Universidade do Porto

Faculdade de Ciências do
Desporto e de Educação Física

ANÁLISE DA CARREIRA DESPORTIVA DE ATLETAS BRASILEIROS

Estudo da relação entre o processo de formação e rendimento desportivo

CRISTINA BORGES CAFRUNI

M

Outubro de 2002

UNIVERSIDADE DO PORTO

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO
E DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ANÁLISE DA CARREIRA DESPORTIVA DE ATLETAS BRASILEIROS

Estudo da relação entre o processo de formação e o rendimento desportivo

CRISTINA BORGES CAFRUNI

Dissertação apresentada com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências do Desporto, na área de especialização em Treino de Alto Rendimento Desportivo.

Orientador: Prof. Doutor António Teixeira Marques
Co-Orientador: Prof. Doutor Adroaldo Cezar Araújo Gaya

Porto, 2002

CATALOGAÇÃO NA FONTE

C129a Cafruni, Cristina Borges.
Análise da carreira desportiva de atletas brasileiros: estudo da relação entre o processo de formação e o rendimento desportivo. / Cristina Borges Cafruni. - Porto: Universidade do Porto, 2002.
xxvii + 107 f., il.

Dissertação (Mestrado). Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. Universidade do Porto.

1. Treinamento desportivo: crianças. 2. Treinamento desportivo: adolescentes. 3. Competições. I. Título. II. Marques, António Teixeira, orientador. III. Gaya, Adroaldo Cezar Araújo, co-orientador.

CDU: 796.015

Ficha catalográfica elaborada por Ivone Job, CRB-10 / 624

MAR PORTUGUÊS

Ó Mar Salgado, quanto do teu sal
São lágrimas de Portugal!
Por te cruzarmos, quantas mães choraram,
Quantos filhos em vão rezaram!
Quantas noivas ficaram por casar
Para que fosses nosso, ó mar!

Valeu a pena? Tudo vale a pena
Se a alma não é pequena.
Quem quer passar além do Bojador
Tem que passar além da dor.
Deus ao mar o perigo e o abismo deu,
Mas nele é que espelhou o céu

FERNANDO PESSOA

Para os grandes "Mestres"
que me permitiram
chegar até aqui

AGRADECIMENTOS

Ao Professor Doutor **António Teixeira Marques**, por sua dedicação e atenção na orientação do presente estudo, sem deixar que a distância dificultasse a resolução de muitas questões. Por sua eterna disponibilidade para receber os estudantes brasileiros.

Ao Professor Doutor **Adroaldo Cezar Araújo Gaya**, pela atenção e inúmeras sugestões feitas no desenvolver do trabalho e, ainda, por ser o precursor das relações entre a ESEF-UFRGS e a FCDEF-UP.

Ao Professor Doutor **Jorge Bento**, que durante uma palestra em uma de suas visitas ao Brasil, me fez admirar, desde já, Portugal.

Ao Professor Doutor **Pedro Sarmento**, pela simpatia com que sempre nos atendeu, e pelas oportunidades.

À Professora Doutora **Alda Corte Real**, à Professora Mestranda **Cristina Corte Real** e à **Federação Portuguesa de Ginástica**, pelos momentos que me proporcionaram uma proximidade com a Ginástica Artística de Portugal, através das arbitragens e visitas ao ginásio da **FCDEF-UP**.

A todos os **Gabinetes** e **Professores** da **FCDEF-UP**, pela troca de conhecimentos e oportunidades que me proporcionaram inigualável crescimento.

A toda a **Secretaria da FCDEF**, que sempre nos atendeu com atenção e precisão.

À D. **Silvia Tavares**, da biblioteca da FCDEF.

Ao **André David,** do departamento de informática da FCDEF.

Aos colegas brasileiros **Marco Paulo Stigger**, **Lucídio Rocha**, **Guilherme Ripoll**, **Alberto Puga**, **Núbio Gomes**, **Carlos Alberto Afonso**, **Simonetti**, **Miriam Alves**, **Raimundo Ricardo**, **Sônia Hoffmann**, **Neiza Fumes**, **Daniel Garlipp, Érica e Daniele**, cada qual em uma fase da jornada, me permitiram um grande aprendizado.

Aos queridos colegas portugueses do Mestrado, que nos receberam com carinho, minhas eternas saudades!

À **Núbia**, pela recepção, e apesar dos poucos momentos em que estivemos juntas, foi bom saber que tive "alguém por perto".

Aos amigos **Fernanda Campos**, **Antônio Mattos**, **Sylvia Mattos**, **Doro Caporal** e **Sandra Poey**, que fizeram das pequenas conversas uma influência na minha decisão.

Aos amigos **Siqueira**, **Betinha** e **Tininha**, com quem pude dividir os melhores momentos em Portugal. Agradeço à vida por ter me proporcionado este encontro.

Ao Supervisor de Futsal da ULBRA, **Mauro Flores Paiva**, e ao Professor **João Carlos Romano**, por ajudarem nos dados referentes ao Futsal.

Aos supervisores técnicos **Luiz Fernando Nascimento** (Rexona), **Ray de Paula e Silva Filho** (Lupo Náutico); aos técnicos **Carlos Castanheira** (Minas Tênis Clube), **Carlos Eduardo Bizzocchi** (Palmeiras) e aos professores **João Mieznikowski** (Bento Gonçalves) e **José Cícero Moraes** (ESEF-UFRGS), pela ajuda nos dados referentes ao voleibol.

À Federação Riograndense de Ginástica, nas pessoas do Presidente **Antônio Augusto S. da Fontoura** e **Gabriela**, pela consulta aos

arquivos da Confederação Brasileira de Ginástica. Aos professores **Leonardo Finco** e **João Oliva**, pelo auxílio aos dados referentes à Ginástica Olímpica.

À Federação Gaúcha de Desportos Aquáticos, nas pessoas do Presidente **Antônio Carlos Mariante**, **Cláudia Müllich**, **Nara Rúbia Vicente Macedo** e **Paulo Cesar Garcia**, pela consulta aos arquivos da natação, e ao Professor **Marcelo Diniz**, pela disponibilidade com que sempre me atendeu.

À Federação Gaúcha de Tênis, à **Sylvaney** da Federação Paranaense de Tênis, à Professora **Ana Cláudia Condeixa de França**, ao **Alexandre Arantes** da Data Sport – Confederação Brasileira de Tênis, à **Ilana Abrantes** e **Vanessa Menga** e ao Professor Doutorando **Balbinotti,** pela consulta e envio dos dados necessários ao tênis.

A todos os treinadores que participaram do nosso estudo, fazendo de cada colaboração um grande contributo.

Aos colegas do **Grêmio Náutico União**, pelos anos de convivência que me proporcionaram uma grande experiência, e pelas inúmeras ajudas no decorrer da pesquisa.

Aos amigos **Fabíola Laner**, **Jorge Telles** e **Antônio Ortaça**, fiéis colegas com quem tive o prazer de conviver durante muitos anos. Agradeço o incentivo, a coragem e a força que me transmitiram sempre

Aos amigos que desde muito tempo me acompanham, e que são determinantes para "o prosseguir": **Neca**, **Jamile**, **Dani**, **Sandra**, **Cristiane** e **Bia**.

Ao **Tio Mauro**, que mesmo longe deu "aquela força".

À minha família, que sempre me ajudou e me apoiou: **Anne**, **Mário**, **Tânia** e **Ênio**.

ÍNDICE GERAL

ÍNDICE DE FIGURAS XV
ÍNDICE DE QUADROS XVII
ÍNDICE DE TABELAS XIX
RESUMO XXI
ABSTRACT XXIII
RÉSUMÉ XXV
ABREVIATURAS XXVII
INTRODUÇÃO 1
1 REVISÃO DA LITERATURA 5
1.1 Preparação desportiva a longo prazo 5
1.1.1 Considerações iniciais 5
1.1.2 A estrutura da preparação desportiva a longo prazo e o treinamento de crianças e jovens 6
1.1.3 Propostas de preparação desportiva a longo prazo sob a perspectiva das etapas de formação 9
1.1.4 Síntese das propostas de preparação desportiva a longo prazo 19
1.2 A competição e os resultados no desporto de crianças e jovens ... 21
1.2.1 O problema dos resultados precoces 21
1.2.2 Os resultados de crianças e jovens e a possibilidade de prognóstico 26
1.2.3 Prontidão para a competição 29
1.2.4 Síntese sobre a competição e os resultados no desporto de crianças e jovens 34

1.3 Caracterização dos desportos 35
1.3.1 Ginástica olímpica 37
1.3.2 Ginástica rítmica desportiva 41
1.3.3 Natação 43
1.3.4 Jogos desportivos coletivos 46
1.3.4.1 Futsal 49
1.3.4.2 Voleibol 52
1.3.5 Tênis 54
1.3.6 Conclusão 56
2 OBJETIVOS E HIPÓTESES 59
2.1 Objetivo geral 59
2.2 Objetivos específicos 59
2.3 Hipóteses 60
3 MATERIAL E MÉTODOS 61
3.1 Tipo de estudo 61
3.2 Amostra 61
3.3 Definição de critérios para determinar os altos resultados (AR) nas etapas de formação 64
3.4 Delimitação das idades entre as etapas da PDLP 65
3.5 Instrumentos 66
3.6 Coleta de dados 67
3.7 Procedimentos estatísticos 67
4 RESULTADOS 69
4.1 Percentagem de altos resultados (AR) no conjunto das modalidades desportivas durante as três primeiras etapas da PDLP 69
4.2 Percentagem de altos resultados em cada desporto durante a primeira etapa da PDLP 70
4.3 Percentagem de altos resultados em cada desporto durante a segunda etapa da PDLP 71

4.4 Percentagem de altos resultados em cada desporto durante a terceira etapa da PDLP 71
4.5 Opinião dos treinadores sobre os resultados desportivos 72
5 DISCUSSÃO 77
5.1 Presença de altos resultados no conjunto das modalidades durante as etapas de preparação desportiva 77
5.2 Presença de altos resultados em cada modalidade durante as etapas de preparação desportiva 81
5.2.1 Primeira etapa 81
5.2.2 Segunda etapa 82
5.2.3 Terceira etapa 84
5.2.4 Considerações 84
5.3 Opinião dos treinadores sobre os resultados desportivos 85
CONCLUSÕES 89
BIBLIOGRAFIA 91
ANEXOS 101
ANEXO 1 Questionário – Voleibol 103
ANEXO 2 Questionário – Futsal 105
ANEXO 3 Questionário – Treinadores 107

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1	Dinâmica aproximada de muitos anos dos resultados na corrida de 100m de dois atletas velocistas (Zakharov, 1992)	24
FIGURA 2	Correlação entre os resultados desportivos dos jovens ginastas durante dois períodos: juvenis (12 anos) e elite (19 anos) (Kobjakov, 1980)	28
FIGURA 3	Classificação dos esportes de cooperação/oposição (Moreno e Sanchez, 1994)	47
FIGURA 4	Percentagem de altos resultados nas modalidades desportivas durante as etapas da PDLP	70
FIGURA 5	Percentagem de altos resultados nas modalidades desportivas durante a primeira etapa da PDLP	70
FIGURA 6	Percentagem de altos resultados nas modalidades desportivas durante a segunda etapa da PDLP	71
FIGURA 7	Percentagem de altos resultados nas modalidades desportivas durante a terceira etapa da PDLP	72
FIGURA 8	Importância dos resultados entre as categorias de treinadores	73
FIGURA 9	Importância dos resultados entre os treinadores atuantes e não-atuantes em seleções	73
FIGURA 10	Importância dos resultados entre as etapas de preparação desportiva	73
FIGURA 11	Significado dos resultados de crianças e jovens para os treinadores	74
FIGURA 12	Percentagem de respostas da *Pergunta 8* entre as categorias de treinadores	75

ÍNDICE DE QUADROS

QUADRO 1	Zonas das idades limites dos resultados (Adaptado de Filin, 1996)	7
QUADRO 2	Propostas de preparação desportiva a longo prazo	10
QUADRO 3	Duração de cada etapa da PDLP nos diversos desportos (Adaptado de Platonov, 1994)	15
QUADRO 4	Idade da iniciação, da especialização e da alta performance em diferentes desportos (Adaptado de Bompa, 2000)	19
QUADRO 5	Correlação entre as melhores performances realizadas em cada ano pela elite de saltadores de altura franceses entre 16 e 23 anos (Durand, 1987)	29
QUADRO 6	Idade mínima para a participação em competições (Adaptado de Bompa, 2000)	33
QUADRO 7	Etapas de preparação de muitos anos (Smoleuskiy e Gaverdoskiy, 1997)	40
QUADRO 8	Etapas de preparação a longo prazo na natação (Makarenko, 2001)	45
QUADRO 9	Critérios adotados para a definição de altos resultados desportivos nas etapas de formação	65
QUADRO 10	Delimitação das idades entre as etapas da PDLP	65

ÍNDICE DE TABELAS

TABELA 1 Caracterização da amostra dos treinadores 64

TABELA 2 Questões aplicadas aos treinadores 66

TABELA 3 Categorias de respostas da *Pergunta 7* 74

TABELA 4 Categorias de respostas da *Pergunta 8* 75

RESUMO

A exigência de altos resultados para os jovens desportistas é amplamente questionada pela literatura visto que, das três etapas do período de formação, os resultados só demonstram relevância na terceira. Neste sentido, o objetivo principal deste estudo foi verificar se os atletas de seis modalidades (ginástica olímpica, ginástica rítmica, natação, tênis, voleibol e futsal) apresentaram altos resultados enquanto pertenciam ao período de formação desportiva. Para complementar a pesquisa investigou-se a opinião de 25 treinadores sobre este tema. Em uma amostra de 161 atletas de alto nível observou-se a percentagem de altos resultados durante as três etapas de preparação desportiva, de acordo com o modelo de Platonov (1994), através de consultas às federações e questionários aplicados aos atletas. As principais conclusões da pesquisa foram: a) os atletas demonstraram um baixo percentual de altos resultados na primeira etapa (28,7%), um médio percentual na segunda etapa (67,6%) e, na terceira etapa, ocorreu o maior percentual de altos resultados (87,1%); b) a comparação realizada entre as modalidades revelou grande variação entre elas na primeira e segunda etapas, entretanto, todos desportos apresentaram altos percentuais na terceira fase, indicando grande relevância dos resultados neste período; c) os treinadores: não demonstraram um perfil único em relação à importância que atribuem aos resultados dos jovens desportistas, tão pouco no que diz respeito ao momento em que eles devem ocorrer; relacionaram o significado dos resultados com "grande chance de ter um atleta de ponta", "possibilidade de avaliação", "motivação" e "não são tão importantes quanto a diversão, as conquistas pessoais e as atitudes positivas"; consideraram que os altos resultados no desporto de crianças e jovens podem constituir em prejuízo para a carreira do atleta.

Palavras-chave: TREINAMENTO, COMPETIÇÃO, CRIANÇAS E JOVENS, RESULTADOS DESPORTIVOS, TREINAMENTO A LONGO PRAZO.

ABSTRACT

The demand for high performance results put upon young athletes is widely questioned in literary works. However, of the three phases during the period of formation, the results only demonstrated to be relevant in the third period. Therefore, the main objective of this study was to verify if the athletes from six sports (olympic gymnastics, rhythmic gymnastics, swimming, tennis, volleyball, and indoor soccer) presented high results during the period of sports development. To complement the research, the views of 25 trainers on this theme were taken into consideration. From a sample of 161 high-level athletes, the percentage of high results were observed during the three phases of sports preparation, according to the model of Platonov (1994), by means of consulting the federations and by questionnaires applied to the athletes. The main conclusions of the research were the following: a) the athletes showed a low percentage of high results during the first phase (28.7%), an average percentage during the second phase (67.6%), and in the third phase is where the greatest percentage of high results occurred (87.1%). b) the comparison made between the sports modalities revealed a great variation between them in the first and second phases, but all sports showed high percentages in the third phase, indicating great relevance in the results in this period. c) the trainers did not show a united opinion in relation to the importance given to the results of the young athletes nor with respect to the moment at which they should occur. They related the significance of results as "a great opportunity to have a first-rate athlete", "possibility to be evaluated", "motivation", and "not so important as the fun, personal victories and the positive attitudes". They did think that a strong focus on high results in sports for children and young people could have a negative effect on the career of the athlete.

Key Words: TRAINING, COMPETITION, CHILDREN AND YOUTH, SPORTS RESULTS, LONG-TERM TRAINING.

RÉSUMÉ

L'exigence de résultats élevés pour les jeunes sportifs est amplement mise en doute par la littérature sur le fait que, sur les trois étapes de la période de formation, les résultats démontrent l'importance seulement dans la troisième étape. De ce point de vue, l'objectif principal de cette étude a été de vérifier si les athlètes de six catégories (gymnastique olympique, gymnastique rythmique, natation, tennis, volley-ball et football en salle) ont présenté des résultats élevés pendant leur période de formation sportive. Pour complémenter la recherche, il a été examiné l'opinion de 25 entraîneurs sur ce thème. Sur un échantillon de 161 athlètes de haut niveau, il a été observé un pourcentage de résultats élevés durant les trois étapes de la préparation sportive, en accord avec le modèle de Platonov (1994), et ceci au travers de consultations aux fédérations et de questionnaires appliqués aux athlètes. Les principales conclusions de la recherche ont été: a) les athlètes démontrèrent un pourcentage réduit de résultats élevés dans la première étape (28,7%), un pourcentage moyen dans seconde étape (67,6%) et, dans la troisième étape, est apparu le plus grand pourcentage de résultats élevés (87,1%); b) la comparaison réalisée entre les catégories a révélé une grande variation entre elles dans la première et la seconde étape, cependant que tous les sports ont présenté des pourcentages élevés dans la troisième phase, montrant une grande importance des résultats dans cette période; c) les entraîneurs n'ont pas représenté un profil unique quant à l'importance qu'ils attribuent aux résultats des jeunes sportifs, ni même à ce qui se réfère au moment où ils doivent se dérouler; et ont rattaché la signification des résultats à "une grande chance d'avoir un athlète de pointe", "possibilité d'évaluation", "motivation" et "ne sont pas si importantes que la diversion, les conquêtes personnelles et les attitudes positives"; et ont considéré que les résultats élevés dans le sport des enfants et des jeunes peuvent constituer un préjudice pour la carrière de l'athlète.

Mots clefs: ENTRAÎNEMENT, COMPÉTITION, ENFANTS ET JEUNES, RÉSULTATS SPORTIFS, ENTRAÎNEMENT À LONG TERME.

ABREVIATURAS

AR – Altos Resultados

CBG – Confederação Brasileira de Ginástica

CR – Critérios

FIFA – Fédération Internationale de Football

FIFUSA – Federação Internacional de Futebol de Salão

FIG – Federação Internacional de Ginástica

FIVB – Federação Internacional de Voleibol

FRG – Federação Riograndense de Ginástica

GRD – Ginástica Rítmica Desportiva

JDC – Jogos Desportivos Coletivos

LMI – Limite Mínimo de Idade

PDLP – Preparação Desportiva a Longo Prazo

INTRODUÇÃO

Atualmente, o desporto de alto rendimento manifesta sua complexidade, não apenas por ser multidimensional mas também pelas exigências existentes em cada um de seus contextos. Não obstante, alcançar o alto nível no desporto requer que o treinamento dos atletas seja minuciosamente planejado.

O período entre a iniciação desportiva e o alto rendimento é designado pela teoria do treinamento desportivo como um período de formação, onde se procura desenvolver bases que permitam aos atletas alcançar os objetivos finais. A chamada "Preparação Desportiva a Longo Prazo" foi explorada por diversos autores, os quais estabeleceram várias etapas de treinamento, cada qual com seus objetivos. Entende-se, assim, que os aspectos relacionados ao treinamento de crianças e jovens são de primordial importância e estão, por isso, devidamente delimitados em cada fase da preparação desportiva.

No Brasil, tem-se observado que o sucesso de um determinado desporto de nível nacional ou internacional proporciona um aumento da participação de crianças e jovens nas categorias iniciais, fato este que deveria refletir positivamente no crescimento do desporto. No entanto, assiste-se a um tratamento de iguais proporções: pequenos atletas são treinados para campeonatos mirins e infantis como se dependessem destas vitórias para o sucesso futuro. E, muitas vezes, se faz dos jovens campeões um prognóstico

para repetir o sucesso na categoria adulta, quando não menos de uma década os separa desta.

Esta supervalorização dos resultados dos jovens atletas faz-nos questionar da sua validade. Na abordagem da Preparação Desportiva a Longo Prazo, a preocupação com a obtenção de resultados só inicia na última fase da formação desportiva e culmina na fase do alto rendimento (Bompa, 2000; Filin, 1996; Zakharov, 1992; Platonov, 1994; Weineck, 1986; Harre, 1982, Matvéiev, 1991; Marques, 1991). A preocupação em evitar-se os altos resultados prematuros nos jovens ocorre devido às conseqüências que estes podem trazer à carreira do atleta. Por ser geralmente fruto de uma preparação forçada (Zakharov, 1992), os altos resultados nos atletas em formação têm como alvo duas principais críticas: a primeira, é a possibilidade de provocar um esgotamento precoce das reservas de adaptação do jovem atleta (Platonov, 1994; Bompa, 2000), e a segunda, está resumida na ausência do trabalho de base essencial para se obter o alto nível na idade adulta, provocado devido a orientação exclusiva para as vitórias (Coelho, 2000; Nadori, 1990).

Contudo, a literatura desportiva ainda necessita de dados empíricos que nos permitam uma maior compreensão do problema, de maneira a dar aos resultados a importância que eles merecem. Faz-se necessário uma maior reflexão sobre o direcionamento do treinamento de crianças e jovens que participam de programas competitivos, uma vez que a orientação adequada é determinante para se atingir o desporto de alto rendimento.

Nesta perspectiva, o problema desta investigação se apresenta resumido na seguinte questão: *Existe associação entre os resultados obtidos nas categorias de formação e o alto nível?*

Na intenção de resolver o problema mencionado, estabelecemos como objetivo principal de nosso estudo verificar se os atletas dos desportos

estudados apresentaram altos resultados enquanto pertenciam ao período de formação desportiva.

Estrutura do estudo

No capítulo 1 é realizada uma revisão bibliográfica onde são enfatizadas as seguintes questões: a) a preparação desportiva a longo prazo; b) a competição e os resultados no desporto de crianças e jovens; c) a caracterização dos desportos. No capítulo 2 são definidos os objetivos gerais e específicos do trabalho, assim como formuladas as respectivas hipóteses. Encontra-se no capítulo 3 os procedimentos metodológicos utilizados para a realização desta pesquisa. Os resultados obtidos são demonstrados no capítulo 4, e a discussão referente às análises dos mesmos está localizada no capítulo 5. No último capítulo (6) apresenta-se as principais conclusões do presente estudo.

1 REVISÃO DE LITERATURA

"A preparação desportiva de crianças e jovens só ganha um sentido suficientemente amplo quando, também, se projeta no futuro" (Coelho, 2000, p.147).

1.1 Preparação desportiva a longo prazo

1.1.1 Considerações Iniciais

A Preparação Desportiva a Longo Prazo (PDLP) é, na definição de Harre (1982), um processo pedagógico regido de acordo com as leis do desenvolvimento pessoal e da performance atlética, e que objetiva obter a máxima eficiência em uma determinada idade.

