Curso de Desenvolvimento Motor:

base para a Iniciação Esportiva

www.eeffto.ufmg.br/gedam

rodolfobenda@yahoo.com.br

16 e 17.06.2006

Bom dia!!!

Campeão da Copa do Brasil 2007
COPA

Seqüência

- A criança;
- Desenvolvimento Humano;
- Desenvolvimento Motor;
- Seqüência de desenvolvimento motor;
- Esporte e criança;
- Detecção e seleção de talento esportivo;
- Iniciação Esportiva Universal;
- Capacidades Coordenativas;
- Compreensão do Jogo.

FEYENOORD
ROTTERDAM

2002

TERRY
26

Questões Norteadoras

- Qual o principal objetivo ao se trabalhar com crianças?

- Como deve ser o procedimento do profissional?

Problema

- Tradicionalmente, quanto mais cedo, melhor: reflete a especialização precoce.

Quebra de recorde não combina com criança (Benda, 2004).

Rendimento X Vivência Motora

Precisão X Experimentação

Aprendizagem Motora X Desenvolvimento Motor

(técnica esportiva X padrões motores)

(complexidade X diversificação)

Aprendizagem Motora

Mudança no comportamento motor mediante prática ou treinamento.

Desenvolvimento Motor

Mudança no comportamento motor mediante etapa do ciclo de vida.

Educação Física Escolar	Iniciação Esportiva
Forma o cidadão	Forma o cidadão
Apropria-se de Patrimônio cultural	Especializa-se em modalidades
Que conhecimento permanece?	Especializa-se quando?
Há aprendizagem motora?	Há aprendizagem motora?

O aluno de iniciação esportiva é mais competente no aspecto motor que o aluno que somente pratica aulas de educação física?

O aluno de iniciação esportiva deve ser dispensado das aulas de educação física ?

O aluno de iniciação esportiva dispensado das aulas de educação física apresenta a mesma abrangência em relação a atividades motoras?

CONCEITOS DE DESENVOLVIMENTO

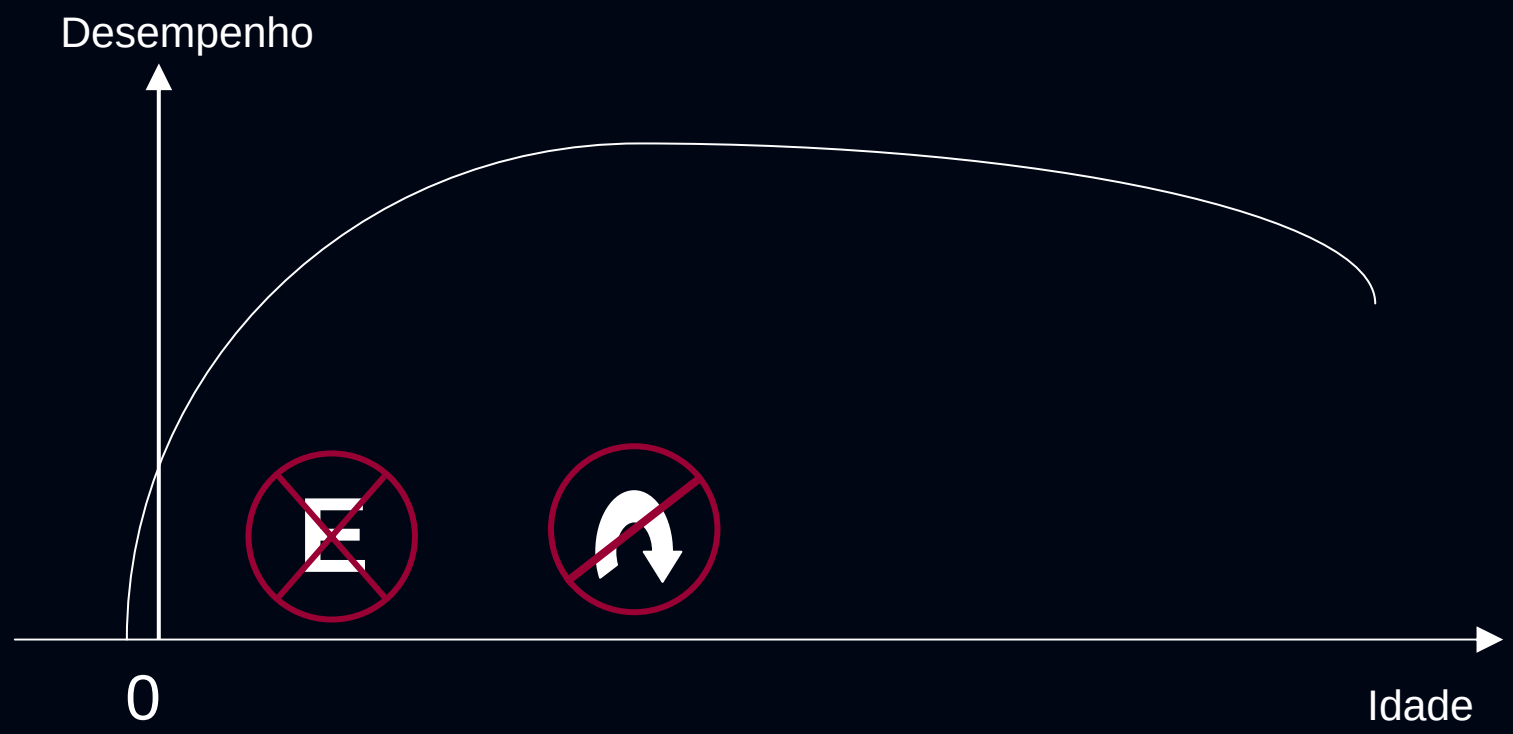
Mudanças adaptativas em relação à competência (KEOGH & SUDGEN, 1985)

Mudanças no nível de funcionamento de um indivíduo em virtude do tempo (GALLAHUE & OZMUN, 1998)

Desenvolvimento (Psico) Motor: Processo de mudanças na organização do comportamento motor no período entre a concepção e a morte, ou seja, durante o ciclo de vida (adaptado de MANOEL, 1998).

