção nos índices de actividade física moderada e intensa dos sujeitos da amostra e, por outro lado, que é no período extra-escolar que as crianças são aparentemente mais activas, o que nos leva a considerar a necessidade de concentrar as intervenções estratégicas neste período (Mota et al., 2002). Neste particular, a participação em programas organizados de actividade física promove uma atitude favorável dos participantes em relação ao exercício, favorecendo os seus níveis de actividade o que parece um factor decisivo neste domínio particular. De facto, embora os efeitos do exercício no tratamento da obesidade sejam modestos (Rowlands et al., 2000; Dietz, 2001) este parece ser fundamental na manutenção dos níveis de adiposidade após a perda de peso (Fulton et al., 2001).

Estas considerações sugerem-nos que a redução na prevalência da obesidade nas crianças e adolescentes está dependente da adopção de medidas integradas de saúde pública, que envolvam principalmente as escolas, mas também os organismos públicos ligados à área da saúde e do desporto e da actividade física. Estas medidas devem promover o uma acção conjugada de esforços visando uma diminuição do consumo energético, através do aumento da actividade física e da diminuição da ingestão calórica.

Conclusões

É necessário o aumento da consciencialização dos pais, escola e comunidade em geral, para a necessidade da criação de oportunidades de ocupação dos tempos livres. A promoção de actividades físicas simples, que se assumam e valorizem um estilo de vida activo, e a redução dos comportamentos sedentários, deverão ser atitudes encaradas como medidas de promoção de saúde e prevenção da doença.

Referências Bibliográficas

- 1) Cavill N, Biddle S, Sallis JF. Health enhancing physical activity for young people: statement of the United Kingdom expert consensus conference. *Ped Exerc Sci* 2001; 13: 12-25.
- 2) Dietz WH. The obesity epidemic in young children. Reduce television viewing and promote playing. *BMJ* 2001; 322: 313-4.
- 3) Fulton JE, McGuire MT, Caspersen CJ, Dietz WH. Interventions for weight loss and weight gain prevention among youth. *Sports Med* 2001; 31(3): 153-65.
- 4) Mota J, Ribeiro JC, Guerra S, Leandro C, Duarte J. Valores de referência da obesidade em crianças e adolescentes na área do Grande Porto. *Endocrinologia, Metabolismo e Nutrição* 2000; 9(5): 1-11.
- 5) Mota, J.; Ribeiro, J.C.; Santos, P.; Guerra, S.; Duarte, J.A, Rego, C. (2002a). Daily Physical Activity Patterns in Obese Children Engaged in a Physical Activity Program: A Pilot Study. *American Journal of Clinical Nutrition*. 75(2 Suppl.): 364S-365S.
- 6) Sardinha LB, Matos MG, Loureiro I. Promoção da saúde. Modelos e práticas de intervenção nos âmbitos da actividade física, nutrição e tabagismo. In: Sardinha, L.B.; Matos, M.G. & Loureiro, I. (Eds.). *Edições da Faculdade de Motricidade Humana*. Lisboa 1999.
- 7) Rowlands AV, Ingledew DK, Eston RG. The effect of type of physical activity on the relationship between body fatness and habitual physical activity in children: a meta-analysis. *Ann Hum Biol* 2000; 27(5): 479-97.

AVALIAÇÃO: UM DESAFIO CONTÍNUO PARA O INVESTIGADOR. UMA TAREFA DE MÁXIMA IMPORTÂNCIA PARA O PROFESSOR E O TREINADOR

José Maia, Rui Garganta, André Seabra
Laboratório de Cineantropometria e Estatística Aplicada
Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física
Universidade do Porto, Porto, Portugal
Email:jmaia@fcdef.up.pt

Esta intervenção parte da revisitação dos grandes propósitos da avaliação em contextos escolares e desportivos, normalmente a de cariz normativa e criterial. Depois de tratar da sua distinção e alcance distinto, centrará a sua atenção em 7 grandes domínios para os quais parte sempre de um exemplo concreto. Assim, 1º Trataremos em primeiro lugar do domínio da Educação Física e Desporto Escolar, abordando questões normativas e criteriosais, bem como a necessidade em construir tabelas e cartas de desempenho a partir da modelação



estatística de que o modelo LMS de Green e Cole é um exemplo de máxima importância.

2º De seguida abordaremos o tema da canalização e *tracking* do desempenho, para o qual construiremos, também, funções que pretendem ligar-se ao assunto fascinante da previsão. De salientar o uso de estatísticas que marcam diferentes facetas do *tracking* e sua relevância.

3º Nesta parte lidaremos com alguns aspectos dos perfis multidimensionais do atleta infante-juvenil, recorrendo à análise da função discriminante, bem como à transição percentilica para evidenciar diferenciais de resposta ao treino.

4º Aqui lidaremos com a análise de *clusters* para formar grupos de sujeitos cuja prontidão desportivo-motora evidencia similitude, bem como a classes latentes para descrever diferentes trajetórias de mudança quando a informação é de natureza longitudinal.

5º O esforço da modelação do desempenho de natureza escolar ou desportivo, com predictores invariantes ou não, bem como a presença de informação omissa é o próximo desafio. Uma ajuda de máxima preciosidade é oferecida pela modelação hierárquica ou multinível.

6º Neste ponto trataremos de efectuar a ligação, ainda que muito breve, de aspectos da monitorização da frequência cardíaca com exercícios do treino, trazendo esta informação ao espaço de intervenção do treinador, explicando-lhe o seu significado.

7º Finalmente abordaremos, de modo muito tangencial, alguns problemas da selecção de crianças e jovens, com base no desafio dos valores de corte, do seu significado, e da urgência em explorar alguns domínios da teoria da detecção do sinal, bem como das árvores de regressão.

Palavras-chave: avaliação, normativo, criterial, *tracking*, modelação, desempenho, educação física, desporto, longitudinal, resposta ao treino, selecção.

TENDÊNCIAS ATUAIS NA DETECÇÃO DE TALENTOS DESDE A PERSPECTIVA MULTIDIMENSIONAL

Prof. Dr. Juan J. Fernández Romero
(Universidade da Coruña, INEF Galicia-Es)

As elevadas exigências do desporto de competição na atualidade, nos servem de ponto de partida para o planeamento de um processo de detecção e seleção de possíveis talentos esportivos e do treinamento na etapa infantil e juvenil.

Este processo nos deve levar a identificar aqueles que apresentam potencialidades para chegar a obter um alto rendimento esportivo na idade adulta. Por outro lado, nos ajuda a concretizar os interesses e expectativas de um grande número de jovens que, iniciados no esporte por motivações externas e expectativas de êxito, podem chegar a abandonar a atividade.

Em definitiva, a seleção esportiva não é outra coisa que o processo onde se individualizam pessoas dotadas de talento e aptitudes favoráveis para o esporte, com a ajuda de métodos e testes cientificamente válidos.

O treinamento infante-juvenil se diferencia basicamente ao alto rendimento na medida em que possui principalmente função condicional com caráter prospectivo (Martín et al., 2005), pois, no começo do processo de treino as avaliações devem ser genéricas, saindo da excessiva especificidade de cada modalidade, visando o estudo completo e a revelação dos fatores que diferenciam um talento numa população.

A especialização deveria ocorrer o mais tarde possível, priorizando a formação global do jovem. Definir o processo de detecção de talentos como um processo sistemático implica reconhecer a existência de uma organização estruturada através de um modelo de fases e objetivos concretos.

Para a maioria dos autores consultados, existe uma relação diretamente proporcional entre o tempo de treino acumulado e que, independente das habilidades individuais, são necessários ao menos 10 anos de prática intensiva para adquirir as habilidades e experiência requerida para começar a ser um esportista dentro de qualquer contexto.

O esporte atual deve proporcionar uma base sólida de análise, controle e valoração do processo de ensino-aprendizagem e, mais tarde, do treinamento. A inexistência de um marco teórico capaz de descrever e explicar as relações de interação e hierarquia entre os diferentes componentes do rendimento esportivo, se faz necessário investigar todos e cada um dos aspectos implícitos no largo caminho da formação de um jogador.

Neste sentido, nosso estudo utiliza como prisma as correntes globalista e cognitivista-estruturalista por constituírem, em nossa opinião, como das mais adequadas no ensino-aprendizagem. Segundo Seirul-lo (1993) podemos considerar o jogador, como uma estrutura hipercomplexa, destacando a presença de estruturas básicas que formam o esportista: a estrutura condicional, a coordenativa e a cognitiva.

Este estudo, se centra na análise da estrutura condicional enfocada a detecção de talentos. A valoração da estrutura condicional consiste na avaliação objetiva das capacidades físicas que possui um sujeito para realizar uma tarefa esportiva (Rodríguez, 1999). Este autor elaborou um modelo de análise para o estudo da Estrutura Condicional baseando-se na análise de indicadores: os antecedentes desportivos (VAD), a estrutura somática ou cineantropométrica do esportista (VC) e de sua condição física (VCF). Estes elementos se integram em uma valoração **Multidimensional**. As variáveis que conformam o modelo multivariante correspondem a vários testes, que nos permite prever o nível de rendimento nas diferentes categorias de idade (Solanelas e Rodríguez, 1996) mediante uma análise estatística **Multivariante** que integra a todos e analisa o conjunto de indicadores desde um ponto de vista multidimensional e nos facilita elementos objetivos de seleção.

Foram realizadas diferentes investigações tanto em esportes individuais como de equipe: Tênis (Solanelas, 1994), Hockey sobre grama (Silla, 1998), Handebol masculino e feminino (Fernández, 2000 y Vila, 2002) e Natação (Saavedra, 2002).

O modo de exemplo apresenta a metodologia empregada num estudo com handebol. Participaram 105 jogadores de idades compreendidas entre 13 e 18 anos, a seleção foi realizada pela Federação Galega de



Handebol, entre os melhores jogadores de cada clube, estes jogadores foram agrupados em três categorias de idade: 13-14 (INF), 15-16 (CAD) e 17-18 (JUV).

A valoração multidimensional constou de 1) um questionário específico para analisar os antecedentes esportivos; 2) uma valoração cineantropométrica, (composição corporal, somatotipo, grau de maturação sexual; 3) Bateria Eurofit (Council of Europe, 1988) para valorar a condição física geral; 4) uma bateria de saltos (SJ, CMJ, e Abalakov). Para alcançar estes objetivos se realizou uma análise estatística multivariante denominada análise discriminante (inclusão por passos), entre os jogadores que foram *selecionados* e os *não selecionados*, por um comitê de expertos em handebol. Os critérios de inclusão foram a Lambda De Wilks, a estatística F, a correlação canônica e o percentual de jogadores classificados corretamente.

A capacidade preditiva do modelo multivariante indicou que cerca de 95 % dos jogadores foram classificados corretamente utilizando todas as variáveis. As variáveis que entraram no modelo preditivo utilizando a primeira função discriminante varia para cada categoria, ainda que o percentual de classificação decresça na maior categoria (JUV). As variáveis que entraram no modelo de análise multivariante com maior poder de predição foram as de condição física e cineantropométrica. A variável antecedente esportiva apareceu apenas na categoria JUV. Segundo os resultados, a melhor idade para a detecção de talentos baseada na avaliação multidisciplinar esta entre os 15-16 anos (categoria CAD), quando, provavelmente, fatores coordenativos e cognitivos começam a adquirir importância no rendimento em handebol.

Referências:

- 1) Council of Europe. (1988). *Committee for the Development of Sport: European Test of Physical Fitness*. Handbook for the Eurofit Test of Physical Fitness. Rome: Coni.
- 2) Fernández, J.J. (1999). Estructura condicional en los preseleccionados gallegos de diferentes categorías de formación en balonmano. Tesis doctoral. Universidad de A Coruña.
- 3) Fernández, J. J., Rodríguez, F., Vázquez, R., Vila, H. y López, P. (2001). Multidimensional evaluation of young handball players: discriminant analysis applied to talent selection. 6º Annual Congress of the European College of Sport Science. Cologne. Germany.
- 4) Martín, D., Nicolaus, J., Ostrowski, C. y Rost, K (2004). *Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- 5) Rodríguez, F. A. (1999). Bases metodológicas de la valoración funcional. Ergometria. En González, J. J y , Villegas, J. A (Coord.), *Valoración del deportista: aspectos biomédicos y funcionales*. Monografías FEMEDE (nº 6, pp. 229-271). Pamplona: Federación Española de Medicina del Deporte.
- 6) Saavedra, J.M. (2002). *Valoración multidimensional y rendimiento en nadadores jóvenes de nivel nacional*. Tesis doctoral. Universidad de A Coruña.
- 7) Seirulo-lo, F. (1993). *Preparación física aplicada a los deportes colectivos: Balonmano*. A Coruña: Ediciones Lea.
- 8) Silla, D. (1998). *Capacidad física y valoración funcional del jugador de Hockey Hierba*. Tesis doctoral. Universidad de Barcelona.
- 9) Solanellas, F. (1994). *Valoración funcional de tenistas de diferentes categorías*. Tesis doctoral. Universidad de Barcelona.
- 10) Solanellas, F., y Rodríguez, F. A. (1996). *Multidisciplinary evaluation and performance prediction of tennis players of different age and sex categories* (pp. 345-349). First Annual Congress of the European College of Sport Science. Nice, France.
- 11) Vila, Mª. H. (2002). *Estructura condicional en las preseleccionadas gallegas de diferentes categorías de formación en balonmano*. Tesis doctoral. Universidad de A Coruña.