Martin *et al.* (1997), em uma análise dos Jogos Olímpicos de Atlanta, justificaram a queda dos resultados apresentados em várias modalidades por, dentre outras razões: a) erro na transição dos atletas para o alto nível; b) excessivo interesse por competições nacionais, provocando um conflito na preparação da seleção para outros campeonatos de maior importância. Estas razões estão diretamente relacionadas com a PDLP, através da definição dos objetivos e planejamento do percurso do atleta desde a iniciação desportiva até o alto nível.

Este tipo de análise aliada à opinião de diversos autores (Platonov, 1994; Bompa, 1999; Zakharov, 1992; Weineck, 1986; Grosser *et al.*, 1989; Martin *et al.*, 2001), reforçam o consenso existente de que atualmente o alto rendimento não pode ser obtido sem a PDLP. Bompa (1999) acrescenta que a PDLP é uma característica do desporto moderno.

O objetivo da PDLP é promover a elevação progressiva das exigências do treinamento, de maneira a obter uma melhora constante da capacidade de performance. Daí a necessidade de se construir bases sólidas na preparação de crianças e adolescentes, permitindo, assim, obter no futuro a alta performance (Weineck, 1986; Harre, 1982). Esta abordagem determina que se evite a ocorrência de resultados precoces vinculados a uma preparação forçada, pois, embora aparentem ser promissores, tendem a estabilizar muito antes das categorias adultas (Zakharov, 1992; Matvéiev, 1991) ou reduzir a carreira desportiva (Vaitsekhovskii, 1992).

Assim, surge a preocupação da abordagem da PDLP no contexto da formação desportiva. Neste sentido, pretende-se responder, no treinamento de crianças e jovens, quais os caminhos a percorrer que permitam mais tarde, alcançar o alto rendimento.

1.1.2 A estrutura da preparação desportiva a longo prazo e o treinamento de crianças e jovens

Platonov (1994) estabelece os seguintes fatores como dependentes para determinar a formação e a duração da PDLP:

a) a estrutura da atividade competitiva no desporto considerado e o grau de preparação dos atletas que poderão atingir resultados elevados;

b) uma formação e um desenvolvimento sistemático e regular dos diversos componentes da maestria desportiva, assim como um desenvolvimento constante dos processos de adaptação dos sistemas funcionais que são fundamentais para o desporto considerado;

c) as características individuais e do sexo dos atletas, bem como o ritmo de maturação biológica, que serão relacionados a vários aspectos do ritmo do desenvolvimento da maestria desportiva.

Ao considerar estes fatores, o autor (Op. cit.) determina que o treinamento do jovem atleta deva ser planejado de maneira que este alcance o resultado máximo em uma idade ideal. Contudo, muitas vezes em caso de atletas excepcionais e acima da média, estes resultados podem ser obtidos mais cedo.

Os estudos referentes à idade ideal, onde ocorrem os máximos resultados, devem abordar principalmente competições como os Jogos Olímpicos e Campeonatos Mundiais. Filin (1996) demonstra as zonas das idades limites onde podem ocorrer os resultados de vários desportos (Quadro 1).

QUADRO 1 Zonas das idades limites dos resultados (adaptado de Filin, 1996)

Desporto	Zona dos primeiros altos êxitos	Zona das últimas possibilidades	Zona da manutenção dos altos resultados
Atletismo			
100m (masc./fem.)	17-21/16-19	22-24/20-22	25-26/23-25
800m (masc./fem.)	18-22/18-20	23-25/21-23	26-27-24-25
10.000m (masc.)	21-24	25-27	28-29
Salto em Altura (masc./fem.)	17-21/16-18	22-24/19-22	25-26/23-24
Lançamento de dardo (masc./fem.)	19-23/18-22	24-26/23-24	27-28/25-26
Natação (100 e 200m) (masc./fem.)	15-17/13-14	18-20/15-18	21-22/19-20
Ginástica Desportiva (masc./fem.)	16-18/12-15	19-21/16-17	22-24/18-19
Basquetebol (masc./fem.)	18-21/16-18	22-25/19-23	26-28/24-25
Futebol (masc.)	17-21	22-26	27-28

Em geral, estes dados têm mantido uma estabilidade durante as últimas três décadas. Ocorrem, no entanto, algumas exceções referentes às modalidades que apresentaram um rejuvenescimento (patinação artística, saltos ornamentais, ginástica, natação e esgrima) devido a fatores como alterações de regulamentos, início da especialização mais cedo e passagem para a esfera profissional (Zakharov, 1992).

Enquanto as diferenças na construção da PDLP são dependentes dos fatores determinantes da performance de um desporto específico (Weineck, 1986), a progressão temporal da PDLP se baseia na idade biológica do atleta, no nível do seu desenvolvimento e preparação, na capacidade de realização de todas as cargas e na competição em desenvolvimento (Filin, 1996). Portanto, as recomendações referentes às idades são válidas desde que referenciadas como um marco orientativo, uma vez que a evolução dos atletas depende da sua individualidade (Martin *et al.*, 2001).

Embora as características do desporto de alto rendimento sirvam de metas para o planejamento da PDLP, isto não significa que o treinamento das crianças e jovens deva assemelhar-se com os atletas de alto rendimento. Os princípios que orientam o treino dos primeiros não podem ser idênticos aos dos últimos (Marques, 1993a).

A exemplo, verificamos a participação dos jovens atletas em campeonatos altamente especializados. Ao se provocar uma utilização precoce de meios mais eficazes de estimular o organismo do atleta, próprios de uma metodologia de treinamento dos atletas mais fortes do mundo, observa-se um rápido crescimento nos resultados muito antes de ser alcançada a idade ótima. O resultado é o esgotamento do potencial adaptativo do atleta, impedindo que este reaja a novos estímulos ou até mesmo, a cargas menos intensas (Platonov, 1994; Zakharov, 1992).

Sublinhando a diferença que deve ocorrer entre os moldes do treinamento de crianças e adolescentes, Marques (2000) destaca a existência

de uma tendência em intensificar a qualidade em detrimento da quantidade de treino. Através de pressupostos que assegurem condições de maior eficácia, o autor transfere os questionamentos de "o quanto fazer" para "o que fazer" nas etapas de formação desportiva: "Os resultados no alto nível cada vez mais dependem do que se fez nos anos de formação e não no número de anos passados na preparação. Mais da qualidade e menos da quantidade de trabalho realizado" (p.52). Coelho (2000) também entende que a formação de um atleta é condicionada pelos estados qualitativos atingidos pelos praticantes durante as etapas da sua preparação.

Se, por um lado, consideramos o trabalho dos jovens um dos fatores determinantes dos limites da preparação desportiva no mais alto nível de rendimento, é imprescindível, portanto, a definição clara e precisa dos objetivos em cada uma das etapas do processo de formação (Mesquita, 1997).

1.1.3 Propostas da preparação desportiva a longo prazo sob a perspectiva das etapas de formação

Na literatura encontramos diversas propostas da PDLP, divididas em etapas, que não convergem em número e terminologia. Das etapas constituintes da PDLP, interessa-nos as etapas de formação, as quais definiremos como todas etapas anteriores ao alto rendimento (Quadro 2).

QUADRO 2 Propostas de preparação desportiva a longo prazo

Harre (1982)	– Treinamento de Jovens Atletas* *Iniciantes e Avançados** – Treinamento Competitivo
Weineck (1986)	– Treinamento das Esperanças* *Iniciantes e Avançados** – Treinamento de Alta Performance
Lima (1988)	– Iniciação* – Orientação* – Especialização*
Matvéiev (1991)	– Preparação de Base* *Preparação Preliminar e Especialização Inicial** – Máxima Concretização das Possibilidades Desportivas* Pré-culminação* *Resultados Máximos* – Longevidade Desportiva *Conservação e Manutenção*
Zakharov (1992)	– Preparação Preliminar* – Especialização Inicial* – Especialização Aprofundada* – Resultados Superiores – Manutenção dos Resultados
Marques (1993)	– Preparação Preliminar* – Especialização Inicial* – Especialização Aprofundada*
Platonov (1994)	– Preparação Inicial* – Preparação Preliminar de Base* – Preparação Especializada de Base* – Realização dos Máximos Resultados – Manutenção dos Resultados
Filin (1996)	– Preparação Preliminar* – Especialização Desportiva Inicial* – Aprofundamento do Treinamento* – Aperfeiçoamento do Treinamento
Barbanti (1997)	– Preparação Básica* – Preparação Específica* – Preparação de Altos Rendimentos*
Martin (1999)	– Treino Geral* – Treino Fundamental* – Treino de Construção* – Treino de Ligação
Bompa (2000)	– Treinamento Generalizado* *Iniciação e Formação Atlética** – Treinamento Especializado* *Especialização* e Alto Nível*

* etapas de formação.

Em Harre (1982), a PDLP está dividida em duas principais etapas: *treinamento de jovens atletas (iniciantes e avançados)* e *estágio de*

treinamento competitivo. Para o autor, a PDLP está divida em várias etapas, devido à necessidade de serem estabelecidos claramente os objetivos e conteúdos de cada uma delas.

A etapa do *treinamento de jovens atletas* objetiva prepará-los para atingir o alto nível da performance no momento em que alcançam a idade da máxima eficiência. As principais tarefas nesta etapa de formação compreendem, na subfase dos *iniciantes*, o desenvolvimento da preparação física geral e o trabalho dos fundamentos das técnicas e da tática elementar, enquanto que aos *avançados* cabe o desenvolvimento do condicionamento direcionado a uma modalidade, o aperfeiçoamento da técnica e da tática e, por fim, o desenvolvimento de uma ampla base motora. É salientado, também, como tarefa da etapa do treinamento de jovens a importância da educação dos atletas, exercida com base no fundamento de desenvolver a motivação para atingir o alto nível, aliada a fatores como a criação de atitudes positivas, o desenvolvimento do caráter e de qualidades volitivas. O autor não menciona a participação de competições nesta etapa.

Matvéiev (1991) reconhece que o conhecimento científico a respeito da PDLP é ainda muito limitado, devido a carência de estudos longitudinais, sendo assim, suas constatações sobre este assunto têm um caráter exploratório. O autor apresenta um modelo de PDLP com três etapas principais: *preparação de base, máxima concretrização das possibilidades desportivas e longevidade desportiva.*

A primeira etapa tem como objetivo formar bases sob as quais se erguerão os resultados da atividade do atleta. Dividida em *preparação preliminar* e *especialização inicial*, na primeira ocorre um treino visando a preparação física e desportiva geral (fundamentos das técnicas desportivas), enquanto que na segunda há um direcionamento para uma modalidade específica, mas sem provocar a especialização em uma única prova. É importante destacar que a preparação para os resultados desportivos não é, nesta primeira etapa, um objetivo imediato. Eles só serão relevantes a partir do

treino especializado, ou seja, no final desta etapa, mas no sentido de progresso e não em relação aos níveis atuais de rendimento.

A *máxima concretização das possibilidades desportivas* também está dividida em duas fases: a *pré-culminação*, caracterizada por uma intensa especialização, aumento do treino especial, volume e intensidade, assim como uma maior ocorrência da prática competitiva; e os *resultados máximos*, norteando a periodização do treinamento para as grandes competições. A primeira fase pode ser orientada para os altos resultados, mas este vão depender das condições do atleta. Já na segunda, procura-se coincidir com a idade mais favorável aos altos resultados desportivos.

As etapas de formação da PDLP, para Weineck (1986), correspondem ao *treinamento das esperanças*, por sua vez, subdividido em *iniciantes* e *avançados.* As idades estabelecidas para cada etapa são dependentes da modalidade em questão. Na etapa dos *iniciantes* visa-se uma formação de base polivalente, a ampliação do repertório das habilidades motoras através de técnicas básicas e a utilização de meios e métodos de treinamento variados. No estágio *avançado,* no qual são desenvolvidas as bases trabalhadas anteriormente já no contexto da modalidade escolhida, ocorre um aumento progressivo do trabalho específico, bem como do volume e intensidade do treino. Todos os conteúdos mencionados visam, principalmente, criar condições que permitam a transição para o último estágio, o *treinamento da alta performance.*

Em Lima (1988), a formação desportiva de crianças e jovens está caracterizada como um processo pedagógico, que se deve opor à produção do desporto adulto. Sendo assim, as etapas devem apresentar um enquadramento próprio através de conteúdos, equipamentos e competições que assegurem as condições favoráveis ao sucesso desportivo. Na *iniciação* (8 a 12 anos), os objetivos são prioritariamente educativos e formativos, designando conteúdos de caráter dominantemente lúdico que visem à participação e que considere as particularidades de cada criança. Na etapa da

orientação (11-12 a 15-16 anos), acrescenta-se a integração social aos objetivos anteriores. Busca-se o desenvolvimento das capacidades motoras e funcionais, dos fundamentos técnicos e táticos das diversas modalidades e a multilateralidade, resultando numa transição progressiva do caráter lúdico para o de treino. Nesta etapa as competições visam ao trabalho de equipe, pois os resultados extremos não devem ser exigidos, visto que podem impedir o atleta de atingir a plenitude do seu desenvolvimento e da sua carreira desportiva. Finalmente, na *especialização* (17-18 a 35-40 anos), ocorre uma integração de todos os fatores que intervém e condicionam a aquisição da forma desportiva, sendo que nesta etapa os objetivos já estão ligados à performance e à obtenção de resultados.

Para Zakharov (1992), a PDLP divide-se em cinco etapas, sem limites fixos de duração. A progressão entre elas se caracteriza pelo grau de solução da etapa precedente. São elas: *preparação preliminar, especialização inicial, especialização aprofundada, resultados superiores* e *manutenção dos resultados.*

Dentre os principais objetivos na primeira etapa, destaca-se a motivação para o desporto, a ênfase ao desenvolvimento multilateral e a formação harmoniosa do organismo, através de uma prática diversificada. Estão, também, entre as prioridades desta fase, o treinamento da coordenação e da velocidade. Neste momento, a obtenção de resultados pela criança não deve ser exigida. Tanto menor será a duração desta etapa quanto maior for a idade do seu início.

A definição da modalidade desportiva ocorre na *especialização inicial*, etapa onde a preparação multilateral é a tarefa mais importante a ser desenvolvida, juntamente com o domínio das bases técnicas do desporto. Há um aumento na dedicação ao desenvolvimento das capacidades motoras destacadas (velocidade, coordenação, força e resistência), e a atividade competitiva tem aqui um caráter auxiliar, representada pelas competições

preparatórias e de controle que, por sua vez, apresentam um programa simplificado.

Na etapa da *especialização aprofundada* há um aumento da preparação especial, visando a criação de base especializada. Destaca-se, deste modo, que só aqui são definidas as funções que o atleta irá desempenhar (exemplos: ataque/defesa ou provas de curta/longa duração). Ocorre também neste período a consolidação das técnicas, que são aperfeiçoadas através do método competitivo. O número de competições se apresenta bem próximo da etapa dos resultados superiores (40 a 70%).

Marques (1993) estabelece três etapas que caracterizam a preparação desportiva de crianças e jovens, a saber: *preparação preliminar, especialização inicial* e *especialização aprofundada.* A primeira objetiva a preparação (motora e desportiva) multilateral da criança, na segunda ocorre o direcionamento para uma modalidade e o desenvolvimento dos fundamentos desta, enquanto que a última etapa está dirigida para o desenvolvimento aprofundado da capacidade de prestação do desporto. As competições oficiais só aparecem na segunda etapa e em número reduzido – vale citar que "as tarefas da formação devem-se sobrepor às preocupações do rendimento imediato" (p.244) – e é só na última etapa que inicia a orientação para o rendimento nas competições, emergindo, assim, a periodização com características bem próximas daquela exercida no alto rendimento.

Posteriormente, o autor (Marques, 1999; Marques e Oliveira, 2001), ao referir-se sobre a discussão entre a utilização da preparação geral *versus* específica nas etapas de base, revela a atual tendência ao treinamento multilateral inserido já em uma modalidade específica. Este fato é também lembrado por Coelho (2000) ao relatar que, atualmente, a natureza do treino geral é determinada pela estrutura de rendimento de cada modalidade, o que, no entanto, não nega os princípios da preparação a longo prazo.

Na perspectiva de Platonov (1994), a PDLP subdivide-se nas cinco etapas seguintes: *preparação inicial, preparação preliminar de base, preparação especializada de base, realização dos máximos resultados individuais* e *manutenção dos resultados.* Esta proposta vem acompanhada de um modelo de duração das etapas específico para cada desporto, como podemos observar no Quadro 3.

QUADRO 3 Duração de cada etapa da PDLP nos diversos desportos (adaptado de Platonov, 1994)

Desporto	**Duração das etapas (em anos)**			
	Preparação inicial	Preparação preliminar de base	Preparação especializada de base	Realização dos máximos resultados
Ginástica Olímpica (fem./masc.)	6-8/8-10	9-10/11-13	11-13 /14-15	14/16
Ginástica Rítmica	6-8	11-13	14-15	16
Natação (fem./masc.)	8-11/9-13	12-14/14-16	15-16/17-18	17/19
Handebol (fem./masc.)	11-14/12-15	15-16/16-18	17-19/19-20	20/21
Futsal (masc.)	11-15	16-18	19-20	21

A *preparação inicial* é marcada pela diversidade de modalidades, técnicas, esquemas de ação motora, meios e métodos, e pela utilização do método lúdico. Na *preparação preliminar de base* prevalece a preparação multilateral, acrescentando-se a esta um pequeno volume de preparação especial. A tendência nesta etapa em aumentar o volume do trabalho específico levará a uma melhora dos resultados na adolescência, mas posteriormente influenciará negativamente na maestria. O trabalho da técnica

é orientado para a modalidade da futura especialização, mas mantém-se, também, a diversidade.

No início da *preparação especializada de base* permanece o mesmo trabalho da primeira fase. No final a orientação já é feita em função da atividade competitiva, e objetiva ampliar a capacidade funcional do organismo.

Filin (1996) divide a PDLP em quatro etapas (*preparação preliminar, especialização desportiva inicial, aprofundamento do treinamento* e *aperfeiçoamento desportivo*), onde as características específicas de cada desporto e o nível de preparação dos atletas vão condicionar a duração das mesmas.

O autor (Op. cit.) estabelece como objetivos da *preparação preliminar* a melhora da saúde, o desenvolvimento físico geral, a variabilidade dos exercícios e a motivação para o desporto. O cumprimento dos objetivos propostos é como um pré-requisito para o alcance posterior de um nível desportivo elevado. Esta etapa, que abrange a idade pré-escolar, se caracteriza pela variabilidade de meios, métodos, organizações e desportos, pelo trabalho das qualidades motoras com destaque para a força, flexibilidade, agilidade e velocidade e, por fim, pelo desenvolvimento da técnica dos exercícios. No final desta etapa ocorre um processo de seleção para as escolas desportivas.

A *especialização desportiva inicial* ocorre durante os dois primeiros anos nas escolas desportivas, tendo como objetivos principais o desenvolvimento da preparação física geral e a formação fundamental da preparação especial. Além da presença de jogos como método, do trabalho da técnica e da tática elementar, é salientado que se desenvolvam meios que integrem as capacidades físicas com as habilidades motoras. O período competitivo é reduzido e tem uma importância secundária. Contudo, a competição tem aqui a importante função de verificar o potencial do atleta.

No *aprofundamento do treinamento* ocorre o domínio perfeito da técnica em condições complexas e individualizadas. O aumento do nível da preparação funcional e especial torna-se constante. Esta etapa é marcada pela participação sistemática em competições.

A preparação desportiva para Barbanti (1997) está dividida em três etapas. Com início pelos 8-9 anos, a *preparação básica* objetiva alcançar as condições necessárias para atingir os resultados desportivos elevados na idade adulta. Com predominância da preparação generalizada, busca-se ampliar as experiências motoras, o desenvolvimento da técnica, das capacidades motoras básicas e a motivação para o treinamento. As competições nesta primeira etapa não devem visar recordes ou "ganhar a qualquer custo". Na etapa de *preparação específica* procura-se, sem abandonar o treinamento multilateral, orientar o atleta para provas ou modalidades que o atleta se especializará. Barbanti (Op. cit.) considera que o exagero no treinamento específico para se obter altos rendimentos pode comprometer o futuro competitivo do atleta. Por fim, a etapa da *preparação de altos rendimentos* tem como objetivo a preparação do atleta para resultados e competições de alto nível, e justifica-se aqui a forte ênfase dirigida às competições.

Martin (1999) compara a estrutura da PDLP com o sistema educativo, ou seja, assim como na escola, a passagem entre as etapas é uma exigência fundamental. Destacamos a posição do autor em afirmar que o treino de crianças e jovens, em virtude de apresentar um caráter de perspectiva, não pode ser orientado para a obtenção de resultados momentâneos em detrimento dos objetivos e conteúdos de cada etapa. O autor (1991) também aponta que o treino das crianças e jovens deve seguir o princípio da melhora da qualidade do treinamento.

Sua divisão inicia com a etapa do *treino geral*, que é utilizado para motivar as crianças à prática do desporto, ocorrendo em simultâneo com a detecção de talentos. O conteúdo desta etapa é marcado pela

multilateralidade, com exercícios destinados à aquisição das capacidades coordenativas.

Segue-se a esta o *treino fundamental*, caracterizado pela dominância da aprendizagem das habilidades motoras específicas da modalidade e pelo treinamento da velocidade.

No *treino de construção*, são desenvolvidos os pré-requisitos energéticos-orgânicos e pretende-se melhorar o nível de adaptação do organismo visando uma preparação ao treino posterior (*treino de ligação*).

Em um dos mais recentes trabalhos sobre a PDLP, Bompa (2000) divide-a em duas principais etapas: o *treinamento generalizado* (chamado anteriormente pelo autor de "treinamento multilateral" (Bompa, 1999) e o *treinamento especializado*. A primeira, subdividida em *iniciação* (6-10 anos) e *formação atlética* (11-14 anos), propõe construir os fundamentos para desenvolver as complexas capacidades motoras, proporcionando uma suave transição para a etapa posterior. A orientação para a performance não é indicada para esta etapa, em que se destacam a aprendizagem dos fundamentos desportivos em geral e das habilidades motoras, assim como o reforço da técnica. As competições surgem no final desta etapa, com o objetivo de aperfeiçoar os fundamentos e a técnica, além de criar situações de sucesso para o atleta. No *treinamento especializado* (15-18 anos), a especialização é marcada pelo emprego do treinamento que vise a performance já em um determinado desporto, pela monitorização deste treinamento e pelo aumento progressivo do número de competições, com objetivos específicos e sem supervalorizar as vitórias. Embora o referido autor estabeleça as idades aproximadas para cada etapa, o mesmo reconhece que ocorrem variações devido às particularidades de cada desporto. Por isso, estabelece uma tabela onde são descritas estas variações (Quadro 4).

QUADRO 4 Idade da iniciação, da especialização e da alta performance em diferentes desportos (adaptado de Bompa, 2000)

Desporto	Idade da Iniciação Desportiva	Idade da Especialização	Idade da Alta Performance
Atletismo			
Velocidade	10-12	14-16	22-26
Corrida de média distância	13-14	16-17	22-26
Corrida de longa distância	14-16	17-20	25-28
Saltos	12-14	16-18	22-25
Salto Triplo	12-14	17-19	23-26
Salto em Distância	12-14	17-19	23-26
Arremesso	14-15	17-19	23-27
Basquete	10-12	15-16	22-28
Futebol	12-14	16-18	23-27
Ginástica			
Feminina	6-8	9-10	14-18
Masculina	8-9	14-15	22-25
Judô	8-10	15-16	22-26
Natação			
Feminina	7-9	11-13	18-22
Masculino	7-8	13-15	20-24
Tênis			
Feminino	7-8	11-13	20-25
Masculino	7-8	12-14	22-27
Voleibol	10-12	15-16	22-26

1.1.4 Síntese das propostas de preparação desportiva a longo prazo

Após a descrição das propostas apresentadas na literatura, podemos resumir as principais idéias quanto à PDLP, em relação às etapas de formação:

A) A maioria dos autores estabelece três principais etapas para designar o processo de PDLP. As idades correspondentes para cada etapa são dependentes do desporto, e a progressão entre elas varia conforme as particularidades do atleta.