Princípios de Desenvolvimento Humano

- Princípio da Continuidade

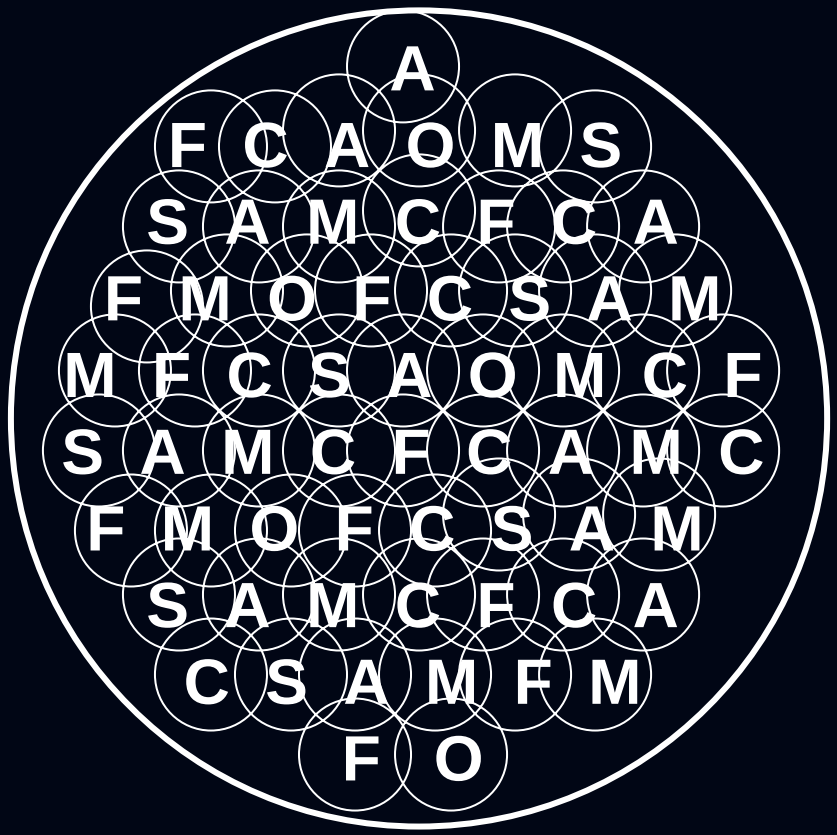


Princípios de Desenvolvimento Humano

- Princípio da Totalidade

Princípios de Desenvolvimento Humano

- Princípio da Totalidade

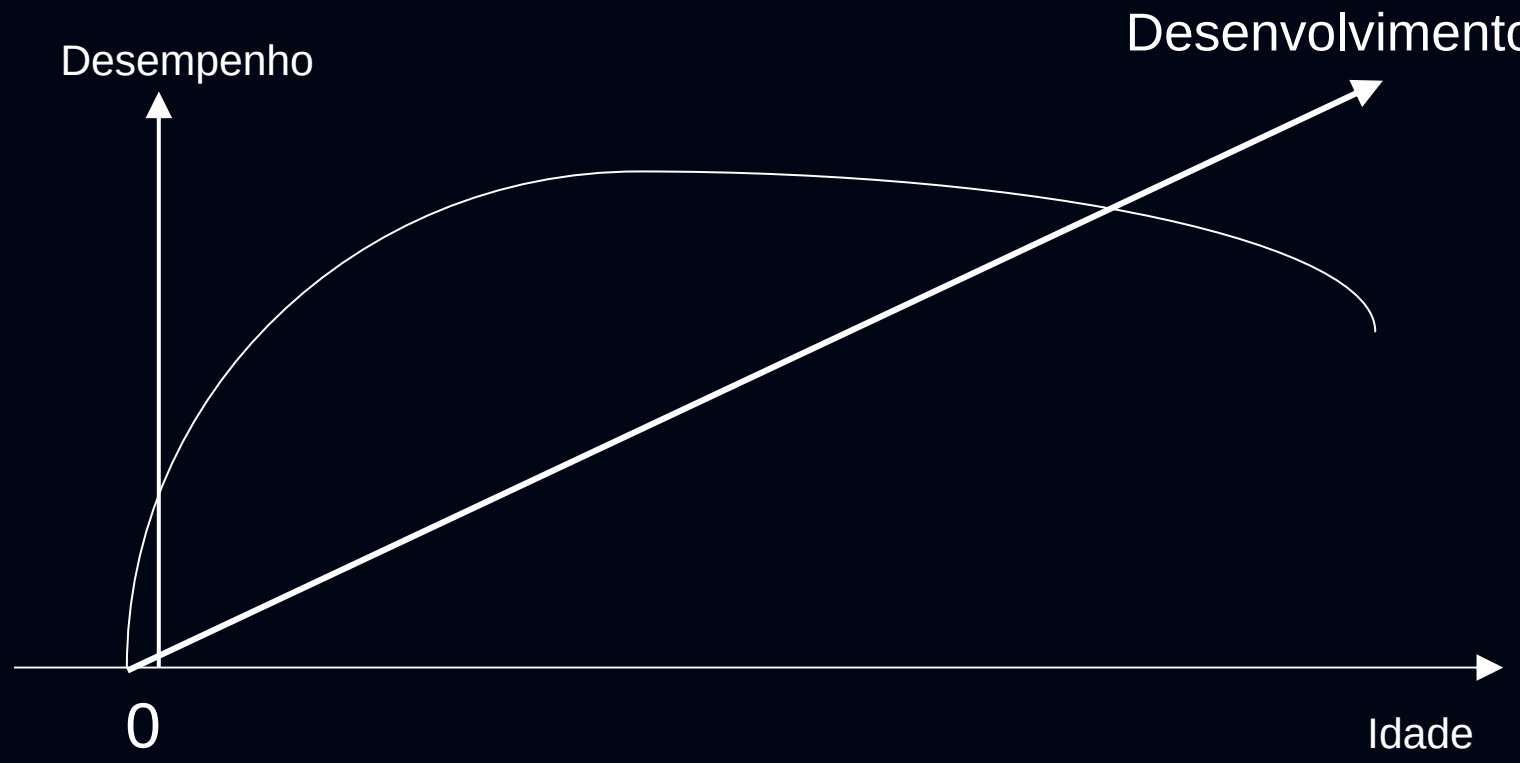


Princípios de Desenvolvimento Humano

- Princípio da Especificidade

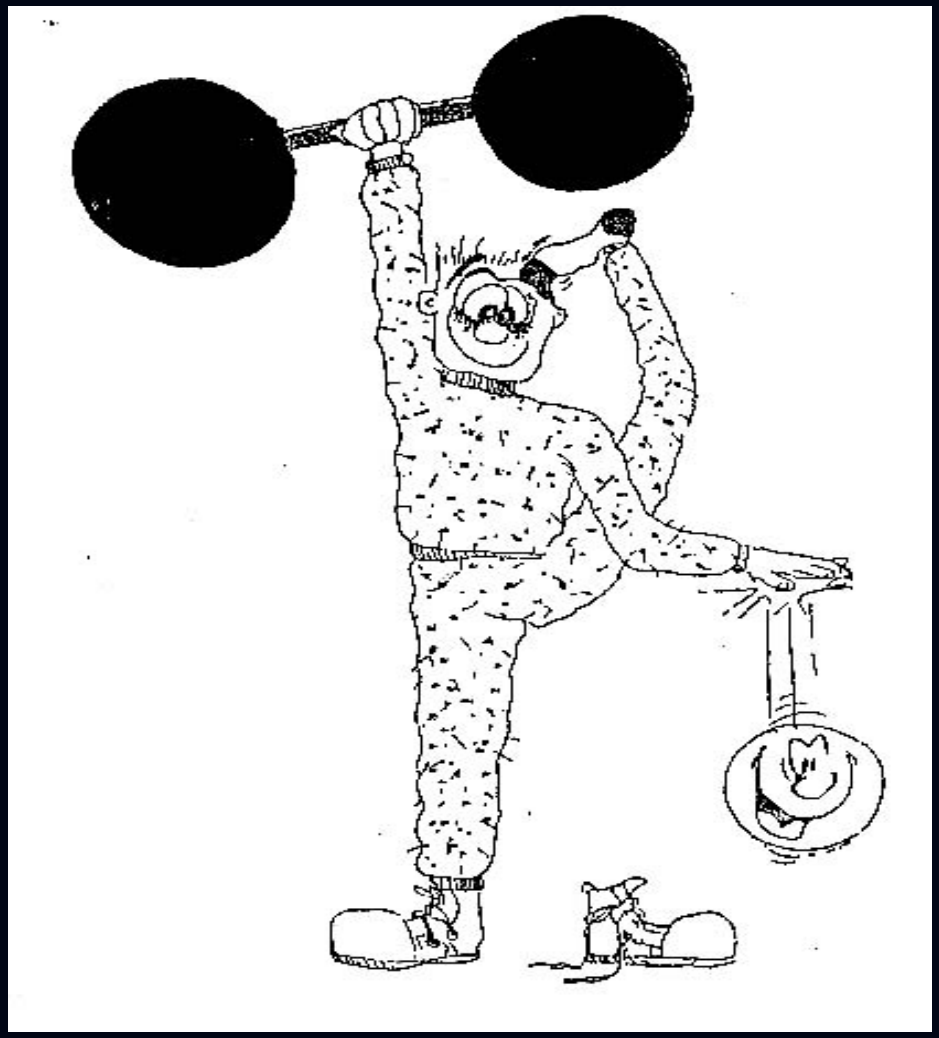
Princípios de Desenvolvimento Humano

- Princípio da Progressividade



Princípios de Desenvolvimento Humano

- Princípio da Individualidade



Concepção Pré-Formacionista

- Aspectos genéticos determinam o estado final (adulto);
- O ambiente não participa do processo de desenvolvimento;
- A fotografia como metáfora;
- A criança é vista como um adulto em miniatura.

Implicações para a preparação de atletas jovens

- O atleta já nasce pronto (reforça a visão do “dom”);
- Ênfase à detecção e seleção de talentos;
- A formação e desenvolvimento do atleta estão em segundo plano;
- O profissional de educação física não contribui efetivamente no processo.

Implicações para a prática esportiva de crianças

- O processo de desenvolvimento é acelerado, já que não haveria prejuízo para a criança;

- Exigência de comportamento adulto;

- Alto rendimento precoce sugere um risco de abandono também precoce;

- Possíveis implicações para a criança: fisiológica, neuromuscular, cognitiva e moral, e psicossocial (Tani, 2001).

Detecção e Seleção de Talentos Esportivos

- Dom X talento...
- Talento: aptidão especial
- É possível predizer um talento esportivo?
- Que tal jogar na mega-sena???
- Dependência sensível das condições iniciais...

Concepção Pré-Determinista

- Aspectos genéticos ainda são considerados mais importantes para se alcançar o estado final (adulto). Seriam responsáveis pela seqüência e direção do desenvolvimento.

- O ambiente participa do desenvolvimento. Entretanto, atuaria somente na velocidade do processo.

- A criança é vista como um ser imaturo.

- Surge a expressão: “queimar etapas”.

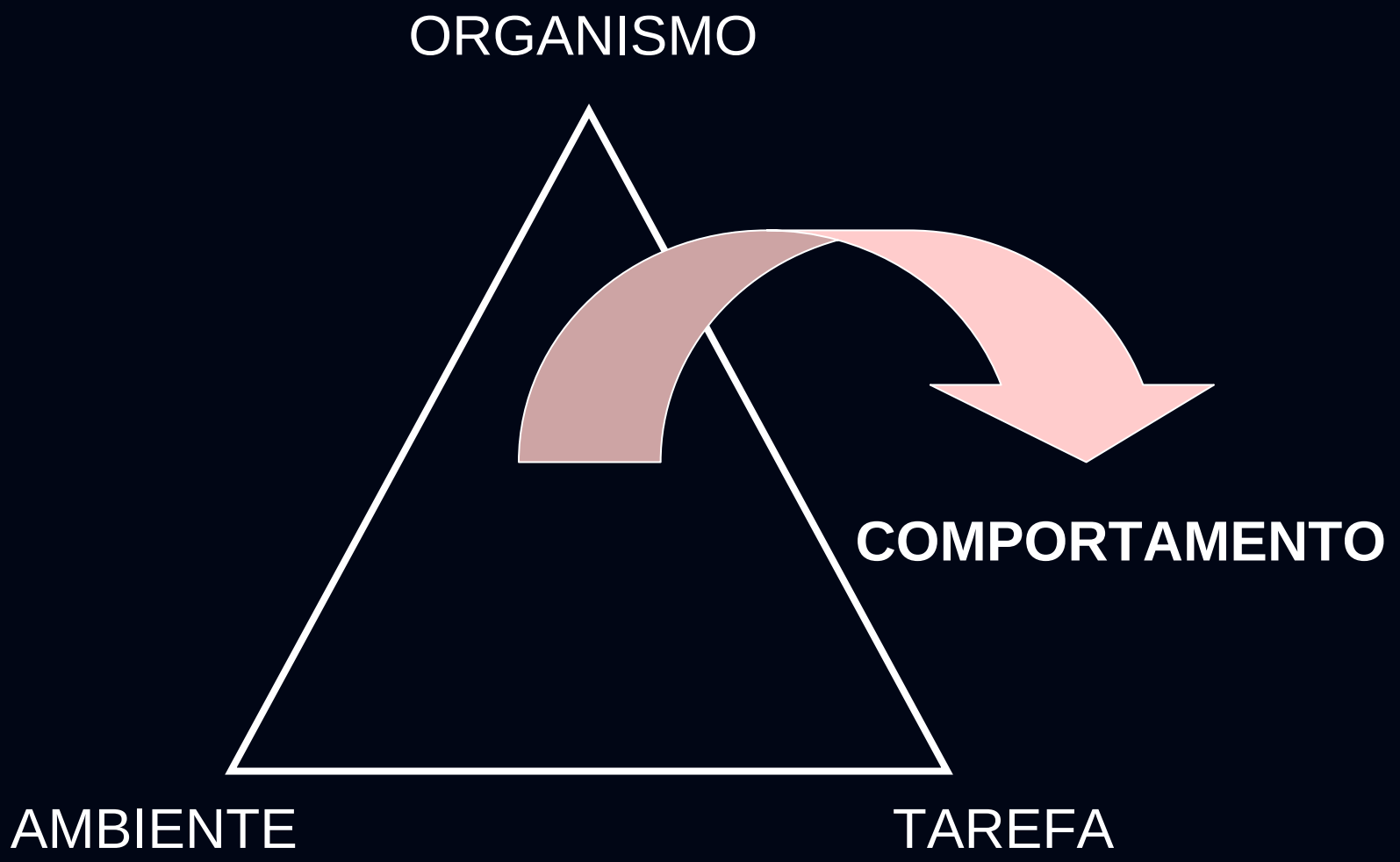
Concepção Ambientalista

- O ambiente determina o estado final (adulto).
- Os aspectos genéticos não participam do processo de desenvolvimento.
- A *tábula rasa* como metáfora.
- O homem é fruto do meio. Alguma influência do *behaviorismo*.