TREINO DE JOVENS: ENTRE A INICIAÇÃO E A EXCELÊNCIA DESPORTIVA

Júlio Garganta

Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física

Universidade do Porto, Portugal

Os primeiros contactos que são proporcionados aos jovens parecem ser decisivos para a sua continuidade e êxito pessoal na modalidade desportiva que elegeram. Torna-se por isso necessário enfatizar a importância do desenvolvimento das bases de uma formação desportiva em que treino e competição devem situar-se num quadro de respeito pela educação e desenvolvimento dos praticantes.

No desporto de alto rendimento a competição constitui o quadro de referência para a organização do treino; no treino de jovens ela deve constituir uma extensão e complemento do treino. Diríamos que enquanto no desporto de alta competição se treina para competir, no desporto de crianças e jovens compete-se para treinar.

O enquadramento desta problemática suscita algumas questões de fundo:

- Que razões levam um jovem a envolver-se na prática desportiva?
- Quais os problemas mais relevantes no contexto da iniciação desportiva?
- Que tipo(s) de formação desportiva importa perseguir no treino de crianças e jovens?

Na sua actividade quotidiana, o treinador procura desenvolver nos jovens, atitudes consideradas positivas. O problema central que se coloca é o de se saber como viabilizar uma formação eficaz, baseada na compreensão e na harmonização das capacidades e das habilidades, com o intuito de dar resposta às diferentes actividades que se perfilam.

Como tal, o treino consiste num processo de aquisição de um repertório de atitudes, considerando



vários planos de intervenção e de expressão. Treina-se para se ser melhor do que já se era, fazendo do aperfeiçoamento uma forma de estar. Por isso, ao treinador compete formar e capacitar os jovens, no respeito pela tríade: *saber, saber fazer, saber estar*.

Contudo, não raramente somos confrontados com um inventário de "desvios" perpetrados na formação de crianças e jovens:

- ✓ Recurso a métodos convencionais para ensino das técnicas, em detrimento do ensino das actividades baseado na sua compreensão.
- ✓ Programação do treino realizada apenas em função das competições, sem ter em consideração o calendário escolar dos jovens (férias, paragens, períodos de testes, ...).
- ✓ Quadros competitivos desajustados, colocando em confronto adversários de nível muito diferente, e com longas interrupções sem actividade competitiva para as equipas eliminadas.
- ✓ Repetição excessiva de exercícios e rotinas, tornando o treino monótono, cansativo e desmotivante.
- ✓ Carência de correcções atempadas e pertinentes, durante a execução dos exercícios.
- ✓ Desconhecimento das repercussões adaptativas dos exercícios ministrados.
- ✓ Especialização precoce de funções, habitualmente realizada em função das características morfofuncionais dos jovens e não dos imperativos multilaterais da formação.
- ✓ Responsabilização excessiva e repressão do erro, desencorajando a tentativa e a descoberta.

A eficácia da formação decorre da justeza da *comunicação*, a vários níveis, pelo que, para cumprir a sua função, o treino de jovens deve fundar-se em pilares estruturantes, dos quais se salientam o praticante, o treinador, os pais, o clube e a escola.

Para além das concepções preconizadas e das metodologias adoptadas, a busca do prazer pelo treino e pela competição deve ser uma preocupação da qual o formador não deve abdicar, sob pena de ver comprometida a continuidade dos jovens nas modalidades desportiva que lhes são caras. De facto, o treinador de jovens deve transmitir-lhes a paixão pela competição e ensinar-lhes o gosto pelo treino, pela superação, pelo aperfeiçoamento, sem que se confunda prazer ou motivação com ausência de princípios orientadores, ou com prática pouco responsável e não dirigida.

As sementes devem lançar-se com a terra mole, ainda pronta a recebê-las. Por isso as aprendizagens importantes são feitas na infância e na adolescência, resultando claro que o processo de formação deve ser perspectivado, na história da vida desportiva de cada atleta, como um episódio fundamental.

Muitos técnicos desportivos, dirigentes, pais e professores, conhecem de há muito o discurso politicamente correcto, mas são bem menos os que desse discurso fazem prática.

Será que permanecemos prisioneiros do "complexo de Procusto"? Diz a lenda que Procusto, personagem da mitologia grega, construiu em sua casa um leito de ferro para o qual atraía os viajantes. Uma vez instalados, se o corpo não se adaptava ao tamanho da cama ele cortava-lhe partes ou esticava-o, para que coubesse à medida!

A ÉTICA DA EXCELÊNCIA (ARETÉ) COMO FUNDAMENTO DO TREINAMENTO ESPORTIVO PARA CRIANÇAS E JOVENS

Lamartine Da Costa, UGF

Rio de Janeiro

A competição esportiva para crianças e jovens como também o respectivo treinamento em busca de melhor rendimento, tanto quanto a seleção de talentos esportivos infantis e juvenis, resultam numa questão ética recorrente em termos educacionais e sociais. E, por pressuposto do presente exercício filosófico, trata-se de um dilema ético pois que o certo e o errado das ações esportivas específicas a este caso apresentam-se em permanente conflito com as consequências benéficas e maléficas da intervenção esportiva *per se*. Em suma, a competição esportiva infanto-juvenil e seus atos subsidiários, têm evidente valor pedagógico – pertencendo até mesmo à tradição ocidental da educação, segundo herança da Grécia Antiga – mas oferecem também o risco da legitimação individual e grupal do comportamento socialmente nocivo e de qualquer outro meio viciado para alcançar resultados vantajosos.

Ao examinar em obra recente, a questão da competição atlética desde o passado grego (*In DaCosta, LP, "Olympic Studies", Editora UGF – Rio de Janeiro / AAFLA – Los Angeles, 2002, pp. 27 – 38*), abordei a contradição inerente ao esporte ao se apontar sua convivência histórica com a corrupção e simultaneamente com a notável capacidade de construir virtudes. Para esta harmonia de sentidos contrários usei a interpretação de Aristóteles que designou este tipo de argumentação paradoxal com a expressão *aporia*, isto é, perplexidade cognitiva de declarações em oposição. O próprio Pierre de Coubertin – restaurador dos Jogos Olímpicos, na era moderna – desenvolveu um comportamento aporético ao glorificar o esporte de alta competição e ao criticá-lo como corrompido em 1937, pouco antes de seu falecimento.

Em resumo, o esporte de competição tem seguido o rumo do bem ou do mal, dependendo de quem dirige e o pratica, em qualquer tempo e lugar. É a *aporia* do esporte em termos do filosofar ético, torna-se então um dilema pois a competição esportiva exige ações para que se efetue, além do conhecimento que lhe dá suporte e significado. Na categoria filosófica da ação, portanto, reside em tese o nexo principal do debate ético sobre competição esportiva para crianças e jovens. Importa destacar, neste contexto, que a vida moderna além do esporte de alta competição, apresenta *aporias* típicas como a contradição de se estimular a expansão da tecnologia e simultaneamente a proteção da natureza, cujas ameaças são originárias dos instrumentos tecnológicos. Sem embargo, os casos de desvirtuamento ético da competição esportiva – em geral ou referidos a crianças e jovens – podem ser em princípio atribuídos à atual sociedade instrumental, embora este modo de vida também prestigie a educação e a ética.



Na presente contribuição pretendo dar continuação ao estudo citado de 2002, explorando o caminho da ação que no esporte competitivo comporta a intervenção dos dirigentes e pedagogos do treinamento no sentido da excelência. De fato, a busca da excelência pode ser um meio de dissolver a aporia ora em evidência, seguindo os passos de Aristóteles. Este filósofo seminal antecipou o uso de uma categoria de maior relevância no trato dos termos e argumentos em contradição a fim de se eliminar dilemas insolúveis. A excelência, para o caso em questão, abrange, justifica e dá significado dominante à ambivalência do esporte de alto nível como outrossim aos competidores infanto-juvenis. Na Grécia Antiga, Sócrates, Platão e Aristóteles mostraram-se obcecados pela tradição cultural do *Areté* (virtude, conhecimento, realização humana, excelência) no âmbito da civilização a qual pertenciam. Esta busca permanente da excelência no saber e no fazer em meio a conflitos e dificuldades envolvia naturalmente as competições atléticas dos gregos clássicos porque o *Areté* era conceituado como uma medida de valor humano em relação a efetividade das ações, algo tipificado pela figura do atleta.

Assim disposto, o *areté* dos antigos gregos operava como o *ethos* da competição atlética, uma relação ética que também tem se revelado freqüentemente no esporte moderno, embora por significados distintos. Neste particular, a busca da excelência na competição esportiva para crianças e jovens é um fundamento pouco relacionado com a ambigüidade, deslocando portanto o problematização ética para o comportamento dos agentes de ação, isto é, dos treinadores e gestores do esporte infanto-juvenil. Esta focalização sugere em última análise, que um horizonte mínimo de aperfeiçoamento do esporte para grupos etários de menor idade consiste num código de ética próprio – e outras posturas e dispositivos similares – para seus líderes responsáveis em complemento às exigências educacionais e sociais. Tal solução de sentido aristotélico implica na recusa da eliminação do instrumento (competição, treinamento e seleção de talentos) em favor da identificação e aperfeiçoamento da responsabilidade social dos agentes de intervenção junto ao grupo de esportistas infanto-juvenil.

PROJETO DESCOBERTA DO TALENTO ESPORTIVO. UMA PROPOSTA PARA IDENTIFICAÇÃO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM NÍVEIS SUPERIORES DE DESEMPENHO MOTOR.

Adroaldo Gaya

Introdução

Nas diversas áreas das atividades intelectuais, artísticas, profissionais e esportivas a preocupação com a identificação e seleção de sujeitos com elevado nível de desempenho ocupam estatuto privilegiado. Identificar crianças, jovens e adultos portadores de aptidões superiores em diferentes domínios tem se constituído em objeto de estudo científico nos mais variados campos disciplinares. Nas ciências do esporte, do mesmo modo, tais preocupações são relevantes e constituem-se provavelmente numa das áreas mais complexas e árduas de investigação.

O objetivo deste estudo é o de discorrer sobre conceitos, pressupostos e procedimentos inerentes a prospecção de crianças e adolescentes com níveis superiores de desempenho motor, procedimentos que dão suporte ao projeto Descoberta do Talento Esportivo da Secretaria Nacional de Esporte de Alto-rendimento do Ministério do Esporte do Governo brasileiro.

Trataremos especificamente dos seguintes tópicos:

1. O significado genérico da expressão talento e as particularidades da expressão talento esportivo;
2. As bases metodológicas para a detecção de talentos motores inerentes ao Projeto Esporte Brasil e ao Projeto Descoberto do Talento Esportivo.

O significado genérico da expressão talento e a definição operacional de talento esportivo

Do ponto de vista etimológico, conforme o Novo Dicionário Aurélio (p. 1348), a expressão origina-se do latim *talentu* e do grego *tálanon* e refere-se a uma medida de peso e uma moeda corrente na antiguidade. Decorrente de sua evolução semântica a expressão talento consagrou-se como aptidão natural ou adquirida. No Dicionário de Língua Portuguesa Contemporânea (2001) significa aptidão digna de nota, natural ou adquirida, física ou intelectual para o desempenho ou exercício de uma ocupação. Significa a expressão de algo raro e valioso no domínio intelectual ou artístico (Maia, 1996).

No âmbito das práticas esportivas muitas definições operacionais de talento são sugeridas. Todavia, tendo em vista os pressupostos que subsidiam o Projeto Descoberta do Talento Esportivo, bem como o Projeto Esporte Brasil, adotamos a definição proposta por Borms (1997). Um talento pode ser definido como um indivíduo que, num determinado estágio de desenvolvimento, dispõe de certas características somáticas, funcionais, psicológicas e de envolvimento social que o capacita, com grande probabilidade de acerto, para altas performances em determinadas disciplinas esportivas.