B) As orientações correspondentes à primeira etapa estabelecem como principal objetivo a construção de bases que, posteriormente, permitam atingir as etapas subseqüentes. Os conteúdos desta etapa estão relacionados

com o treinamento multilateral, com a variabilidade de meios e métodos, com as atividades lúdicas e com a motivação do atleta.

C) A segunda etapa é marcada pelo direcionamento do atleta a uma modalidade desportiva específica. No entanto, a predominância ainda é do treinamento multilateral com destaque para o trabalho dos fundamentos das técnicas do desporto.

D) Na terceira etapa ocorre uma proximidade com o treinamento da fase adulta, com aumento do volume, da intensidade e da preparação especial, além da presença da periodização tradicional. Visa-se à consolidação e ao aperfeiçoamento dos fundamentos. As influências de treino estão diretamente relacionadas com o desenvolvimento da performance.

E) Em relação à participação em competições e à importância dos resultados, observa-se que:

a) nas duas primeiras etapas as competições apresentam um caráter participativo e adaptativo à realidade do atleta, tanto em questões materiais quanto organizacionais. Os resultados nestas etapas não devem ser exigidos, muito menos demonstram ser importantes para o estágio do alto rendimento;

b) somente na última etapa a quantidade e o modelo das competições aproximam-se àqueles apresentados nas categorias adultas. É apenas nesta etapa que deve ser iniciada uma cobrança de resultados.

1.2 A competição e os resultados no desporto de crianças e jovens

A literatura é clara no sentido em que critica o atual modelo de competições utilizado para o público juvenil e infantil, um modelo que segue os princípios do desporto de alto rendimento (Marques, 1997; Lima, 2000; Rost, 1995). Neste contexto, têm lugar neste capítulo referências que evidenciem os motivos pelos quais os resultados precoces podem comprometer os resultados absolutos, assim como em que circunstâncias eles podem significar um prognóstico para o futuro dos atletas. Apresentadas as questões anteriores, cabe, finalmente, direcionar para a questão da prontidão desportiva, definindo, então, quando é que as crianças e jovens estão prontos para participar dos modelos de competição próximos do desporto de alto rendimento.

1.2.1 O problema dos resultados precoces

Em muitos países os sistemas desportivos estão a caracterizar-se por uma orientação, imprimida pelos clubes, que valoriza de um modo global uma linha dominante: fazer aparecer, o mais depressa possível, os atletas com nível suficiente para garantir a renovação da elite desportiva que os representa nas principais competições federadas (Lima, 1989).

É inevitável que a existência de campeonatos do mundo de categorias juniores seja um estímulo para a participação de competições de alto nível em idades precoces. Contudo, este procedimento contradiz a idéia de uma preparação para se obter resultados elevados a longo prazo, bem como uma longevidade desportiva (Gambetta, 1990)

Não é surpreendente que o sucesso dos resultados se transforme em *status* para os clubes, pois encoraja novos participantes, refletindo, assim, no suporte financeiro (Ferreira, 1986). No entanto, Gomes (1993) enfatiza que

a criança tem direito ao desporto e é desportivamente competente, com a condição de que se respeite sua apetência e proficiência desportiva-motora, o seu estágio de desenvolvimento, desde que não se pretendam resultados obtidos *contra-natura* ou campeões prematuros.

À obtenção de resultados, segundo Bento (1989), deve ser concedido o tempo de espera necessário. "Uma orientação forçada da formação para a obtenção de resultados no mais curto espaço de tempo, conduz a sobrecargas no organismo do jovem praticante e não serve ao seu desenvolvimento ulterior" (p.30). O autor (Op. cit.) salienta que a participação das crianças deve ocorrer em competições de caráter regional, e não nacional, evitando assim uma pressão exagerada na ânsia de sucesso, bem como uma sobrevalorização da criança e seus êxitos na competição.

Da mesma maneira, Marques (2000, 1991) não encontra justificativas que suportem a lógica de trocar os pequenos títulos de hoje por aqueles que verdadeiramente importam, os resultados absolutos. As vitórias de crianças e adolescentes, embora importantes para os jovens atletas, não podem significar um impedimento dos futuros resultados.

Para Coelho (2000), alcançar resultados elevados demasiado cedo é subverter às características que devem presidir a construção dos modelos de preparação, competição e intervenção adequados aos jovens.

Martens (1985) entende que, no lugar de procurar resultados, devemos orientar os atletas a cumprir objetivos da prestação mais controláveis, como por exemplo, uma medida, a velocidade ou a precisão de uma técnica.

É, portanto, lógico que se a orientação multivariada do PDLP não cria condições para o aparecimento de êxitos imediatos, os mesmos não devem ser motivos de preocupação dominante (Mesquita, 1997).

Encontra-se alguns trabalhos evidenciando que os resultados obtidos pelos jovens atletas podem limitar o futuro rendimento. Inicialmente, Nagorni (*apud* Bompa, 2000), em um estudo longitudinal realizado com atletas soviéticos, concluiu que os atletas que obtiveram suas melhores performances em categoria júnior realizaram uma especialização em idades muito baixas. Estas performances nunca foram repetidas quando eles tornaram-se seniores (acima de 18 anos), sendo que a maioria se retirou do esporte antes desta idade. Destes, apenas uma minoria estaria apta a melhorar a performance em idades superiores. Por outro lado, os atletas que se destacaram em categorias adultas no âmbito nacional e internacional, nunca foram campeões nacionais quando menores.

A pesquisa de Barynina e Vaitsekhovskii (1992) procurou estabelecer uma associação entre a idade em que ocorreu a especialização e a carreira de dois grupos de nadadores. O primeiro grupo iniciou a prática da natação na idade média de 6,8 anos (feminino) e 7,7 anos (masculino), sendo que a fase de especialização intensiva iniciou aos 9,8 anos (feminino) e 10 anos (masculino). Já o segundo grupo começou a nadar com 10,5 (feminino) e 9,8 (masculino), e iniciou a segunda fase aos 12,6 (feminino) e 12,1 (masculino). Os resultados demonstraram que os atletas que realizaram a especialização mais cedo permaneceram no time nacional 3,1 anos (feminino) e 3,2 anos (masculino), enquanto que o outro grupo pertenceu à equipe mais de cinco anos. Percebeu-se também, que o primeiro grupo levou mais tempo para chegar às equipes principais: 7,5 anos (feminino) e 10 anos (masculino), contra 6,5 e 8,2, respectivamente. Os autores concluíram que a especialização precoce não demonstrou vantagens nem no tempo necessário para adquirir um alto nível, tão pouco no tempo de permanência neste.

Os resultados prematuros relativamente altos são, para Zakharov (1992), conseqüências de uma preparação forçada. O autor demonstra a preparação de dois atletas velocistas (ambos decidiram se especializar aos dezesseis anos). Enquanto o primeiro atleta utilizou-se de conteúdos

predominantemente gerais na preparação, o segundo optou por meios de preparação especializados intensivos. A dinâmica dos resultados dos dois atletas demonstra que ambos podem alcançar o mesmo tempo dos 100m, sendo o segundo apto a fazê-lo 1-1,5 anos mais cedo (Figura 1). O custo, no entanto, é um rápido decréscimo do tempo obtido pelo segundo atleta, diminuindo a longevidade do mesmo. Para o autor (Op. cit.), este fato ocorre devido ao esgotamento do potencial de treinamento do atleta.

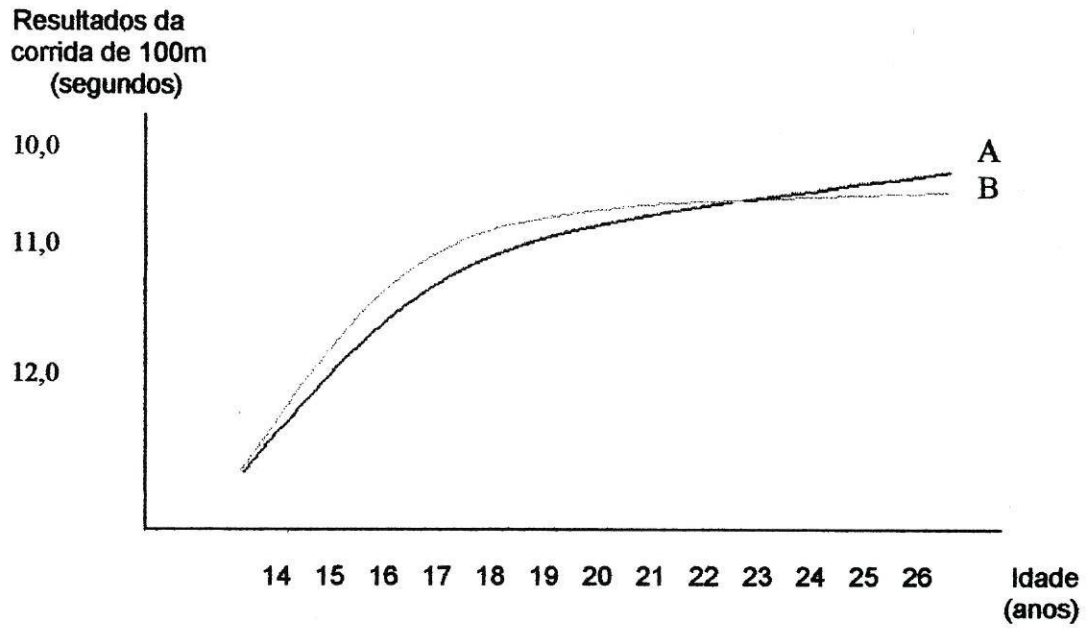


FIGURA 1 Dinâmica aproximada de muitos anos dos resultados na corrida de 100m de dois atletas velocistas (Zakharov, 1992)

No Brasil, são poucos os trabalhos empíricos que procuram evidenciar este tema. Paes (1997) pesquisou o caso do basquetebol, onde em uma amostra de 27 atletas pertencentes à elite do basquetebol brasileiro, 75% deles iniciaram a prática após os 12 anos de idade, contra 25% que tiveram seu início antes desta idade. Complementando o estudo, ainda foram investigados 7 atletas de destaque na categoria mini e que não prosseguiram a carreira. Com estes resultados, o autor questiona a atuação dos atletas nesta categoria, devido a fatores que podem comprometer a carreira

desportiva: especialização precoce, saturação da prática e a ocorrência da elitização do esporte em momento inadequado que, segundo Lima (1989), pode provocar uma "eliminação desportiva precoce" (p.25). Os poucos atletas da elite do basquetebol que iniciaram a prática competitiva antes dos 12 anos de idade demonstraram em suas trajetórias algo em comum: a influência e a participação direta da família.

A trajetória do desenvolvimento de um talento esportivo foi um estudo de caso realizado por Vieira *et al.* (1999). Nesta pesquisa, o curso de vida de um nadador foi explorado desde o contato com o esporte até às Olimpíadas. Verificou-se: a) evidências de interdependência entre os familiares quanto à estrutura e suporte ao atleta; b) as relações interpessoais: "pais-criança", "criança-criança", "pais-atleta", "pais-técnico" e "técnico-atleta", ocorreram de forma positiva e duradoura; c) o *timing* ocorreu dentro das expectativas para a idade, assim, entre 4-8 anos obteve uma estimulação para atividades esportivas, de 9-12 anos, iniciou a aprendizagem de modalidades esportivas e, posteriormente, aos 14 anos começou a prática da natação e entre os 15-16 anos intensificou sua dedicação aos treinamentos. Segundo o depoimento de sua irmã: *"Ele sempre foi bom mas a melhora era gradativa. Ele não foi um atleta que aos quinze anos bateu um recorde da categoria. Só que tinha tempos muito bons e sempre estava entre os primeiros"* (p.51).

Verifica-se que um quadro de especialização muito rápida é conseqüência de um sistema de competições tradicional, baseado numa estrutura de conteúdos muito próxima dos modelos mais evoluídos do desporto de alto rendimento (Marques, 1999). Inevitavelmente, o sucesso neste tipo de competição só é possível em desportistas que são confrontados com uma especialização precoce (Bauersfeld, *apud* Marques, 1999; Marques, 1991).

As conseqüências da especialização precoce estão resumidas em limitações que podem ocorrer para se chegar ao nível mais elevado do desporto (Nadori, 1990; Marques, 1991). Este fato ocorre devido à adoção de uma carga unilateral e precoce e às adaptações especiais que esta provoca

(Nadori, 1990). Por exemplo, um nadador realiza exclusivamente habilidades na posição horizontal, um jogador de futebol não utiliza as mãos nas suas habilidades, e um atleta de *hockey* sobre o gelo não toca com seus pés no chão – são ações que limitam o desenvolvimento global das habilidades motoras (Wiersma, 2000).

Coelho (2000) lembra ainda que a especialização e a intensificação precoce da preparação promove uma elevação rápida do rendimento, mas antecipa a sua estagnação. Para o autor (Op. cit.), este fato ocorre devido ao insuficiente aprofundamento das aquisições no domínio das capacidades motoras e técnicas fundamentais.

1.2.2 Os resultados de crianças e jovens e a possibilidade de prognóstico

Pereira (1999) questiona a possibilidade do desempenho obtido em idades jovens constituir garantia de êxito futuro. O autor (Op. cit.) justifica a questão, dizendo raramente ter encontrado ótimos atletas jovens de nível nacional e internacional que viessem a ser mais tarde ótimos atletas nos Jogos Olímpicos e nos Campeonatos do Mundo.

Para Sobral (1994), a habilidade, a propensão e mesmo o nível atual de prestação de uma criança ou adolescente não são garantia de sucesso em etapas ulteriores da sua carreira desportiva. Contudo, o autor (1988) acredita que nos desportos individuais, onde o nível de prestação é quase totalmente predizível a partir das qualidades físicas mais solicitadas, o grau de indeterminação seja menor do que nos jogos desportivos coletivos. Neste último, a complexidade estrutural da prestação está representada pelo componente tático e pela interação entre a técnica e a tática.

Vários autores (Filin, 1996; Bompa, 2000; Coelho, 2000) reconhecem que o alcance de altos resultados na idade infantil e juvenil não são garantia de resultados futuros e afirmam que é mais provável ocorrer o inverso.

De acordo com Malina (1986), o talento nato dos jovens, apesar de importante em níveis competitivos iniciais, provavelmente pode não ser tão significante em outras idades, quando ocorrem as competições internacionais. Nestes níveis os atletas têm muito em comum de maneira que outros fatores, muito mais discretos, são importantes para obter o nível competitivo

Segundo Marques (1993b), os estudos têm demonstrado que dificilmente poderá se estabelecer correlações sólidas entre as prestações na competição nas fases iniciais da preparação desportiva e nas fases mais avançadas do processo. As limitações referentes ao prognóstico devem-se, principalmente, ao fato de as características da prestação serem avaliadas em um momento de idade na qual elas não foram ainda atingidas na sua prestação mais elevada. O problema, então, concentra-se em identificar e avaliar as características prospectivamente úteis e que apresentem estabilidade no seu desenvolvimento (Marques, 1993b; Sobral, 1994).

Também já está esclarecida a possibilidade de muitos atletas obterem sucesso devido ao nível maturacional avançado (Sobral, 1988; Maia, 2000). Segundo Anderson e Magill (1993), está bem documentado que times vencedores da "Little League World Series"[1] são formados por jogadores que são maturacionalmente de dois a três anos mais velhos do que a idade cronológica. Muitas vezes o desaparecimento súbito do jovem campeão nas categorias seguintes deve-se à eliminação das vantagens associadas ao estatuto maturacional (Rost, 1995; Sobral, 1988).

[1] Campeonato de Basquetebol.

A possibilidade de prognosticar os resultados desportivos em ginastas foi estudada por Kobjakov (1980). Demonstrou-se, neste estudo, que a fiabilidade do prognóstico baseado nos resultados da categoria de jovens (12 anos) é relativamente baixa (0,6 – coeficiente de Kendall). No entanto, esta fiabilidade aumenta nos resultados apresentados pela segunda categoria de adultos (19 anos), demonstrando um coeficiente de aproximadamente 0,8. O autor (Op. cit.) discute que os resultados nos primeiros anos de treinamento não podem significar um prognóstico para futuros atletas de sucesso pois, neste período de preparação, os elementos diferem-se muito da estrutura do desporto de alto nível. É um engano afirmar, nos primeiros anos de prática, que determinado ginasta é um verdadeiro talento para este desporto.

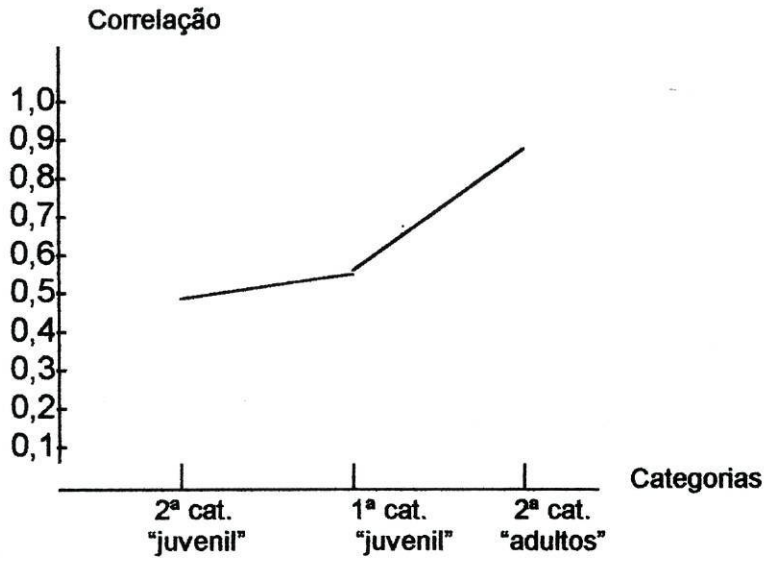


FIGURA 2 Correlação entre os resultados desportivos dos jovens ginastas durante dois períodos: juvenis (12 anos) e elite (19 anos) (Kobjakov, 1980)

Segundo Durand (1987), a predição da performance a partir do desempenho de jovens atletas possui um caráter intuitivo, com base na experiência dos treinadores. O autor (Op. cit.) contesta a idéia de que a performance de um atleta de quinze anos, por exemplo, pode predizer o seu sucesso dez anos depois. E demonstra uma pesquisa realizada no atletismo, com os melhores saltadores de altura da França, onde os resultados anteriores

obtidos pelos atletas só apresentaram uma maior correlação dois anos antes dos resultados absolutos (Quadro 5).

QUADRO 5 Correlação entre as melhores performances realizadas em cada ano pela elite de saltadores de altura franceses entre 16 e 23 anos (Durand, 1987)

Idade (em anos)	17	18	19	20	21	22	23
16	,33	,50	,17	,10	,05	,02	,06
17		,34	,59	,43	,27	,15	,24
18			,41	,55	,41	,65	,52
19				,47	,77	,63	,55
20					,68	,79	,57
21						,81	,73
22							,88

Tschiene (1985, *apud* Marques, 1993b) afirma que em cada etapa do processo de preparação a longo prazo só pode, com segurança, detectar-se a aptidão do jovem desportista para o estágio seguinte da preparação.

1.2.3 Prontidão para a competição

A questão da prontidão, quando falamos no treino e na competição de crianças e jovens, é de crucial importância, isto porque o sucesso ou o fracasso no esporte pode estar relacionado com a prontidão do atleta (Malina, 1993). Lee (1999) recomenda que não se iniciem competições até que os jovens estejam preparados para tal.

Sobral (1994) define a prontidão desportiva como o estado de aptidão do indivíduo para realizar uma performance. Assim, as informações necessárias para avaliar se um jovem está pronto para realizar determinada tarefa requer uma análise dos seguintes fatores:

a) exigências físicas, motoras e psíquicas da modalidade;

b) estado de crescimento, maturação e desenvolvimento do jovem;

c) elementos característicos do contexto competitivo da modalidade.

Para Malina (1986), a prontidão desportiva pode ser definida em termos iguais entre o nível de crescimento, maturação e desenvolvimento da criança de um lado e, de outro, entre as tarefas/demandas apresentadas pelo esporte de competição. A prontidão para a competição no esporte deve considerar a criança por inteiro, incluindo sua família e talvez a comunidade.

Não é novidade que as experiências desportivas iniciais das crianças determinam a sua continuidade (Lima, 1989; Anderson e Magill, 1996; Smith e Smoll, 1996). Este fato está intimamente ligado à questão da prontidão (Smith e Smoll, 1996). O tipo de experiências que encorajam esta permanência são aquelas que oportunizam: a) a aprendizagem de habilidades do desporto; b) o progresso destas habilidades; c) o prazer e a diversão proporcionado; d) a experiência do sucesso (Anderson e Magill, 1996).

Mesquita (1997) considera o momento da iniciação em competições um motivo que exige muita atenção do treinador, uma vez que o atleta deverá estar pronto para os problemas que lhe serão exigidos.

Halbert (1986) considera mais importante determinar quais os fatores a considerar na prontidão para a competição, do que propriamente tentar responder quando a criança está pronta para competir. Para o autor (Op. cit.), o conceito de prontidão para a competição deve considerar também, o interesse da criança em iniciar uma atividade competitiva.

Mostra-se oportuna a colocação anterior. Isto porque existe uma tendência redutora ao se falar de prontidão para o desporto, em se valorizar aspectos do foro biológico, esquecendo-se de outros parâmetros como os psico-sócio-afetivos, a motivação para a prática e a influência dos adultos nesta mesma prática (Gomes, 1993).

Do ponto de vista psicológico, Passer (1996) recomenda a análise de três fatores orientadores a serem considerados para determinar a participação de jovens em competições oficiais: a prontidão relacionada à motivação, a prontidão cognitiva e as conseqüências negativas produzidas pelo envolvimento precoce nas competições.

O primeiro fator tem sentido quando a criança sente-se atraída pelo processo de comparação social oferecido pela competição. Segundo este critério, o autor (Op. cit.) recomenda que a participação das crianças não inicie antes dos sete anos, idade onde a maioria delas já deve ter desenvolvido este comportamento.

As capacidades cognitivas são reconhecidas como fatores que envolvem reconhecer e armazenar informações do esporte e utilizá-las mais tarde; compreender a diferença entre as performances dos times e jogadores e entender o ponto de vista de outras pessoas (técnicos, times ou oponentes). Neste aspecto, o autor (Op. cit.) conclui que os estudos sugerem o período entre o final da infância e o início da adolescência para o pleno desenvolvimento destas capacidades.

Quanto às conseqüências negativas, entre elas, a ansiedade competitiva, a impopularidade com os colegas e o sofrimento através da autopercepção da competência física, Passer (1996) ressalta que podem acontecer tanto em jovens quanto em atletas adultos. Não existindo, portanto, uma idade limite, persiste-se, contudo, nos cuidados que permitam que a competição seja uma experiência positiva para a criança.