Concepção Dinâmica

- O estado final (adulto) é determinado pela interação de vários fatores.
- Participam do processo de desenvolvimento os aspectos genéticos, ambientais e características da própria tarefa a ser executada.
- O homem é fruto da interação dos aspectos que o compõem. Rompimento com a ciência clássica e o paradigma cartesiano (reducionismo, dicotomia corpo-mente, relação de causa-efeito, dentre outras).

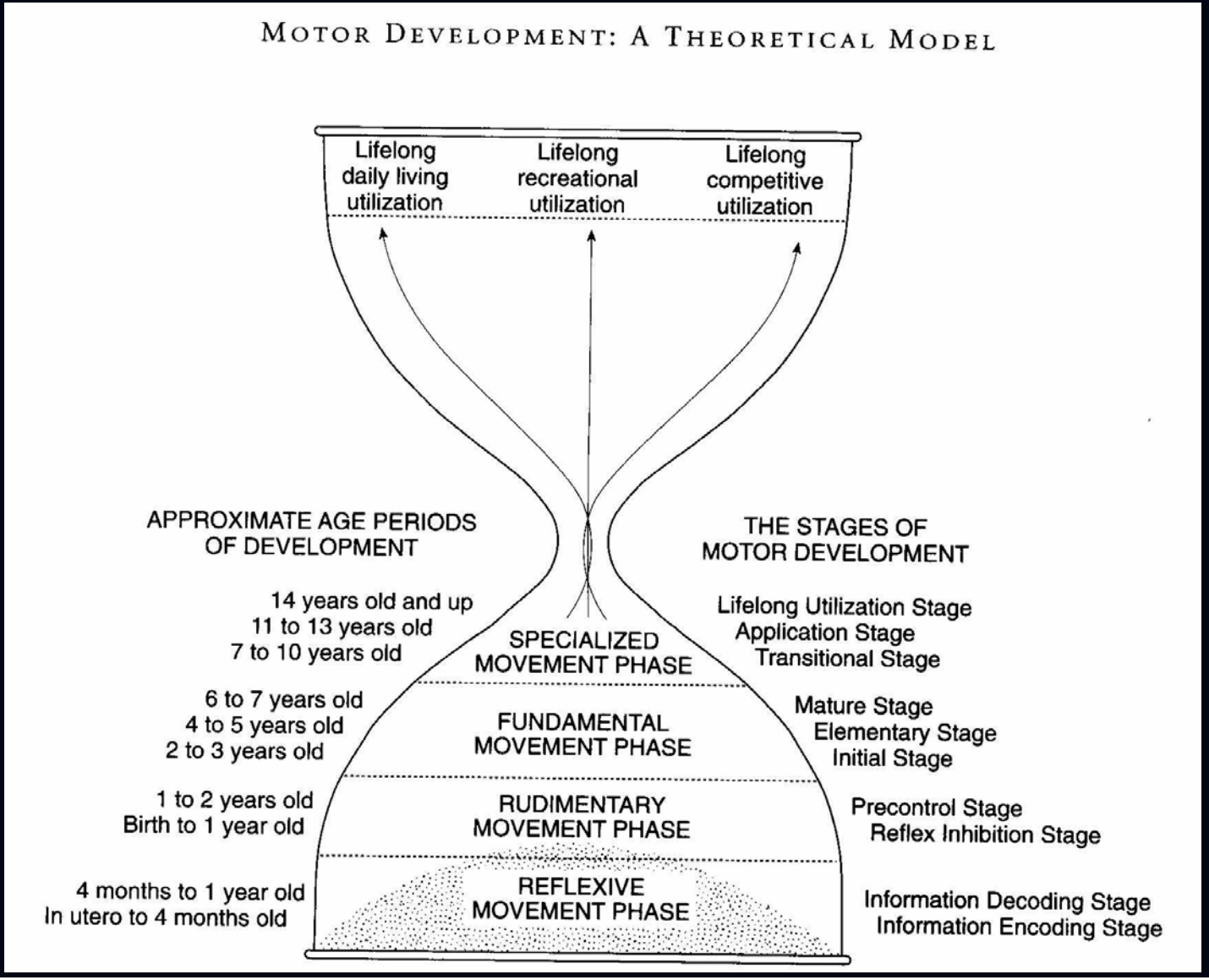
Concepção Dinâmica



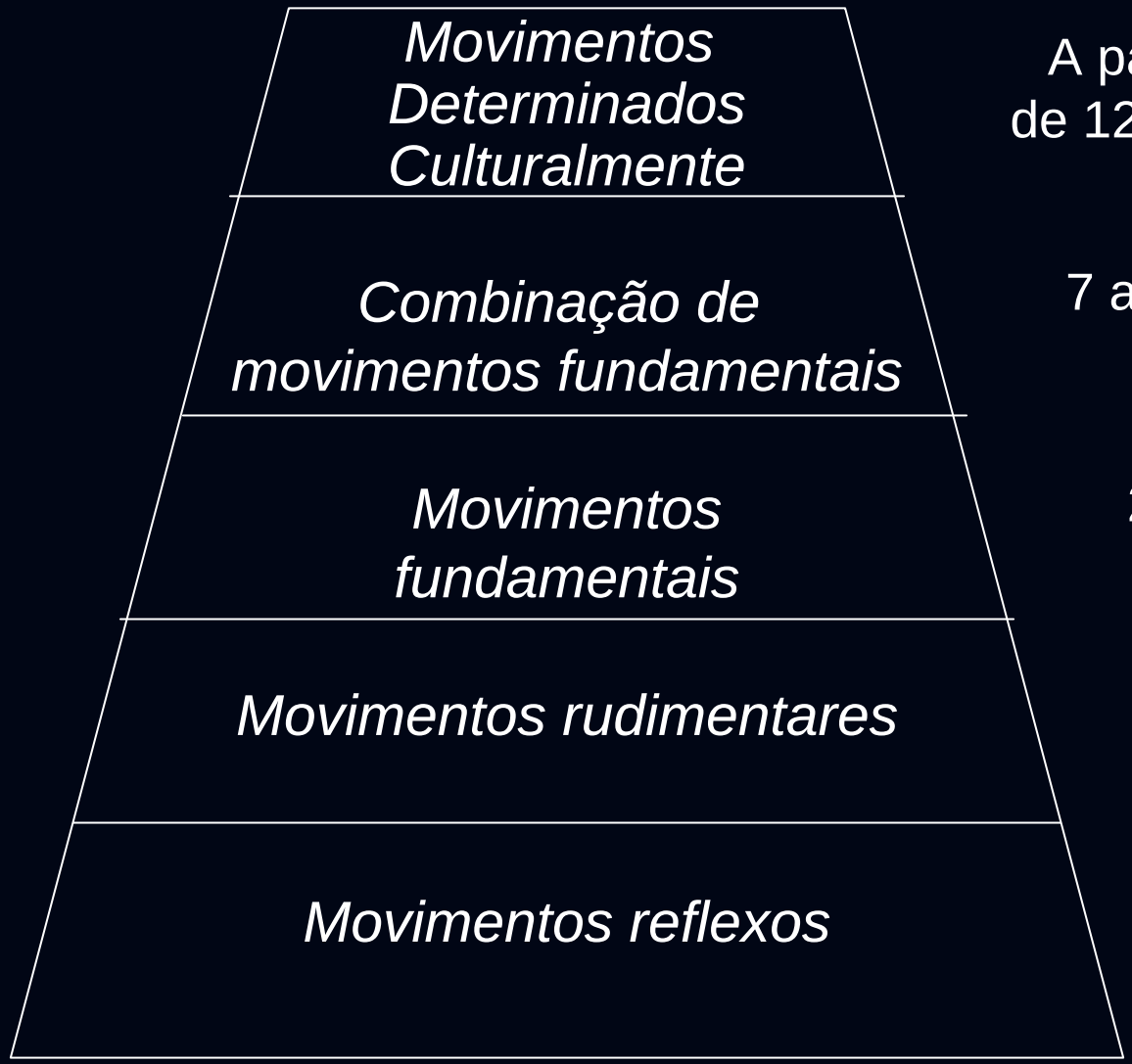
Concepção Dinâmica (Eqüifinalidade)

• Possibilidade de atingir o mesmo objetivo por caminhos diferentes.