Portanto, pode-se identificar um talento esportivo como um indivíduo atípico no seio de uma população por apresentar duas principais qualidades: (a) capacidade de apresentar desempenho superior num conjunto de habilidades e capacidades e; (b) capacidade de manter uma elevada estabilidade nestas habilidades de desempenho superior.

O Projeto Esporte Brasil e o Projeto da Descoberta do Talento Esportivo

A partir da necessidade de identificar jovens capazes de apresentar desempenho superior num conjunto de habilidades motoras e proporcionar-lhe a oportunidade de ter acesso ao sistema esportivo nacional, o Ministério do Esporte através da Secretaria Nacional do Esporte de Rendimento incumbiu a Rede Cenesp a tarefa de desenvolver um programa capaz de efetivar um plano de avaliação nacional capaz de atingir a todas as regiões do país. Entretanto, como a Rede CENESP já mantinha um projeto de avaliação nacional de crianças e adolescentes voltado para o monitoramento do crescimento e desenvolvimento somatomotor de escolares, O Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR), o Projeto Descoberta do Talento Esportivo foi associado ao PROESP e, desta forma,



constitui-se um sistema de avaliação nacional capaz de atingir todos os estratos da população infantojuvenil brasileira no que se refere a aptidão física relacionada à saúde, a aptidão física relacionada ao rendimento esportivo e a detecção de prováveis talentos esportivos.

O PROESP-BR é um sistema de avaliação que se desenvolve prioritariamente no âmbito da educação física escolar e tem por objetivo geral delinear o perfil somatomotor e dos fatores de desempenho motor em crianças e adolescentes na faixa etária entre 7 a 17 anos, tendo em vista constituir indicadores para a proposição de políticas de educação física e esportes para a população brasileira. Neste contexto o PROESP-BR tem como principais linhas de ação: (1) Sugerir instrumental de avaliação das capacidades somatomotoras capaz de viabilizar sua aplicação em todo o território nacional; e (2) Constituir uma rede de informações e um banco de dados nacional.

Estas linhas de ação todavia são viabilizadas a partir de duas exigências: (1) a necessidade de que o instrumentos de medidas e testes, para além de atender os critérios de validade, fidedignidade e objetividade, sejam de muito fácil aplicação e de muito baixo custo financeiro e, (2) a necessidade de constituir uma rede de informações e de comunicação de fácil acesso e operacionalidade para permitir participação de professores de educação física de todo o país no sentido da consolidação de um banco de dados nacional sobre parâmetros somatomotores.

A Bateria de medidas e avaliação do PROESP-BR

Medida e testes de aptidão física utilizadas pela Bateria PROESP- BR

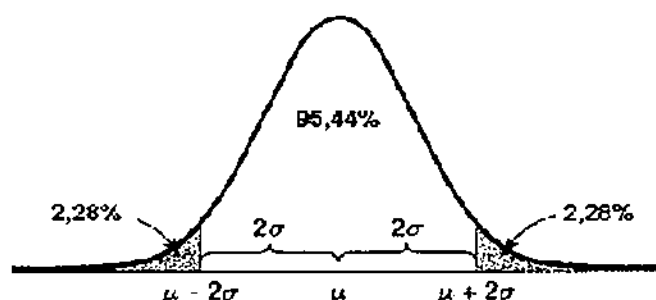
Variáveis	Medidas e Testes	Area de Intervenção
Massa Corporal (Peso)	Balança	Relacionada a saúde
Estatura	Estadiômetro ou trena métrica	Relacionada ao desemp. motor
Envergadura	Trena métrica	Relacionada ao desemp. motor
Índice de Massa Corporal (IMC)		Relacionada à saúde
Flexibilidade	Sentar -e - alcançar	Relacionado à saúde
Força/Resistência Abdominal	Exercício Abdominal	Relacionado à saúde
Força de Membros Inferiores	Salto em distância horizontal	Relacionada ao desemp. motor
Força de Membros Superiores	Arremesso do Medicineball	Relacionada ao desemp. motor
Agilidade	Quadrado	Relacionada ao desemp. motor
Velocidade	20 metros	Relacionada ao desemp. motor
Resistência aeróbia	Correr/andar 9 minutos e "vai-e- vem"	Relacionada à saúde

Site PROESP-BR

O Projeto Descoberta do Talento Esportivo

A partir do banco de dados do PROESP-BR constituiu-se o Banco de Talentos Esportivos. O Banco dos Talentos foi desenvolvido a partir de uma interpretação reduzida do conceito da expressão talento esportivos referenciados na introdução deste artigo: *Um talento pode ser definido como um indivíduo que, num determinado estágio de desenvolvimento, dispõe de certas características somáticas, funcionais que o capacita, com grande probabilidade de acerto, para altas performances em determinadas disciplinas esportivas.* Enfim, trata-se de identificar crianças e adolescentes de desempenho superior ou atípico no seio da população.

O significado de desempenho superior ou atípico conduz, conforme nossa perspectiva de análise, aos quadros conceituais da estatística. O conceito de superior ou atípico é decorrente do conceito estatístico de normalidade. Normalidade objetivamente significa a probabilidade de ocorrência de um fenômeno de acordo com a curva normal ou curva de Gauss.





Considerando a curva de Gauss atribui-se como normal os valores referentes a uma certa característica populacional que ocorre com maior frequência e com maior regularidade. No Projeto Descoberta do Talento Esportivo, acompanhando a proposta do Programa Nacional de Identificação e Desenvolvimento de Talentos Esportivos (Talent Search Program) do Instituto Australiano de Esportes (Australian Institute of Sport, s.d.) classificamos como indivíduos de desempenho superior ou atípicos os que situam-se além de dois desvios padrão da média.

Assim, para identificarmos um talento é necessário situá-lo no seio de sua população e, mais que isso, verificar se ele está situado além do percentil 98. A medida usual para a localização de um determinado indivíduo no âmbito de sua população de origem é o Escore Z.

$$Z = (X - M) / s$$

X = valor obtido numa determinada variável

M = média da população

s = Desvio padrão

O Escore Z é um escore padrão de média zero e o desvio padrão 1. É, portanto, uma medida relacionada ao desvio padrão que nos permite numericamente situar em que espaço da curva de Gauss situa-se determinado indivíduo. Considerando este padrão de análise numa distribuição normal o sujeito de desempenho superior está localizado acima de dois desvios padrão ou 2Z (o que corresponde aproximadamente ao percentil 98 de uma população com distribuição normal). A utilização do escore Z é adequada na medida em que permite compararmos indicadores de desempenho em unidades diferentes (velocidade, força, resistência, etc.).

Assim, constituímos a primeira estratégia para compor o Banco de Talentos Esportivos. Ou seja, identificamos e selecionamos do banco de dados PROESP-BR crianças e adolescentes que num ou mais testes da Bateria PROESP-BR alcancem resultados superiores ao percentil 98 em relação a sua idade e sexo. Dito operacionalmente, um software elaborado pelo setor de informática do Ministério do Esporte acessa diariamente o Banco PROESP-BR e dele seleciona crianças e adolescentes com índices superiores de desempenho motor que vão compor o Banco de Talentos Esportivos.

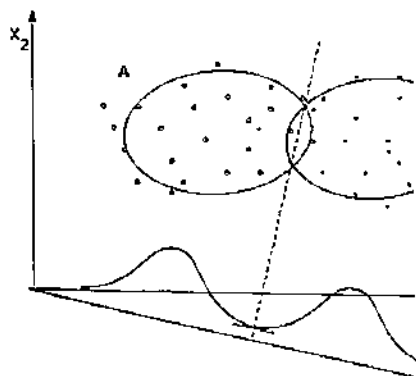
Todavia, esta é apenas uma das estratégias. Há outra mais sofisticada sobre o aspecto metodológico e que permite identificarmos talentos relacionando-os algumas modalidades esportivas específicas. Denominamos esta estratégia de Modelagem do Desempenho Esportivo

A Modelagem do Desempenho Esportivo requer dois procedimentos: (1) A avaliação e análise de atletas em formação em diferentes faixas etárias, em diferentes modalidades esportivas. No Projeto Descoberta do Talento Esportivo utilizamos como referência os atletas de desempenho elevado em competições nacionais tais como Jogos da Juventude e Jogos Escolares Brasileiros. Esses atletas de elevado rendimento são avaliados através de conjunto de medidas e testes, sendo que entre estas medidas e testes encontram-se os mesmos aplicados aos escolares. Portanto, a composição de um perfil por modalidade esportiva nestas medidas e testes compartilhados entre atletas e escolares, nos permite identificar no interior da população de escolares aqueles sujeitos em que o perfil somatomotor se aproxima ao perfil exigido para uma determinada prática esportiva.

Entretanto, é importante salientar que este perfil por modalidade esportiva é construído a partir de modelos estatísticos multivariados capazes de maximizar diferenças entre grupos de atletas e escolares e, principalmente, que respeitem o conceito multifatorial da aptidão esportiva. Assim, optamos pela utilização da análise da função discriminante.

A análise da função discriminante serve para distinguir grupos entre si. O analista seleciona um conjunto de características para as quais espera que os grupos apresentem diferenças significativas (Reis, 1997). Exemplo: vamos supor que a figura abaixo sugere dois grupos Atletas (A) e Escolares (B) caracterizados por duas variáveis independentes Peso (X1) e Estatura (X2). A função discriminante Y resulta da combinação linear destas variáveis. As elipses em volta dos pontos contêm uma proporção definida, que representam o intervalo de confiança (por exemplo 95%). A linha reta pontilhada definida a partir dos pontos de encontro dessas duas elipses, uma vez projetada sobre o eixo Y dá-nos um ponto de demarcação (ponto de corte) que será utilizado para classificar novos indivíduos. E, ainda sobre o eixo Y projetam-se as probabilidades de um sujeito pertencer a algum dos grupos.

Figura 2. Função discriminante para dois grupo





Grupo de Atletas

Grupo de Escolares

Total da amostra bem classificada = 96

Fonte: Projeto Brasil Esporte/Rede CENESP

Por fim nos resta anunciar que o Banco de Talentos Esportivos sugere modelos para futsal masculino, basquete, volei e handebol, masculino e feminino e grupos de provas de atletismo como provas de saltos, arremessos, corridas de velocidade e de resistência.

Nossa expectativa é que num futuro próximo o acompanhamento de atletas jovens e de potenciais talentos esportivos nos permita aperfeiçoar nossos modelos heurísticos e, dessa forma, nos aproximar, passa a passo, de modelos isomórficos passíveis de se constituírem em instrumentos valiosos na ótica dos programas de detecção do talento esportivo. Mas sempre com a clara percepção das limitações de um programa

Em forma de conclusão

Preocupamo-nos neste ensaio em externar algumas de nossas idéias e estratégias que, entendemos, possam colaborar efetivamente com a prática esportiva de rendimento em nosso país. Salientamos, da mesma forma que muitas dessas idéias estão em curso no Projeto Esporte Brasil e no Projeto Descoberta do Talento Esportivo que desenvolvemos junto ao Centro de Excelência Esportiva da UFRGS e a Rede CENESP. Todavia, temos clareza que o esporte de rendimento embora sua relevância social, representa uma prática restrita a um conjunto muito pequeno de crianças e jovens. Investigações em países de ponta no esporte de alto rendimento sugerem que a proporção de jovens que se consagram como talentos esportivos, ou seja, atletas que atingem equipes nacionais em competições de alta exigência esportiva correspondem a 1/10000 das crianças que iniciam suas práticas esportivas na infância. Portanto, outras tantas idéias compartilhadas com nossos companheiro de trabalho no âmbito do esporte de lazer, esporte escolar e esporte para populações especiais expressam nossa intenção de ver consolidado uma política de educação e esporte para crianças e jovens que subsidie estratégias capazes de tornar o esporte uma prática verdadeiramente democrática, onde o acesso não esteja bloqueado por qualquer barreira discriminatória. Temos a clareza que muitos óbices devem ser ultrapassados, mas, da mesma forma, contamos com o empenhamento, a dedicação e a vontade de todos aqueles que tem no esporte sua principal atividade. Aqueles que realmente amam o esporte na sua pluralidade de sentidos e formas. Professores, pesquisadores, dirigentes e atletas, todos somos responsáveis pelo desenvolvimento do esporte em nosso país. Da mesma forma desejamos que os órgãos do esporte brasileiro (O Ministério do Esporte, O Comitê Olímpico Brasileiro, as confederações e federações, os clubes esportivos, os organismos dos estados e municípios, enfim todos os agentes da comunidade esportivas) estejam sensibilizados e motivados para mudar a face do esporte brasileiro. Esta é uma tarefa coletiva que devemos com urgência torná-la realidade.

