

Marco Antonio Vecchia Xavier

**RELAÇÃO ENTRE ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA E
PERFORMANCE NO TÊNIS JUVENIL.**

Belo Horizonte – MG
Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade
Federal de Minas Gerais

Marco Antonio Vecchia Xavier

RELAÇÃO ENTRE ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA E PERFORMANCE NO TÊNIS JUVENIL.

Monografia apresentada no curso de Educação Física na Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais como requisito a obtenção do título de Bacharel em Educação Física

Orientador: Dr. Luis Carlos C.A. Moraes

Belo Horizonte – MG
Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade
Federal de Minas Gerais

AGRADECIMENTOS

A minha família e meus amigos que sempre me apoiaram para que esse trabalho fosse realizado.

Aos participantes da pesquisa, que sem eles esse trabalho não poderia ser concretizado, agradeço pelo tempo e disposição em ajudar no projeto.

Ao pessoal do LAPES, em especial meu orientador, Dr. Luis Carlos, que me deu a oportunidade de aprender com ele e de aprimorar meu conhecimento, que teve paciência e em todos os momentos me ajudou no desenvolvimento do trabalho, para que tudo saísse da melhor maneira possível.

A todos vocês vai o meu muito obrigado!

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Fatores estimulantes no campo desportivo.	14
Figura 2: Gráfico de análise da ansiedade pré-competitiva geral.....	18

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Relação Gênero x Ansiedade	19
Tabela 2: Relação Experiência x Ansiedade	19
Tabela 3: Relação Performance x Ansiedade	19

RESUMO

MORAES (1990) aponta que a ansiedade refere-se a uma debilitante apreensão durante certo período, principalmente em situações de estresse, tais como eventos competitivos ou testes educacionais. O fato de se sentirem ameaçados ou sem capacidade de desempenho deve-se a ansiedade. MARTENS et al. (1990), sugerem que a ansiedade seja dividida em 3 componentes: cognitiva, somática e a autoconfiança. Segundo esses autores a ansiedade-estado é uma característica multidimensional.

MORAES (1990) destaca que muitos pesquisadores têm sugerido que o nível de estresse competitivo pode afetar o desempenho de um atleta. A partir dessas informações, o objetivo do presente estudo foi verificar a relação entre os diferentes níveis de ansiedade pré-competitiva e performance no tênis juvenil. Foi utilizado o teste Inventário de Competição de Estado, baseado no ICE (1987) de MORAES, em oitenta e um (81) atletas juvenis de tênis de Belo Horizonte no segundo semestre de 2009. Foram analisadas as seguintes variáveis: gênero, experiência e performance.

O gráfico de ansiedade pré-competitiva geral apontou que a característica da modalidade nessa faixa etária é de indivíduos mais autoconfiantes do que ansiosos. Na variável gênero, não foi encontrada diferença significativa, diferente da variável experiência que mostrou que os indivíduos mais autoconfiantes foram os mais experientes para essa faixa etária. No caso da relação performance / ansiedade, nenhuma diferença significativa foi observada. Com a análise desses resultados, pode-se concluir que outros fatores possivelmente influenciaram na performance para essa faixa etária além da ansiedade, como a técnica, o tempo diário de treinamento e a experiência, ficando assim a necessidade de uma maior aprofundamento no tema.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	8
1.1	PROBLEMA.....	8
1.2	OBJETIVO.....	10
1.3	JUSTIFICATIVA.....	10
1.4	HIPÓTESE.....	10
2	REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....	11
2.1	O TÊNIS E SUAS CARACTERÍSTICAS PRINCIPAIS.....	11
2.2	DEFINIÇÃO DE ANSIEDADE.....	13
2.2.1	ANSIEDADE DE TRAÇO E DE ESTADO.....	13
2.2.2	TEORIAS DE ANSIEDADE.....	15
2.2.3	INFLUÊNCIA PSICOLÓGICA NO DESEMPENHO.....	15
2.2.4	RELAÇÃO ANSIEDADE X PERFORMANCE.....	16
3	METODOLOGIA.....	17
3.1	AMOSTRA.....	17
3.2	INSTRUMENTAÇÃO.....	17
3.3	COLETA DE DADOS.....	17
3.4	ANÁLISE DE DADOS.....	18
4	RESULTADOS.....	18
5	DISCUSSÃO.....	20
6	CONCLUSÃO.....	22
7	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	23

1 INTRODUÇÃO

1.1 PROBLEMA

Sabemos hoje, através de vários estudos que a psicologia e os esportes caminham lado a lado. Em inúmeras modalidades esportivas percebemos a interferência da psicologia e a importância de uma análise sobre aspectos psicológicos de tal atividade.