Apesar da variação no desenvolvimento psicológico das crianças e do ambiente competitivo, o autor (Op. cit.), finalmente, recomenda que não se iniciem atividades competitivas organizadas antes dos sete ou oito anos de idade. A partir daí a maioria das crianças devem estar prontas para competir do ponto de vista motivacional e, também, apresentar um nível de habilidades cognitivas suficientes para um básico entendimento do processo competitivo.

Smith e Smoll (1996) acreditam que seja impossível recomendar uma idade específica para responder a questão do momento ideal para o início da prática desportiva competitiva, devido à multiplicidade de fatores envolvidos no tema.

Anderson e Magill (1996) demonstram a dificuldade de se determinar se o envolvimento precoce no esporte pode ser benéfico ou não, e reconhecem a individualidade das crianças na aplicação do conceito de prontidão. Assim, se o objetivo deste envolvimento for adquirir uma vantagem competitiva sobre as outras crianças, ele tem um mérito questionável. Enquanto muitos atletas bem sucedidos iniciaram suas experiências competitivas cedo, outros não o fizeram. Os autores (Op. cit.) relatam que é comum encontrar na mídia a história de um ou outro atleta campeão e sua respectiva idade de início no meio competitivo; no entanto, não podemos saber se ele foi ou não uma exceção. Carecemos de dados substanciais, que nos digam percentuais de atletas campeões e a idade que iniciaram a competir.

Para Filin (1996), a duração da preparação das crianças para a participação nas competições iniciais da prática desportiva não deve ser inferior a um ano, e sugere que esta ocorra após um ano e meio ou dois de prática especializada.

A estruturação da evolução competitiva dos jovens atletas foi realizada por Hahn (1988). Para o autor (Op. cit.), as crianças de seis anos não são capazes de se concentrar em regras, apenas em pequenas tarefas onde pode estar presente a comparação. De seis a oito anos, a competição

pode ocorrer de forma lúdica e enfatizando a possibilidade de sucesso. Entre oito e dez anos, os jovens iniciam gradativamente a participação de competições de caráter específica, de acordo com os objetivos do treinamento, porém com certa prudência. Um calendário regular de competições só é elaborado a partir de dez a doze anos.

A participação em competições organizadas, segundo Bompa (2000), deve ocorrer somente a partir dos doze anos de idade, pois, mesmo que as crianças possuam capacidade para tolerar os componentes físicos do programa, elas podem ter dificuldade em lidar mentalmente com a demanda do treinamento e da competição. O autor (Op. cit.) apresenta um modelo para os diferentes desportos, com as respectivas variações (Quadro 6). No entanto, entendemos que muitas vezes a limitação das competições em um enquadramento regional não é uma adaptação suficiente para o desporto de crianças e jovens.

QUADRO 6 Idade mínima para a participação em competições (adaptado de Bompa, 2000)

COMPETIÇÃO	IDADES RECOMENDADAS (Em anos)				
	Ginástica (Feminina)	Tênis	Vôlei	Natação	Futebol
Lúdica	7-9	12-13	14	12-13	8-14
Local	10	14	15-16	14-15	15-18
Estadual	11- 13	15	17-18	16	15-18
Nacional	14	16-17	19-21	17	19
Internacional/Profissional	14	18	22	17	20

1.2.4 Síntese sobre a competição e os resultados no desporto de crianças e jovens

1. Quanto à questão dos resultados precoces, verifica-se que estes são decorrentes da estrutura atual do desporto, que presencia demasiados campeonatos em categorias inferiores. No entanto, os autores reconhecem que as vitórias não devem sobrepor-se ao desenvolvimento da criança. Os altos resultados em baixas faixas etárias podem comprometer os resultados absolutos dos atletas, porque são geralmente conseqüência de uma especialização precoce, resultando em cargas unilaterais e provocando limitações no seu potencial de treinamento.

2. Em relação aos resultados de crianças e jovens e à possibilidade de prognóstico, a literatura referencia que o desempenho realizado muitos anos antes do alto nível não pode predizer o mesmo. As dificuldades provém: a) das diferenças da estrutura da prestação nos diferentes momentos; b) na imprevisão da estabilidade das características que envolvem esta estrutura; c) na multidimensionalidade dos fatores envolvidos; d) nas diferenças provocadas pelo estatuto maturacional. O sucesso dos prognósticos com base nos resultados anteriores é mais provável ocorrer na fase antecedente ao alto nível.

3. A prontidão para a participação de crianças e jovens em modelos de competições próximas do alto rendimento faz-se relevante, uma vez que interfere no sucesso do jovem atleta e que este necessita de experiências positivas. Devem ser considerados os aspectos biológicos e psico-sócio-afetivos na construção de uma orientação para a iniciação em competições. Contudo, devido à individualidade da criança, alguns autores acreditam ser impossível determinar uma idade específica. Outros, no entanto, recomendam que as competições formais não ocorram (em média) antes dos 10 anos.

1.3 Caracterização dos desportos

O planejamento e desenvolvimento do rendimento de um determinado desporto supõe o conhecimento do perfil das exigências desta disciplina, bem como as condições físicas e psicológicas que o atleta deve apresentar (Grosser *et al.*, 1989).

Moreno (1994) aponta que o processo de treinamento e aprendizagem dos desportos deve ser realizado considerando-se três fatores: as características do indivíduo, a estrutura do desporto e o planejamento metodológico.

Da mesma maneira, Pfützner *et al.* (2001) ressaltam que um dos fatores que determina a obtenção de alto níveis de rendimento é que se leve em conta a estrutura da prestação durante a orientação do processo de treino.

Nesta perspectiva, se o conhecimento da estrutura do desporto é um fator determinante para o seu desenvolvimento, adotamos a classificação das modalidades como ponto de partida para um estudo mais aprofundado das mesmas.

Assim, a *classificação* das disciplinas desportivas é uma maneira de delimitar grupos homogêneos de desportos com características específicas (Verjoshanki, 1990). Podemos encontrar na literatura diversas classificações, mas salientamos a proposta de Moreno (1994), na qual a divisão ocorre em:

A) *Desportos psicomotrizes ou individuais*: o indivíduo atua sozinho, de maneira que seu comportamento motor ou estratégia motriz não sofre interferência de outro participante. Neste grupo, a técnica ou o modelo de execução tem um papel prioritário, o que já não se pode dizer do comportamento estratégico do participante. Ex.: natação, ginástica olímpica, atletismo, esqui e vela.

B) Desportos de oposição: a presença de outro indivíduo, na qualidade de adversário, determina a ação, de maneira que a conduta dos participantes apresenta objetivos opostos. A estratégia aqui está mais valorizada do que no grupo anterior. Ex.: luta livre, karatê, judô, tênis e badminton.

C) Desportos de cooperação: a ação resultante ocorre entre dois ou mais indivíduos, que atuam de maneira coordenada entre si e em mútua colaboração. Na grande maioria dos desportos deste grupo, a técnica corresponde a modelos já predeterminados. Ex.: patinação artística (duplas), ginástica rítmica (conjunto), natação e atletismo (revezamento).

D) *Desportos de cooperação/oposição*: são denominados assim os desportos onde a ação é o resultado das interações dos participantes, produzidas de maneira que uma equipe coopera entre si para opor-se à outra que, por sua vez, atua também em cooperação para opor-se à primeira. A estratégia, junto com a comunicação, formam o núcleo principal deste grupo. Ex.: futebol, handebol, tênis de duplas, voleibol, hockey e squash.

Para chegar a esta classificação, o autor (Op. cit.) utilizou alguns parâmetros configuradores da estrutura do desporto, como o regulamento, a técnica ou modelos de execução, o espaço de jogo e sociomotor, o tempo, a comunicação motriz e a estratégia motriz.

Relativamente à classificação dos desportos, cabe mencionar a existência de outras propostas que permitem, também, uma contribuição na delimitação das modalidades. Djatschkow (*apud* Grosser *et al.*, 1989) apresenta quatro grupos, resumidos em desportos de força explosiva, de resistência, combinados, jogos e lutas; Gandelsman e Smirnov (*apud* Bompa, 1999) utilizam para a classificação critérios como contração muscular, força, velocidade, resistência, coordenação e amplitude; e, por último, Schanabel (1988) baseia-se nos processos de natureza energética e informacional.

Como foi observado, é amplo o universo de fatores que caracterizam os desportos. Neste sentido, o objetivo a seguir neste capítulo será determinar o perfil das seis modalidades em questão, e as conseqüências que este pode trazer para o treinamento juvenil.

1.3.1 Ginástica olímpica

A ginástica olímpica pode ser definida como uma atividade que se manifesta com ações individuais de coordenação complexa. A performance dos ginastas é avaliada por um quadro de juízes, conforme os critérios de dificuldade do programa, a composição e a qualidade de execução dos exercícios (Smoleuskiy e Gaverdouskiy, 1997).

Na classificação de Gandelsman e Smirnov (*apud* Bompa, 1999), a ginástica objetiva a coordenação e forma de uma habilidade, sendo esta de caráter acíclico, exigindo, predominantemente, coordenação, força e velocidade, e apresentando uma demanda funcional proveniente do sistema nervoso central e neuromuscular.

Os fatores técnico-coordenativos dominam este desporto, onde se exige uma perfeição da execução motora, valorizada conforme a sua estética. A dificuldade coordenativa, no entanto, é determinada, em grande parte, pelos fatores condicionais, pois muitos dos exercícios não podem ser executados sem a presença da força máxima e rápida e da capacidade de utilizá-las de modo ótimo do ponto de vista coordenativo (Schnabel, 1988).

Soma-se à dificuldade das composições, a necessidade de manter o mesmo nível de dificuldade nos seis aparelhos obrigatórios para os homens (solo, barra fixa, salto, paralelas simétricas, cavalo com alças e argolas) e nos quatro para as mulheres (salto, trave, paralelas assimétricas e solo). Apesar das variações específicas de cada aparelho, uma apresentação pode variar

entre os 8 e os 90 segundos (FIG, 2001), determinando assim a predominância do sistema de energia anaeróbio (Gupta, 1998; Montpetit, 1978).

Uma vez que nesta modalidade predominam exercícios de potência e destreza, os atletas que se destacam apresentam características antropométricas de peso e altura relativamente baixas (Smoleuskiy e Gaverdouskiy, 1997; Moukambetov e Rozin, 1980; Burló *et al.*, 1996). De acordo com esta afirmação, Corte-Real (1997) concluiu que as características antropométricas e físicas mais adequadas à ginástica demonstram uma morfologia harmoniosa, de talhe pequeno, magra, com elevados níveis de força e flexibilidade e adequada coordenação neuromuscular.

A duração média da preparação de um ginasta até chegar ao alto nível leva em média de 11 a 12 anos, sendo que a idade aproximada para atingir este patamar é de 18-21 anos para os homens e de 15-19 anos para as mulheres (Smoleuskiy e Gaverdouskiy, 1997). Segundo Bompa (1999), a média de idade dos seis finalistas dos Jogos Olímpicos de Seul foi de 18,6 anos para as mulheres e 24,2 anos para os homens. Felizmente, a carreira dos ginastas têm sido prolongada de tal forma que encontramos atletas de 25 anos em competições adultas (Araújo, 1998).

A pequena quantidade de competições é característica deste desporto: de 7-8 importantes durante o ano, embora os campeonatos de controle ou preparatórios possam elevar este número em até 30-40 (Smoleuskiy e Gaverdouskiy, 1997). No Brasil, um ginasta de 15 anos pode participar de aproximadamente quatro campeonatos nacionais (CBG, 2002) e um estadual (FRG, 2002). Visto que nas modalidades individuais a competição acarreta mais responsabilidade ao atleta, pois o sucesso depende exclusivamente de seu desempenho, Araújo (1998) aponta para a necessidade de incentivar à participação em muitas competições, como um meio de diminuir os níveis de ansiedade competitiva.

Smoleuskiy e Gaverdouskiy (1997) elaboraram um modelo de PDLP para a ginástica. O objetivo concentra-se na aquisição dos resultados necessários em um prazo de tempo determinado, evitando assim um desenvolvimento repentino da carreira do desportista. As cinco etapas relacionadas (Quadro 7) baseiam-se no princípio do aumento contínuo de dificuldades. A etapa de *preparação inicial* se caracteriza pelo uso de diferentes exercícios de desenvolvimento geral com objetivo de desenvolver harmonicamente o aparelho locomotor. São realizadas, nesta etapa, posturas e exercícios básicos da ginástica, elementos de base nos aparelhos, preparação inicial acrobática, de cama elástica e coreográfica. Os anos em que ocorrem a segunda etapa, *preparação especializada*, são de extrema importância. Durante este período são formadas as qualidades motoras básicas que se manifestam na prática da ginástica, é assimilado um importante volume dos hábitos motores específicos e se adquire a experiência de participação competitiva. Na metade desta etapa, são selecionados atletas para os grupos de preparação aprofundada, em um regime de treino com maior intensidade. Finalmente, a etapa de *aperfeiçoamento desportivo* que antecede a de *obtenção de altos resultados*, é caracterizada pela intensificação da preparação especializada e pelo aumento da carga de trabalho, criando bases para as futuras composições. Os ginastas, neste momento, participam de campeonatos internacionais de categorias juniores e juvenis.

QUADRO 7 Etapas de preparação de muitos anos (Smoleuskiy e Gaverdouskiy, 1997)

Etapas de Preparação	Preparação Inicial	Preparação Especializada	Aperfeiçoamento Desportivo	Altos Resultados	Finalização
Dificuldade do Programa (categorias desportivas)	——— "Ginasta jovem"	Preparação inicial especializada/ Preparação aprofundada —— —— Cat. 1A —— Cat. 2A Cat. 3A	—— Candidatos ao alto nível/atletas de alto nível	——— Desportista de nível internacional	– – –
Mulheres (anos)	5 6 7 8	8 9 10 11 12	13 14	15 16 17 18 19	20...
Homens (anos)	5 6 7 8 9	10 11 12 13 14	15 16 17	18 19 20 21 22	23...
Programa	PFG, PFE, PTE, PME	PT, PFE, PFG	PT, PFE	PT, PFE	PFG, PFE, PT
Normas de controle	Testes	Programas de classificação, testes de PFE, PT	Programa FIG*, testes PFE, PT	Programa FIG, PFE, PT	Programa Individual
Formas de organização	Grupos de preparação inicial das escolas desportivas	Grupos de preparação especializada das escolas desportivas	Grupos de aperfeiçoamento das escolas desportivas, equipes de seleção dos clubes desportivos	Equipes de seleções nacionais	Clubes desportivos Acompanha-mento individual

* Federação Internacional de Ginástica

Convenções:
PFG – Preparação física geral; PFE – Preparação física especial; PT – Preparação técnica; PTE – Preparação técnica especial; PME – Preparação motora especial

Araújo (1998) considera que as baixas idades de início do treino especializado na ginástica, ocorrem porque: a) existe a preocupação de oferecer um variado repertório de elementos técnicos até os 14/16 anos, quando ocorre a maturação do sistema nervoso; b) o trabalho que visa o desenvolvimento da velocidade, flexibilidade, capacidades coordenativas e força (relativa) da mesma forma necessitam ser desenvolvidos em baixas faixas etárias; c) o auxílio, por parte dos treinadores, à execução de exercícios que envolvem riscos mais ou menos elevados de acidentes e facilitado, portanto, mediante crianças de menor peso e estatura; d) os modelos de competições dos jovens é semelhante aos dos atletas de alto nível.

De fato, o grau de dificuldade deste esporte tem aumentado muito (Feltzer[2] *apud* Köthe *et al.*, 2000; Pfützner *et al.*, 2001). Com base nesta constatação, Köthe *et al.* (2000) entendem como conseqüência a necessidade de um aumento na duração da construção da prestação, bem como uma antecipação ao início do treinamento. Contudo, não podemos interpretar estas necessidades como uma proximidade ao desporto dos adultos.

A preocupação da Federação Alemã de Ginástica, no sentido de respeitar a integridade física e psicológica dos praticantes, implica diretamente nas regras das competições. Além de influenciar o regulamento da idade mínima para a participação em campeonatos internacionais, elevando para 16 anos, efetuou uma notável redução do grau de dificuldade das competições internacionais da categoria júnior. Outras iniciativas, como a regulamentação da idade mínima para campeonatos nacionais em 12 e 13 anos, e a criação de programas especiais de acordo com o desenvolvimento dos jovens de 7 a 13 anos, demonstram que as modificações nas competições dos mais jovens é uma questão primordial (Theiss *et al.*, 1999).

1.3.2 Ginástica Rítmica Desportiva

A ginástica rítmica desportiva (GRD) é uma modalidade exclusivamente feminina e está localizada no grupo dos desportos onde a técnica de execução assume um papel prioritário (Moreno, 1994; Merni, 1989).

A ginasta deve combinar os movimentos do seu próprio corpo com a técnica dos diversos aparelhos, de acordo com um acompanhamento musical, durante uma apresentação de 75 a 90 segundos (individual). Contudo, devido ao extenso número de dificuldades a ser cumprido na prova, a execução dos

[2] Fetzer, *apud* Knoll *et al.* (2000), verificou a existência de trinta exercícios novos (ginástica masculina) no ciclo olímpico 1992-1996, e nove no Campeonato Mundial de 1997.

movimentos tende a ser acelerada e exige um automatismo nas diversas combinações (Rosenberg, 1986).

Para Fialova (1981), a execução dos movimentos a uma amplitude máxima, que exige um alto grau de flexibilidade, é a principal exigência da GRD. Adicionalmente, o estudo de Alexander (1989) confirma a relação positiva entre o nível da ginasta e a flexibilidade.

Lebre (1993) destaca que a GRD alia uma forte componente estética a um trabalho corporal que exige dos praticantes elevados índices de coordenação. Este fato, em conjunto com a necessidade dos exercícios variarem de acordo com a especificidade de cada um dos cinco aparelhos (bola, arco, maças, corda e fita), fazem com que o treinamento inicie muito cedo (Rosenberg, 1986).

A execução correta de um movimento é dependente de critérios quantitativos (valores de tempo, velocidade, ângulos e forças) e qualitativos (eficácia, economia, harmonia e consistência com a música) (Fialova, 1981).

Imhof (1986) entende que a combinação entre o conteúdo artístico e a performance atlética na GRD exige uma preparação complexa e adequada do treinamento em vários níveis como, por exemplo, técnico, coreográfico e físico.

Quanto ao perfil físico da atleta de GRD, Alexander (1989) observou em seu estudo que as ginastas canadenses de melhor nível eram mais altas e mais leves do que as demais. Para o autor (Op. cit.), estes resultados ocorreram devido ao forte componente estético requisitado na modalidade.

O modelo da PDLP proposto por Rosenberg (1986) para a GRD foi efetuado de acordo com a Federação Alemã de Ginástica. Assim, o treinamento dos seis aos nove anos é considerado básico, dos 10 aos 13 anos a ginasta deve cumprir um programa obrigatório e, por volta dos 14 anos, é iniciada a composição de um programa livre. Neste modelo, o alto nível no

desporto é planificado para ocorrer a partir dos 15 anos de idade. Este plano corresponde em parte com as orientações de Agnolucci *et al.* (1988), onde a preparação técnica ocorre em maior percentual entre os 13 anos de idade. Estas idades não diferem da idade mínima para a participação no Campeonato Brasileiro Adulto de GRD, que é de 14 anos (CBG, 2002).

O exemplo da União Européia de Ginástica, ao determinar recentemente a eliminação de provas individuais de GRD na categoria júnior, mantendo apenas as provas em conjunto, demonstra que não se pretende manter um alto nível de exigências antes das categorias adultas. Por sua vez, a FIG[3] discorda da aplicação de exercícios livres na categoria júnior por refletir em esforços semelhantes aos dos ginastas adultos. No entanto, se reconhece que a exclusão dos exercícios obrigatórios nas competições foi forçada pelos interesses da mídia (Léglise, 2001).

1.3.3 Natação

A natação é classificada como um desporto individual, onde o indivíduo atua em um espaço delimitado, sem a interferência do oponente (Moreno, 1994). Embora a tática, neste desporto, não seja inexistente, ela tem pouca relevância quando comparada à outras qualidades como, por exemplo, à técnica.

Segundo Merni (1989), a técnica na natação corresponde à execução do gesto de maneira econômica a fim de evitar a fadiga e conservar a energia até o final da competição. Nas provas de velocidade, o gesto técnico deve ser executado de maneira a manter o equilíbrio ideal entre o desenvolvimento da força rápida e a velocidade do movimento.

[3] Federação Internacional de Ginástica.

Um fator importante na caracterização deste desporto é a atuação do atleta em um meio diferente, a água. Com isso, o desenvolvimento das capacidades físicas e coordenativas estará sempre ligado ao componente hidrodinâmico do corpo na água e ao caráter natural dos movimentos do nadador (Makarenko, 2001).

As capacidades condicionais essenciais para o nadador vão variar conforme as provas as quais os atletas vão especializar-se (velocidade, meio-fundo ou fundo), enquanto que as capacidades coordenativas são importantes para ambos (Wilke e Madsen, 1986). Os autores (Op. cit.) também destacam as qualidades psicológicas essenciais ao nadador, como força de vontade e capacidade de suportar determinados treinamentos.

O perfil morfológico do atleta pode influenciar na escolha da sua especialidade. No entanto, embora esta seja uma característica importante para o desporto, outros fatores também devem ser observados como, o nível de desenvolvimento das capacidades motoras, do sistema cardiovascular e respiratório e das qualidades individuais (Makarenko, 2001).

A duração da PDLP na natação leva de oito a dez anos, de acordo com Wilke e Madsen (1986). O trabalho das técnicas de nado deve ser priorizado antes da adolescência, pois o crescimento atua negativamente sobre o mesmo. A predominância é do treinamento multilateral, para evitar lesões e evitar um esgotamento do potencial adaptativo provocado pelo treino unilateral exagerado. No período de formação, a qualidade vale mais que a quantidade, ou seja, os grandes volumes não devem ser realizados com movimentos incorretos. As capacidades motoras são treinadas de maneira geral até os quinze anos, quando, então, o trabalho é orientado para as distâncias específicas do nadador. Neste momento, o atleta apresenta níveis de rendimento nacional e internacional.

Podemos observar que o modelo de Makarenko (2001) (Quadro 8) não difere da proposta de Wilke e Madsen (1986), principalmente no que diz

respeito à idade da especialização. Pelo contrário, Counsilman (1980) considera que a especialização dos estilos pode ser considerada um paradoxo: enquanto se almeja variar os estilos durante a juventude, para oportunizar suas potencialidades, pode-se correr o risco de não ter êxito em nenhum deles devido ao treino de igual intensidade. Por isso, recomenda que no treino de jovens 75% do tempo seja orientado para o melhor estilo, e o restante nos demais.