Seqüência de Desenvolvimento Motor
(GALLAHUE & OZMUN, 1998)



Seqüência de Desenvolvimento Motor
(TANI, MANOEL, KOKUBUM & PROENÇA, 1988)



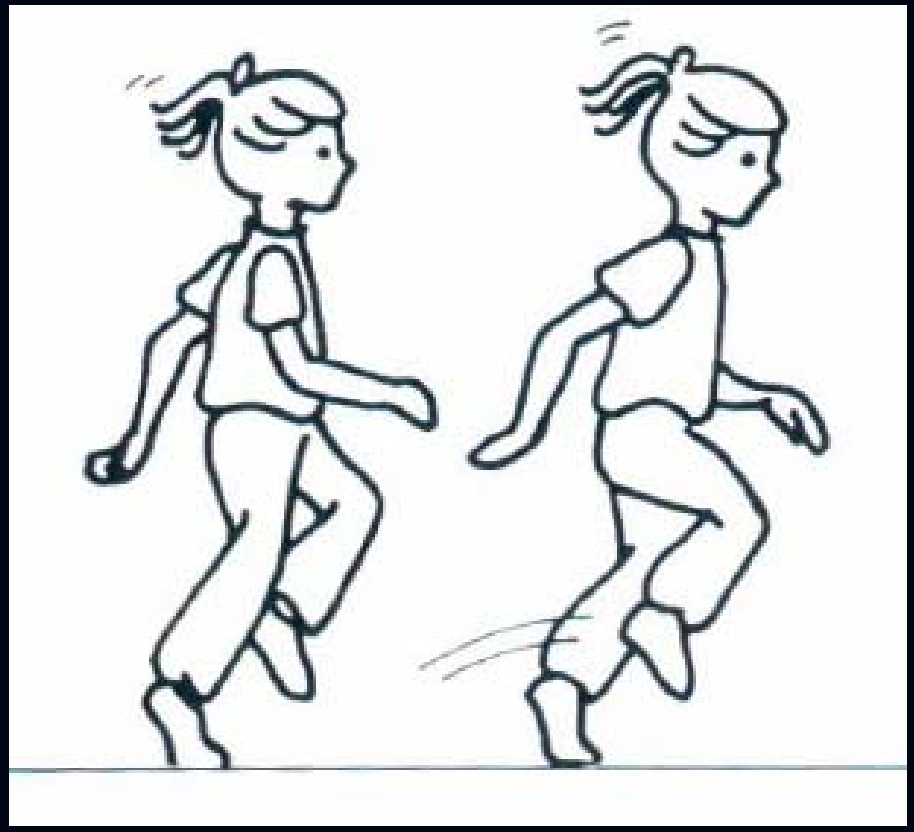
A partir de 12 anos

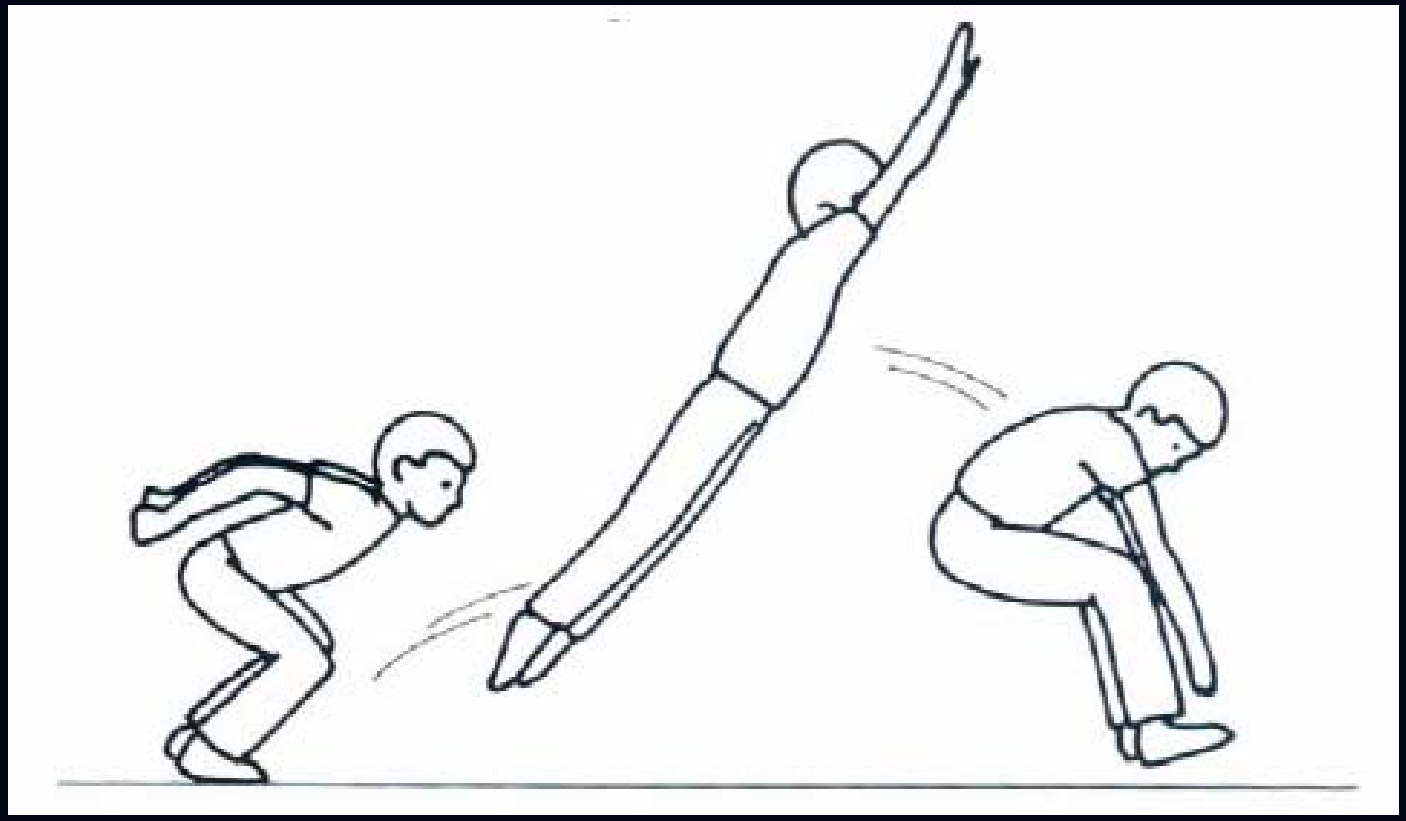