O jogo do tênis tem evoluído bastante nesses últimos anos em vários aspectos relacionados à sua prática. Em todo o mundo, pesquisas sobre como melhorar o jogo têm sido realizadas com o intuito de promover essa atividade numa visão mais teórica, através de uma busca de atividades e métodos de treinamento que sempre coloque o atleta um nível acima dos outros.

Um aspecto que mudou bastante no tênis atual foi a velocidade do jogo, e isso aconteceu tanto pela evolução dos materiais envolvidos na prática como na evolução do atleta, tanto na parte física quanto psicológica. O atleta de hoje tende a ser mais completo do que anos atrás. Vemos isso com uma análise dos jogos. Nas décadas de 50 e 60, por exemplo, o jogador utilizava artifícios diferentes para ganhar um ponto, comparado com os jogadores atuais. A tendência do jogo era se chegar a rede para diminuir os espaços do adversário o mais rápido possível. Geralmente, quem conseguia subir a rede ganhava o ponto (estratégia do saque e voleio). Atualmente, a força tem sido um fator de extrema relevância no esporte, pois cada vez mais os atletas tendem a jogar do fundo da quadra ganhando os pontos com bolas velozes antes de uma possível chegada a rede (*winner* do fundo de quadra).

Como a força e velocidade tem sido um fator determinante no jogo de tênis, o nível dos atletas tem se tornado cada vez mais parecido, tendo em vista que a 50 anos atrás, um atleta levava vantagem por sua habilidade e não pela força. Hoje em dia, não basta para um atleta ser habilidoso, ele tem que ser bem preparado fisicamente para suportar a carga de torneios a qual se submete. Tendo isso em vista, um outro fator se torna cada vez mais relevante

no jogo de tênis: o psicológico. O jogador que consegue controlar suas emoções durante uma partida pode levar vantagem sobre outro que não tem essa mesma habilidade. No tênis atual, vemos que os jogadores que se encontram nas posições superiores do ranking mundial são aqueles que conseguem por mais tempo, se manter focados e motivados para atingir seus objetivos profissionais.

No Brasil, entretanto, não existem muitos estudos sobre aspectos psicológicos ligados ao tênis. O presente estudo irá colocar a ansiedade como foco das atenções na tentativa de entender um pouco mais sobre esse tema e a sua relação com o tênis, na busca de uma melhoria no treinamento e no resultado dos atletas.

1.2 OBJETIVO

Verificar a relação entre os diferentes níveis de ansiedade pré-competitiva e performance no tênis juvenil.

1.3 JUSTIFICATIVA

Encontrando a relação da ansiedade pré-competitiva e da performance no tênis, podemos estabelecer a importância para o esporte e para o atleta quando se estabelece níveis de ansiedade pré-competitiva ao competir. Encontrar benefícios para a área e para programas de intervenção, assim como o treinamento, além de buscar melhor capacitar o treinador para ajudar seu atleta a atingir níveis ótimos de ansiedade pré-competitiva

1.4 HIPÓTESE

A hipótese do estudo é que atletas com níveis altos de ansiedade terão um desempenho baixo quando comparados com atletas de outros níveis.

2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

2.1 O TÊNIS E SUAS CARACTERÍSTICAS PRINCIPAIS

O tênis é um dos esportes mais cativantes que existem. Envolve emoções, desafios e experiências que nos motivam a praticá-lo cada vez mais e ao mesmo tempo em que exige , desenvolve capacidades físicas e psicológicas que acabam sendo úteis ao nosso dia a dia. (CASTRO et al 2006)

Ele que pode ser praticado em qualquer nível, podendo ser divertido para praticantes amadores de fim de semana ou tendo um cunho competitivo para atletas amadores que gostam de disputar torneios. No caso da prática competitiva de alto rendimento, o tênis se torna uma modalidade ainda mais complexa, pois exige uma ótima preparação física, técnica, tática e psicológica, além do desenvolvimento das habilidades pessoais do tenista.

Estudos na área da biomecânica também tem ajudado bastante na prática desse esporte no alto rendimento através de uma busca de movimento perfeito, com aproveitamento ótimo das alavancas do corpo. A eficácia dos golpes depende da utilização sincronizada dos segmentos do corpo (CASTRO et al 2006).