Referências

- 1) BLOOM, B.S. Stability and Change in Human Characteristics. John Wiley &, Inc. New York. 1964.
- 2) BÖHME, M. T. S., Talento esportivo. In: Gaya, A.; Marques A. Tani, G. (eds) Desporto para Crianças e Jovens – Razões e Finalidades. Publicação Conjunta da Universidade do Porto – Portugal, Universidade Federal do Rio Grande do Sul – Brasil e Universidade de São Paulo – Brasil (no prelo).
- 3) BORMS, J. Early identification and Sport Talent. A Kinanthropometric view. An Inventational paper presented at the International Symposium of Science and Technology in Sports. Porto Alegre, 1997.
- 4) GAYA, A. Projeto Esporte Brasil. CENESP/UFRGS, Secretaria Nacional de Esportes, Ministério do Esporte e Turismo, 2001. Disponível em: <www.ufrgs.br/esef/proesp-br>
- 5) MAIA, J.A.R. Abordagem Antropobiológica da Seleção em Desporto: Estudo multivariado de indicadores bio-sociais da seleção em andebolistas dos dois sexos dos 13 aos 16 anos de idade. Tese de Doutorado em Ciências do Desporto. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. Universidade do Porto. 1993.
- 6) MAIA, J.A.R. Genética e Práticas Desportivo-Motoras. Actas do Seminário. 2001
- 7) MAIA, J.A.R. O Prognóstico do Desempenho do Talento Esportivo: Uma Análise Crítica. Revista Paulista de Educação Física, 10 (2), p. 179 – 193, 1996.
- 8) REIS, E. Estatística Multivariada Aplicada. Ed. Sílabo, Ltda, Lisboa, novembro de 1997.



ESPORTE PARA CRIANÇAS - TEMAS ÉTICOS

*Jim Parry, Faculdade de Filosofia, Universidade de Leeds, Reino Unido
Alberto Reinaldo Reppold Filho, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil*

Introdução

Este trabalho procura demonstrar como o interesse em desenvolver uma compreensão ética do esporte está de acordo com a visão da criança como um agente moral em desenvolvimento.

1. O Conceito da Criança

A criança não deveria ser vista e tratada como um mini-adulto, mas como uma pessoa com características e necessidades específicas que derivam do seu *status* como criança. Assim precisamos explorar os conceitos de "criança" e "infância" não apenas por motivo de clareza, mas também porque a análise faz-se esclarecedora como base para nossa caracterização do peculiar *status* moral das crianças e da atribuição de características moralmente relevantes a elas.

2. Dominação dos adultos e os Direitos das Crianças

O esporte praticado pelas crianças é organizado e controlado por adultos que criam condições sob as quais a dominação e a exploração podem prosperar. Isto é especialmente verdade dado o nível de confiança outorgado aos adultos pelas crianças. Há perigos morais óbvios aqui, uma vez que o poder do adulto é expresso de muitas maneiras, por duas suposições que estão em tensão:

- a suposição que as crianças são mini-adultos – uma vez que algumas crianças competem em níveis muito elevados, pode existir a expectativa de que suportem certas situações e emoções da mesma forma que os adultos fazem.
- a suposição que as crianças não têm condições de tomar decisões por elas mesmas – tão logo os adultos estão envolvidos, eles tendem a exercer influência e controlar completamente a situação.

Dadas estas preocupações, é importante que os direitos das crianças sejam estabelecidos e implementados. Nossa análise do conceito de "criança" produz um conjunto de direitos, alguns dos quais são compartilhados com adultos, mas outros específicos às crianças.

Alguns têm criticado tais afirmações, utilizando a linguagem dos "direitos", porque são freqüentemente apresentadas sem justificação como um conjunto de reivindicações ou demandas, mas também é possível expressar estas preocupações pela linguagem do bem-estar e dos deveres e responsabilidades dos adultos. Dois deveres primários para com os outros são: não-maleficência (não provocar danos) e benevolência (fazer o que traz benefícios). Podemos aplicá-los ao esporte para crianças, chamando atenção para os perigos a ele relacionados (buscando evitá-los) e reconhecendo seus benefícios (tentando promovê-los).

3. Instrumentalização e Valores do Esporte

Descrevemos os benefícios do esporte de modo intrínseco e extrínseco. Enfatizamos as satisfações internas e os valores intrínsecos da atividade como também os benefícios físicos, sociais e psicológicos que a participação e o sucesso podem trazer.

Porém, há muitos modos nos quais a participação de crianças no esporte pode ser usada instrumentalmente para os interesses de outros. Já temos notícia do fenômeno do rendimento por procuração, no qual as crianças são veículos da ambição dos adultos. Entretanto, há outras motivações instrumentais que podem conduzir a uma contradição entre a participação da criança e os supostos benefícios.

Na medida que temos deveres com as crianças em relação ao seu desenvolvimento e, especialmente, em relação ao seu desenvolvimento moral, o esporte para crianças deveria ser guiado primeiramente e primordialmente por valores intrínsecos e éticos: para educação, não apenas treinamento; objetivando desenvolvimento, não exploração; autonomia, em lugar de controle. Isto significa que queremos que nossos estudantes venham a saber, entender e apreciar aquilo que o esporte tem a oferecer, mas também de participar dele de modo a mantê-lo como uma prática ética.

Seguem dois exemplos, retirados de preocupações contemporâneas sobre violência e doping.

4. Violência e Agressão

Embora reconhecendo que todos os esportes requerem disposição de vencer e um certo nível de agressividade, na maioria deles a violência não é aceita. O esporte de crianças deveria enfatizar as virtudes de disciplina e autocontrole. A educação para não-violência contribui para preservar o esporte como uma prática ética. O esporte é uma questão de competição, mas não necessariamente conflito, uma busca pela excelência, mas dentro de limites fixados pelo respeito ao oponente e num contexto de amizade e tolerância pacífica.

5. Doping e Burla

A razão principal do *doping* ser errado não é porque pode causar dano, ou porque é ilegal ou não-natural, mas porque quebra com um acordo pré-competição. Os atletas preparam-se e competem com uma compreensão mais ou menos precisa das regras. Qualquer tentativa de evadir estas regras para tirar vantagem é burlar. É uma tentativa de subverter a própria base na qual a atividade é possível; é subverter a base lógica e moral de toda a prática social do esporte. O *doping* no esporte deveria ser encarado especialmente como um tipo de burla, e todos os tipos de burla deveriam ser mostrados como autoderrota, uma vez que desrespeitam (e minam) a prática do esporte.

É importante chamar atenção que muitos dos argumentos contra violência e *doping* no esporte não atingem o ponto central: que a ética no esporte para crianças começa com uma apreciação da própria base ética do esporte e com o compromisso de manter a prática esportiva como um empreendimento ético. Isto é o que deve ser ensinado primordialmente e em primeiro lugar em seus dois aspectos: o aspecto negativo, nos ordena a não levar o esporte que praticamos à infâmia e, o aspecto positivo, nos ordena a mostrar respeito pelo esporte apoiando seus valores intrínsecos e respeito pelos co-participantes que compartilham os valores que nos fizeram engajar na atividade.



VISÃO DA CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE HANDEBOL

Manoel Luiz de Oliveira

Presidente CBHb

Para que possa ser compreendida a VISÃO que nossa entidade tem a respeito do "Treinamento de Crianças e Jovens", faz-se necessário relatar aqui as ações contempladas no **Planejamento Estratégico da Confederação Brasileira de Handebol** para o ciclo 2005 – 2008, que já estão sendo desenvolvidas e operacionalizadas nesta direção:

- Encontro Nacional de Professores de Handebol das Instituições de Ensino Superior Brasileiras;
- Implementação da Escola Nacional de Técnicos;
- Formação e reciclagem de professores;
- Estágios de capacitação para atletas, técnicos e dirigentes;
- Intercâmbio e produção científica;
- Gestão para inclusão de jovens atletas no programa do Governo Federal "Bolsa-Atleta";
- Convênios para a criação de núcleos de mini-handebol;
- Capacitação de multiplicadores para desenvolvimento das atividades de mini-handebol;
- Desenvolvimento do Projeto Caça-Talentos;
- Gestão junto aos Ministérios pertinentes para inclusão do Handebol nos seus programas sociais;
- Promoção da melhoria da qualidade de vida através da prática sistematizada do Handebol.

Com base na **Missão da CBHb**:

"Alcançar a excelência do Handebol, promover o desenvolvimento econômico sustentável, democratizar sua prática em todos os níveis e proporcionar a melhoria da qualidade de vida",

... e, ainda, de acordo com sua **Política da Qualidade**:

"Atender nossos clientes com a máxima eficiência e atrair novos adeptos para a modalidade, através da promoção e divulgação do esporte, oferta de novos produtos, otimização das atividades administrativas, técnicas e operacionais e desenvolvimento de ações contínuas de aperfeiçoamento profissional",

...além de tomar por base o Capítulo 1 do **Estatuto da CBHb** que trata da Entidade e seus fins, em seu artigo 4º, alínea a (*"Administrar, dirigir, controlar, difundir e incentivar em todo o país a prática do Handebol em todos os níveis"*) e alínea h (*"Promover e fomentar a prática do Handebol de alto nível, estudantil e de cunho social"*),

...a Confederação Brasileira de Handebol esclarece que sendo o Handebol

- uma modalidade esportiva essencialmente praticada no meio escolar e portanto podendo ser conteúdo importante das aulas da disciplina Educação Física;
- um esporte cujas características são a facilidade de aprendizado pela utilização de movimentos naturais do ser humano (correr, saltar e arremessar);
- uma atividade esportiva lúdica, com o estímulo motivacional fantástico do gol;

o esporte apresenta excelente potencial de crescimento entre os jovens.

Recentes estudos da Organização Mundial de Saúde, divulgados na imprensa, relatam que a população, em seu grande percentual, é sedentária e a cada dia aumenta gradativamente a quantidade de jovens obesos. Portanto, temos consciência de que devemos estimular o máximo possível crianças e jovens à prática do Handebol, através de ações espontâneas e de programas desenvolvidos pela Confederação.

Finalizando, ressaltamos que, dentro da nossa visão com relação a treinamento de crianças e jovens, **aprovamos os programas de treinamentos desde que sejam respeitadas as limitações e individualidades características das faixas etárias e sexo**. Como consequência, teremos a formação de equipes mais fortes e preparadas para transformar o Brasil em uma potência mundial, contemplando assim a nossa **Visão de Futuro**:

"Estar entre as três principais Confederações de esporte olímpico no Brasil em 2008".

DETECÇÃO DO TALENTO NOS ESPORTES AQUÁTICOS – PERSPECTIVAS

Dr. Marcus F. Bemhoeft

Coordenador Médico - CBDA

O estudo da identificação do talento tornou-se um tópico de interesse mundial na área do esporte, especialmente para os que estão envolvidos no desenvolvimento do atleta jovem visando o alto rendimento.

Até pouco tempo, a identificação do talento era baseada apenas na seleção natural. O jovem atleta era em regra escolhido baseado na intuição do técnico e no seu desempenho comparado com outros da mesma faixa etária.

No entanto, esses métodos são limitados porque não levam em consideração os efeitos da maturação no desempenho.

Questões importantes são levantadas com relação à relevância na elaboração de um programa para detecção de jovem talento como:

- 1- O que o talento representa?
- 2- Só talento é suficiente para se tornar um campeão?
- 3- Qual a idade que um jovem deve iniciar o treinamento?
- 4- Quando e como podemos prever que o atleta realizará um resultado de alto nível?

Com respeito a essa questão, alguns conceitos devem ser considerados. A detecção do talento para uma determinada modalidade de esporte inclui um ótimo perfil das funções morfológicas especialmente da psicomotricidade, apoio familiar e motivação para o esporte. Da mesma forma a elaboração de um programa com objetivos bem definidos a médio e longo prazo.

Um programa para detecção do jovem talento montado em bases concretas, sustentada para sua continuidade, com certeza resultará a médio e longo prazo melhora na qualidade da natação Brasileira, como redução de custos (unificação de medidas e condutas).