7 a 12 anos

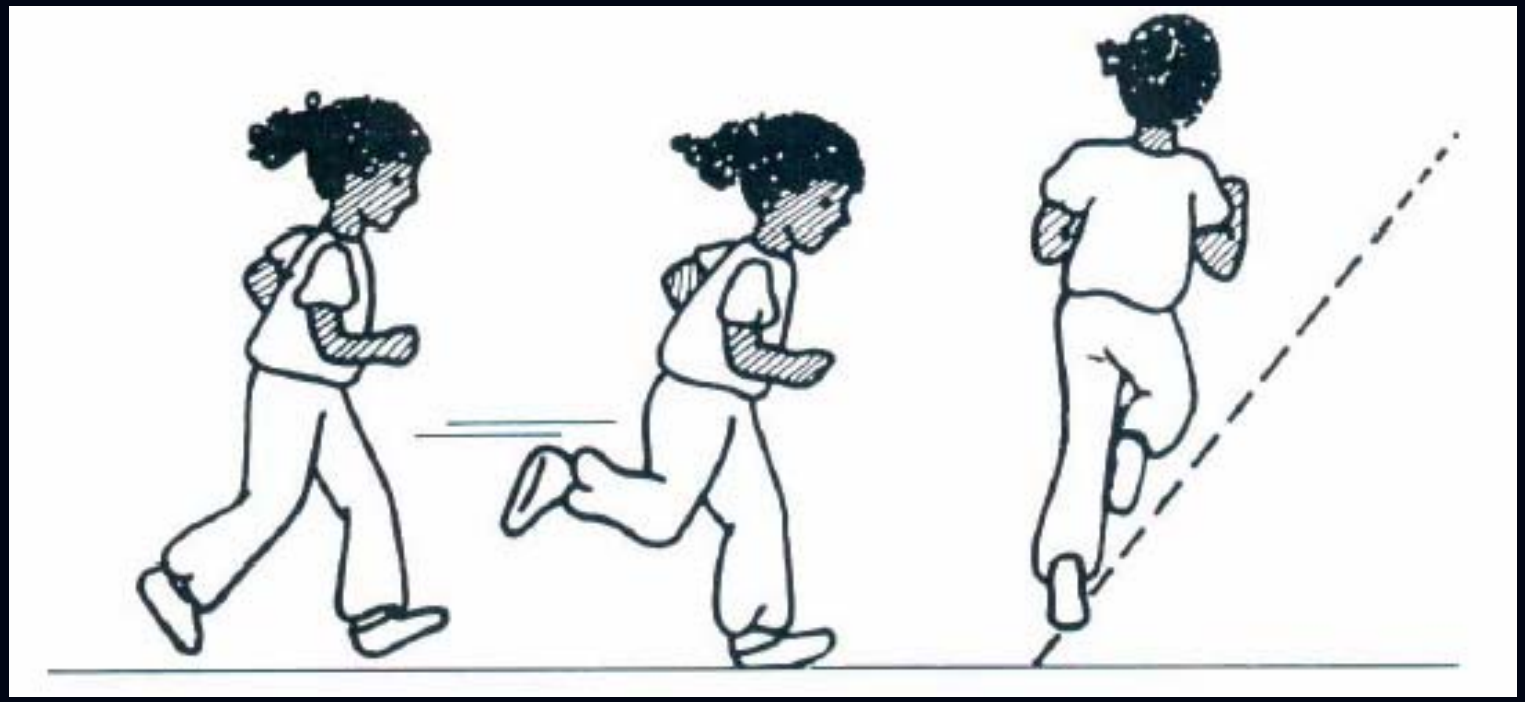
2 a 7 anos

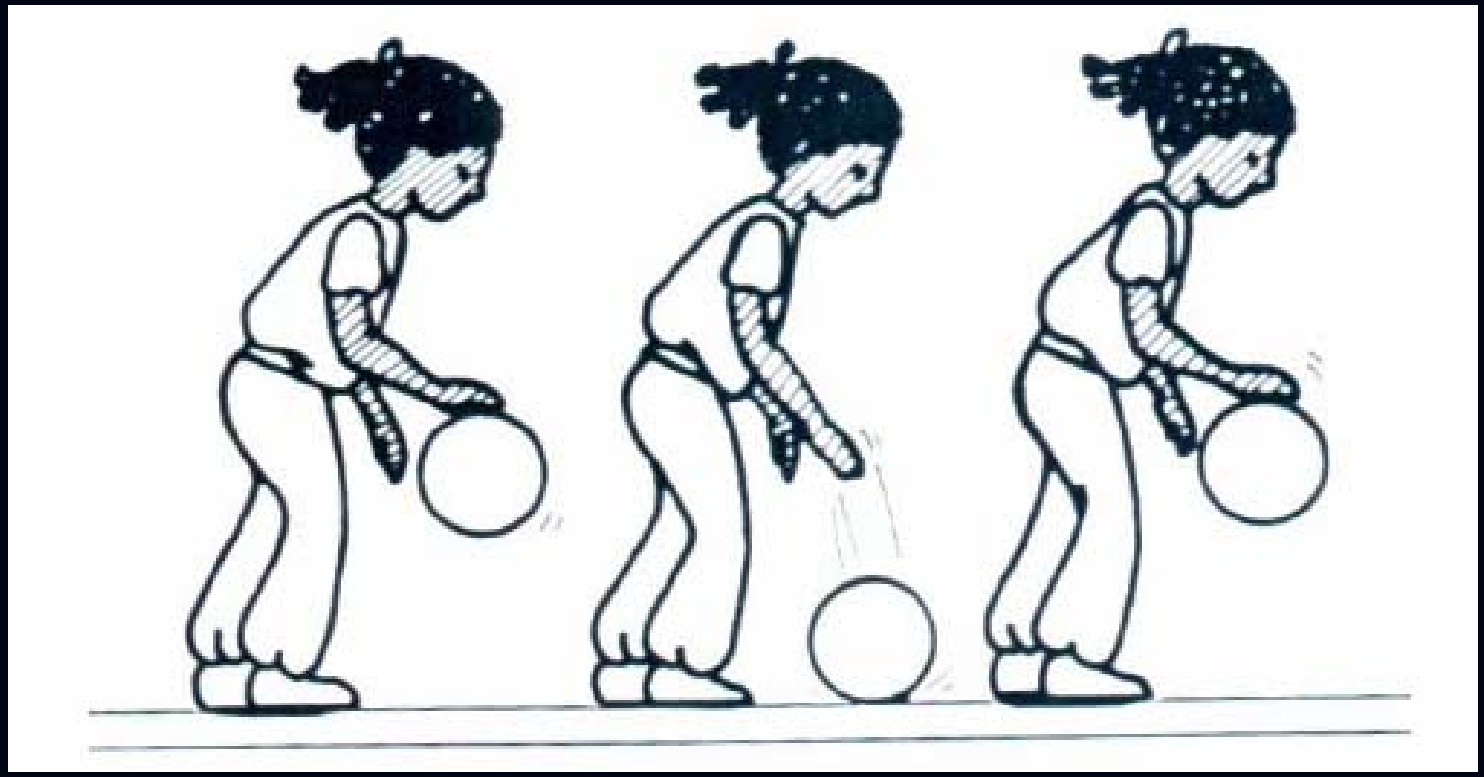
0 a 2 anos

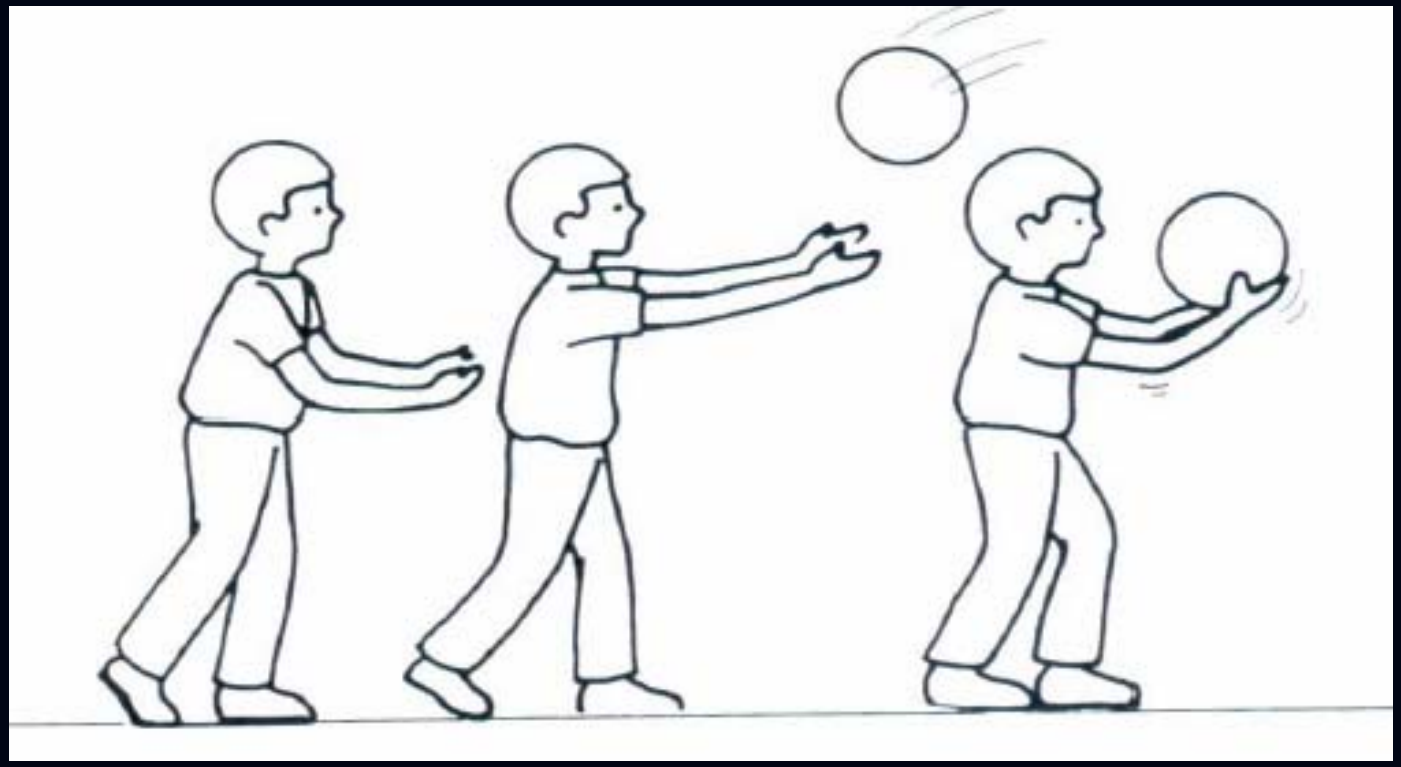
Vida intra-uterina a 4 meses após o nascimento