QUADRO 8 Etapas de preparação a longo prazo na natação (Makarenko, 2001)

	Preparação desportiva inicial	Preparação desportiva básica	Preparação específica	Preparação do alto nível competitivo
Idade	8-11 anos	10-15 anos	15-18 anos (masc.) 14-17 anos (fem.)	17-18 anos (masc.) 15-16 anos (fem.)
Principais objetivos	Assimilar o hábito de nadar, interesse pela atividade desportiva	Assimilar a técnica nos quatro estilos, formação dos nadadores	Especialização em determinados estilos e distâncias	Manutenção dos resultados
Treinamento	Multilateral	Multilateral, planejado com vistas à próxima etapa	Preparação para treinamentos com carga máxima e para as exigências da natação de alto nível	Planejamento de maneira que o atleta apresente os melhores resultados nas principais competições
Competições	Competições de controle	Participar de competições infantis nos quatro estilos	Ampliar a participação em competições; predominância nas provas específicas	Seleções nacionais, campeonatos continentais, mundiais e jogos olímpicos

Em relação aos altos rendimentos durante a infância, alguns autores (Wilke e Madsen, 1986; Maglischo, 1990) alertam que eles podem provocar uma futura estagnação e, por conseqüência, o abandono do desporto. Contradizendo esta posição, Counsilman (1980) considera discutível a afirmação de que nadadores de pouca idade possam comprometer a carreira com um trabalho excessivo. Este autor enfatiza a questão da individualidade

do atleta, e menciona muitos nadadores que treinaram desde cedo e chegaram a níveis mundiais, enquanto outros, também em destaque quando no grupo de jovens, não chegaram ao mesmo nível. No entanto, salienta o fato de que apesar de alguns nadadores jovens não apresentaram rendimentos notáveis, posteriormente se transformaram em campeões.

1.3.4 Jogos desportivos coletivos

Os JDC (Jogos Desportivos Coletivos) são caracterizados pela necessidade da resolução de situações de jogo continuamente variáveis, em completa e imediata harmonia com os companheiros de equipe e considerando a oposição do time adversário (Bianco, 1999).

Para Konzag (1990), a atividade nos jogos desportivos é determinada pela complexa inter-relação existente entre os componentes psíquicos, físicos, motores e táticos que esta exige. Tendo em conta a complexidade desta estrutura, o autor (Op. cit.) salienta que os pressupostos cognitivos ocupam uma posição elevada.

Na abordagem dos JDC, considera-se a necessidade de uma classificação mais específica, que siga o desenvolvimento da ação do jogo e das equipes que se enfrentam. Neste contexto, Moreno e Sánchez (*apud* Moreno, 1994) apresentam uma subdivisão dos *desportos de cooperação/oposição*, onde as modalidades estão divididas conforme critérios de espaço e participação, como podemos observar na Figura 3.

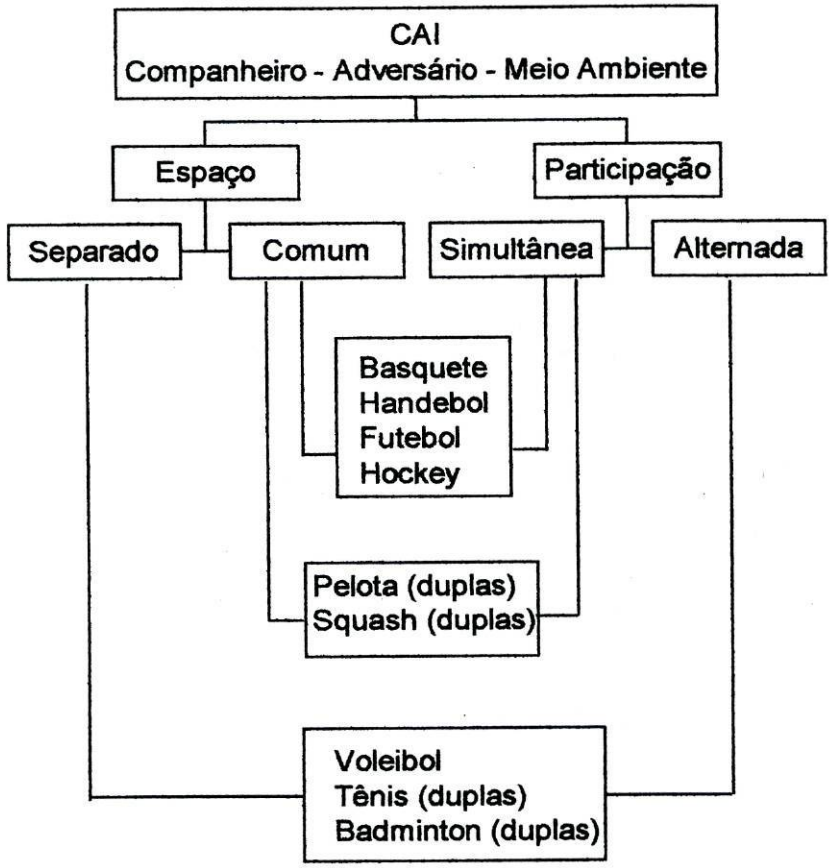


FIGURA 3 Classificação dos esportes de cooperação/oposição (Moreno e Sánchez, 1994)

De acordo com Brettschneider (1990), o rendimento dos jogadores ou da equipe nos JDC são determinados por fatores internos e externos. Os primeiros, de intervenção direta, determinam a capacidade de jogo e são denominados como: capacidade de antecipação, de decisão, de cooperação, disponibilidade a arriscar-se e velocidade de ação. Os fatores externos estão relacionados com o ambiente o qual está envolvido o jogador e suas influências na estrutura de cada modalidade. Segundo o autor (Op. cit.), o treinamento nos jogos desportivos deve considerar tanto a integração dos fatores internos, quanto o contexto no qual está inserido o desporto.

A resolução das situações do jogo, predominantemente imprevistas, exige uma elevada adaptabilidade em especial na dimensão tático-cognitiva.

(Garganta, 1998). A tática é uma determinante na prestação dos jogos desportivos (Schanabel, 1988), e pode ser definida como:

> "um esquema de comportamentos e ações individuais e coletivas dos jogadores direcionadas a obter o melhor resultado possível, tendo em conta o comportamento dos companheiros da equipe, dos adversários e das condições externas, utilizando completamente os pressupostos da prestação de cada jogador e da equipe em toda sua complexidade" (Manno *et al.*, 1992, p.4).

A decisão correta das numerosas opções táticas em condições competitivas depende, antes de tudo, do domínio qualitativo das habilidades técnicas. Constitui, então, um aspecto fundamental na etapa inicial da formação desportiva do praticante a aprendizagem das habilidades técnicas. Este trabalho é indispensável para alcançar elevados níveis de prestação a longo prazo (Mesquita, 1997; Bianco, 1999).

Além de uma bagagem técnica, a maturidade da capacidade tática de um atleta é obtida através do desenvolvimento cognitivo que lhe permita perceber corretamente as informações relevantes da situação, antecipar-se em relação às atitudes do adversário e, portanto, tomar decisões corretas de forma rápida. Tal relevância entre o comportamento tático e a capacidade cognitiva, requer que desde o início os processos cognitivos sejam desenvolvidos (Bianco, 1999; Konzag, 1990).

No entanto, reconhece-se que antes dos 12 anos de idade os atletas apresentam dificuldades no trabalho tático (Op. cit.). No estudo de Konzag (1990), jovens jogadores de futebol (14 anos) levaram um tempo maior para executar ações do jogo, com e sem decisão tática, quando comparados ao grupo adulto.

Evidencia-se, então, a preocupação no treinamento com jovens para as modalidades dos JDC. Mesquita (1997), menciona que nas etapas de formação dos JDC, as bases que o jogador deve adquirir compreendem quatro domínios: a formação de atitudes, o desenvolvimento das capacidades

motoras, a aprendizagem dos fundamentos da tática e das habilidades técnicas específicas.

Segundo Graça (1998), uma vez que nos JDC predominam atividades com a presença de habilidades abertas, faz-se necessário que o ensino das mesmas esteja centrado neste contexto. Os autores destacam que na preparação do jovem, é necessário uma unidade entre a formação técnica e tática, evitando uma separação metodológica e temporal entre elas (Manno *et al.*, 1992; Tavares, 1998). De acordo com esta posição, Garganta (1998) critica o ensino dos JDC por uma via estritamente técnica e analítica, que priva o praticante de um conjunto de experiências lúdicas proporcionadas pelo jogo. O autor ainda destaca que o jogo necessita estar presente em todas as fases de ensino-aprendizagem, por ser fator de motivação e indicador da evolução e das limitações do praticante.

A duração do PDLP para os jogos desportivos abrange em média de 10 a 12 anos, sendo o início do treinamento geralmente recomendado por volta dos 8 e 10 anos de idade (Coelho, 2000).

1.3.4.1 Futsal

O futsal surgiu na década de noventa, resultado de uma fusão do Futebol de Cinco, praticado pela FIFUSA[4], com o Futebol de Salão, regulamentado pela FIFA[5]. Nos últimos anos, vem alterando suas regras, buscando modernizar-se. É atualmente um dos desportos mais praticados no Brasil, sendo este considerado uma potência mundial (Voser, 1999).

[4] Federação Internacional de Futebol de Salão.
[5] Fédération Internationale de Football Association.

Segundo a classificação de Moreno (1994), o futsal enquadra-se no grupo de desportos de *cooperaçãoloposição*, onde os jogadores utilizam um espaço comum, a quadra, e mantêm uma forma de participação simultânea.

Souza (1999) acrescenta que no futsal predominam as habilidades abertas, ou seja, as capacidades técnicas, táticas, entre outras, implicam na necessidade de se adaptar às ações motoras de diferentes elementos presentes no jogo.

Júnior (1998) sublinha que o espaço curto requer uma grande exigência das habilidades, raciocínio rápido e criatividade, e que estes são os principais componentes do perfil do futsal. Entretanto, no que diz respeito às habilidades, o autor (Op. cit.) observou que uma equipe com índice de 71% e 68% de acertos para passes e chutes, dificilmente sairá com uma derrota na competição[6].

Atualmente, o jogo tem se mostrado mais intenso e dinâmico, apresentando a tendência dos jogadores exercerem múltiplas funções (goleiro, fixo, alas, pivô). O goleiro, por exemplo, tornou-se uma peça fundamental na movimentação e até na armação das jogadas (Júnior, 1998; Souza, 1999).

Este rodízio constante de posições parece confirmar-se no perfil do jogador de futsal realizado por Gaya *et al.* (1999). Neste estudo, as variáveis antropométricas e de aptidão física dos jogadores juvenis não apresentaram diferenças significativas quando comparadas às posições ocupadas pelos jogadores, com exceção dos goleiros, que obtiveram índices de resistência aeróbica e habilidades inferiores aos demais.

Em 19 equipes pesquisadas participantes do Campeonato Metropolitano da Federação Paulista de Futsal, foi possível observar as idades em que os atletas ingressaram na modalidade. Em um total de 197 atletas estudados, o período entre 11 a 14 anos é o que predominou (31,9%) para a

[6] Estudo realizado no Campeonato Brasileiro.

iniciação dos jogadores, seguido de 29,9% entre 7 e 10 anos, 24,4% entre 15 e 18 anos e 16,8% entre 19 e 33 anos (Júnior, 1998). Os dados referentes à idade de iniciação dos atletas, os quais demonstraram uma grande oscilação (dos 7 aos 33 anos), pode ser o resultado da ausência da utilização de um modelo de PDLP para o desporto.

Na dificuldade de encontrar uma proposta de PDLP específica para o futsal, menciona-se a orientação de Platonov (1994) referente ao futebol de campo. Nesta, a etapa de *preparação inicial* ocorre entre os 11 e 15 anos, a *preparação preliminar de base* é realizada entre os 16 e 18 anos e a *preparação especializada de base* abrange a faixa etária dos 19 aos 20 anos. Platonov estabelece a idade dos 21 anos para o início da etapa onde ocorrerão os resultados máximos.

A regulamentação das competições de futsal para as crianças e jovens no Brasil segue uma dinâmica semelhante aos outros desportos. Embora a Confederação Brasileira de Futsal só reconheça oficialmente a categoria infantil (13 e 14 anos) e juvenil (15 a 19 anos), as demais categorias inferiores são praticadas em quase todos clubes e escolas e organizadas pela maioria das federações estaduais (Gomes e Machado, 2002).

Impera, no entanto, o mesmo processo de formação técnica e competitiva dos adultos. Por exemplo, o tempo de jogo da categoria "mirim" (11 e 12 anos) é o mesmo utilizado para a categoria "fraldinha" (7 e 8 anos) (Gomes e Machado, 2002). A análise das intervenções pedagógicas em programas de iniciação ao futsal, realizada em três instituições do Rio Grande do Sul evidenciou um modelo de ensino desportivo tradicional, onde prevaleceram os exercícios físicos, técnicos e táticos, em detrimento das atividades lúdicas e formas jogadas (Voser, 1999).

1.3.4.2 Voleibol

Classificado como desporto de *cooperação/oposição*, onde a ação do jogo é resultante da interação entre os participantes, o voleibol se desenvolve em um espaço padronizado com a participação alternada de seus componentes. Esta estrutura determina que dois fatores sejam essenciais para o desenvolvimento da ação do jogo: a estratégia e a comunicação entre os jogadores (Moreno, 1994).

Por ser uma modalidade onde predominam as habilidades abertas, Merni (1989) relata que a ação deve ser programada com o objetivo de prever e antecipar a ação do adversário. Por isso, requer uma grande adaptação dos movimentos, de acordo com a situação.

Por sua vez, a inteligência na aplicação da tática é um fator que distingue os jogadores de alto nível. No voleibol, o levantador é o jogador mais sobrecarregado com as decisões ofensivas. As estrutura da tomada de decisão tática deste jogador, envolve padrões complexos de associação, refinamento e variabilidade (Mesquita, 2002).

A modalidade exige que os atletas devem evidenciar um conjunto de características que se referem não só a aspectos técnico-táticos, mas também aos traços somáticos e motores (Garganta *et al.*, 1993). Pfützner *et al.* (2001) relatam que a evolução nos fatores da prestação está fortemente ligado à estatura dos atletas[7].

Alguns dos principais elementos do voleibol moderno podem ser destacados como a velocidade e variedade de jogadas, a altura da ação executada acima da rede e a perfeição na realização dos fundamentos (Filho, 2001).

---

[7] Nos últimos 20 anos a estatura das jogadoras de voleibol aumentou cerca de 10cm (Pfützner *et al.*, 2001).

Fontani *et al.* (2000) verificaram que as alterações referentes às regras do voleibol[8] modificaram o empenho psico-físico do voleibolista, emergindo um novo modelo de atleta, caracterizado por possuir elevada potência muscular, utilizar essencialmente o mecanismo energético anaeróbico alático e administrar psicologicamente os processos de atenção e de estresse dos novos conteúdos técnico-táticos.

Para orientar a iniciação das crianças e jovens ao voleibol, a Federação Internacional de Voleibol criou, em 1975, um método simplificado e adaptado às capacidades e necessidades das crianças de 8 a 14 anos: o minivoleibol. Este sistema apresenta uma redução nas dimensões das estruturas físicas do jogo e no número de jogadores, bem como regras adaptadas[9], de maneira a evitar uma especialização precoce. O método orienta o ensino em quatro etapas até os 12-14 anos, quando ocorre a transição para o voleibol normal (Filho, 1997).

Mesquita (1998) ainda ressalta a utilização de jogos reduzidos (p. ex: 1x1, 2x2, 3x3 e 4x4) antes mesmo do minivoleibol, pois eles constituem um meio por excelência na aprendizagem do voleibol ao contribuírem para que o êxito na execução das tarefas esteja sempre presente.

Segundo Meir (1996), a iniciação neste desporto deve ocorrer entre os 10 e 12 anos. Os atletas que passaram pelo minivoleibol apresentam maior facilidade para a aprendizagem do voleibol 6:6. No entanto, o autor (Op. cit.) salienta que, mesmo no início desta fase, não deve ocorrer a especialização dos jogadores. Por sua vez, Cardinal (1996) sugere que esta só ocorra após um ou dois anos de treinamento no voleibol 6:6, portanto, entre 14 e 16 anos.

Cardinal (2001) propõe que as etapas do treinamento de voleibol siga o seguinte esquema operacional: a) ensino da mecânica do fundamento;

---

[8] Introdução do *Rally Sistem Point*, do jogador "líbero" e da ausência de penalidade quando a bola toca a rede, durante o saque.

[9] As regras do mini-voleibol não são unificadas, cada país deve adaptá-las à sua realidade (Filho, 1997).

b) estabilização do fundamento; c) desenvolvimento da inteligência tática; d) integração do jogador no sistema de jogo; e) monitorização da eficiência do jogador, ou seja, avaliação realizada em competição.

Para desenvolver o voleibol de alto nível no Brasil, a Confederação Brasileira de Voleibol considera de extrema importância o acompanhamento das seleções de base, isto é, infanto-juvenil e juvenil. Durante este período, entre 16 e 20 anos, considera-se prioridade a formação e revelação de atletas, em detrimento da conquista de campeonatos (Costa, 1998).

1.3.5 Tênis

O tênis enquadra-se no grupo dos desportos de oposição, onde a utilização do espaço entre os adversários está separada, acarretando uma participação alternada dos mesmos (Moreno, 1994).

Como jogo desportivo, o tênis tem a estratégia como componente determinante do rendimento, sendo a técnica dependente deste (Op. cit.). Merni (1989) enfatiza que, neste caso, o significado de técnica eficaz do jogador está relacionada em desorganizar a ação do adversário.

Para Schonborn (1984b), a tática no jogo de tênis envolve uma grande variedade de decisões, as quais o jogador deverá optar através de um amplo repertório de ações. Tais resoluções podem envolver a direção, altura, velocidade e efeito da bola, o efeito da raquete ao golpear a bola e as técnicas cinéticas obtidas no encontro da raquete com a bola (Op. cit.).

O tênis, por ser um desporto de situação, exige uma rápida adaptação ao adversário, podendo este variar de modo pouco previsível e muito rapidamente (Merni, 1989). Um papel muito importante aqui é da antecipação, uma vez que o tempo da velocidade de reação juntamente com o

movimento para a resposta, extrapolam o tempo necessário para responder a um golpe (Schonborn, 1984a).

A vitória no tênis moderno, segundo Skorodumova (1998), está fortemente dependente da técnica de jogo: um bom saque, recepção segura e ativa, voleios regulares e eficientes. Para se atingir este domínio, é essencial muito trabalho.

Dahlgren (1984), ao falar a respeito da idade que uma criança deve iniciar a prática do tênis, refere a individualidade física e psicológica de cada um. Sobretudo, importa muito mais a maneira como esta é feita, ou seja, a qualidade da iniciação.

Cayer e Lamarche (1989) apresentaram um modelo de PDLP para o tênis, no qual estão presentes três etapas: *fase participativa e instrutiva* (6 a 11 anos), *fase de transição* (11 a 15 anos) e *fase competitiva* (15 a 18 anos). A essência da primeira etapa está na aprendizagem de todos os golpes e na consistência de jogo. Na segunda etapa, são vivenciados todos os efeitos e padrões de jogo possíveis, para somente na última etapa utilizar um padrão individualizado[10], de acordo com as características do jogador. As competições, na primeira etapa, iniciam dentro da escola ou clube. Tornam-se regionais no início da segunda etapa, e nacionais no final desta, portanto entre 14 e 15 anos. A vitória em campeonatos nacionais e internacionais começa a ser um objetivo importante a partir da última etapa, quando o atleta deve estar consolidado no tênis de alto nível.

A participação dos jovens em campeonatos deve iniciar de maneira voluntária, sem exigências de grandes êxitos, mas com variações de vitórias e derrotas e, principalmente, com o desenvolvimento da motivação para a participação em competições (Bruguera, 1993). Contudo, reconhece-se a dificuldade de conciliar esta posição com à associação ao tênis profissional,

[10] Conforme a posição predominante de atuação na quadra, os jogadores podem ser divididos em: "serviço-rede", "universal" (toda a quadra) e "linha de fundo" (Skorodumova, 1998).

muito mencionada por pais e crianças praticantes no estudo realizado por Lüdorf (1999).

Com relação aos jovens jogadores que ganham muitas partidas, existe um risco de que o êxito a curto prazo possa comprometer o sucesso a longo prazo. Os treinadores devem ajudar a compreender as prioridades entre as vitórias imediatas e os futuros benefícios (Applewhaite, 1984).

1.3.6 Conclusão

A literatura específica dos desportos demonstra, inicialmente, um ponto em comum: a duração da PDLP entre 10 a 12 anos.

Com base na contribuição que os autores referenciados manifestaram em relação a cada desporto, conclui-se este capítulo formulando os seguintes perfis:

A) *Ginástica Olímpica* – modalidade onde o rendimento é determinado principalmente pelos fatores técnico-coordenativos. Estes, em conjunção com os fatores condicionais, são responsáveis pela realização de um grande repertório de movimentos e combinações em cada aparelho. O treinamento especializado inicia cedo – aproximadamente aos 8 anos para as meninas e aos 10 anos para os meninos.

B) *Ginástica Rítmica Desportiva* – desporto onde os fatores técnico-coordenativos, aliados ao alto grau de flexibilidade, representam as principais exigências para executar-se o grande número de exercícios em cada um dos cinco aparelhos. O conteúdo coreográfico e artístico possui um peso elevado na GRD. O treinamento especializado inicia por volta dos 10 anos de idade.

C) *Natação* – modalidade onde as exigências técnicas e condicionais representam os principais fatores determinantes do rendimento. O atleta se especializa em provas nas quais poderá apresentar uma melhor performance, conforme sua capacidade de executar os quatro estilos e a propensão para ser um fundista, meio-fundista ou velocista. Este momento ocorre por volta dos 15/18 anos (homens) e 14/17 anos (mulheres).

D) *Futsal* – desporto onde o componente tático assume a posição principal. Os fatores técnicos estão subordinados à tática e requerem sempre uma adaptação em função do adversário, caracterizando uma imprevisibilidade das situações. Grande exigência cognitiva para atuar em um espaço comum com o adversário. O início do treino especializado ocorre por volta dos 16 anos.

E) *Voleibol* – os componentes táticos e condicionais (potência, impulsão) são primordiais para o desenvolvimento deste desporto. Aqui a técnica também ocorre em função da situação, mas sem a interferência do adversário no espaço de atuação. É previsível que os jogadores se especializem em posições aproximadamente entre os 14 e 16 anos.

F) *Tênis* – o tênis (jogo individual) está incluído no grupo dos jogos desportivos, portanto, considerado desporto de situação. A ação tática é um dos principais componentes; no entanto, ela está vinculada à ação de um único opositor. A técnica aqui também ocorre em função da tática e, para sua execução, é necessária a aplicação de movimentos de força e velocidade. A partir dos 15 anos o jogador pode optar por um padrão de jogo individual, usufruindo das suas melhores qualidades.

2 OBJETIVOS E HIPÓTESES

2.1 Objetivo geral

O objetivo principal da presente pesquisa é verificar se os atletas dos desportos estudados, nomeadamente ginástica olímpica, ginástica rítmica, natação, tênis, voleibol e futsal apresentaram altos resultados enquanto pertenciam às categorias iniciais de formação desportiva.

2.2 Objetivos específicos

De maneira a complementar esta investigação, serão desenvolvidos os seguintes objetivos específicos:

a) investigar a ocorrência dos altos resultados durante as três etapas de preparação desportiva que antecedem o alto nível;

b) investigar e comparar a ocorrência dos altos resultados em cada uma das etapas de preparação desportiva nas seis modalidades: ginástica olímpica, ginástica rítmica, natação, tênis, voleibol e futsal;

c) verificar a opinião dos treinadores em relação aos resultados desportivos de crianças e jovens.

2.3 Hipóteses

Amparados pela literatura, e de acordo com os objetivos definidos anteriormente, são formuladas as seguintes hipóteses:

A) Os atletas deste estudo não apresentaram altos resultados na primeira etapa de preparação desportiva.

B) Os atletas deste estudo não apresentaram altos resultados na segunda etapa de preparação desportiva.