CRITÉRIOS PARA IDENTIFICAÇÃO DO TALENTO NA NATAÇÃOa) Crítério médico biológico (estado de saúde)

O estado de saúde é o indicador mais estável do programa para identificação do talento. A prioridade está na seleção do atleta mais saudável dentre os atletas saudáveis. O estado de saúde é municiado pelos resultados dos exames clínicos e laboratoriais, estabelecendo uma compatibilidade para alto desempenho na natação. O médico ligado ao esporte específico deve ser o indicado para determinar seu estado de saúde. Na elaboração de um plano anual, monitorar o grau de adaptabilidade de órgãos e sistemas do atleta submetido a esforço físico levando em consideração a carga do treinamento.

b) Crítério morfológico

As dimensões físicas do atleta, refletidas pelo biotipo, proporcionalidade e composição corporal, são variáveis de relevância na determinação do potencial para o sucesso na escolha da modalidade esportiva. É considerado uma importante variável na identificação do talento. Isoladamente ou em conjunto pode ajudar a identificar e favorecer na detecção de características específicas.

c) Crítério fisiológico

A evolução no esporte dar-se sempre que for confrontado desempenho e seus limites. A performance denominada física (estrutura) e metabólica (capacidade biológica) em certa escala é determinante para o sucesso. Por longo tempo, o problema do limite do desempenho foi considerado um conceito vago. Com o peso do componente físico para força e o componente psicológico envolvido na capacidade mental, descobriu-se um modelo combinando entre estes dois elementos de desempenho. O desempenho biológico combina o componente físico ou somático com o componente psicológico. Qualquer atividade física estimula uma tendência positiva no desenvolvimento físico e mental. O esforço físico promove a adaptabilidade do organismo e melhor resistência. O fortalecimento é um dos principais componentes do treinamento físico, porque ajuda no desenvolvimento da saúde e um corpo saudável.

d) Crítério psicológico

O primeiro passo é estabelecer uma história pessoal e familiar em relação ao esporte, características psicológicas que qualificam o atleta de alto rendimento:

- Auto-estima
- Poder de acreditar em si mesmo
- Capacidade de focar e de concentrar-se por períodos longos sem distrair-se
- Poder de controle da ansiedade.
- Capacidade de ficar atento com todo sensorio simultaneamente
- Motivação especial

Atividades realizadas pela Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos visando a detecção e acompanhamento do jovem talento para o alto rendimento.

Tabela I Clínica novos talentos – CORREIOS - CBDA

Clínica nascidos	Local	Data	Numero Masculino	Número Feminino	Atletas Jogos Olímpicos Atenas
Infantil Novos talentos 1984#	Brasília	Abril 1997	98	96	Rebeca Gusmão Mariana Brochado Kaio Márcio Felipe May*
Juvenil# 1981 1982 1983	Santos	Dezembro 1997	41	41	Flávia Delaroli Guilhorme Roth* Marco Sapucaia* Gabriel Mangabeira
Feminino# Desafio Olímpico	Santos	Janeiro 1997		24	Monique Ferroira

* próximos do índice Olímpico # Com exames laboratoriais bioquímicos e hematológicos.

Tabela II – treinamento na altitude – CORREIOS - CBDA

Local	Data	Número de atletas Masculino	Número de atletas Feminino	Atletas Jogos Olímpicos Atenas
México Cidade do México	2002	07	05	Bruno bonfim Diogo Yabe Raphael Mosca Joanna Maranhão Rebeca Gusmão Monique Ferreira
México Puebla	2003	13	11	Rogério Romero Lucas Salatta Thiago Pereira Rodrigo Castro Talliana Lemos Paula Baracho Kaio Márcio Flávia Delaroli
Espanha Sierra Nevada	2004	11	03	Todos os Atletas Olímpicos

Avaliações médicas no nível do mar, início, meio e final do treinamento. Exames laboratoriais (bioquímico e hematológico) ao nível do mar, no início e final do treinamento.



TREINAMENTO DE CRIANÇAS E JOVENS: VISÃO DAS CONFEDERAÇÕES - ATLETISMO

Nelio Alfano Moura

Treinador Nacional de Saltos - CBAt

Técnico do Clube de Atletismo BM&F

Mestrando em Performance Humana - UNIMEP

Introdução

Federações e Confederações são responsáveis pelo gerenciamento do esporte de competição no Brasil. A Confederação Brasileira de Atletismo (CBAt), em particular, tem entre suas principais atribuições a preparação e o envio de delegações para representar o país em eventos internacionais, e a realização dos Campeonatos Nacionais.

Sabe-se que a formação de atletas de alto rendimento é um processo longo, que normalmente obedece à lei dos 10 anos. Assim sendo, a Confederação reconhece a necessidade de atuar não apenas junto a categoria adulta, mas também com as categorias de base. Sua atuação direta tem início a partir dos 16 anos (categoria menores), e ainda recomenda outras duas categorias cujas competições ocorreriam apenas em nível estadual.

Fazer prognósticos confiáveis de rendimento é um dos maiores problemas do TD contemporâneo. Dessa maneira, enfrentamos um problema: ao mesmo tempo que temos a necessidade de atrair um grande número de jovens para a prática, a fim de aumentarmos as chances de identificação daqueles mais talentosos, sabemos que muitos deles - por motivos pessoais - não ficarão envolvidos com o esporte pelo tempo necessário, e outros demonstrarão, ao longo do percurso, aptidão limitada para o alto rendimento.

Atividade Física na Infância e Adolescência

Ao longo do processo evolutivo, o homem desenvolveu características que lhe possibilitaram atender suas demandas vitais, e as capacidades físicas e habilidades motoras primárias sempre foram fundamentais para manter a sobrevivência da espécie. Mesmo com as grandes revoluções industriais e tecnológicas, biologicamente continuamos muito parecidos com os homens da pré-história, e consequentemente nossas necessidades fisiológicas continuam muito semelhantes. Considerando que fomos "construídos" para correr, saltar e lançar, a oferta de possibilidades de exercitar essas habilidades por intermédio dos esportes, jogos e dança é fundamental para nosso crescimento e desenvolvimento harmonioso.

Tem sido demonstrado que crianças se adaptam muito bem ao treinamento físico, embora os programas tenham que se ajustar às suas características psicológicas e sociais. Ainda assim, um dos maiores temores relacionados ao treinamento sistemático de crianças e adolescentes diz respeito a possíveis danos nas estruturas ósseas e articulares. Estudos têm demonstrado que jovens submetidos a treinamento de alto impacto apresentam adaptações ósseas positivas que os diferencia de maneira significativa de grupos controle (MACKELVIE et al., 2003). Por outro lado, na posição consensual da American Academy of Pediatrics (2001) sobre treinamento para crianças, é expressada a preocupação com a introdução de atividade esportiva organizada e competição precoce, quando a criança ainda não apresenta prontidão para a aprendizagem de alguma habilidade específica. Nesses casos, é maior a probabilidade de desenvolver frustração do que sucesso esportivo a longo prazo.

Objetivos dos Programas de Esportes para Crianças e Jovens

Deteção, seleção e desenvolvimento do talento esportivo têm sido apontados como objetivos primários dos programas de esportes para crianças e jovens. No entanto, o uso do atletismo como um instrumento educacional também deve ser fortemente incentivado. BRETTSCHEIDER (1999) demonstrou que jovens participantes de esportes de competição apresentam maior auto-estima, relacionam-se melhor com seus pais, e têm rendimento escolar superior em relação a seus pares que não têm esse tipo de experiência.

Mesmo programas pragmáticos, que visem o alto rendimento, devem se adequar às expectativas das crianças, caso contrário elas se afastarão precocemente da prática. Quando perguntadas, crianças expressam os seguintes objetivos quando buscam participar de esportes organizados: DIVERSÃO, aprender novas HABILIDADES, melhorar APTIDÃO FÍSICA, e gosto pela COMPETIÇÃO. A vitória e algumas questões relativas à socialização aparecem na lista de motivos, mas com pouco destaque (STRATTON, 2005).

Crianças (e adultos) desistem de várias atividades, o tempo todo. Estão apenas buscando experiências que sejam significativas e nas quais tenham perspectivas de sucesso. Rotatividade em programas esportivos é comum, e se assemelha à observada em outras áreas. De todo modo, o respeito às expectativas das crianças pode ajudar a mantê-las motivadas. A Associação Internacional das Associações de Atletismo (IAAF) propõe um programa de iniciação (KIDS ATHLETICS) que procura atender a essas expectativas, e consequentemente manter a motivação para o envolvimento prolongado com a atividade.

Papel da Escola na Facilitação da Experiência Esportiva

A população apresenta desempenho em habilidades esportivas que segue a distribuição normal, com muitos indivíduos próximos à média, e poucos indivíduos nos extremos. Aqueles localizados nos extremos da curva são "excepcionais", portanto necessitam de atenção especial. Escolares têm o direito de terem seus pontos fortes identificados, para que possam fazer a opção por desenvolver ou não seus talentos específicos, da mesma maneira que se espera que a escola identifique as fragilidades ou deficiências, para que as mesmas tenham a devida atenção. COLLINS e BULLER (2003) questionam o que chamam de "exclusão social do esporte de alto rendimento", provocado pela ausência de oportunidades de desenvolvimento a todos os indivíduos talentosos na área esportiva. METSÄ-TOKILA (2002) apresentou interessante estudo sobre a combinação do treinamento para o esporte de alto rendimento e educação, em países como Finlândia, Suécia e a antiga União Soviética. Segundo o autor, essa integração é o caminho encontrado por diversos países para garantir destaque no cenário esportivo internacional.

Referências Bibliográficas

1. BRETTSCHEIDER, W.D. Risks and Opportunities: Adolescents in Top-Level Sport - Growing Up with the Pressures of School and Training. *European Physical Education Review*. 5(2):121-133, 1999.
2. COLLINS, M.F. and BULLER, J.R. SOCIAL EXCLUSION FROM HIGH-PERFORMANCE SPORT. Are all Talented Young Sports People Being Given an Equal Opportunity of Reaching the Olympic Podium? *Jour-*



nal of Sport & Social Issues, 27 (4):420-442, 2003.

3. Committee on Sports Medicine and Fitness and Committee on School Health. Organized Sports for Children and Preadolescents. *Pediatrics*, 107:1459-1462, 2001
4. MACKELVIE, K.J. et al. A School-Based Exercise Intervention Elicits Substantial Bone Health Benefits: A 2-Year Randomized Controlled Trial in Girls. *Pediatrics*, 112(6):447-452, 2003.
5. STRATTON, R. Motivation of Young Athletes (Part 1 of 2). Why Kids Want to Participate in Sports? < <http://www.youth-sports.com/getpage.cfm?file=/topics/feb98-04.html&userid=74273711>>, [Consulta: 08/10/2005].

TREINAMENTO DE CRIANÇAS E JOVENS: VISÃO DAS CONFEDERAÇÕES

Por: Antonio Marcos Lerbach

O sucesso do voleibol brasileiro não ocorreu por acaso. A boa estrutura organizacional aliada à força do *marketing esportivo* tem dado sustentação ao desenvolvimento de programas, que solidificam e garantem a fixação do esporte que mais cresceu nos últimos anos no Brasil.

No entanto, não é somente a parceria com empresas e o sucesso do nosso voleibol de alto rendimento que leva o Brasil a se orgulhar do seu voleibol.

O trabalho da base do voleibol brasileiro é destaque em todo o mundo, havendo constante aparecimento de novos talentos, que possibilitam a renovação de atletas nos clubes e nas seleções principais. O projeto da base tem garantido ao Brasil a permanência do vôlei no topo do ranking da FIVB.

O sucesso deste trabalho acontece devido ao esforço de vários segmentos do voleibol. Deste participam a Confederação Brasileira de Voleibol, as Federações Estaduais filiadas e os Clubes, cabendo a este último segmento, forte parcela de contribuição no processo de formação.

A Confederação Brasileira de Voleibol tem como um de seus principais objetivos, incentivar o processo de formação de crianças e jovens, atuando, primeiro na formação dos treinadores nacionais que irão desenvolver o trabalho de formação e, depois, traçando políticas que venham contribuir no processo de formação do atleta brasileiro, obedecendo a princípios básicos fundamentais ao treinamento desses jovens atletas.

Através dos cursos nacionais de treinadores a CBV procura atualizar seu quadro de técnicos e desenvolver estudos de métodos modernos, que possam cada vez mais contribuir no aperfeiçoamento do treinamento. Isso tem colaborado de forma significativa para que os jogadores desenvolvam importantes capacidades através do treinamento e, claro, consigam alcançar elevadas performances esportivas.

Já com relação às políticas específicas para o vôlei, a CBV sugere que os vários tipos de treinamento sejam eles, de capacitação técnica, tática, física e psicológica, deve ocorrer obedecendo a critérios científicos fundamentais no desenvolvimento das crianças e dos jovens. Para isto, o treinador deve observar a faixa etária do praticante e confeccionar planejamento de atividade adequado a esta prática, evitando sobrecarga excessiva de exercício e a *especialização* precoce da criança iniciante.