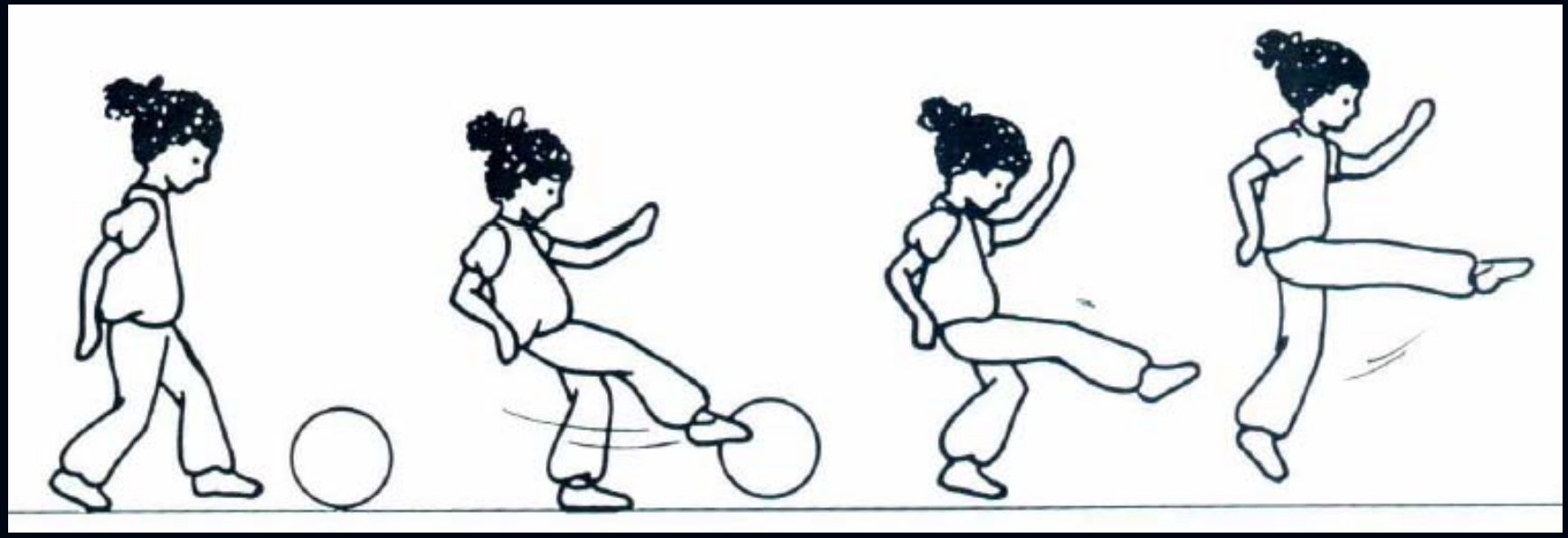


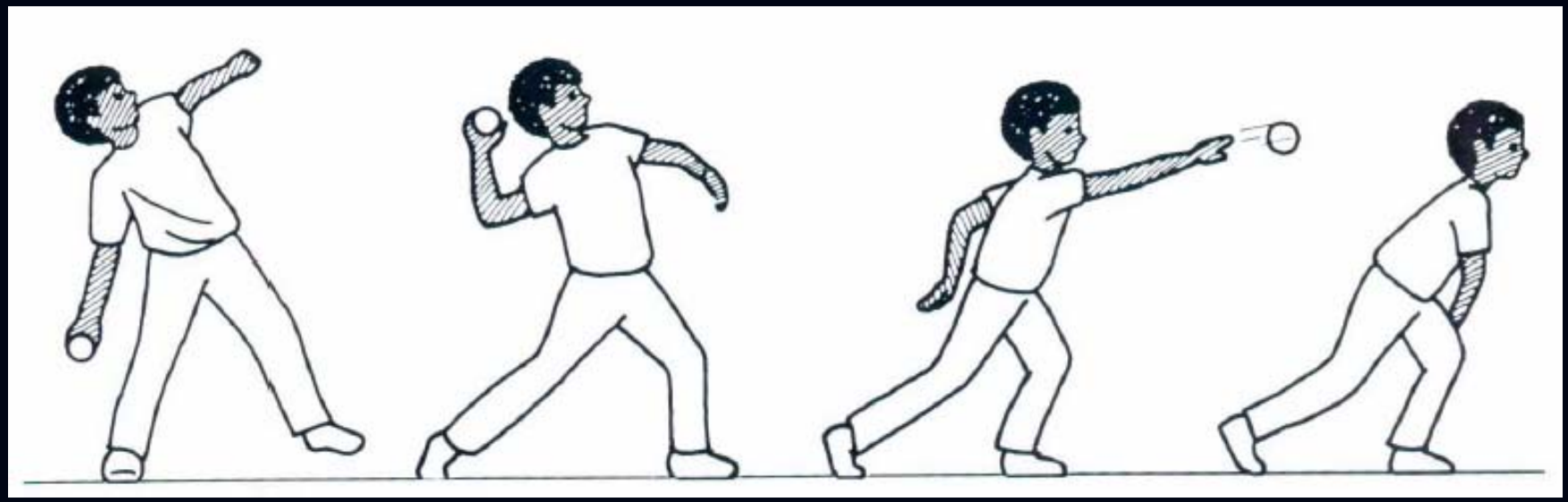


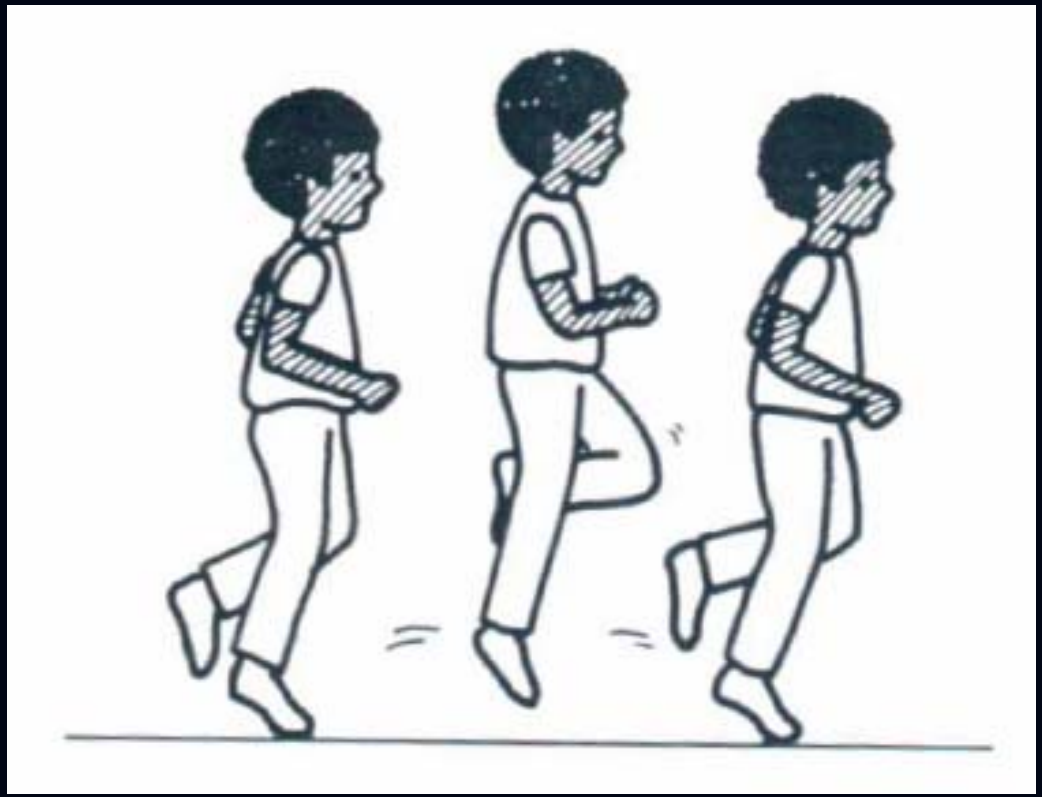












MOVIMENTOS FUNDAMENTAIS / ADULTOS UNIVERSITÁRIOS

	Componente	Inicial	Elementar	Maduro	MODA
Chutar	Pernas	14,5%	**56,5 %**	29 %	Elementar
	Braço-Tronco	16,7%	**53,95 %**	29,35 %	Elementar
Arremessar	Pernas-Pés	12%	24,2%	**63,8 %**	Maduro
	Braço	8%	31%	**61 %**	Maduro
	Tronco	14,4%	42,5%	**43,1 %**	Maduro/ elementar

(XAVIER; CAVALCANTE, 2004)

COMPARAÇÃO DOS RESULTADOS DA EVOLUÇÃO DOS MOVIMENTOS FUNDAMENTAIS

Movimentos Fundamentais/ Componentes	Aluno 1		Aluno 2		Aluno 3		Aluno 4		Aluno 5		Aluno 6		Aluno 7		Aluno 8		Aluno 9	
	Pré	Pós	Pré	Pós	Pré	Pós	Pré	Pós	Pré	Pós	Pré	Pós	Pré	Pós	Pré	Pós	Pré	Pós
CORRER																		
Braços	M	M	I	E	I	E	E	M	E	M	M	M	E	M	E	M	E	E
Pernas	M	M	I	E	I	M	E	M	M	M	E	M	E	M	I	M	I	E
LANÇAR																		
Braços	E	M	I	E	I	E	E	M	E	M	E	M	E	M	E	M	E	M
Tronco	M	M	E	E	E	E	I	E	M	E	E	M	E	E	M	E	E	E
Pernas e pé	E	M	I	I	E	M	I	M	M	M	E	M	I	M	E	E	I	E
RECEBER																		
Cabeça	E	E	M	E	E	E	E	E	E	E	M	M	M	M	E	M	E	M
Braço	M	M	E	M	E	M	E	E	E	M	M	M	M	M	M	M	I	E
Mãos	E	M	E	M	E	E	E	E	M	M	M	M	E	M	E	M	E	E
CHUTAR																		
Braços/tronco	M	M	I	E	E	E	E	E	E	E	M	M	E	E	E	E	I	E
Pernas	E	M	I	E	E	E	I	E	E	E	M	M	M	M	E	M	I	I
SOMA TOTAL																		
Progressão	04		07		05		06		03		04		05		06		06	
Manutenção	06		02		05		04		06		06		05		03		04	
Regressão	00		01		00		00		01		00		00		01		00	

Legenda:

I – Inicial
E – Elementar
M – Maduro

(MAFORTE; BENDA, 2000)

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR COMO ATIVIDADE MOTORA NA INFÂNCIA

SÉRIE	MOVIMENTO COMPONENTE		INICIAL Freqüência	ELEMENTAR Freqüência	MADURO Freqüência	MODA
3° Período do Ensino Infantil (22 alunos) **Idade média aproximada 6 anos e 9 meses**	**Correr**	Pernas (lateral)	2	13	7	**Elementar**
		Braços	1	14	7	**Elementar**
		Pernas (posterior)	1	14	7	**Elementar**
	Saltar	Braços	4	8	10	**Maduro**
		Troncos	2	17	3	**Elementar**
		Pernas e quadril	6	13	3	**Elementar**
	Arremessar	Braços	-	17	5	**Elementar**
		Troncos	5	14	3	**Elementar**
		Pernas e pé	5	14	3	**Elementar**
	Receber	Cabeça	4	15	3	**Elementar**
		Braços	-	17	5	**Elementar**
		Mãos	2	14	6	**Elementar**
	Chutar	Braços e tronco	5	12	5	**Elementar**
		Pernas	2	17	3	**Elementar**

Resultado da Avaliação dos Alunos do 3° Período

(MAFORTE, 2002)

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR COMO ATIVIDADE MOTORA NA INFÂNCIA

SÉRIE	MOVIMENTO / COMPONENTE		INICIAL Freqüência	ELEMENTAR Freqüência	MADURO Freqüência	MODA
1ª Série do Ensino Funda-mental (22 alunos) Idade média aproximada 7anos e 8 meses	Correr	Pernas (lateral)	-	9	13	Maduro
		Braços	-	10	12	Maduro
		Pernas (posterior)	-	6	16	Maduro
	Saltar	Braços	4	6	12	Maduro
		Troncos	-	13	9	Elementar
		Pernas e quadril	-	16	6	Elementar
	Arremessar	Braços	-	4	18	Maduro
		Troncos	-	7	15	Maduro
		Pernas e pé	-	13	9	Elementar
	Receber	Cabeça	-	13	9	Elementar
		Braços	-	6	16	Maduro
		Mãos	1	6	15	Maduro
	Chutar	Braços e tronco	2	10	10	Mad/Elem
		Pernas	1	15	6	Elementar