C) Os atletas deste estudo apresentaram altos resultados na terceira etapa de preparação desportiva.

3 MATERIAL E MÉTODOS

3.1 Tipo de estudo

Este estudo caracteriza-se pelo delineamento *Ex-Post-Facto*, do tipo descritivo-exploratório.

3.2 Amostra

A amostra do presente estudo foi constituída por atletas brasileiros destacados nas competições nacionais mais importantes, de acordo com os critérios (CR) determinados por especialistas de cada modalidade.

Com o cuidado de não incluir na amostra atletas que ainda não fizessem parte do último estágio de preparação desportiva, adotou-se o limite mínimo de idade (LMI) estabelecido por Platonov (1995) na última fase de preparação, a *"etapa de realização dos máximos resultados"*.

A escolha das modalidades obedeceu à necessidade de realizar comparações em grupos de desportos de diferentes estruturas, visando um dos objetivos da pesquisa. Totalizou-se, assim, 161 atletas, distribuídos da seguinte maneira:

A) **Ginástica Olímpica (n=17)**

CR: Atletas classificados até a 7ª colocação no Campeonato Brasileiro Adulto, ou até a 3ª colocação na classificação final por aparelhos do mesmo campeonato.

LMI: 14 anos (feminino) e 16 anos (masculino).

Utilizou-se os dados referentes aos campeonatos realizados nos anos de 2001, 2000, 1999 e 1998.

B) Ginástica Rítmica Desportiva (n=10)

CR: Atletas classificados até a 6ª colocação no Campeonato Brasileiro Adulto, ou até a 3ª colocação na classificação final por aparelhos do mesmo campeonato.

LMI: 16 anos.

Utilizou-se os dados referentes aos campeonatos realizados nos anos de 1998, 1999, 2000 e 2001.

C) Natação (n=69)

CR: Atletas finalistas (até a 8ª classificação) do Campeonato Brasileiro Absoluto (Troféu Brasil).

LMI: 17 anos (feminino) e 19 anos (masculino).

Utilizou-se os dados referentes aos campeonatos realizados nos anos de 2000 e 2001.

D) Tênis (n=16)

CR: Atletas classificados até o número 500 do *ranking* da ATP[11] e da WTA[12].

LMI: 19 anos (masculino e feminino).

Utilizou-se o *ranking* de 2001.

E) Voleibol (n=43)

CR: Atleta participante da Superliga Nacional.

LMI: 20 anos (feminino) e 21 anos (masculino).

Foram estudadas equipes da edição 2001/2002: quatro masculinas, as quais obtiveram a 1ª, 6ª, 8ª e 9ª classificações e, uma feminina, classificada em 3º lugar.

F) Futsal (n=15)

CR: Atleta participante da Liga Nacional.

LMI: 21 anos.

Foi estudada uma equipe masculina da edição 2002, a qual obteve a 1ª colocação no campeonato.

Cabe salientar que 61,8% da amostra é composta por atletas de seleção nacional, caracterizando desportistas de nível elevado.

Em relação à amostra dos treinadores, observou-se que 76% deles já atuaram como treinador de seleção estadual ou nacional e 96% trabalham há mais de cinco anos nesta função. No que diz respeito à formação, 48% dos

[11] Association of Tennis Professionals.
[12] Women's Tennis Association.

treinadores possuem diploma de especialização, 40% são graduados, 8% têm curso de mestrado e 4% são ainda estudantes. Na Tabela 1 podemos verificar a distribuição da amostra conforme o desporto e as categorias dos atletas com os quais trabalham os treinadores.

TABELA 1 Caracterização da amostra dos treinadores

Desporto	Formação	Adulto	Formação e adulto	Total
Ginástica Olímpica	1	1	3	5
Ginástica Rítmica	0	1	1	2
Natação	2	1	2	5
Tênis	0	0	3	3
Voleibol	2	3	3	8
Futsal	1	0	1	2
Total	6	6	13	n=25

3.3 Definição de critérios para determinar os altos resultados (AR) nas etapas de formação

Conforme o objetivo principal deste estudo, fez-se necessário estabelecer critérios que permitissem considerar os resultados mais significativos nas categorias de formação de cada desporto, a fim de identificar os atletas que obtiveram altos rendimentos. A diferenciação dos critérios deve-se a heterogeneidade dos desportos, uma vez que os mesmos possuem uma diferente realidade relativa aos campeonatos infanto-juvenis. De acordo com o parecer de especialistas de cada modalidade foi possível estabelecer os critérios descritos no Quadro 9.

QUADRO 9 Critérios adotados para a definição de altos resultados desportivos nas etapas de formação

Desporto	Critério
Ginástica Olímpica	Até a 6ª colocação no Campeonato Brasileiro Infantil, Infanto-Juvenil e Juvenil
Ginástica Rítmica	Até a 6ª colocação no Campeonato Brasileiro Infantil, Infanto-Juvenil e Juvenil
Natação	Até a 8ª colocação no Campeonato Brasileiro Infantil, Juvenil e Júnior
Tênis	Até a 10ª colocação no ranking brasileiro infanto-juvenil
Voleibol	Campeonatos estaduais: até a 3ª colocação e/ou Convocações para seleções estaduais e nacionais
Futsal	Campeonatos estaduais: até a 3ª colocação e/ou Convocações para seleções estaduais e nacionais

3.4 Delimitação das idades entre as etapas da PDLP

A comparação entre os AR durante as etapas da PDLP seguiu aos modelos de Platonov (1994) e Bompa (2000), conforme apresentamos no Quadro 10.

QUADRO 10 Delimitação das idades entre as etapas da PDLP

Desporto	1ª etapa	2ª etapa	3ª etapa
Ginástica Olímpica[13] (fem./masc.)	6-8 /8-10 anos	9-10/11-13 anos	11-13/14-15 anos
Ginástica Rítmica[14] (fem.)	6-8 anos	11-13 anos	14-15 anos
Natação[15] (fem./masc.)	8-11/9-13 anos	12-14/14-16 anos	15-16/17-18 anos
Tênis[16] (fem./masc)	6-11/6-12 anos	12-14/13-15 anos	15-17/16-18 anos
Voleibol[17] (fem./masc.)	11-14/12-15 anos	15-16/16-18 anos	17-19/19-20 anos
Futsal[18] (masc.)	11-15 anos	16-18 anos	19-20 anos

[13] Platonov (1994).
[14] Ibid.
[15] Ibid.
[16] Bompa (2000).
[17] Utilizou-se o modelo do handebol de Platonov (1994).
[18] Platonov (1994).

3.5 Instrumentos

Foi necessária a elaboração de dois questionários, o primeiro com o objetivo de identificar os resultados dos atletas de Futsal e Voleibol ao longo da carreira e, o segundo, para verificar a opinião dos treinadores sobre o tema do estudo.

Para os dois questionários utilizou-se o método de validação por consenso entre os especialistas que, no primeiro caso, abrangeu um professor universitário com título de Doutor e dois treinadores do desporto em específico. No questionário aplicado aos treinadores, o processo de validação utilizou-se de dois professores universitários (Doutores) adicionados a três treinadores de desportos distintos.

As principais questões referentes ao questionário dos treinadores estão relacionadas na Tabela 2.

TABELA 2 Questões aplicadas aos treinadores

Questões fechadas
A) Qual a importância que atribui aos resultados nas competições dos mais jovens?
a) muita; b) razoável; c) pouca; d) nenhuma
B) O treinamento dos atletas pode ser dividido em quatro etapas, sendo a última delas coincidente com o alto nível. A partir de qual etapa são importantes os resultados na preparação dos jovens desportistas?
a) 1ª etapa; b) 2ª etapa; c) 3ª etapa; d) 4ª etapa; e) nenhuma delas
Questões abertas
– O que significam para você os resultados das crianças e jovens desportistas em relação com o alto nível?
– Na sua opinião, a obtenção de altos resultados no treinamento de crianças e jovens pode constituir em prejuízo para a carreira dos desportistas? Por quê?

3.6 Coleta de dados

Os dados referentes aos resultados dos atletas de Ginástica Olímpica, Ginástica Rítmica Desportiva, Natação e Tênis foram obtidos através das respectivas federações, localizadas em Porto Alegre, durante os meses de janeiro, fevereiro e março de 2002. A aplicação dos questionários aos jogadores de Voleibol ocorreu quando os mesmos estiveram presentes na cidade para disputa dos jogos pela Superliga de Voleibol, nos meses de fevereiro e março de 2002. Os atletas de Futsal responderam ao questionário no mês de abril do mesmo ano.

3.7 Procedimentos estatísticos

Para análise dos AR recorreu-se aos procedimentos da Estatística Descritiva, através da porcentagem de altos resultados em cada etapa da PDLP. O programa estatístico utilizado foi o SPSS 9.0.

As questões do questionário aplicado aos treinadores foram analisadas segundo a Estatística Descritiva e o teste Qui-Quadrado.

4 RESULTADOS

No sentido manter uma coerência entre a apresentação dos resultados e os objetivos do estudo, optou-se pelo seguinte ordenamento:

1º) análise descritiva dos altos resultados no conjunto dos desportos, durante as três etapas da PDLP;

2º) análise descritiva dos altos resultados em cada modalidade durante a primeira, a segunda e a terceira etapa da PDLP;

3º) apresentação, em valores percentuais, das respostas referentes às duas questões fechadas apresentadas aos treinadores;

4º) descrição das categorias de respostas encontradas nas duas questões abertas propostas aos treinadores, e apresentação em valores percentuais da *Pergunta 2*.

4.1 Percentagem de altos resultados (AR) no conjunto das modalidades desportivas[19] durante as três primeiras etapas da PDLP

Na Figura 4 observa-se que apenas 28,7% dos atletas apresentaram AR enquanto pertenciam à primeira etapa de preparação, contra 67,6% na segunda etapa e 87,1% na terceira etapa.

[19] A Ginástica Olímpica e a Ginástica Rítmica não participaram da análise referente à 1ª Etapa, devido à ausência de campeonatos de caráter nacional neste período.

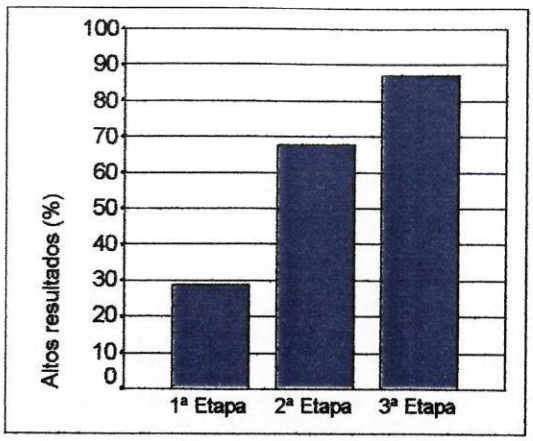


FIGURA 4 Percentagem de altos resultados nas modalidades desportivas durante as etapas da PDLP

4.2 Percentagem de altos resultados em cada desporto durante a primeira etapa da PDLP

A Figura 5 aponta que o Tênis foi o desporto que apresentou o maior percentual de vencedores (68,8%) durante a primeira etapa, seguido do Voleibol (37,2%) e Natação (20,3%). Os atletas de Futsal não demonstraram ser vencedores nesta etapa.

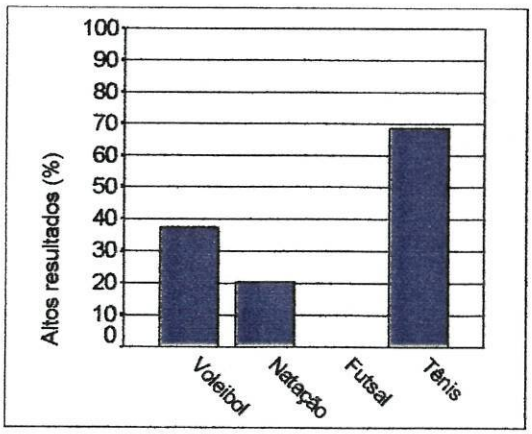


FIGURA 5 Percentagem de altos resultados nas modalidades desportivas durante a primeira etapa da PDLP

4.3 Percentagem de altos resultados em cada desporto durante a segunda etapa da PDLP

A Figura 6 demonstra que o Voleibol e o Tênis foram as modalidades onde os percentuais de AR destacaram-se das demais, com 88,4% e 87,5%, respectivamente. A Natação foi o terceiro desporto (68,1%), seguida pela Ginástica Rítmica (50%) e Ginástica Olímpica (47,1%). O Futsal foi o desporto que menos obteve AR (20%) na segunda etapa da PDLP.

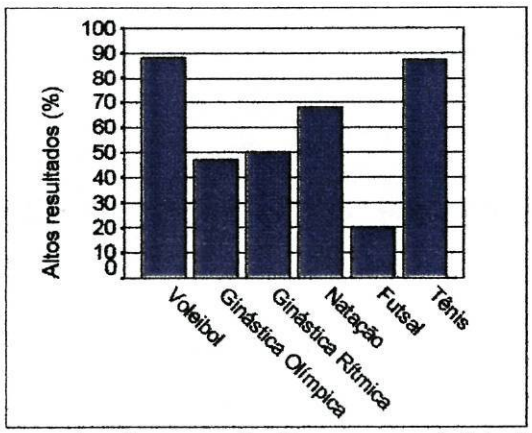


FIGURA 6 Percentagem de altos resultados nas modalidades desportivas durante a segunda etapa da PDLP

4.4 Percentagem de altos resultados em cada desporto durante a terceira etapa da PDLP

A Figura 7 demonstra que o Voleibol foi o desporto que totalizou mais vencedores na terceira etapa de preparação, com 95,3% dos atletas. Na seqüência encontra-se o Tênis (87,5%), a Natação (87%), a Ginástica Olímpica (82,4%), a Ginástica Rítmica (80%) e o Futsal (73,3%).

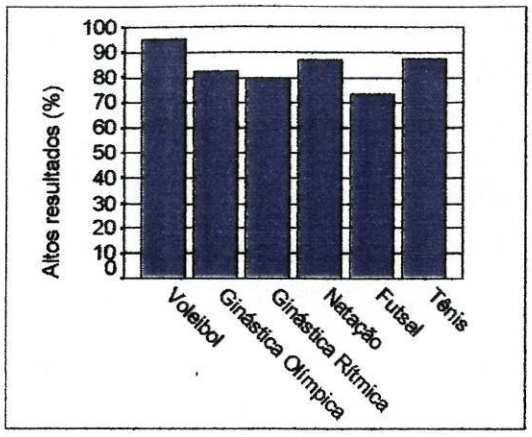


FIGURA 7 Percentagem de altos resultados nas modalidades desportivas durante a terceira etapa da PDLP

4.5 Opinião dos treinadores sobre os resultados desportivos

Nas questões fechadas aplicadas aos treinadores que trabalham com categorias de atletas em formação, adultos ou ambas, após a aplicação do Qui-Quadrado, observamos que não houve diferença significativa para as respostas em cada categoria (Figura 8), mesmo quando a amostra é dividida entre *atuantes* e *não-atuantes* em seleções desportivas estaduais ou nacionais (Figura 9). A Figura 10 demonstra que também não existiu diferença significativa entre as etapas a partir das quais os treinadores consideram importante ocorrer os resultados desportivos.

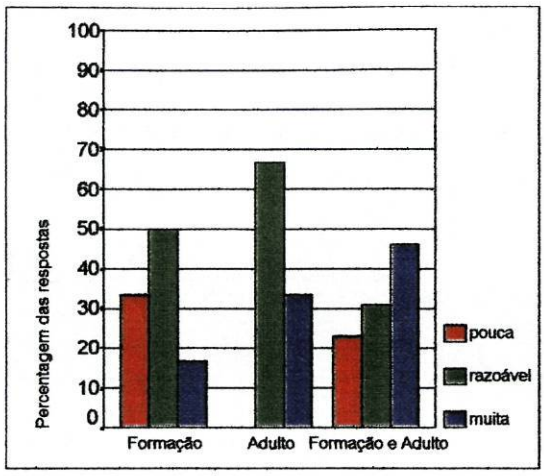


FIGURA 8 Importância dos resultados entre as categorias de treinadores

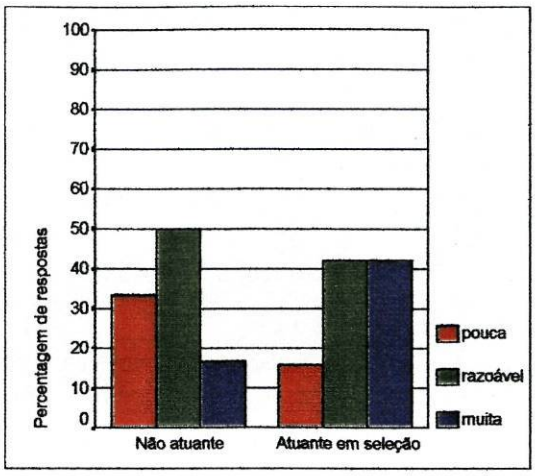


FIGURA 9 Importância dos resultados entre os treinadores atuantes e não-atuantes em seleções

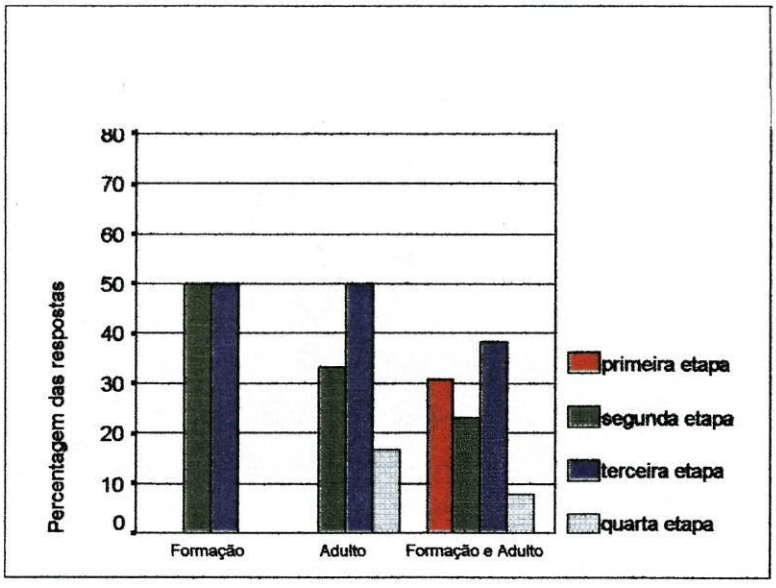


FIGURA 10 Importância dos resultados entre as etapas de preparação desportiva

As respostas apresentadas pelos treinadores a respeito da *Pergunta 7* estão localizadas na Tabela 3, e detalhadas em percentuais na Figura 11.

TABELA 3 Categorias de respostas da *Pergunta 7*

O que significam para você os resultados das crianças e jovens desportistas em relação com o alto nível?	
1	Grande chance de ter um atleta de ponta.
2	Auxilia a comparação da evolução do desportista.
3	Significam motivação para o atleta.
4	Conquistas pessoais, diversão e atitudes positivas são mais importantes do que os resultados.
5	Devem ser desenvolvidos progressivamente.
6	Os resultados da aprendizagem são mais importantes.
7	Não tem valor significativo.
8	Grande chance de ter um atleta de ponta./Significam motivação para o atleta.
9	Significam motivação para o atleta./Não têm valor significativo.

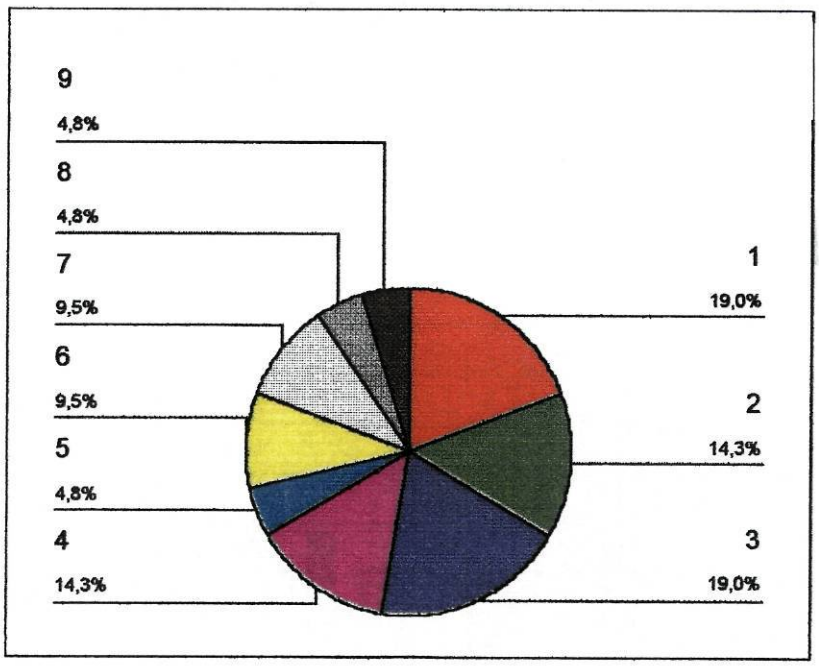


FIGURA 11 Significado dos resultados de crianças e jovens para os treinadores

Na Tabela 4 observou-se as respostas da *Pergunta 8*. Como muitos treinadores estabeleceram mais de um motivo para a resposta, optamos inicialmente por apenas descrevê-las e, em seguida, aplicar o teste do Qui-Quadrado para as respostas *sim* e *não* (Figura 12). Não houve diferença significativa nas respostas dos treinadores entre as três categorias.

TABELA 4 Categorias de respostas da *Pergunta 8*

Na sua opinião, a obtenção de altos resultados no treinamento de crianças e jovens pode constituir em prejuízo para a carreira dos desportistas? Por quê?	
1	Sim, porque prejudica o prazer de jogar.
2	Sim, devido à sobrecarga física e lesões.
3	Sim, devido ao excesso de cobranças e ao stress psicológico.
4	Sim, porque há maior risco de frustração.
5	Sim, porque faz o atleta "pular etapas".
6	Sim, quando for desconsiderada a individualidade do atleta.
7	Sim, quando a competição e os resultados são impostos como objetivo único.
8	Não, se for considerada a maturação do atleta e suas fases de desenvolvimento.
9	Não, se o trabalho for bem desenvolvido.

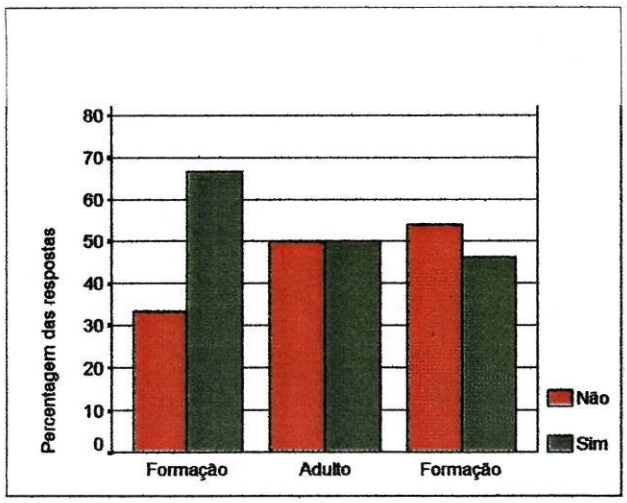


FIGURA 12 Percentagem de respostas da *Pergunta 8* entre as categorias de treinadores

5 DISCUSSÃO

5.1 Presença de altos resultados no conjunto das modalidades durante as etapas de preparação desportiva

A primeira observação que nos cabe em relação aos altos resultados (AR) dos desportistas durante o período de formação é verificada através da dinâmica ascendente durante as três etapas da preparação desportiva. Neste sentido, confirma-se um dos principais objetivos da PDLP, referido por Weineck (1986) e Harre (1982), que está resumido na elevação progressiva das exigências do treino, de maneira a obter-se uma melhora constante da capacidade de performance. Martin (1999) diz que a estrutura da PDLP deve conter um programa de treino em perspectiva para crianças e jovens, com base na aquisição gradual dos elementos da modalidade praticada. O peso dos resultados nas três primeiras etapas da PDLP parece seguir o princípio da especialização crescente, ao tornar-se mais relevante quando se aproxima do alto nível desportivo.