É sugerido pela CBV para o vôlei brasileiro um macrociclo de desenvolvimento do atleta, que deve se iniciar aos 8(oito) anos de idade e ir até os 20 (vinte) anos. Este macrociclo é chamado de *processo de formação ou processo formativo* do atleta, quando são desenvolvidas várias etapas de treinamento, cada uma delas com objetivos específicos a ser atingido, próprio daquela etapa formativa específica.

A etapa inicial de formação se chama - *aprendizagem ou iniciação*. Esta faixa etária desta etapa está compreendida entre os 8 (oito) e 12 (doze) anos de idade, podendo chegar até os 14 (quatorze). Nela os iniciantes terão os primeiros contatos com o voleibol e, através de técnicas simples e jogos adaptados, elas aprenderão os primeiros passos no desenvolvimento do jogo. Um método aplicado com sucesso é o *mini voleibol*.

Esta etapa é muito importante na vida do jogador, pois a aprendizagem correta dos fundamentos do vôlei e o desenvolvimento do pensamento tático, pode contribuir de forma significativa na produtividade do atleta. Por isso, esta etapa é subdividida em várias outras, havendo em cada uma delas a inclusão de novos elementos do jogo e, naturalmente, havendo crescimento adequado das atividades. Na etapa não há que se falar em treinamento. Aqui se deve dar ênfase em atividades recreativas com o objetivo de levar as crianças a tomarem gosto pelo esporte e desenvolver habilidades psicomotoras.

A segunda etapa é chamada de *etapa de desenvolvimento*. Esta etapa vai até os 15 (quinze) ou 16 (dezesseis) anos. Ao sair da etapa de iniciação, quando os jogos eram adaptados a suas dificuldades e necessidades, o jovem começa a ter contato com o jogo seis contra seis, por volta aproximadamente dos 12 anos de idade. Nesta etapa os jogadores começam a ter contato com o treinamento sistematizado, com atenção ao desenvolvimento técnico e aplicação de formações de jogo simples, mas com participação ativa em várias posições. O jogador inicia esta fase ainda dando ênfase a habilidades gerais e, devagar, o treinador começa a fazer inserção de habilidades especializadas. No decorrer do treinamento são observados quais jogadores tem características para jogar em posições específicas e, ao final desta etapa, os jogadores tem posições definidas e jogam em sistemas de jogo especializados. A capacidade física que até então era desenvolvida através de brincadeiras e atividades recreativas torna-se sistematizada, mas ainda, sem que haja desenvolvimento especializado do atleta.

A terceira etapa é chamada de *etapa de especialização*. Ela vai acontecer entre os 16 (dezesseis) e 20 (vinte) anos de idade. Nela os jogadores já estarão definidos conforme sua especialização de jogo e o treinamento (físico, técnico e tático), seguirá observando essa *especialização*. Neste período o atleta estará sendo preparado para a etapa seguinte, que será a *etapa de alto rendimento*, quando ele deverá alcançar alta performance no jogo. A preparação física torna-se forte e com a utilização de métodos variados de treinamento.

Com o final da *etapa de especialização*, o atleta termina o ciclo de formação, iniciando a partir daí, a *etapa de alta performance* ou o que chamamos de seu *ciclo adulto*.



TREINAMENTO DE CRIANÇAS E JOVENS: VISÃO DAS CONFEDERAÇÕES

PEREIRA DA SILVA, NEY WILSON

*Escola de Educação Física e Desportos/Universidade Federal do Rio de Janeiro e
Confederação Brasileira de Judô*

O desporto de Alto Rendimento requer procedimentos específicos. A integração do trabalho desenvolvido por profissionais especializados, ou seja, uma equipe interdisciplinar atuando nas áreas médica, de treinamento, nutrição, psicologia, fisiologia, biomecânica, cinesiologia e bioquímica, com o trabalho do treinador, gera o produto final que vem a ser o resultado do atleta em Alto Rendimento.

Entretanto chegar ao Alto Rendimento requer atenção na condução dos procedimentos adotados na base, onde o imediatismo pode gerar a precocidade e atropelar o produto final.

Uma batalha árdua é travada entre as necessidades do mercado e o trabalho baseado em estudos científicos. A especialização precoce é uma alternativa para a obtenção de resultados imediatos. Acelerações do aprendizado são uma constante, onde entre outros, podemos citar a indução da predominância de lateralidade.

Através dessa especialização priorizam-se as atividades condicionantes, o que atropela as atividades coordenativas, e compromete o desenvolvimento do judô. Os resultados surgem em larga escala, porém passamos a conviver com a banalização desses resultados e com a cobrança cada vez maior de que eles aconteçam. Esse ciclo vicioso alimenta o mercado e supre anseios familiares. Trabalhar contra esses conceitos deformados, ainda muito enraizados nos países da Pan-América, tem sido uma das metas da Confederação Brasileira de Judô.

Em 2000 fomos vencidos pela introdução do Campeonato Pan-Americano Infantil, ou seja de 11 e 12 anos, fruto de uma cobrança maciça das Federações Nacionais, que atropeladas pelo mercado, necessitavam ter suas crianças entre a elite do judô internacional. E no Brasil não era diferente. Aos Campeonatos Brasileiros de 9 a 12 anos eram atribuídos valores e cobranças das classes mais avançadas. Tínhamos crianças de 12 anos com títulos de até tricampeãs brasileiras, apoiadas e incentivadas por técnicos e familiares.

Em 2001 a Confederação Brasileira de Judô, baseada em estudos científicos e observações "in loco" tomou a frente desse processo de adotou procedimentos nacionais e internacionais, assim como modelos especiais de competição para crianças. Fomos pioneiros na não realização de Campeonatos Nacionais para crianças até 12 anos e conseqüentemente na não participação em eventos internacionais oficiais nessas faixas etárias; adotamos uma forma de competição educativa e formativa, onde são excluídas técnicas que retardam ou deformam o aprendizado para crianças, assim como as formas de competição que buscam a introdução gradativa da criança nesse novo ambiente. Acreditamos que através do judô possam ser oferecidas às crianças oportunidades de ampliação de experiências motoras.

Um exemplo é o modelo adotado pela Federação de Judô do Estado do Rio de Janeiro, onde das escolas francesa e japonesa foram adotadas as adaptações à regra para o judô infantil, onde consideramos o intervalo de idade que vai dos 4 aos 12 anos. AFJERJ, desde 1991, trabalha com o intuito de coibir e educar os professores que atuam com essa faixa etária no sentido de minimizar e substituir o ensino das seguintes técnicas: 1. seoi-nage com um ou os dois joelhos no chão; 2. te-guruma, sukui-nage e morote-gari; 3. kata-guruma; 4. tomoe-nage, sumi-gaeshi e kata-otoshi; 5. sankaku e suas variações; 6. kushiki-taoshi e kibitsu-gaeshi. A partir daí estendemos esse cuidado também para a área da arbitragem com: 1. atendimento médico livre; 2. Nenhuma criança de 8 e 9 anos é penalizada pela arbitragem, sendo a mesma orientada pelo árbitro, quantas vezes forem necessárias, sobre a forma errônea e forma correta de proceder; 3. As crianças de 10 a 12 anos, quando cometem pela segunda vez a mesma penalidade, são então punidas de acordo com o que determina a regra internacional de arbitragem.

É certo que esse processo, se visto apenas com o olhar do resultado imediato, da precocidade, como já citamos anteriormente, gerará algumas frustrações e insatisfações. Entretanto são esses focos geradores que precisam ser combatidos. A frustração e a insatisfação que se dá é gerada pelos anseios e expectativas da estrutura familiar, assim como pela necessidade de projeção dos professores, não pela criança. Ao chegar na criança, a deformidade do processo já está bastante avançada.

Retomado o foco desta questão, que no decorrer do processo gera a obtenção do Resultado em Alto Rendimento, e com base nos procedimentos ora adotados, os quais a Confederação Brasileira de Judô acredita que sejam os mais eficientes, embora haja resistências isoladas em alguns segmentos do judô brasileiro, se dá o prosseguimento das ações para as faixas etárias até 16 anos.

Consideramos esse outro segmento de atletas como aquele que deva ser lapidado através de uma formação técnica sólida. O intercâmbio internacional deve se fazer presente desde esta época, assim como os treinamentos de campo nacionais e internacionais.

Adotar procedimentos com o olhar a médio e longo prazo muitas vezes gera inquietações e insatisfações. Em 2003 a Confederação Brasileira de Judô buscou alternativas de detecção de talentos que extrapolavam o eixo Rio x São Paulo. O sucesso começa a despontar. Desde então a representatividade do Brasil em Campeonatos Sul-Americanos das classes de base e formação (juvenil e júnior) se dá em até 60% por atletas do Norte, Nordeste e Centro-Oeste.

Frentes de trabalho distintas necessitam o mesmo olhar cuidadoso por parte da Confederação Brasileira de Judô. Descuidar da iniciação gerará o retrocesso a uma base enfraquecida que desencadeará, em médio prazo, um alto rendimento baseado apenas em talentos inatos. O salto de qualidade atingido pelo judô brasileiro é fruto de uma administração profissionalizada, experiente e atenta às características do judô nacional e as demandas do judô internacional.



REDE CENESP - PROJETO PERFIL DO CAMPEÃO

Luiz Cláudio Reeberg Stanganelli –
Ministério do Esporte/SNEAR/Cenesp/Uel

INTRODUÇÃO: O esporte nacional, embora em constante evolução em todos os seus segmentos, ainda carece de programas que visem a implementação de novas políticas de desenvolvimento. Esta preocupação é uma constante nos órgãos superiores que coordenam o esporte brasileiro, principalmente o Ministério do Esporte e a Secretaria Nacional de Esporte de Alto Rendimento. Assim, mediante o projeto dos Centros de Excelência Esportiva – Rede Cenesp, muitos estudos, baseados nas ciências do esporte, têm sido realizados com o objetivo de produzir conhecimentos que fundamentem o desenvolvimento dos esportes olímpicos, paraolímpicos e pan-americanos. Os Jogos da Juventude foram criados em 1995 pelo Governo Federal para promover, sob a perspectiva do Esporte de Rendimento, a prática de atividades esportivas entre os jovens, que representam a base do desenvolvimento do setor. A competição tem como objetivo, ainda, a descoberta e o aprimoramento de novos talentos, com a realização de avaliações dos participantes, buscando identificar as potencialidades de cada atleta. A Rede Cenesp sempre esteve envolvida na coleta de informações sobre os atletas que participam dos Jogos da Juventude. Sendo assim, nas edições de 2003 e 2004 foi desenvolvido o estudo intitulado "Perfil do Campeão".

OBJETIVOS: Conhecer os detalhes que envolvem a prática sistemática de cada modalidade esportiva, sob a perspectiva do atleta.

MÉTODOS: Foi utilizado um questionário desenvolvido após criteriosa revisão de literatura, o qual revisto e modificado após consulta a três profissionais experientes atuantes em diferentes áreas das ciências do esporte. O instrumento foi estruturado com 29 questões sobre a identificação pessoal do atleta, aspectos socioculturais, características gerais e aplicação dos princípios das ciências do esporte no treinamento sistemático e pertinente a todo o processo que envolve o treinamento de alto rendimento. Os dados foram coletados durante a realização dos Jogos da Juventude. Os questionários eram entregues no congresso técnico de cada modalidade, momento no qual todas as instruções foram transmitidas verbalmente e por escrito ao responsável por cada equipe. Este profissional era quem distribuía o instrumento aos atletas para que cada um respondesse a ele voluntariamente, durante o seu tempo, ainda no decorrer da competição. Os atletas que respondiam ao questionário o retornavam, devidamente preenchido, à coordenação da pesquisa, conforme estabelecido previamente no congresso técnico. A amostra foi composta de 2.376 atletas (rapazes: 1.207 – idade: 15,0 anos; moças: 1.169 – idade: 14,37 anos) praticantes das modalidades de atletismo, basquetebol, ginástica olímpica, ginástica rítmica, handebol, judô, nado sincronizado, natação, tênis de mesa e voleibol.