Resultado da Avaliação dos Alunos da 1° Série

(MAFORTE, 2002)

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR COMO ATIVIDADE MOTORA NA INFÂNCIA

SÉRIE	MOVIMENTO / COMPONENTE		INICIAL Freqüência	ELEMENTAR Freqüência	MADURO Freqüência	MODA
2ª Série do Ensino Funda-mental (13 alunos) **Idade média aproximada 8 anos e 9 meses**	**Correr**	Pernas (lateral)	-	1	12	**Maduro**
		Braços	-	2	11	**Maduro**
		Pernas (posterior)	-	1	12	**Maduro**
	Saltar	Braços	-	1	12	**Maduro**
		Troncos	-	2	11	**Maduro**
		Pernas e quadril	-	5	8	**Maduro**
	Arremessar	Braços	-	1	12	**Maduro**
		Troncos	-	2	11	**Maduro**
		Pernas e pé	-	3	10	**Maduro**
	Receber	Cabeça	-	4	9	**Maduro**
		Braços	-	-	13	**Maduro**
		Mãos	-	1	12	**Maduro**
	Chutar	Braços e tronco	-	3	10	**Maduro**
		Pernas	-	3	10	**Maduro**

Resultado da Avaliação dos Alunos da 2º Série

(MAFORTE, 2002)

Idade	*Movimento*	*Componente*	*Inicial*		*Elementar*		*Maduro*	
			Partic	Públic	Partic	Públic	Partic	Público
3 anos	Chutar	Braços-tronco	9	9		4		1
		Pernas	8	5	1	7		2
	Receber	Cabeça	3		5	13	1	1
		Braços	3	4	6	7		3
		Mãos	3	1	5	10	1	3
	Arremessar	Braços		1	9	13		
		Tronco	6	7	3	7		
		Pernas	7	4	2	10		
	Saltar	Braços	5	8	4	5		
		Tronco	5	9	4	4		1
		Pernas-quadril	9	7		6		1
	Correr	Pernas	3		6	12		2
		Braços	6	3	3	10		1

MATOSO, CAVALCANTE, RABELO, XAVIER & BENDA (2005)

Idade	***Movimento***	***Componente***	***Inicial***		***Elementar***		***Maduro***	
			Partic	Públic	Partic	Públic	Particul	Públic
5 anos	Chutar	Braços-tronco	3	6	2	14		3
		Pernas	1	4	4	17		2
	Receber	Cabeça		1	1	13	4	9
		Braços		4	1	12	4	7
		Mãos		4	1	12	4	7
	Arremessar	Braços	1	1	3	15	1	7
		Tronco	1	8	2	10	2	6
		Pernas	2	14	1	6	2	3
	Saltar	Braços	2	3	3	9		11
		Tronco	1	3	3	10	1	10
		Pernas-quadril	2	4	3	14		5
	Correr	Pernas		2	4	8	1	13
		Braços	1	1	3	12	1	10

MATOSO, CAVALCANTE, RABELO, XAVIER & BENDA (2005)

Idade	***Movimento***	***Componente***	***Inicial***		***Elementar***		***Maduro***	
			Partic	Públic	Partic	Públic	Particul	Públic
7 anos	Chutar	Braços-tronco	4	2	7	9	6	3
		Pernas	3		7	11	7	2
	Receber	Cabeça				9	17	9
		Braços			8	7	9	7
		Mãos			4	6	13	7
	Arremessar	Braços			10	15	7	7
		Tronco	1	1	8	13	8	6
		Pernas	2	8	9	11	6	3
	Saltar	Braços		1	7	11	10	11
		Tronco		3	10	10	7	10
		Pernas-quadril		4	15	13	2	5
	Correr	Pernas			2	6	15	13
		Braços	1		5	8	11	10

MATOSO, CAVALCANTE, RABELO, XAVIER & BENDA (2005)

4 anos	Movimento	Componente	Inicial		Elementar		Maduro	
			com EF	sem EF	com EF	sem EF	com EF	Sem EF
	Chutar	Braços-tronco	**15**	*24	***25**	16	**0**	0
		Pernas	**9**	*24	***31**	16	**0**	0
	Receber	Cabeça	**12**	16	**28**	16	**0**	8
		Braços	**25**	24	**15**	16	**0**	0
		Mãos	**22**	23	**18**	17	**0**	0
	Arremessar	Braços	**16**	8	**24**	32	**0**	0
		Tronco	**28**	30	**12**	10	**0**	**0**
		Pernas	**30**	29	**10**	9	**0**	2
	Saltar	Braços	**34**	*34	**6**	6	**0**	0
		Tronco	**17**	*25	**23**	15	**0**	0
		Pernas-quadril	**25**	*34	**15**	6	**0**	0
	Correr	Pernas	**7**	*12	**27**	28	**6**	0
		Braços	**3**	*18	**30**	21	**7**	1

(ROCHA, 2006)

5 ANOS	Movimento	Componente	Inicial		Elementar		Maduro	
			com EF	sem EF	com EF	sem EF	com EF	sem EF
	Chutar	Braços-tronco	**45**	46	**11**	18	**0**	0
		Pernas	**30**	36	**26**	28	**0**	0
	Receber	Cabeça	**12**	16	**32**	44	**12**	4
		Braços	**27**	32	**24**	29	**5**	3
		Mãos	**15**	*33	**35**	28	***6**	3
	Arremessar	Braços	**38**	38	**18**	26	**0**	0
		Tronco	**50**	52	**6**	12	**0**	**0**
		Pernas	**49**	58	**7**	6	**0**	0
	Saltar	Braços	**43**	41	**13**	23	**0**	0
		Tronco	**31**	32	**25**	32	**0**	0
		Pernas-quadril	**40**	47	**16**	17	**0**	0
	Correr	Pernas	**6**	11	**39**	50	**11**	3
		Braços	**1**	4	**48**	49	**7**	11

(ROCHA, 2006)

6 ANOS	Movimento	Componente	Inicial		Elementar		Maduro	
			com EF	sem EF	com EF	sem EF	com EF	sem EF
	Chutar	Braços-tronco	**45**	36	**11**	8	**0**	0
		Pernas	**35**	31	**21**	13	**0**	0
	Receber	Cabeça	**4**	3	**19**	28	***33**	14
		Braços	**0**	16	**33**	23	***23**	4
		Mãos	**4**	13	**29**	26	***23**	5
	Arremessar	Braços	**33**	26	**23**	18	**0**	0
		Tronco	**56**	42	**0**	2	**0**	**0**
		Pernas	**54**	41	**2**	3	**0**	0
	Saltar	Braços	**34**	40	**22**	4	**0**	0
		Tronco	**49**	18	**7**	26	**0**	0
		Pernas-quadril	**43**	33	**13**	11	**0**	0
	Correr	Pernas	**7**	6	**46**	37	**3**	1
		Braços	**16**	6	**35**	36	**5**	2

(ROCHA, 2006)

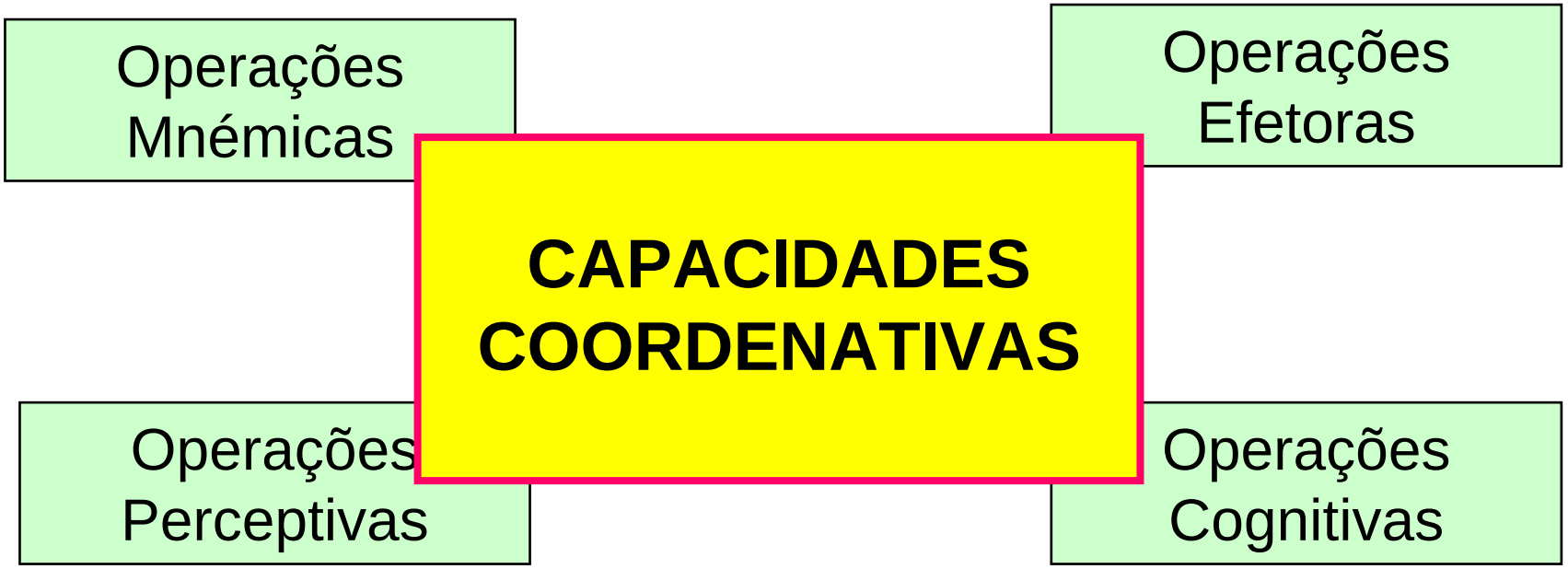
Significado do movimento

(MANOEL, 1994)

COMO INICIAR AO ESPORTE?