O fato de que apenas 28,7% dos atletas apresentaram altos resultados durante a primeira etapa da PDLP demonstra que a maioria dos desportistas foram orientados de acordo com os objetivos que norteiam esta fase e que, portanto, excluem a exigência da obtenção de resultados (Matvéiev, 1991; Zakharov, 1992; Bompa, 2000; Coelho, 2000; Martin, 1999). Durante este período a preocupação deve orientar-se para as tarefas que dizem respeito à formação dos atletas (Marques, 1993a), sendo esta subordinada ao treinamento multilateral (Martin, 1999), que não cria condições

para o aparecimento de êxitos imediatos (Mesquita, 1997). Sublinhamos, ainda, a opinião de Marques (1993a) e Barbanti (1997), ao não excluírem a importância das competições, contudo, sem que isto signifique a necessidade dos jovens obterem altos rendimentos.

A presente pesquisa encontrou semelhanças com os achados de Paes (1997), onde somente 25% dos atletas da elite do basquetebol brasileiro iniciaram a prática competitiva antes dos 12 anos de idade, embora a pesquisa do autor não tenha se detido à quantificação dos resultados destes atletas. Também está de acordo com estudo de Nagorni (*apud* Bompa 2000), onde os atletas bem sucedidos em categorias adultas não demonstraram ser campeões nacionais quando menores.

No entanto, o grupo de atletas que apresentou altos resultados já na primeira etapa da PDLP atingiu o alto nível, contrariando a idéia de que os AR no início do treinamento dos jovens possa impedir as altas performances na idade adulta (Nagorni, *apud* Bompa, 2000). É provável que estes atletas constituam exceções já previstas por Platonov (1994). Paes (1997) acredita que alguns fatores como a influência e a participação direta da família, presentes no grupo de atletas que iniciou a prática competitiva cedo, atuam como mecanismos compensadores ou influenciadores, que amenizariam as tensões da longa atividade e precoce competitividade. Contudo, não possuímos dados substanciais que permitam uma análise mais aprofundada sobre estes atletas.

Quando nos deparamos com os AR durante a segunda etapa da PDLP, representada por 67,6% dos atletas, consideramos os valores altos em contraste com os objetivos indicados pela PDLP relativos a esta fase. Matvéiev (1991) comenta que os resultados nesta etapa não têm relevância quando observados em relação ao atual estado do rendimento, e sim quando comparados aos da etapa procedente. Neste sentido, um atleta que não apresenta AR nesta etapa não está em um estado inferior, pois o que realmente importa é a sua evolução da segunda para a terceira etapa.

Conforme Platonov (1994), Marques (1993a), Zakharov (1992) e Bompa (1999), o conteúdo desta etapa está direcionado para o desenvolvimento dos fundamentos básicos da modalidade, e mesmo que este conduza a um aumento da preparação especial, ele não é ainda significante para produzir AR. Destacamos, ainda, que a atividade competitiva neste período, segundo Zakharov (1992), deve ter um caráter auxiliar e apresentar um programa simplificado. Filin (1996) considera o período competitivo de importância secundária, embora reconheça que o mesmo é favorável para verificar o potencial dos atletas. No entanto, sabemos que os critérios adotados para a definição de AR nesta etapa incluem as primeiras colocações em campeonatos brasileiros e, em alguns casos, estaduais. Estes critérios, por incluírem campeonatos altamente disputados e de bom nível, exigem que o atleta seja orientado para os regulamentos impostos pelo sistema de competições. Em outras palavras, dificilmente o atleta obterá AR se não for exclusivamente preparado para tal, sugerindo que a preparação dos atletas na segunda etapa da PDLP foi predominantemente orientada para a obtenção de AR.

A última etapa da PDLP demonstrou que os atletas observados neste estudo apresentaram um elevado percentual de AR, representado por 87,1% da amostra. Este período da PDLP é marcado por uma especialização aprofundada onde o treinamento visa o rendimento em uma atividade competitiva (Bompa, 1999; Marques, 1993a; Platonov, 1994). Neste momento são definidas as orientações referentes às posições ou provas do atleta, e as competições se aproximam ao número da última etapa (Zakharov, 1992; Matvéiev, 1991). Com base nestes princípios, que dizem respeito à terceira etapa da PDLP, podemos concluir que a maioria dos atletas não se distanciou dos objetivos ao demonstrarem AR nesta fase. Outro fator que pode explicar a alta presença de AR neste período, é a existência da *zona dos primeiros altos êxitos* apresentada por Filin (1996) e que pode ser definida como o momento onde alguns resultados começam a surgir, mesmo que estes não correspondam aos melhores resultados da carreira do atleta.

Ao analisarmos os AR, no sentido de determinar se eles podem significar um prognóstico para o alto nível, podemos conduzir algumas conclusões. Coelho (2000), Filin (1996), Bompa (2000), Magill e Anderson (1996) referem que muitos atletas adultos não foram campeões enquanto crianças e jovens, o que foi amplamente comprovado neste estudo em relação à primeira etapa da PDLP, onde 71,3% dos desportistas não apresentaram AR. A maioria dos autores (Bompa, 2000; Sobral, 1987; Filin, 1996; Malina, 1986; Pereira, 1999; Marques, 1993, 1999) relatam que os resultados de crianças e jovens não são garantia de futuros êxitos. Contudo, poucas pesquisas mencionam o momento a partir do qual os resultados podem constituir um instrumento relevante para auxiliar na questão do prognóstico. Durand (1987) relata que os resultados dos jovens apenas apresentaram uma alta correlação dois anos antes dos resultados absolutos. Ao adicionarmos esta constatação com o estudo de Kobjakov (1980), onde o resultado dos ginastas nas categorias de formação apenas demonstrou uma alta correlação com os resultados absolutos na categoria anterior ao alto nível, concluímos que a presente pesquisa apresentou semelhanças com estes dois estudos ao indicar que 87,1% dos atletas obtiveram AR na terceira etapa da PDLP; portanto, alguns anos antes do alto nível. Em relação à segunda etapa da PDLP, consideramos o percentual de 67,7% também alto, porém inferior ao da terceira etapa. Em resumo, podemos dizer que os AR apresentados pelos atletas do nosso estudo, durante a terceira etapa da PDLP, constituem um instrumento importante no auxílio ao prognóstico para o alto nível. Por outro lado, os AR na primeira etapa da PDLP não demonstraram ser relevantes em relação à questão do prognóstico.

5.2 Presença de altos resultados em cada modalidade durante as etapas de preparação desportiva

5.2.1 Primeira etapa

Na análise dos AR de cada modalidade referente à primeira etapa podemos verificar uma grande oscilação em relação ao Futsal e ao Tênis. Enquanto os atletas de Futsal não apresentaram AR, o Tênis revelou 68% de atletas com AR.

Os dados relativos ao Futsal são curiosos quando comparados aos do outro desporto coletivo desta pesquisa, o Voleibol, que obteve 37,2% de AR na primeira etapa. Um fator que talvez explique esta diferença, é que no Voleibol a necessidade de orientar os jogadores para posições específicas é mais marcante do que no Futsal, onde é mais comum a presença de jogadores polivalentes (Júnior, 1998; Souza, 1994). Contudo, o desenvolvimento desta especificidade deve ocorrer entre o final desta etapa e o início da seguinte. Analisando a realidade competitiva do Futsal e do Voleibol, seria esperado valores inversos. Enquanto os campeonatos estaduais de Voleibol (FGV[20], 2002) ocorrem com a idade mínima de 13 anos, no Futsal eles acontecem aos 7 (SP) e 11 anos (RS).

Com 68% de AR, o Tênis foi o desporto que apresentou o maior percentual na primeira etapa da PDLP. Estes altos valores estão em contraposição com as indicações de Cayer e Lamarche (1989), pois referem que neste período a preocupação deve estar voltada para a aprendizagem de golpes e a consistência de jogo. Enquanto os autores (Op. cit.) salientam, nesta fase inicial, a participação em campeonatos internos, na escola ou no clube, a maioria dos tenistas da amostra já estava classificada entre os dez melhores do *ranking* nacional. Segundo Lüdorf (1999), é forte a influência do

[20] Federação Gaúcha de Voleibol.

Tênis profissional existente entre os pais e crianças praticantes. É possível que esta influência exerça uma cobrança interessante em relação aos campeonatos desde cedo, não proporcionando outra opção senão orientar a vencer.

O baixo percentual de AR na Natação (20,3%) indica que a maioria dos atletas foi orientada de acordo com os princípios deste período de preparação propostos por Makarenko (2001) e Wilke e Madsen (1986), onde os objetivos principais rondam a multilateralidade, a motivação para o desporto e o desenvolvimento das técnicas de nado. Além disso, neste momento as competições têm lugar como instrumento de controle. Os dados da natação indicam que a preocupação nesta etapa não foi a obtenção de AR, e demonstram concordar com as afirmações de Wilke e Madsen (1986) e de Maglischo (1990) em evitar os altos rendimentos durante a infância, sob o risco de provocar uma futura estagnação e, por conseqüência, o abandono do desporto.

5.2.2 Segunda etapa

A segunda etapa da PDLP revela que o Voleibol (88,4%) e o Tênis (87,5%) continuam a ser os desportos com os maiores percentuais de AR, sendo que o Futsal permaneceu com o menor percentual (20%).

A principal questão a destacar aqui, além dos altos percentuais obtidos pelo Voleibol e Tênis, é que o primeiro demonstra uma proximidade muito grande com a terceira etapa e o segundo apresenta um percentual idêntico. Em outras palavras, a relevância dos AR para estas modalidades na segunda e terceira etapa revelou-se similar, discordando da ocorrência de uma melhora gradual do treinamento (Martin, 1999) e, por conseqüência, da performance.

No voleibol a segunda etapa da PDLP coincide com o início da especialização nas posições (Cardinal, 1996) e com a primeira "categoria de base" das seleções nacionais, a infanto-juvenil (Costa, 1998). As categorias de base são acompanhadas pela Confederação Brasileira de Voleibol, visto que possivelmente farão a sucessão das equipes adultas. É provável que estes fatores influenciem, já nesta etapa, na orientação para o rendimento.

O período referente à segunda etapa da PDLP do tênis é considerada por Cayer e Lamarche (1989) uma fase de transição, com ênfase no treinamento multilateral e na participação em competições regionais. Discordando, portanto, do alto percentual de AR (87,5%) encontrado neste desporto.

Os dados relativos aos AR da Ginástica Olímpica e Ginástica Rítmica Desportiva surgem pela primeira vez nesta etapa, pois os campeonatos nacionais só ocorrem a partir desta. Encontramos valores percentuais semelhantes (47,1% para a GO e 50% para a GRD), confirmando a proximidade das características do treinamento e regime de competições das duas modalidades. Os autores concordam com as baixas idades no início do treinamento da ginástica (Knoll *et al.*, 2000; Smoleuskiy e Gaverdouskiy, 1997), mas em nenhum momento mencionam a importância de se obter AR nesta etapa. A participação nas competições é enfatizada como forma de experiência (Araújo, 1998; Smoleuskiy e Gaverdouskiy, 1997), discordando, portanto, de aproximadamente metade dos atletas da amostra destas modalidades.

A Natação, com 68,1% de AR, foi o desporto que apresentou um maior aumento em relação à primeira etapa. Este percentual difere da proposta de Makarenko (2001), que sugere para este período um treinamento multilateral, com destaque para o treinamento da técnica e para a participação em competições nos quatro estilos.

5.2.3 Terceira etapa

No período antecedente ao alto nível dos desportistas, encontramos todas as modalidade com valores percentuais de AR superiores à faixa dos 70%. Consideramos os altos valores de acordo com a previsão e orientação da literatura, que refere somente nesta fase da PDLP um aumento expressivo do treino específico e da orientação para a estrutura do alto rendimento (Martin, 1999; Weineck, 1986; Matvéiev, 1991; Zakharov, 1992; Marques, 1993a; Platonov, 1995; Filin, 1996; Bompa, 2000).

As orientações da literatura especializada mencionam, nesta fase, a forte presença dos campeonatos. Smoleuskiy e Gaverdouskiy (1997) indicam que os ginastas devem, neste momento, participar de campeonatos internacionais juniores e juvenis; Makarenko (2001) fala em ampliar a participação dos nadadores em competições e provas específicas; Costa (1998) revela este como um período de formação e revelação dos voleibolistas; e, finalmente, Cayer e Lamarche (1989) citam, nesta fase, a participação dos tenistas em campeonatos nacionais.

5.2.4 Considerações

Como podemos observar, os valores percentuais de AR entre as diferentes modalidades demostraram grandes variações nas duas primeiras etapas da PDLP. Reconhecemos que, por nos limitarmos a descrever uma realidade, impossibilitamo-nos de conhecer algumas de suas razões. Portanto, ressaltamos que a diferença entre os desportos deixa algumas lacunas, e demonstra que o problema ainda merece atenção.

5.3 Opinião dos treinadores sobre os resultados desportivos

A opinião dos treinadores a respeito dos resultados de crianças e jovens vem ao nosso encontro, no sentido de complementar o estudo e contribuir para a compreensão do problema.

Nas duas primeiras questões aplicadas aos treinadores, verificamos que os mesmos não demonstraram um perfil único com relação à importância dos resultados e ao momento a partir dos quais eles devem ocorrer. É interessante observar, no entanto, que não foi mencionada a alternativa "nenhuma importância" entre os treinadores. Devido ao baixo número de treinadores em algumas modalidades, não foi possível realizar uma comparação entre os desportos. Contudo, mesmo com a separação dos treinadores por categoria (*formação, adulto* e *formação e adulto)* não encontramos diferenças significativas entre as opções de respostas.

Na atribuição ao significado dos resultados (*Pergunta 7*), identificamos 9 categorias de respostas. As respostas com maiores valores percentuais foram: "significam motivação para o atleta" (19%), "grande chance de ter um atleta de ponta" (19%), "auxilia a comparação da evolução do desportista" (14,3%) e "conquistas pessoais, diversão e atitudes positivas são mais importantes do que os resultados" (14,3%).

A literatura, quando refere que as experiências desportivas dos jovens devem ser positivas e de sucesso (Anderson e Magill, 1996; Passer, 1996; Lima, 1989; Hahn, 1988), faz perceber a relação destas experiências com a motivação. Neste sentido, parece coerente que os treinadores associem os resultados à motivação dos atletas. No entanto, no estudo de Gonçalves (1999), os treinadores estabeleceram uma diferente ordenação para os objetivos da prática juvenil, mantendo em primeiro lugar o "Ensinar jovens a gostarem de praticar desporto... prolongamento da vida desportiva...", e, na última posição, a "Obtenção de bons resultados desportivos".

Os treinadores que consideraram os resultados como uma "grande chance de ter um atleta de ponta", discordam de Sobral (1994), Marques (1993b), Malina (1986), Filin (1996), Bompa (2000), Coelho (2000) e Pereira (1999), que enfatizam a impossibilidade de se realizar prognósticos a partir de resultados precoces.

Quando encontramos nas categorias de resposta a função dos resultados como um auxílio na comparação da evolução dos atletas, interpretamos, a princípio, que esta observação está de acordo com a opinião de Filin (1996), que aponta ser um dos objetivos da competição a observação do controle do treinamento. Mas esta afirmação está condicionada ao fato de que as competições devem estar de acordo com o processo de treino (Marques, 1999) e com o estatuto maturacional dos atletas. Caso contrário, os resultados apresentados pelos jovens não serão mero reflexo do treinamento (Sobral, 1988; Rost, 1995; Maia, 2000; Anderson e Magill, 1993). Ao que parece, o nosso atual sistema de competições ainda não está adequado a estas questões (Monpean, 1991).

A categoria "conquistas pessoais, diversão e atitudes positivas são mais importantes do que os resultados" demonstra claramente que este grupo de treinadores não atribui tanta importância aos resultados quanto os demais. O estudo de Martens (1985) aponta semelhanças com estas afirmações, uma vez que o autor considera mais importante cumprir os objetivos da prestação, em detrimento dos resultados propriamente ditos. Da mesma maneira, Adelino *et al.* (2000, p.48) afirmam que:

> "... no treino de jovens é preciso centrar a atenção na avaliação do trajeto percorrido, nos sucessos pessoais alcançados por cada um face ao seu passado e o volume de potencial que ele aparenta possuir, em vez de nos limitarmos a uma quase exclusiva comparação com os demais".

Em relação à *Pergunta 8*, os treinadores que acreditam que a obtenção de altos resultados por crianças e jovens pode constituir em prejuízo

para a carreira dos desportistas, têm razões semelhantes às encontradas na literatura. Os motivos ligados à sobrecarga física foram referidos por Bento (1989) e Zakharov (1992); a necessidade de se respeitar a individualidade do atleta foi mencionada por Anderson e Magill (1996); Marques (2000, 1991) e Gonçalves (1991) criticam o rendimento e a competição quando enfatizados como objetivo único; Coelho (2000) acredita que a orientação exclusiva para os resultados faz com que se ultrapassem as etapas de preparação; o excesso de cobranças e *stress* psicológico podem ser prejudiciais ao jovem atleta, segundo Bento (1989) e Paes (1997).

Inicialmente, verificamos que não houve diferença significativa entre as respostas "sim" e "não". No entanto, a parte dos treinadores que acredita na impossibilidade dos resultados dos jovens prejudicarem o futuro rendimento o faz segundo algumas condições como: "se forem respeitadas a maturação e as fases de desenvolvimento do atleta" e "se o trabalho for bem desenvolvido". Ora, se existe uma condição para tal fato ocorrer, significa que, na ausência desta condição, o mesmo não será verdadeiro. O que nos inclina a interpretar que os treinadores têm a mesma opinião a respeito desta questão.

CONCLUSÕES

De acordo com os objetivos no nosso estudo, e após a aplicação dos procedimentos estatísticos, podemos sugerir o seguinte quadro de conclusões:

A) Em relação à primeira etapa da PDLP, os atletas demonstraram um baixo percentual de AR, confirmando nossa primeira hipótese.

B) Na segunda etapa da PDLP, a presença de AR predomina entre os atletas, porém, os valores encontrados não são suficientemente fortes para se confirmar ou refutar a hipótese. Sugere-se o seu desenvolvimento através da realização de posteriores estudos com amostras mais extensivas e abrangendo um maior número de modalidades.

C) Durante a terceira etapa da PDLP, os atletas têm seu maior percentual de AR, confirmando nossa terceira hipótese.

D) A análise referente aos diferentes desportos permitiu-nos observar que, na primeira etapa da PDLP, ocorre uma grande diferença em relação aos AR de cada modalidade. A grande variação de AR no Tênis (68.8%), Voleibol (37,2%), Natação (20,3%) e Futsal (sem AR) sugere uma diferença no comportamento da carreira dos atletas.

E) Na segunda etapa da PDLP é mantida a diferença entre os AR nos desportos. Salienta-se, nesta fase, que o Tênis e o Voleibol apresentaram

percentuais de AR semelhantes ou idênticos aos da terceira etapa, indicando um quadro de AR de pouca progressão para estas modalidades.

F) Os atletas de todos os desportos revelaram uma predominância de AR durante a terceira etapa da PDLP, demonstrando grande relevância dos AR neste período de preparação.

G) Os treinadores não apresentam um perfil único em relação à importância que atribuem aos resultados dos jovens. O mesmo podemos dizer sobre a opinião a partir de qual etapa da PDLP os resultados são importantes.

H) Sobre o significado dos resultados, predominam entre os treinadores as seguintes respostas: a) grande probabilidade de ter um atleta de ponta; b) motivação para o atleta; c) auxilia na comparação da evolução do atleta; c) conquistas pessoais, diversão e atitudes positivas são mais importantes do que os resultados.

I) Os treinadores consideram que os AR no desporto de crianças e jovens podem constituir-se em prejuízo para a carreira do atleta.

BIBLIOGRAFIA

ALEXANDER, M. (1994). Caractéristiques physiologiques des gymnastes de haut niveau en G.R.S. In: GANZIN, Mireille. *Gymnastique artistique et G.R.S. Comunications scientifiques et techniques d'experts étrangers.* INSEP. p.323-340.

ADELINO, Jorge; VIEIRA, Jorge; COELHO, Olímpio (2000). *Treino de jovens: O que todos precisam saber!* Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva.

AGNOLUCCI, D.; CIMINO, C.; MONGUZZI, L. (1994). Programmation et organization de l'entraînement de l'équipe bulgare de G.R.S. Stages de Sofia, Varna et Lamezia Terme. In: GANZIN, Mireille. *Gymnastique artistique et G.R.S. Comunications scientifiques et techniques d'experts étrangers*. INSEP. p.311-322.

ANDERSON, David; MAGILL, Richard (1996). Critical Periods as Optimal Readiness for Learning Sports Skills. In: SMOLL, F.; SMITH, R. *Children and youth in sport. A biopsychosocial perspective*. McGraw-Hill. p.57-71.

APPLEWHAITE, Charles (1984). Como preparar los jovenes jugadores, entre 13 y 17 años para las realidades de la vida tenisyica. *Simposium de la federacion europea de tenis*. Real Federacion Española de Tenis. Marbella. p.51-55.

ARAÚJO, Carlos Manuel (1998). O treino dos jovens ginastas. *Horizonte*, XV(85): 1-12.

BARBANTI, Valdir José (1997). *Teoria e prática do treinamento esportivo*. São Paulo: Edgard Blücher.

BARYNINA, I.I.; VAITSEKHOVSKII, S. M. (1992). The afthermath of early sports specialization for highly qualified swimmers. *Fitness and Sports Review International*, 27(4):132-134.

BENTO, Jorge O. (1989). A criança no treino e desporto de rendimento. *Kinesis*, 5(1):9-35.

BIANCO, Marisa Adélia (1999). Importância da capacidade cognitiva no comportamento tático dos esportes coletivos: uma abordagem no basquetebol. *I Premio Indesp de literatura Esportiva*. INDESP, 2:99-147.

BOMPA, Tudor (2000). *Total Training for Young Champions.* Champaign, IL: Human Kinetics.

BOMPA, Tudor (1999). *Periodization. Theory and Methodology of Training.* 4.ed. Champaign, IL: Human Kinetics.

BURLÓ, Morenilla; SANTANA, Vernetta M.; BEDOYA, López J. (1996). Detección y selección de talentos en gimnasia. In: VÁZQUEZ, José Luis Hernández. *Indicadores para la detección de talentos deportivos.* Madrid, Ministerio de Educación y Ciencia, p.105-144.

BRETTSCHNEIDER, Wolf D. (1990). I giochi sportivi al microscopio. In: *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 20:2-6.

BRUGUERA, Luis (1993). *VIII Simposium Internacional Para Professionales De La Enseñanza Del Tenis*. Real Federacion Española de Tenis. Madrid.