RESULTADOS E CONCLUSÃO: Dos tópicos abordados no questionário, foi possível extrair algumas importantes informações sobre as características dos aspectos que envolvem o treinamento de jovens atletas brasileiros em diversos segmentos da prática esportiva. Com relação ao local de estudos da amostra investigada, foi verificado que 63% dos atletas estudavam em escolas particulares e que 71% das moças e 77% dos rapazes não recebem bolsa de estudos por praticarem suas modalidades. Considerando-se que o local do início da prática esportiva é aspecto importante a ser conhecido, verificou-se que a escola apresentou o maior percentual (rapazes 46% e moças 45%) enquanto a escolinha de clube esportivo veio na seqüência com um percentual menor (rapazes 35% e moças 36%). O início da prática esportiva provavelmente sofre a influência das pessoas envolvidas no cotidiano do atleta. Neste caso, quem mais influenciou os rapazes e as moças para serem atletas foram seus pais (41%). A iniciativa própria foi o segundo aspecto mais mencionado (rapazes 19% e moças 21%). Um detalhe a acrescentar neste item é o pequeno percentual de atletas que iniciaram suas carreiras estimuladas por ídolos esportivos (rapazes 1,3% e moças 0,5%). A utilização dos princípios das ciências do esporte é fundamental para o desenvolvimento do desempenho esportivo do atleta e envolve os processos da avaliação dos parâmetros fisiológicos, psicológicos, biomecânicos e motores dos atletas. Quando perguntados se foram avaliados em laboratórios específicos das áreas mencionadas, 20% dos atletas disseram que já o foram. Quanto às avaliações realizadas fora do ambiente laboratorial (testes de campo), porém também não menos científicas, 41% dos rapazes e 46% das moças submeteram-se a essas avaliações. Como os atletas são os mais interessados nos resultados da avaliação de seu desempenho, este estudo revelou que um percentual bastante significativo de rapazes (72%) e de moças (68%) não tiveram o retorno da avaliação. Na atualidade, a intensidade de esforço de muitas modalidades é forte, e o condicionamento físico geral e específico tem que ser o mais aprimorado possível. A saúde do sistema cardiovascular é fundamental para este processo, pois, em condições clínicas normais, o atleta pode praticar sua modalidade com menores possibilidades de riscos. Porém, para conhecer este aspecto em cada atleta são necessários exames cardiológicos complexos e o eletrocardiograma é um dos principais. Há dois exames importantes: o eletrocardiograma em repouso e o eletrocardiograma durante o esforço físico. Ao primeiro submeteram-se apenas 14% dos atletas e ao segundo submeteram-se apenas 7% dos rapazes e 6% das moças. Estes dados demonstraram que, em vista da importância desta avaliação para a prática segura do esporte, os percentuais de jovens atletas brasileiros avaliados por meio destes recursos foram muito baixos, o que representa que muitos estão praticando suas modalidades sem o aval clínico necessário. Estas informações e as demais obtidas por este estudo permitem-nos refletir e verificar que nossos atletas ainda necessitam de apoio em muitas áreas e que estes resultados deverão servir de base para que o Ministério do Esporte, a Secretaria Nacional de Esporte de Alto Rendimento e a Rede Cenesp possam em conjunto, elaborar novos projetos ou incrementar ainda mais os já implementados e direcionados ao desenvolvimento do jovem atleta praticante do esporte de alto rendimento.



APTIDÃO AERÓBIA E TREINO DE RESISTÊNCIA AERÓBIA EM IDADES PEDIÁTRICAS

José Oliveira

Gabinete de Treino Desportivo

Centro de Investigação em Actividade Física, Saúde e Lazer

Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Portugal

A aptidão aeróbia é reconhecida como uma importante componente da performance em diversas actividades desportivas, mas igualmente um factor relacionado com a saúde e o bem-estar.

No âmbito do desporto de rendimento, a aptidão aeróbia associa-se à capacidade para (i) realizar exercício prolongado ou com elevada intensidade, (ii) executar de forma repetida habilidades ou acções com a menor perda de eficiência e precisão e (iii) recuperar de forma rápida.

No contexto da saúde e bem-estar, tem sido demonstrado que o perfil lipídico, a composição corporal, e valores de pressão arterial considerados saudáveis estão associados a índices elevados de aptidão aeróbia. Deste modo, o desenvolvimento da aptidão aeróbia terá um efeito de protecção da saúde.

Desde há longo tempo e em diversas partes do mundo, a comunidade científica conduziu investigações em grupos de sujeitos de idades pediátricas para determinar as adaptações induzidas pelo treino de resistência na aptidão aeróbia. Em muitas dessas pesquisas o $VO_{2\text{máx}}$ ou o pico do VO_2 ($VO_{2\text{pico}}$) foram os indicadores utilizados para avaliar e expressar a aptidão aeróbia. Porém, a questão da treinabilidade e da magnitude dos incrementos no $VO_{2\text{máx}}$ ou no $VO_{2\text{pico}}$ foi motivo de debate e controvérsia.

Deste modo, na comunicação a apresentar ao congresso procurar-se-á revisitar o problema do impacto do treino de resistência aeróbia no $VO_{2\text{máx}}$ ou no $VO_{2\text{pico}}$ tomando como referência estudos publicados em jornais científicos com revisão dos pares.

Como pressupostos para o desenvolvimento da análise, apenas se consideram os estudos que incluíram grupos de controlo e com descrição detalhada dos protocolos de intervenção.

Assim sendo, as alterações no $VO_{2\text{máx}}$ ou no $VO_{2\text{pico}}$ induzidas pelo treino de resistência serão analisadas em função das seguintes variáveis:

(1) estatuto maturacional, (2) género sexual, (3) níveis iniciais do $VO_{2\text{máx}}$ ou $VO_{2\text{pico}}$ e actividade física, (4) consistência entre os testes de avaliação e as formas de exercitação na intervenção, (5) frequência e duração das sessões, (6) extensão do programa de intervenção, (7) intensidade e modo de exercício (contínuo ou intermitente). Finalmente, far-se-ão breves considerações sobre a oportunidade e utilidade de realização do treino de resistência aeróbia no quadro da preparação desportiva de longo prazo de crianças e adolescentes.

ESPORTE DE ALTO NÍVEL PARA CRIANÇAS E JOVENS SOB O PONTO DE VISTA ÉTICO

Prof. Dr. Eckhard Meinberg –

Universidade de Esportes de Colônia, Alemanha

As discussões sobre o esporte de alto nível para crianças e jovens, as quais encadearéi a seguir e proponho continuar de uma forma construtiva, são tradição a cerca de um quarto de século na Alemanha. O crescimento desta prática esportiva tem sido acompanhado de críticas, principalmente dos pedagogos, mas também é de grande preocupação do público. O crescimento do esporte de alto nível em nenhum momento tem permanecido livre de críticas, e diferentes círculos têm se envolvido com o assunto – não somente os cientistas.

Esta crítica é em geral motivada pela moral e pela ética e manifesta-se como uma crítica moral, a qual mostrarei na primeira parte de minha reflexão. Em realidade, a crítica ao esporte de alto nível para crianças e jovens aparece primariamente como uma crítica moral. Com certeza, esta crítica é muito menos uma questão de ética do esporte e muito mais de uma ética pedagógica. Se pode dizer com certeza que a ética dominante no discurso do esporte de alto nível para jovens consiste em diferentes versões de uma ética pedagógica.

Quando se olha as disciplinas da Ciência do Esporte é interessante e ao mesmo tempo notável que este olhar esteja acompanhado de uma implícita ética pedagógica, o que trará à luz a segunda reflexão. Isso leva a formulação da tese principal do trabalho, qual seja: Em termos gerais, o debate sobre o esporte de alto nível para crianças e adolescentes manifesta, sob o ponto de vista ético, uma implícita ética pedagógica.

Na terceira parte, abordarei a ética ofensiva e tornarei explícita essa ética pedagógica, a qual está orientada num tipo de ética pedagógica integrativa-multidimensional. Com simples exemplos ilustrarei esse modelo. Finalmente, formularei tarefas futuras da forma mais realística possível, com o menor idealismo ético.

O CONTEXTO NA AVALIAÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS

António Prista

A avaliação das capacidades físicas e habilidades motoras em crianças e jovens não depende apenas da validade das técnicas de avaliação mas, em grande medida, do objectivo e contexto em que é realizada. Nessa óptica, a escolha dos testes devem passar necessariamente por opções criteriosas que, para além da validade e fiabilidade dos testes, garantam a correspondência aos objectivos e ao contexto em que são aplicados. A presente comunicação destina-se a apresentar resultados e respectiva reflexão sobre a aplicação de baterias de avaliação para diferentes objectivos e contextos.



METODOLOGIA DE ENSINO-APRENDIZAGEM-TREINAMENTO NOS ESPORTES: INICIAÇÃO ESPORTIVA UNIVERSAL UMA ESCOLA DA BOLA

Prof. Dr. Pablo Juan Greco.

EEFFTO/CENESP/UFGM

O ato de aprender, bem como o de ensinar, visa oportunizar o desenvolvimento de potencialidades, competências, habilidades, comportamentos, configurar a identidade e o auto-conceito, entre outros objetivos. Depende, portanto, principalmente da orientação pedagógica da prática educativa. A mesma deve apresentar como eixo basilar à formação da personalidade de um cidadão autônomo, participativo e crítico, interagindo no seu próprio processo de formação.

Na prática esportiva o ensino-aprendizagem e o treinamento são processos inter-relacionados, constroem um ciclo evolutivo. Sua análise sistêmica, estrutural e funcional não os configura como pólos antagônicos, são integrados, relacionados entre si, representam uma tríade indissolúvel: ensino-aprendizagem-treinamento (Benda, 2004 Greco, 2005).

O ensino das modalidades esportivas não pode ser centrado exclusivamente na transmissão dicotômica de conteúdos técnicos e depois o jogo. Bento (2004) adverte que "a partir do seu corpo a criança aprenderá a lidar com ele para ter a oportunidade de educação e formação". Faz-se necessário oportunizar através da prática esportiva, a construção da cidadania, da apropriação cultural, do conhecimento, das capacidades, das habilidades esportivas, bem como comportamentos, atitudes, valores. Conteúdos essenciais à construção da autonomia intelectual e moral através do esporte. Torna-se, assim, impreterível e inadiável compreender as transformações do fenômeno esporte, considerando-o "componente cultural, global, polimorfo, polissêmico e plurívoco" (Bento, 1999, 2004).

Especificamente neste ensaio tratar-se-á o tema da iniciação esportiva, da aproximação à prática de esportes para crianças e jovens, tema complexo no qual segundo Gaya e Torres (2004) "não se tem um pensamento suficientemente fundado sobre o mesmo". Descreve-se a seguir uma proposta para integração do processo metodológico de ensino-aprendizagem-treinamento integrada no conjunto das estruturas inerentes a concepção de um sistema de formação, transição e treinamento esportivo. Um modelo pendular referenciado por teorias cognitivas, construtivistas e estruturalistas. Uma proposta eminentemente pedagógica que procura respostas à solicitação de intervenções responsáveis, éticas, apoiadas em metodologias adequadas à realidade ambiental.

Por se tratar de uma proposta para a iniciação esportiva as atividades sugeridas enfatizarão primeiramente um processo de aprendizado incidental para o intencional, formal. Isto é, jogar para aprender, resgatando-se as brincadeiras populares, os jogos de rua, de forma tal que ao longo do processo oportunizar-se-á também a promoção do talento que existe em cada um. Jogar para aprender, compreender os comportamentos táticos é compreender o jogo consolidando a reflexão crítica e a elaboração do conhecimento e pensamento tático através do desenvolvimento da capacidade de jogo.

Paralelamente, desenvolvem-se as capacidades coordenativas e as habilidades técnicas, inerentes ao processo de aprendizagem motora. As capacidades coordenativas e as habilidades técnicas precedem ao treinamento da técnica. O desenvolvimento da capacidade de jogo precede ao treinamento tático. Considera-se que o conhecimento técnico-tático base da cultura esportiva não pode somente ser transmitido, deve ser construído na interação com o meio (Böhme, 2004; Duran-Busch e Salmela 1996, Graça e Oliveira, 1995; Moraes et. al., 1999; Piaget, 1978), na prática, na participação, na atividade.

A proposta apresentada a seguir relaciona-se com conceitos da psicologia cognitiva, a base filosófico-pedagógica está alinhada em um processo em longo prazo constituído pelos momentos:

- a) Da aprendizagem motora —> ao —> treinamento técnico;
 - o Ensino-aprendizagem-treinamento das capacidades coordenativas (6 aos 12-14 anos) (apud. Neumaier e Mechling, 1995; Roth, 1998; entre outros).
 - o Ensino-aprendizagem-treinamento das habilidades técnicas (até os 10-12 anos) (apud. Hossner 1995; Kröger e Roth, 1999, 2002, Roth et al. 2000);
- b) Do desenvolvimento da capacidade de jogo —> ao —> treinamento tático;
 - o Ensino-aprendizagem-treinamento das capacidades táticas (até os 10 anos) (apud. Kröger e Roth, 1999, 2002);
 - o Estruturas funcionais (dos 8-10 anos em diante);
 - o Jogos para desenvolver a inteligência tática (dos 8 anos em diante).