O tênis no alto rendimento exige dos atletas capacidades tanto físicas quanto psicológicas que são específicas do esporte. O atleta tem que ter um nível de atenção e concentração diferenciado no esporte, ser bem preparado fisicamente e ter um conhecimento tático e técnico do esporte, tornando assim, o tênis um dos esportes mais complexos no nível de alto rendimento. Como se não bastasse, o tênis por ser praticado na maioria das vezes individualmente, exige do atleta muito mais em todas essas características.

Com relação as habilidades físicas, desde a formação do tenista até a prática em alto rendimento, são treinadas e desenvolvidas em busca da técnica ideal: quanto mais tempo o atleta conseguir manter o seu nível físico durante a partida, melhor será seu resultado final. Para isso é importante que o atleta

seja bem preparado fisicamente, e que tenha uma técnica apurada, com a qual realizará as atividades corretamente e de forma eficaz com o menor dispêndio de energia por um maior tempo.

Segundo BALBINOTTI (2009) dentro dessas habilidades, destacamos: A força especial; que se relaciona com a execução dos gestos técnicos imprimindo força aos golpes, a capacidade de deslocamento e mudança de direção, tanto quanto aceleração e frenagem e a transferência de energia entre segmentos corporais; A velocidade e agilidade; se caracteriza por habilitar o tenista a executar ações motoras com o corpo, ou parte dele, da maneira mais rápida possível e sem incorrer em fadiga; A resistência; é a capacidade que possibilita ao tenista a manutenção ou a menor taxa decréscimo da performance esportiva, bem como a rápida recuperação dos estímulos por um longo período de tempo; Força geral; importante para o aumento da resistência muscular localizada, melhoria do controle motor, aumento da coordenação geral, aumento da densidade óssea, contribuição da redução de risco de lesões e estabilidade da postura durante o crescimento do atleta juvenil.

A Flexibilidade; possibilita ao atleta executar livremente movimentos com um menor risco de lesão; Habilidades coordenativas; permitem ao atleta combinar um conjunto de ações com coerência, precisão, economia e eficácia com vista a realização de uma tarefa.

No que diz respeito as características psicológicas do atleta, destaca-se as habilidades mentais que são vitais e úteis para a performance do praticante. Dentre personalidade, atenção, concentração, motivação, a ansiedade pré-competitiva é a variável de maior exigência no contexto do esporte, especialmente no de alto nível. Foi baseado nessa idéia, que o projeto se originou.

2.2 DEFINIÇÃO DE ANSIEDADE

MORAES (1990) aponta que a ansiedade refere-se a uma debilitante apreensão durante certo período, principalmente em situações de estresse, tais como eventos competitivos ou testes educacionais. O fato de se sentirem ameaçados ou sem capacidade de desempenho deve-se a ansiedade. Segundo SAMULSKI (2002), a ansiedade é uma reação emocional provocada pela percepção de um agente estressor podendo esse ser perigoso, potencialmente nocivo ou frustrante.

2.2.1 ANSIEDADE DE ESTADO E DE TRAÇO

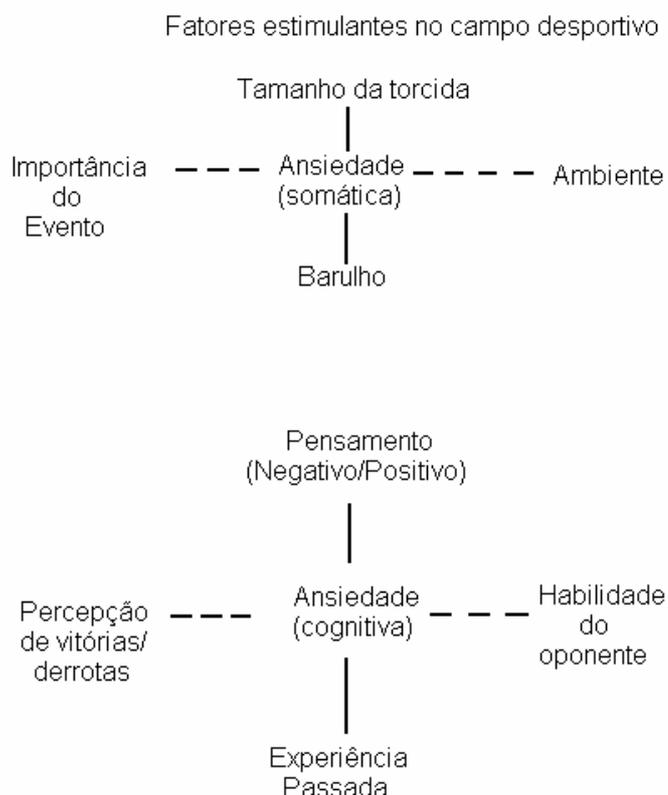
Segundo MORAES (1990) existem dois tipos de ansiedade: Ansiedade de traço e ansiedade de estado. Para esse autor, a ansiedade de traço refere-se a experiências passadas que o atleta teve que determinam diferenças individuais na tendência da ansiedade, como por exemplo, disposição de ver certos tipos de situações como perigosas, que é definida como “uma predisposição adquirida no comportamento, independente do tempo, que provoca o individuo a perceber situações objetivamente não muito perigosas como ameaças”. A ansiedade de estado é pode ser descrita como “sentimentos subjetivos percebidos conscientemente como inadequados e tensão acompanhada por um aumento da ativação no sistema nervoso autônomo, ou seja, uma condição emocional temporária do organismo humano que varia de intensidade e é instável no decorrer do tempo”.