CARDINAL, Charles. Treinamento técnico-tático. In: FILHO, Celio C.; AQUINO, Edinilton J. V. (2001). *Voleibol: curso de treinadores nível II.* Porto Alegre: Confederação Brasileira de Voleibol.

CAYER, Louis; LAMARCHE, Pierre (1989). Modelo de desarrollo especifico para el tenis. *VI Simposium para entrenadores de la federación internacional de tenis.* Escuela Nacional de Maestria de Tenis. Madrid. p.44-105.

COELHO, Olímpio. Pode a passada ser maior que a perna? (2000). In: GARGANTA, Júlio. *Horizontes e órbitas no treino dos jogos desportivos*. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto. p.145-154.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA (2002). *Calendário de Competições 2002*. Curitiba.

CORTE-REAL, Alda (1997). O talento em ginástica desportiva feminina. *Horizonte*, 76:14-17.

COSTA, Paulo M. N. C. (1998). *Formação das seleções básicas no voleibol brasileiro*. Brasília: Instituto Nacional do Desenvolvimento do Desporto.

COUNSILMAN, James E. (1980). *A natação. Ciência e técnica para a preparação de campeões*. Rio de Janeiro: LIAL.

DAHLGREN, Leif (1984). A que edad debe un niño comenzar a jugar al tenis? *Simposium de la federacion europea de tenis*. Real Federacion Española de Tenis. Marbella. p.28-32.

DURAND, Marc (1987). *L'enfant et le sport.* Paris.

FERREIRA, Maria B. R. (1986). Youth Sport in Brazil. In: WEISS, M.; GOULD, D. Sport for Children and Youths. *The 1984 Olympic Scientific Congress Proceedings*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers. X:11-15.

FIALOVA, E. (1994). Préparation des enchaînements en G.R.S. In: GANZIN, Mireille. *Gymnastique artistique et G.R.S. Comunications scientifiques et techniques d'experts étrangers*. INSEP, p.257-270.

FEDERAÇÃO GAÚCHA DE VOLEIBOL (2002). *Regulamento de 2002*. Porto Alegre.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA (2001). *Código de Pontuação de Ginástica Artística Feminina*. Federação Portuguesa de Ginástica.

FEDERAÇÃO RIOGRANDENSE DE GINÁSTICA (2002). *Calendário de Competições 2002*. Porto Alegre.

FILHO, Celio C. (1997). Mini-voleibol. In: FILHO, Celio C.; AQUINO, Edinilton J. V. *Voleibol: curso de treinadores nível I*. Porto Alegre: Confederação Brasileira de Voleibol. p.57-62.

FILHO, Celio C. (2001). Tendências do voleibol – Plano 2001. In: FILHO, Celio C.; AQUINO, Edinilton J. V. *Voleibol: curso de treinadores nível II*. Porto Alegre: Confederação Brasileira de Voleibol. p.64-65.

FILIN, Vladimir P. (1996). *Desporto Juvenil: Teoria e Metodologia*. Londrina.

FONTANI, G.; CICCARONE, G.; GIULIANINI, R. (2000). Nuove regole di gioco ed impegno fisico nella pallavolo. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 50:14-20.

GAMBETTA, Vern (1990). Nuove Tendenze nella Teoria dell'Allenamento. In: *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 9:18, 7-9.

GAYA, Adroaldo Cezar Araujo; SILVA, Marcelo F; SIQUEIRA, Osvaldo D.; CARDOSO, Lisiane T. (1999). Estrutura da performance desportiva: um estudo referenciado ao futsal juvenil. In: *I Prêmio Indesp de Literatura Esportiva*. Brasília: INDESP, 1:175-256.

GARGANTA, Júlio (1998). Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos. In: GRAÇA, Amândio; OLIVEIRA, José. *O ensino dos jogos desportivos*. 3.ed. Centro de Estudos dos Jogos Desportivos, Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. p.11-25.

GARGANTA, Rui; MAIA, José; JANEIRA, Manuel A. (1993). Estudo discriminatório entre atletas de voleibol do sexo feminino com base em testes motores específicos. In: MARQUES, A. e BENTO, J. *A Ciência do Desporto, a*

Cultura e o Homem. Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. p.281-289.

GOMES, Antônio Carlos; MACHADO, Jair (2002). *Futsal na Infância e na Adolescência*.
http://www.futsalbrasil.com.br/engine/?page=shop/news&t=artigo&news_id=334&a_nsection=articles

GOMES, Paula B. (1993). A Criança e o Desporto. Prontidão e Competência. In: MARQUES, A.; BENTO, J. *A Ciência do Desporto a Cultura e o Homem*. Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. 1:517-522.

GONÇALVES, Carlos (1991). A prática desportiva das crianças e dos jovens. Contributos para o seu alcance educativo e formativo. In: MARQUES, A.; BENTO, J. *As Ciências do Desporto e a Prática Desportiva*. Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. 1:521-530.

GONÇALVES, Carlos (1999). O espírito desportivo na formação do jovem praticante. In: CEFD (Ed.) *Treino de Jovens*. Lisboa: CEDF. p.111-121.

GRAÇA, Amândio (1998). Os comos e os quandos no ensino dos jogos. In: GRAÇA, Amândio; OLIVEIRA, José. *O ensino dos jogos desportivos*. 3.ed. Centro de Estudos dos Jogos Desportivos, Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. p.27-34.

GROSSER, Manfred; BRÜGGEMANN, Peter; ZINTL, Fritz (1989). *Alto Rendimiento Desportivo. Planificación y Desarrollo*. Barcelona: Martínez Roca.

GUPTA, A. Goswami S. (1998). Cardiovascular stress and lactate formation during gymnastic routines. *J. Sports Med. Phys. Fitness*, 38:317-322.

HAHN, Erwin (1988). *Entrenamiento con Niños*. Barcelona: Martínez Roca.

HALBERT, John A. (1986). When Should Children Begin Competing? A Coach´s Perspective. In: WEISS, M.; GOULD, D. Sport for Children and Youths. *The 1984 Olympic Scientific Congress Proceedings*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers. X:65-69.

HARRE, Dietrich (1982). *Principles of Sports Training. Introduction to the theory and Methods of Training*. Berlin.

IMHOF, U. (1994). Mesures télémétriques de la fréquence cardiaque en gymnastique rythmique et sportive (étude à l´entraînement). In: GANZIN, Mireille. *Gymnastique artistique et G.R.S. Comunications scientifiques et techniques d´experts étrangers.* INSEP, p.301-305.

JÚNIOR, Nicolino B. (1998). *A ciência do esporte aplicada ao futsal*. Rio de Janeiro: Sprint.

KOBJAKOV, J.U.P. (1994). Sur la possibilité de prognostiquer les résultats sportifs et certain des indices morphologiques des jeunes gymnastes. In: GANZIN, Mireille. *Gymnastique artistique et G.R.S. Comunications scientifiques et techniques d'experts étrangers.* INSEP, p.69-76.

KONZAG, Irmgard (1990). Attivitá cognitiva e formazione del giocatore. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 20:14-20.

KÖTHE, Thomas, KNOLL, Karin; KNOLL, Klaus (2000). I Limiti della Capacità di Prestazione Umana negli Sport Tecnico-Compositori. In: *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 49:33-41.

LEBRE, Eunice (1991). Intensidade do esforço na ginástica rítmica desportiva. In: MARQUES, A.; BENTO, J. *As Ciências do Desporto e a Prática Desportiva*. .Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. 2:231-235.

LEE, Martin (1999). O desporto para os Jovens ou os Jovens para o Desporto? Alguns dilemas que se colocam aos treinadores de jovens. In: CEFD (Ed.). *Treino de Jovens*. Lisboa: CEDF. p.123-134.

LÉGLISE, Michel (2001). [Comunicação por *e-mail*].

LIMA, Teotônio (1989). A eliminação desportiva precoce. *Treino Desportivo*, (14):25-32.

LIMA, Teotónio (1988). A formação desportiva dos jovens. *Horizonte*, 25:21-26.

LIMA, Teotônio (2000). Competições para Jovens. In: CEFD (ed). *O Melhor da Revista Treino Desportivo*. Lisboa: CEDF. p.235-248.

LÜDORF, Sílvia Maria Agatti (1999). Tênis para crianças: uma abordagem científico-pedagógica. *Kinesis*, (21):207-222.

MAGLISCHO, Ernest W. (1990). *Nadar más rapido. Tratado completo de natación*. 2.ed. Barcelona: Hispano Europea.

MAIA, José (2000). Exigências precoces de alto rendimento desportivo nos jogos desportivos. In: GARGANTA, Júlio. *Horizontes e órbitas no treino dos jogos desportivos*. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto. p.133-143.

MAKARENKO, Leonid P. (2001). *Natação: seleção de talentos e iniciação desportiva*. Porto Alegre: Artmed.

MALINA, Robert M. (1993). Youth Sports: Readiness, Selection and Trainability. In: DUQUET, William; DAY, James A. P. *Kinanthropometry IV*. London: E & FN SPON. p.285-301.

MALINA, Robert M. (1986). Readiness for Competitive Sport. In: WEISS, M.; GOULD, D. Sport for Children and Youths. *The 1984 Olympic Scientific Congress Proceedings*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers. X:45-50.

MANNO, Renato; BECCARINI, Corrado; D'OTTAVIO, Stefano (1992). La formazione del giovane calciatore. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 24:2-8.

MARQUES, António (1991). A Especialização Precoce na Preparação Desportiva. In: *Treino Desportivo*, 19:9-15.

MARQUES, António; OLIVEIRA, José (2001). O treino dos jovens desportistas. Actualização de alguns temas que fazem a agenda do debate sobre a preparação dos mais jovens. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, 1(1):130-137.

MARQUES, António, OLIVEIRA, José (2002). O treino e a competição dos mais jovens: rendimento *versus* saúde. In: BARBANTI, Valdir J. *et al*. *Esporte e Atividade Física. Interação entre rendimento e qualidade de vida*. São Paulo: Manole. p.

MARQUES, António (1993a). A periodização do treino em crianças e jovens. Resultados de um estudo nos centros experimentais de treino da Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto. In: MARQUES, A.; BENTO, J. *As Ciências do Desporto e a Prática Desportiva*. Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. p.243-257.

MARQUES, António (1993b). Bases para a estruturação de um modelo de detecção e seleção de talentos desportivos em Portugal. *Espaço*, 1(1):47-58.

MARQUES, António (1997). A Preparação Desportiva de Crianças e Jovens. O Sistema de Competições. In: Guedes, O. (Org.). *Atividade Física: Uma Abordagem Multidimensional*. João Pessoa: Idéia. p.157-159.

MARQUES, António (1999). Crianças e Adolescentes Atletas: entre a Escola e os Centros de Treino ... entre os Centros de Treino e a Escola! In: CEFD (Ed.). *Treino de Jovens*. Lisboa: CEDF. p.17-30.

MARQUES, António (2000). Sobre as Questões da Qualidade No Treino dos Mais Jovens. In: SILVA, F.M. (Org.). *Produção do Conhecimento no Treinamento Desportivo. Pluralidade e Diversidade*. João Pessoa: UFPb. p.

MARTENS, Rainer (1985). Quando vincere è importante. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 2:3-9.

MARTIN, Dietrich; KLAUS, Carl; KLAUS, Lehnertz (2001). *Manual de Metodología del Entrenamiento Deportivo*. Barcelona: Paidotribo.

MARTIN, Dietrich; KRUG, Jürgen; REIβ, Manfred; ROST, Klaus (1997). L´Evoluzione del Sistema di Allenamento e di Gara nello Sport di Vertice e Conseguenze per il Ciclo Olimpico 1996-2000. In: *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 37:16-25.

MARTIN, Dietrich (1999). Capacidade de Performance e Desenvolvimento no Desporto de Jovens. In: CEFD (Ed.). *Treino de Jovens*. Lisboa: CEDF, p.37-59.

MARTIN, Dietrich (1991). Multilateralitá e especializzazione precoce. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 23:22-26.

MATVÉIEV, L. (1991). *Fundamentos do Treino Desportivo*. Lisboa: Livros Horizonte.

MEIR, Max (1997). A evolução para o 6:6 com levantador. In: FILHO, Celio C.; AQUINO, Edinilton J. V. *Voleibol: curso de treinadores nível I*. Porto Alegre: Confederação Brasileira de Voleibol. p.69-71.

MESQUITA, Isabel (1997). *Pedagogia do treino. A formação em jogos desportivos coletivos*. Livros Horizonte. Lisboa.

MESQUITA, Isabel (1998). Proposta metodológica para o ensino do voleibol. In: GRAÇA, Amândio; OLIVEIRA, José. *O ensino dos jogos desportivos*. 3.ed. Centro de Estudos dos Jogos Desportivos, Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. p.157-170.

MESQUITA, Isabel (2002). O conhecimento estratégico de um distribuidor de alto nível. *Treino Desportivo*, (5):15-20.

MERNI, Franco (1989). La valutazione delle tecnique sportive. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 15:9-13.

MONPEAN, Maria Regina Ferreira da Costa (1991). *O processo competitivo de natação e as características de desenvolvimento dos nadadores da categoria infantil filiados à federação gaúcha de natação*. Dissertação de mestrado. Santa Maria.

MONTPETIT, R. (1994). Aspects physiologiques de l´entreaînement en gymnastique. In: GANZIN, Mireille. *Gymnastique artistique et G.R.S. Comunications scientifiques et techniques d´experts étrangers*. INSEP, p.187-200.

MORENO, J. (1994). *Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: INDE.

NADORI, Lazlo (1990). Especialización y talento. Problemas pedagógicos de la especialización y de la promoción del talento en el deporte. *Stadium*, 141:41-46.

PEREIRA, José Gomes (1999). Treinar jovens: benefícios ou risco? In: CEFD (Ed.). *Treino de Jovens*, Lisboa: CEDF. p.65-69.

PAES, Roberto Rodrigues (1997). *Aprendizagem e Competição Precoce. O Caso do Basquetebol*. 3.ed. Campinas: Ed. da UNICAMP.

PASSER, Michael (1996). *At What Age Are Children Ready to Compete? Some Psychological Considerations*. In: SMOLL, F.; SMITH, R. *Children and youth in sport. A biopsychosocial perspective*. McGraw-Hill. p.73-85.

PLATONOV, Vladimir (1994). I Principi della Preparazione a Lungo Termine. In: *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 30:2-10.

PFÜTZNER, Arndt; REISS, Manfred; ROST, Klaus; TÜNEMANN, Harold (2001). I Giochi di Sydney e le tendenze di sviluppo dello sport olimpico. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 51:2-11.

ROSENBERG, C. (1994). Planification et organization de l'entraînement en G.R.S. In: GANZIN, Mireille. *Gymnastique artistique et G.R.S. Comunications scientifiques et techniques d'experts étrangers*. INSEP, p.271-280.

ROST, Klaus (1995). Le Gare nello Sport Giovanile. In: *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 32:69-73.

ROZIN, E.; MOUKAMBETOV, A. A. (1994). Quelques particularités morphofonctionnelles des enfants, en vue de leur selection à la pratique de la gymnastique. In: GANZIN, Mireille. *Gymnastique artistique et G.R.S. Comunications scientifiques et techniques d'experts étrangers*. INSEP, p.63-68.

ROWLAND, Thomas (1997). Couseling the Young Athlete: Where Do We Draw the Line? In: *Ped. Exerc. Sci.*, 9:197:201.

SCHNABEL, Gunther (1988). Il fatore tecnico coordenativo. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 13:23-27.

SCANLAN, Tara K. (1984). Competitive stress and child athlete. In: WEINBERG, R.; SILVA, S. Psychological Foundations of Sport. *Human Kinetics*, p.118-129.

SCHONBORN, Richard (1984a). Factores determinantes y limitantes del rendimento el tenis. *Simposium de la federacion europea de tenis*. Real Federacion Española de Tenis. Marbella. p.88-110.

SCHONBORN, Richard (1984b). Principios de la teoria cinetica. *Simposium de la federacion europea de tenis*. Real Federacion Española de Tenis. Marbella. p.65-87.

SKORODUMOVA, Anna P. (1998). *Tênis de campo: treinamento de alto nível*. Guarulhos: Phorte Ed., FMU.

SMOLEUSKIY, Vladimir; GAVERDOUSKIY, Vladimir (1997). *Tratado general de gimnasia artística deportiva*. Paidotribo.

SOBRAL, Francisco (1984). *Desporto Infanto-Juvenil: Prontidão e Talento*. Lisboa: Livros Horizonte.

SOBRAL, Francisco (1988). *O Adolescente Atleta*. Lisboa: Livros Horizonte.

SOUZA, Pablo R. C. (1999) Proposta de avaliação e metodologia para o desenvolvimento do conhecimento tático em esportes coletivos: o exemplo do futsal. In: *I Premio Indesp de Literatura Esportiva*. Brasília: Indesp. 1:289-340.

TAVARES, Fernando (1998). O processamento da informação nos jogos desportivos. In: GRAÇA, Amândio; OLIVEIRA, José. *O ensino dos jogos desportivos*. 3.ed. Centro de Estudos dos Jogos Desportivos, Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. p.35-44.

THEISS, Petra; LOHRER, Heiz; WILLIAM, Wolfgang (1999). Ha talento: che cosa fare? Potenzialità e rischi della ginnastica artistica femminile. *SdS/Rivista di Cultura Sportiva*, 45-46:64-72.

VERJOSHANSKI, Iuri (1990). *Entrenamiento Deportivo. Planificación y Programación*. Barcelona: Martínez Roca.

VIEIRA, Lenamar F.; VIEIRA, José L. L.; KREBS, Ruy J. (1999). A trajetória de desenvolvimento de um talento esportivo: estudo de caso. *Kinesis*, 21:47-55.

VOSER, Rogério C. (1999). *Análise das intervenções pedagógicas em programas de iniciação ao futsal*. Pelotas.

WEINECK, Jürgen (1986). Processus d'entraînement à long terme. Entraînement et périodisation. In: *Manuel d'entraînement*. Paris. p.309-321.

WIERSMA, Lenny (2000). Risks and Benefits of Youth Sport Specialization: Perspectives and Recommendations. In: *Ped. Exerc. Sci.*, 12:13-22.

WILKE, Kurt; MADSEN, Orjan (1990). *El entrenamiento del nadador juvenil*. Buenos Aires: Stadium.

ZAKHAROV, Andrei (1992). *Ciência do Treinamento Desportivo*. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport.

ANEXOS

ANEXO 1

QUESTIONÁRIO – VOLEIBOL

Prezado atleta:

Este questionário é um instrumento do estudo *"Análise da carreira desportiva de atletas brasileiros. Estudo da relação entre o processo de formação e o rendimento desportivo"*. È importante que nas respostas sejam consideradas todas as categorias (por exemplo: adulto, juvenil, infanto, infantil, iniciação e todas que porventura existirem).

NOME:.....

DATA DE NASCIMENTO: ..... ESTADO: .....

CLUBE: .....

A) Desde que ano (ou idade) você participa da **Superliga** (ou Liga Nacional)?

.....

.....

B) Foi alguma vez convocado para participar da **Seleção Brasileira de Voleibol** enquanto pertencia à categoria **juvenil**? Em caso afirmativo, indique o(s) ano(s)ou idade(s) em que atuou:

.....

.....

.....

.....

.....

C) Foi alguma vez convocado para participar da **Seleção Brasileira de Voleibol** enquanto pertencia à categoria **infanto-juvenil**? Em caso afirmativo, indique o(s) ano(s) ou idade(s) em que atuou:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

D) Foi alguma vez convocado para participar da **Seleção Estadual de Voleibol** ? Em caso afirmativo, indique o(s) ano(s) ou idade(s) em que atuou:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

E) Esteve alguma vez classificado entre as 3 (três) primeiras colocações do **Campeonato Estadual de Voleibol**? Em caso afirmativo, indique o(s) ano(s) ou idade(s) em que ocorreu:

.....

.....

Obrigada por sua colaboração!

ANEXO 2

QUESTIONÁRIO – FUTSAL

Prezado atleta:

Este questionário é um instrumento do estudo *"Análise da carreira desportiva de atletas brasileiros. Estudo da relação entre o processo de formação e o rendimento desportivo".* È importante que nas respostas sejam consideradas todas as categorias (por exemplo: adulto, juvenil, infanto, infantil, iniciação e todas que porventura existirem).

NOME:.....

DATA DE NASCIMENTO:..... ESTADO:.....

CLUBE: .....

A) Desde que ano (ou idade) você participa da **Liga Nacional**? Em quais edições você participou?

.....

.....

B) Foi alguma vez convocado para participar da **Seleção Brasileira de Futsal**? Em caso afirmativo, indique o(s) ano(s)ou idade(s) em que atuou:

.....

.....

C) Foi alguma vez convocado para atuar na **seleção de seu estado** no **Brasileiro de Seleções**? Em caso afirmativo, indique o(s) ano(s) ou idade(s) em que ocorreu:

.....

.....

.....

D) Esteve alguma vez classificado entre as 3 (três) primeiras colocações da **Taça Brasil de Clubes**? Em caso afirmativo, indique o(s) ano(s) ou idade(s) em que ocorreu:

.....

.....

.....

E) Esteve alguma vez classificado entre as 3 (três) primeiras colocações do **Campeonato Estadual de Futsal**? Em caso afirmativo, indique o(s) ano(s) ou idade(s) em que ocorreu:

.....

.....

.....

Obrigada por sua colaboração!

ANEXO 3

QUESTIONÁRIO – TREINADORES

IDADE: ..... DESPORTO: .....

1. FORMAÇÃO:

A) ESTUDANTE

B) GRADUADO

C) ESPECIALIZAÇÃO

D) OUTRO: .....

2. CATEGORIA DOS ATLETAS COM QUEM TRABALHA:

A) ADULTO

B) FORMAÇÃO

C) AMBAS

3. HÁ QUANTO TEMPO TRABALHA NESTA FUNÇÃO?

A) MENOS DE DOIS ANOS

B) ENTRE DOIS E CINCO ANOS

C) MAIS DE CINCO ANOS

4. JÁ ATUOU COMO TREINADOR DE SELEÇÃO ESTADUAL OU NACIONAL?

A) SIM

B) NÃO

5. QUAL A IMPORTÂNCIA QUE ATRIBUI AOS RESULTADOS NAS COMPETIÇÕES DOS MAIS JOVENS?

A) MUITA

B) RAZOÁVEL

C) POUCA

D) NENHUMA

6. O TREINAMENTO DOS ATLETAS PODE SER DIVIDIDO EM QUATRO ETAPAS, SENDO A ÚLTIMA DELAS COINCIDENTE COM O ALTO NÍVEL. A PARTIR DE QUAL ETAPA SÃO IMPORTANTES OS RESULTADOS NA PREPARAÇÃO DOS JOVENS DESPORTISTAS?

A) 1ª ETAPA

B) 2ª ETAPA

C) 3ª ETAPA

D) 4ª ETAPA

E) NENHUMA DELAS

7. O QUE SIGNIFICAM PARA VOCÊ OS RESULTADOS DAS CRIANÇAS E JOVENS DESPORTISTAS EM RELAÇÃO COM O ALTO NÍVEL?

.....

.....

.....

.....

8. NA SUA OPINIÃO, A OBTENÇÃO DE ALTOS RESULTADOS NO TREINAMENTO DE CRIANÇAS E JOVENS PODE CONSTITUIR EM PREJUÍZO PARA A CARREIRA DOS DESPORTISTAS? POR QUÊ?

.....

.....

.....

.....