As faixas etárias sugeridas caracterizam-se pela receptividade motivacional por parte do praticante. O ensino aprendizagem-treinamento das capacidades coordenativas apóia-se em atividades e jogos nos quais a recepção de informação (onde participam os analisadores tátil, acústico, visual, sinestésico, vestibular ou equilíbrio) é colocada em situação de pressão motora (tempo, precisão, organização, complexidade, variabilidade e carga). Deve-se considerar que na faixa etária entre 6 e 12 anos as atividades são executadas com as mãos, pés e com raquete ou bastão, resultando: 1 analisador (exemplo visual) x 6 condicionantes de pressão x 3 formas de realizar (pé, mão, raquete/bastão) = 18 possibilidades de combinação.

Conforme Hossner (1995) e Kröger e Roth (1999), as habilidades técnicas, são conteúdos gerais necessários para a realização de qualquer técnica esportiva (passe, chute, lançamento, dentre outras) se compõem de oito parâmetros: Organização dos ângulos, Controle (regulação) da força; Determinar o tempo de passe e da bola; Determinar linhas de corrida e tempo da bola; Se oferecer (se preparar); Antecipar a direção e distância do passe; Antecipação da posição defensiva; Observar deslocamentos. Essas oito habilidades são parâmetros comuns a todas as modalidades esportivas, oportunizam transferências positivas na execução da técnica esportiva.

O desenvolvimento da capacidade de jogo está constituído pelos pilares: capacidades táticas, adaptado de Kröger e Roth (1999), os jogos para desenvolver a inteligência tática e as estruturas funcionais (Greco, 1998 e 2003). A partir dos elementos e parâmetros comuns dos Jogos Esportivos Coletivos (Bayer, 1986), pretende-se



construir um processo de aprendizagem no qual as regras de comportamento tático podem ser apreendidas de forma implícita, seguindo o princípio de experimentar jogando, onde o que importa é oportunizar idéias e a criatividade. As capacidades táticas relacionam-se com os elementos comuns inerentes aos jogos esportivos coletivos, tais como: objetivo, colega, adversário e ambiente (Acertar o alvo; Transportar a bola para o objetivo; Criar superioridade numérica; Jogo coletivo; Reconhecer espaços e se oferecer se orientar; Superar o adversário)(Kröger e Roth, 1999). As estruturas funcionais objetivam apresentar o jogo às crianças da mesma forma como elas o praticam quando longe dos adultos, situações reais com diferentes constelações (1 X 1 +1; 1 X 1; 2 X 1; 2 X 2 + 1; 2 X 2 e assim por diante), sempre com situações de superioridade, igualdade, ou inferioridade numérica (com curinga "+1"). Nos Jogos para Desenvolver a Inteligência Tática (JDIT) procura-se a maior variedade de situações (táticas), oportunizando o aumento da capacidade de atenção (sua amplitude e sua mudança rápida). São jogos que exigem do participante construir pensamentos: divergente e convergente, básicos para a criatividade tática. Desejamos aos leitores muito sucesso na tentativa de levar a proposta à prática.

Referências:

- 1) Bayer, C. (1986). *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos*. Barcelona: Hispano-europea.
- 2) Benda, R. N. (2004). Conceptual basis of universal sportive introduction. *FIEP Bulletin*. v. 74, special edition, p. 427-428.
- 3) Bento, J. O. (1999). Contextos e perspectivas. Bento, J. O.; Garcia, R. P.; Graça, A. (org.) *Contextos da pedagogia do desporto*. Lisboa: Livros Horizonte, p. 19-112.
- 4) A.T.; Tani, G.: Desporto para crianças e jovens. Razões e finalidades. Porto Alegre. UFRGS Editora..
- 5) Bento, J. O. (2004). Desporto. Discurso e Substância.
- 6) Böhme, M. T.S. (2004). Talento esportivo. In: Gaya, A.C.; Marques, A.T.; Tani, G.: Desporto para crianças e jovens. Razões e finalidades. Porto Alegre. UFRGS Editora.
- 7) Durand-Bush, N.; Salmela, J. H. (1996). Nature over nurture: A new twist to the development of expertise. *Avante*, 2 (2), 87-89.
- 8) Gaya, A.C.; Marques, A.T.; Tani, G. (2004). Desporto para crianças e jovens. Razões e finalidades. Porto Alegre. UFRGS Editora.
- 9) Graça, A.; Oliveira, J. (1995). O ensino dos jogos esportivos coletivos. Porto: Centro de Estudos dos Jogos Esportivos / Universidade do Porto.
- 10) Greco, P. J. (1998). Iniciação esportiva universal: metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube. v.2. Belo Horizonte: Editora UFMG.
- 11) Greco, P. J. (2003). Ensino aprendizagem treinamento dos jogos esportivos coletivos: iniciação esportiva universal uma escola da bola. *FIEP Bulletin*. v.73, special edition – suplement, p.31-42.
- 12) Greco, P. J. (2005). Iniciação Esportiva Universal e Escola da Bola: uma integração das duas propostas. In: Silami Garcia, E.; Lemos, K.L.M.: Temas Atuais em Educação Física e Esportes. Volume X. Editora Health. Belo Horizonte. Minas Gerais.
- 13) Greco, P. J.; Benda, R. N. (1998). Iniciação esportiva universal: da aprendizagem motora ao treinamento técnico. v.1, Belo Horizonte: Editora UFMG.
- 14) Hossner, H. J. (1995). *Module der Motorik*. Schorndorf: Hofmann. Alemanha.
- 15) Kröger, C.; Roth, K. (1999). *Ballschule – ein abc für Spielanfänger*. Schorndorf: Hofmann. Alemanha.
- 16) Kröger, C.; Roth, K. (2002). *Escola da bola. – um abc para principiantes*. Phorte. São Paulo. Tradução da obra anterior.
- 17) Moraes, L. C.; Salmela, J. (1999). Modelos de desenvolvimento de talentos. In: Samulski, M. Novos conceitos em treinamento esportivo. Cenesp. UFMG. Brasília: Indesp, Brasil.
- 18) Neumaier, A. (1999). *Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining*. Köln: Strauss. Alemanha.
- 19) Neumaier, A.; Mechling, H. (1995). Allgemeines oder sportartspezifisches Koordinations-training? Ein Strukturierungsvorschlag zur Analyse und zum Training spezieller Koordinativer Leistungsvoraussetzungen. *Leistungssport*. Münster. v.25, n.5, p. 14-18.
- 20) Piaget, J. (1978). A tomada de consciência. São Paulo. Edições Melhoramentos. USP. Brasil.
- 21) Roth, K. (1998). Wie verbessert man die Koordinativen Fähigkeiten?. In: bielefelder Sportpädagogen (ed.). *Methoden im Sportunterricht*. P. 84-101. Schorndorf. Hofmann.
- 22) Roth, K.; Raab, M.; Greco, P. (2000). Das Modell der inzidentellen Inkubation: eine Überprüfung der Kreativitätsentwicklung brasilianischer und deutscher Sportspieler. Unferöffentlicher Projekt-bericht. Heidelberg. ISSW.

PEDAGOGIA DO ESPORTE PARA CRIANÇAS E JOVENS

Prof. William Urizzi de Lima

Professor da disciplina de Atividades Aquáticas do UniFMU

Técnico de natação de várias seleções brasileiras

As estratégias do treinamento de natação são mais complexas que imaginam os envolvidos dentro do processo, técnico, atletas, pais e dirigentes. Envolvem estudos mais aprofundados e detalhados, onde a capacitação dos profissionais deve ser constante.

Através das experiências adquiridas nos 32 anos como técnico de natação de vários clubes e seleções brasileiras e como docente de cursos de pós-graduação de duas instituições de ensino, conclui que o sucesso de um programa de treinamento para crianças e jovens dependerá de alguns fatores, estratégias aplicadas durante o período da aprendizagem, processo competitivo durante a vida atlética e periodização do treinamento nas diferentes faixas etárias.



- a) **Estratégias aplicadas durante o período da aprendizagem** - Muitos professores da aprendizagem ainda utilizam estratégias técnicas e não pedagógicas, impondo precocemente o desenvolvimento da técnica e não de movimentos mais rústicos e menos elaborado. Gallaue e Osman propõe o desenvolvimento das consciências durante o aprendizado das atividades esportivas, as consciências corporal, espacial, temporal e direcional. Como exemplos na natação, corporal, conhecer as partes do corpo na água; espacial, conhecer o espaço do corpo na água, profundidade, tamanho da piscina, "empuxo" e resistência da água; direcional, lateralidade, movimentos alternados das pernas; direcionalidade, empurrar a água com os pés para trás e para baixo e temporal, sincronização, coordenar os movimentos de braços, pernas e respiração. Muitos atletas quando chegam a puberdade apresentam dificuldades nas habilidades aquáticas e desenvolvimento das técnicas, devido ao ensino dos movimentos maduros e não rústicos durante a aprendizagem.
- b) **Processo competitivo durante a vida atlética do nadador** - Um dos erros da natação brasileira é a aplicação de competições que adotam o modelo olímpico - valorização dos primeiros colocados, medalhas de primeiro, segundo e terceiro. Ocorre que um nadador que realiza o tempo de 50 segundos compete com adversários que realizam 35 segundos, existindo uma grande diferença entre eles, desestimulando o mais fraco. Os critérios deveriam ser mais coerentes, como diferentes níveis na mesma idade. Outra modificação deveria ocorrer quanto à premiação, não somente os três primeiros colocados, mas até o sexto ou oitavo. Quando adotamos modelos competitivos de alto nível como o olímpico por exemplo, estimulamos a desistência precoce. Nem sempre as estratégias utilizadas com os nadadores de alto nível são adequadas aos iniciantes.
- c) **Periodização do treinamento nas diferentes faixas etárias** - A periodização deverá ocorrer através de vários mega-ciclos - períodos de quatro anos de treinamento. Ao realizarmos programas para crianças, devemos inseri-las num contexto mais amplo e de longa duração, elaborando vários ciclos. Como consultor da Metodologia Gustavo Borges competitiva auxiliei na elaboração de variáveis, dependendo da faixa etária, progressivas e que evoluem a cada ano.

categorias oficiais	idade	Duração do treino em minutos		
		Principal da água	Treinos duplos	Em terra
MIRIM I	09	60	0	15
MIRIM II	10	60	0	15
PETIZ I	11	75	0	20
PETIZ II	12	90	0	25
INFANTIL I	13	90	60	30
INFANTIL II	14	105	60	30
JUVENIL I	15	120	60	45
JUVENIL II	16	120	60	60
JUNIOR I	17	120	90	60 - 90
JUNIOR II	18-19	120	90 - 120	60 - 120
SENIOR	20 e acima	120	90 - 120	60 - 120
MASTERS	25 e acima	120	0	60

Fonte: Metodologia GB Competitiva

Ao mantermos a continuidade das variáveis diminuímos os "platôs", fases em que o atleta permanece por um longo tempo na mesma marca, decorrente, provavelmente, de programas inadequados - alto volume e intensidade em determinadas idades como antes e durante o período pubertário.

Na maior parte das referências sobre o treinamento de natação encontramos exemplos de alto nível. É necessário que os professores e técnicos façam grandes adaptações à realidade das crianças e jovens, o que dificilmente ocorre. Um dos erros é adotar as mesmas estratégias psicológicas nas diferentes idades como crítica e pressão.

Ao analisarmos as citações acima poderíamos realizar uma natação forte através de estratégias coerentes com a faixa etária e o nível dos nadadores.



Referências:

- 1) BORGES, LIMA – Metodologia Gustavo Borges Competitiva - 2005
- 2) COWIN, CECIL – Nadando Para o Século 21 – Editora Manoele – 2001
- 3) Gallahue, D. Ozmun, J. Compreendendo o Desenvolvimento Motor – Phorte Editora - 2005
- 4) LIMA, WILLIAM – Ensinando Natação – Phorte Editora – 1999
- 5) MAGLISCHO, ERNIE – Nadando Ainda Mais Rápido – Editora Manoele – 1999
- 6) BOMPA, TUDOR – PERIODIZAÇÃO DO TREINAMENTO – Phorte Editora – 2002
- 7) PLATONOV, V – A Arte de Treinar Nadadores de Alto Nível – Phorte Editora – 2004