MARTENS et al. (1990), sugerem que a ansiedade de estado seja dividida em 3 componentes: cognitiva, somática e a autoconfiança. Segundo esses autores a ansiedade-estado é uma característica multidimensional, sendo que a ansiedade cognitiva está associada à preocupação, com expectativas negativas, geralmente expressas em dúvidas e pensamentos sobre si mesmo, da situação em que se encontra no jogo e das conseqüências advindas.

A ansiedade somática refere-se a elementos fisiológicos e reações autógenas que influenciam no nível de ativação, como aumento dos batimentos cardíacos, respiração ofegante, suor nas mãos, dores de estomago, tensão muscular, entre outros.

No caso da autoconfiança, MORAES (1990) sugere que essa seria a terceira componente da ansiedade e a definiu como a percepção de resultados negativos, preocupação com a própria auto-avaliação, quando os testados eram envolvidos em situações específicas. MARTENS et al. (1990) apontam que quando ocorre um aumento da ansiedade somática e cognitiva, há uma diminuição da autoconfiança, o que mostra uma relação inversamente proporcional entre essas componentes, podendo ocorrer também o contrário.

Figura 1: Fatores estimulantes no campo desportivo, MORAES (1990).



2.2.2 TEORIAS DE ANSIEDADE

Existe uma relação direta entre a ansiedade e a performance no esporte, como vários estudos já destacaram. Existem também algumas teorias para explicar os níveis ótimos de ativação durante a prática da modalidade. Uma das mais conhecidas é a Teoria do U invertido, por WEINBERG e GOULD (1999, in SAMULSKI 2002) que explica a relação entre os estados de ativação e performance. Segundo essa teoria, baixos níveis e altos níveis de ativação são relacionados com baixo nível de performance, existindo um ponto ótimo de ativação, ou moderado, o qual produz uma ótima performance. O maior problema dessa teoria é a crença de que o ótimo nível de ativação aconteça sempre no ponto central do contínuo de ativação, o que nem sempre ocorre. Isso indica que cada pessoa tem um ponto central de equilíbrio diferenciado dos demais. A teoria de MARTENS (1990), que destaca a multidimensionalidade da ansiedade, aponta estas diferenças.

2.2.3 INFLUÊNCIA PSICOLÓGICA NO DESEMPENHO

MORAES (1990) aponta que a relação entre a ansiedade e o desempenho esportivo é muito discutida na literatura da psicologia do esporte, onde muitos pesquisadores concluíram haver uma indicação de que existe uma relação entre performance e ansiedade em uma situação específica, ou seja, o nível ótimo de ansiedade antes de competição pode contribuir para um melhor desempenho, podendo variar de acordo com a situação individual e do tipo do esporte.

Assim, tarefas que requerem uma coordenação fina (golfe, arco e flecha, tiro ao alvo) exigem que o atleta tenha níveis baixos de ansiedade. Porém, em tarefas que requerem alto nível de esforço (levantamento de peso, judô, etc.), os atletas necessitam de um nível mais alto de ansiedade.

Um alto nível de ativação emocional, segundo esse autor, acompanhado de ansiedade tende a reduzir a atenção e a concentração durante a execução

de uma tarefa ou durante um jogo. A teoria da atenção explica que uma vez aumentada a ativação, o campo de visão diminui, (visão de túnel) e a queda da ativação e níveis baixos amplia a visão ocorrendo portanto, o foco de atenção direcionado a objetos ou ações irrelevantes. (NIDEFFER 1978).

2.2.4 RELAÇÃO ANSIEDADE X PERFORMANCE

MORAES (1990) destaca que muitos pesquisadores têm sugerido que o nível de estresse competitivo pode afetar o desempenho de um atleta. Existe, segundo ele, uma evidência que suporta o enunciado de que níveis muito altos de ansiedade podem inibir o desempenho atlético, uma vez que atletas têm declarado baixos resultados causados pelo fato de estarem muito ansiosos sobre tal evento. Altos níveis de ansiedade podem distorcer a percepção externa em volta do atleta, causando reações erradas nos momentos de decisões.

Um estudo de MORAES, LÔBO (2001) buscou analisar a ansiedade pré-competitiva de atletas em diferentes esportes durante um evento escolar em Poços de Caldas, Minas Gerais, com intuito de comparar o gênero e o tempo de experiência em cada modalidade. MORAES (1987) analisou também a relação entre a ansiedade e a performance de judocas brasileiros a fim de buscar uma relação entre esses dois fatores no judô. Esses estudos têm como meta melhorar o desempenho, explorando as correlações destes níveis com outros fatores, como a experiência, idade do atleta e a dificuldade da tarefa. No presente estudo, analisou-se essa correlação, a fim de encontrar resultados significativos relacionados aos níveis de ansiedade e performance no tênis.

3 METODOLOGIA

3.1 AMOSTRA

Oitenta e um (81) atletas juvenis de equipes de tênis de Belo Horizonte e grande BH, do sexo masculino e feminino, com experiência em torneios, com idades entre 14 e 18 anos.

3.2 INSTRUMENTAÇÃO

O teste usado foi o Inventário de Estado Competitivo (ICE) baseado no ICE (1987) de MORAES, coleta esta que fez parte da revalidação do teste, com o intuito de medir as componentes cognitiva e somática e a autoconfiança dos atletas juvenis de tênis em questão.

O teste aplicado consiste de 35 questões, que para efeito de análise, foi reduzido para 27 questões que correspondem ao teste validado atualmente, em vias de publicação. Para a pontuação das respostas, é utilizada a escala *Likert*, dividida de 1 a 4 níveis crescentes de avaliação subjetiva, que variam de nem um pouco, um pouco, moderadamente e muito, para serem marcadas em relação a cada uma das questões que representam as três componentes da ansiedade.

3.3 COLETA DE DADOS

A coleta de dados foi realizada nas academias onde os atletas treinam, no horário do treinamento, em um período pré-competitivo, na semana anterior à competição mais importante do calendário do atleta. Essa coleta foi feita no segundo semestre de 2009, sendo em períodos diferentes, dependendo das competições mais importantes de cada região. Durante a coleta, os atletas ficaram separados um do outro, para que não houvesse influência de um e

outro nos resultados. O tempo de duração do teste não foi pré-determinado, deixando cada um julgar o tempo necessário para a conclusão do questionário.

3.4 ANÁLISE DE DADOS

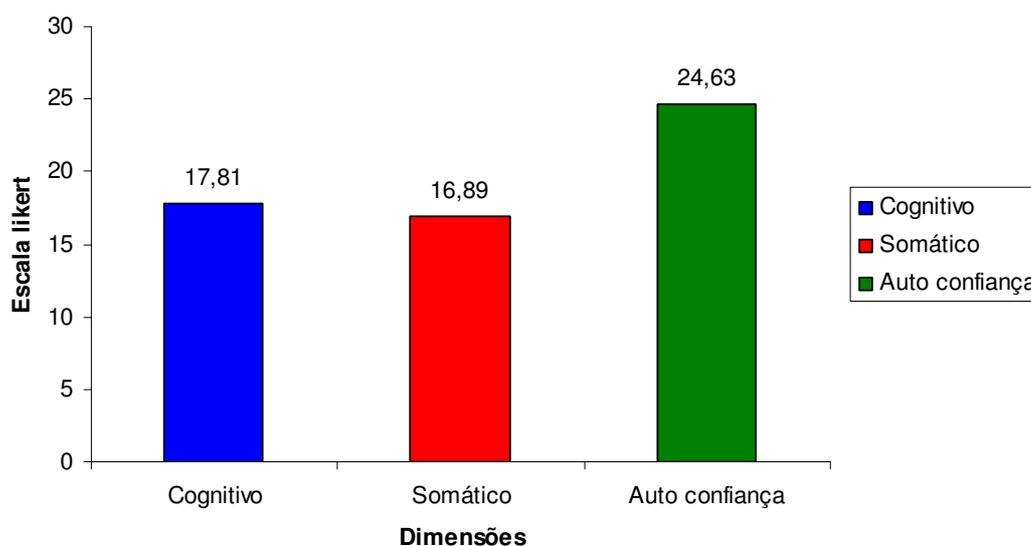
Uso de estatística descritiva e inferencial com o auxílio do pacote estatístico SPSS para PC.

4 RESULTADOS

Para uma análise geral da ansiedade dos atletas, foram destacadas as seguintes variáveis: gênero, tempo de experiência e performance. Para as duas primeiras variáveis, utilizou-se o teste *t*, com nível de significância $\leq 0,05$. Para a variável performance, utilizou-se o teste *Anova Oneway*, com nível de significância $\leq 0,05$. Na análise do tempo de experiência, foram considerados experientes os atletas com 4 ou mais anos de prática.

Abaixo, segue o gráfico de ansiedade pré-competitiva geral.

Figura 2: Gráfico de análise da ansiedade pré-competitiva geral.



A primeira variável a ser analisada foi o gênero, sendo utilizados 54 homens e 27 mulheres, pelo resultado na tabela a seguir:

Tabela 1: Relação Gênero x Ansiedade

<i>Gênero</i> <i>/Ansiedade</i>	<i>Cognitivo</i>		<i>Somático</i>		<i>Autoconfiança</i>	
	Média	DP	Média	DP	Média	DP
Masculino	18,02	4,65	16,82	5,21	25,23	5,24
Feminino	17,33	5,46	17,04	5,22	23,21	4,89

A segunda variável analisada foi a experiência dos atletas, destacando 38 experientes e 43 não experientes, pelo tabela a seguir:

Tabela 2: Relação Experiência x Ansiedade

<i>Experiência/Ansiedade</i>	<i>Cognitivo</i>		<i>Somático</i>		<i>Autoconfiança</i>	
	Média	DP	Média	DP	Média	DP
Experiente	17,79	4,81	16,66	5,20	25,84*	4,99
Inexperiente	17,84	5,00	17,09	5,22	23,56*	5,18

* $p \leq 0,05$

A terceira tabela mostra a análise da performance e ansiedade, uma vez que a performance foi destacada pelo resultado alcançado nos torneio em questão. Dessa forma foram 19 finalistas, 31 não finalistas, 21 perdedores e 10 sem resultado.

Tabela 3: Relação Performance x Ansiedade

<i>Performance/Ansiedade</i>	<i>Cognitivo</i>		<i>Somático</i>		<i>Autoconfiança</i>	
	Média	DP	Média	DP	Média	DP
Finalista	15,84	4,37	16,42	4,68	25,58	5,63
Não Finalistas	19,10	5,04	17,90	5,54	23,48	5,18
Perdedores	17,38	4,90	16,76	5,63	25,14	4,80
Sem resultado	18,50	4,55	14,90	3,72	25,30	5,27

Pela análise do gráfico de ansiedade geral tem-se a autoconfiança com um valor maior do que a ansiedade, tanto cognitiva quanto somática.

Na análise de gênero, não foi encontrada nenhuma diferença significativa tanto na ansiedade quanto na autoconfiança.

Na segunda variável analisada, a experiência, foi encontrada uma diferença significativa entre os grupos na autoconfiança. A análise pelo teste *t* mostrou que os atletas mais experientes foram mais autoconfiantes do que os atletas inexperientes.

Ao analisar a performance e ansiedade, os grupos não mostraram nenhuma diferença significativa.

5 DISCUSSÃO

Segundo a teoria da multidimensionalidade da ansiedade por MARTENS (1990), o resultado geral apresenta-se coerente no sentido de que nessa teoria, quando a ansiedade está baixa ou moderada como no resultado, a autoconfiança tende a estar mais alta. Dessa forma, esse resultado aponta que na categoria juvenil, a modalidade tênis tem como característica atletas mais autoconfiantes do que ansiosos. Essa característica é citada por MORAES (1990) como sendo favorecedora à prática de atividades de coordenação fina, uma vez que segundo esse autor “existe uma evidência de que níveis muito altos de ansiedade podem inibir o desempenho atlético, uma vez que atletas tem declarado baixos resultados causados pelo fato de estarem muito ansiosos sobre tal evento”.

Na análise de gênero, como não houve diferença significativa entre os sexos, é provável que nessa faixa etária não aja diferença de fatores psicológicos influenciadores na performance, ou seja, os atletas são afetados da mesma forma tendo a mesma reação ansiosa.

Com o resultado encontrado na análise da experiência, pode-se afirmar que existe uma relação direta entre o tempo de prática e a autoconfiança. Certamente por já terem passado por várias situações diferentes, os atletas mais experientes tendem a se portar de forma mais confiante sobre suas ações, pois provavelmente já viveram tais situações e sabem como enfrentar o ocorrido. Um atleta pouco experiente por sua vez, pode se sentir menos confiante ao saber que passará por uma experiência nova, gerando uma falta de confiança em suas ações.

Esse resultado vai de acordo com alguns estudos, como o realizado por MORAES, LÔBO (2001), que da mesma forma encontrou esse resultado em atletas mais experientes quando comparados aos inexperientes. Durante a validação do teste CSAI -2, MARTENS et al (1990) apontam também que os atletas mais experientes apresentam maiores índices de autoconfiança quando comparados aos inexperientes, indo de acordo com outros estudos por eles destacados, que apontam que os atletas experientes, tendem a prestar atenção em orientações externas, enquanto os menos experientes se preocupam com suas aflições interiores. (FENZ 1975 in MARTENS 1990)

Na análise da performance e ansiedade, a hipótese era de que os indivíduos mais ansiosos teriam um baixo desempenho quando comparados com indivíduos menos ansiosos, porém não houve diferença significativa entre os grupos. Por não ter sido encontrada tal relação, é provável que outros fatores influenciem na performance tanto quanto ou mais do que a ansiedade para essa faixa etária, como a técnica, o tempo diário de treinamento e a experiência, como já foi descrita.

6 CONCLUSÃO

O objetivo do presente estudo foi de encontrar a relação entre diferentes níveis de ansiedade pré-competitiva no tênis e, com a análise das variáveis gênero, experiência e performance, encontramos diferenças significativas apenas na experiência dos indivíduos. Dessa forma, e com os estudos apontados conclui-se que esses indivíduos mais experientes tendem a ser mais bem sucedidos na modalidade, pois são mais autoconfiantes. A hipótese do estudo não pode ser confirmada, pois não foi encontrada nenhuma diferença significativa entre a ansiedade e a performance entre os grupos com os resultados por eles alcançados. Uma possível metodologia seria coletar a performance durante todo o campeonato verificando as diferentes relações com os níveis de ansiedade. Outra possibilidade seria coletar a ansiedade (pré-pós) em cada jogo para medidas inter-relacionadas com a performance.

7 REFERÊNCIAS

BALBINOTTI, C. et al. O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem. Porto Alegre, Artmed, 2009

CASTRO, Mara S.A.; ISHIZAKI, M.T. Tênis: Aprendizagem e treinamento. São Paulo, Ed Phorte, 2006.

MARTENS, R. ; VEALEY, R.; BURTON D. Competitive Anxiety in Sport. Champaign Hlinois, Human Kinetics, 1990.

MORAES, L.C. Ansiedade e desempenho no esporte. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, vol 4, no. 02, pp 51-56, 1990.

MORAES, L.C. et al. Linking affect and performance of an internacional level archer incorporating an idiosyncratic probabilistic method. Psychology of Sport and Exercise 8 (2007) 317-335.

MORAES, L.C. LÔBO, I.L.B. Análise da ansiedade pré-competitiva de atletas de diferentes esportes. Coletânea de Resultados de avaliações dos Jogos da Esperança, Poços de Caldas, 23-32, 2001.

MORAES, L.C. The relationship between anxiety and performance of brazilian jodokas. Thesis for Degree of M. Michigan State University, 1987.

NIDEFFER, R.M. The relationship of attention and anxiety to performance. In W.F Straub (Ed.), Sport psychology: An analysis of athlete behavior. Ithaca, NY: Movement Publications, 1978.

SAMULSKI, D. Psicologia do esporte: Manual para a educação física, psicologia e fisioterapia. Ed Manole, 2002.