- Bloom (1985) enfatiza que até os 12 anos (anos iniciais de aprendizagem) deve-se enfatizar atividades prazerosas e divertidas;
- Atividades sem compromissos formais e lúdicas;
- O exemplo da Seleção Brasileira de Voleibol de 1992 (Oliveira, 2003);
- Uma proposta estruturada...

Operações necessárias para se realizar uma ação coordenada



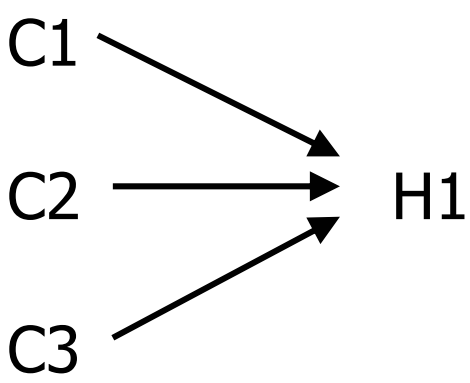
Zimmermann, 1987

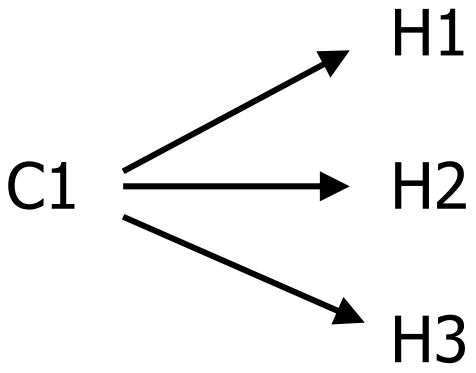
Capacidade ≠ Habilidade

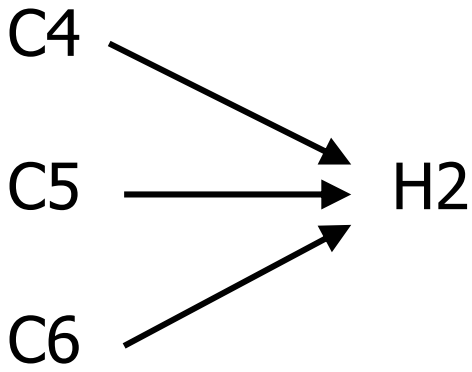
Capacidade compõe a habilidade;

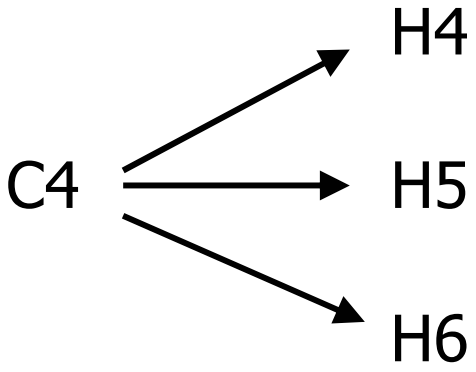
Capacidade permite a aquisição da habilidade;

Habilidade é o produto final

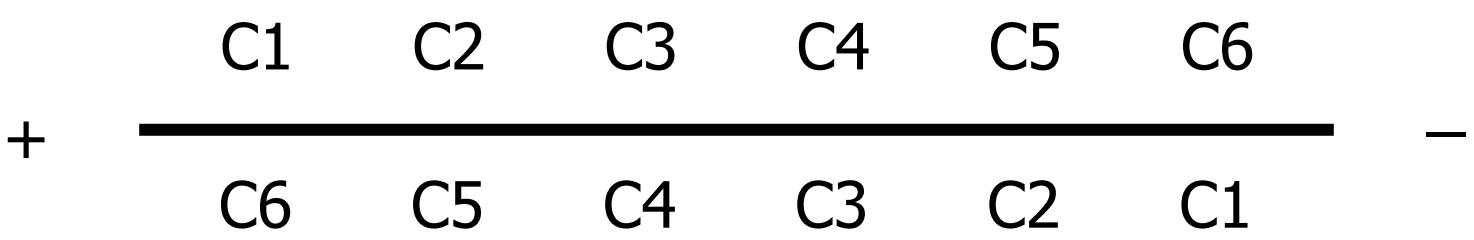

C1
C2
C3
H1


C1
H1
H2
H3

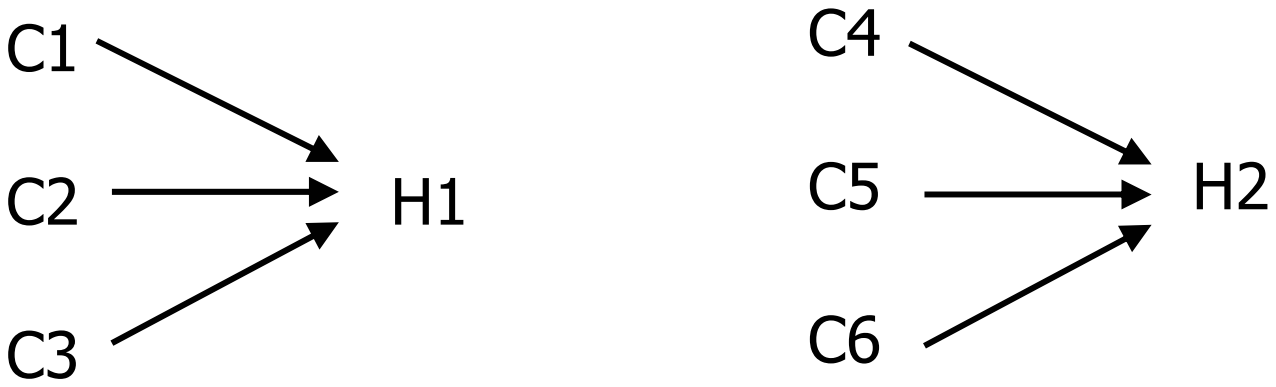

C4
C5
C6
H2


C4
H4
H5
H6

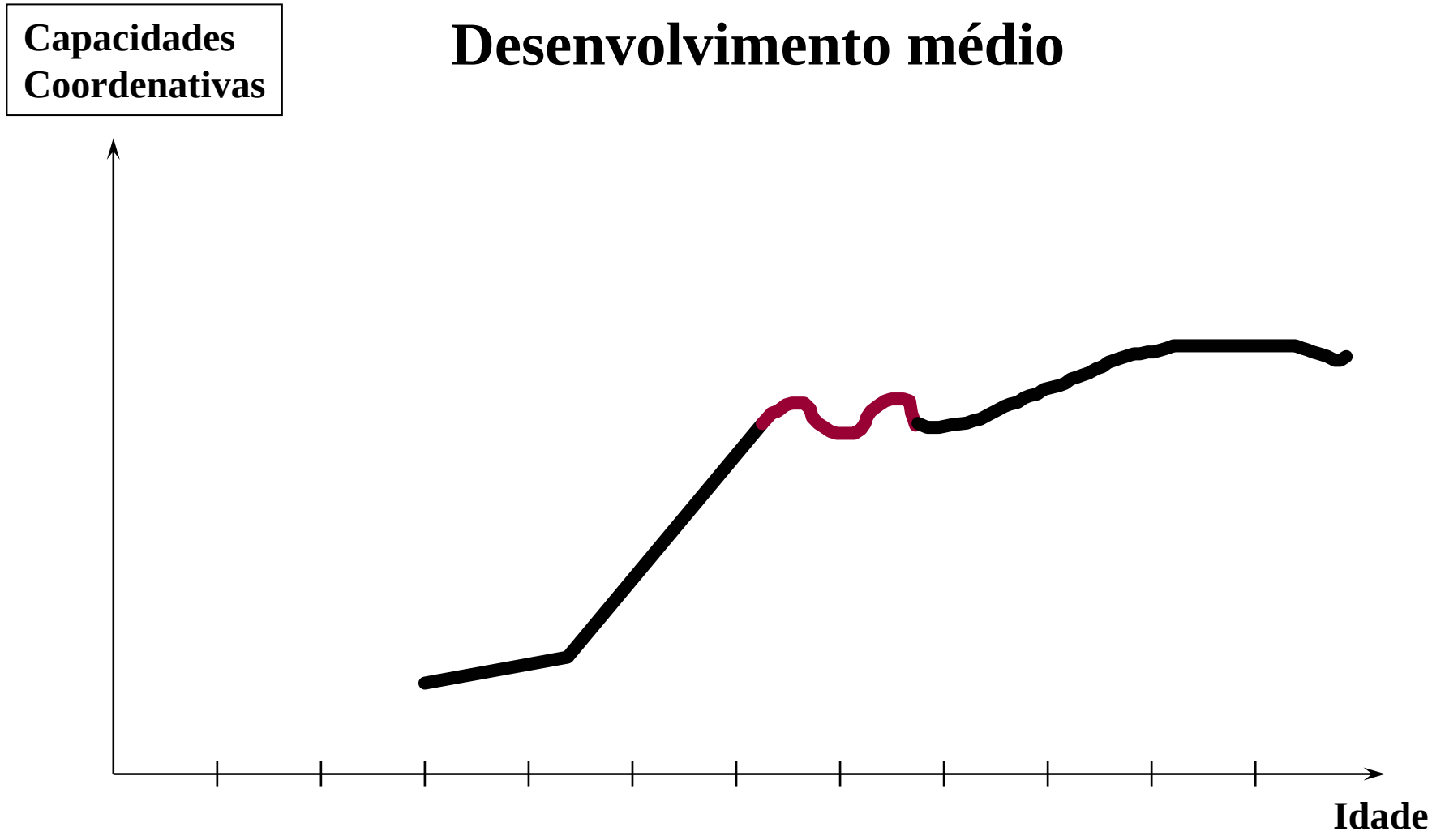
A



B



TREINAMENTO DA COORDENAÇÃO

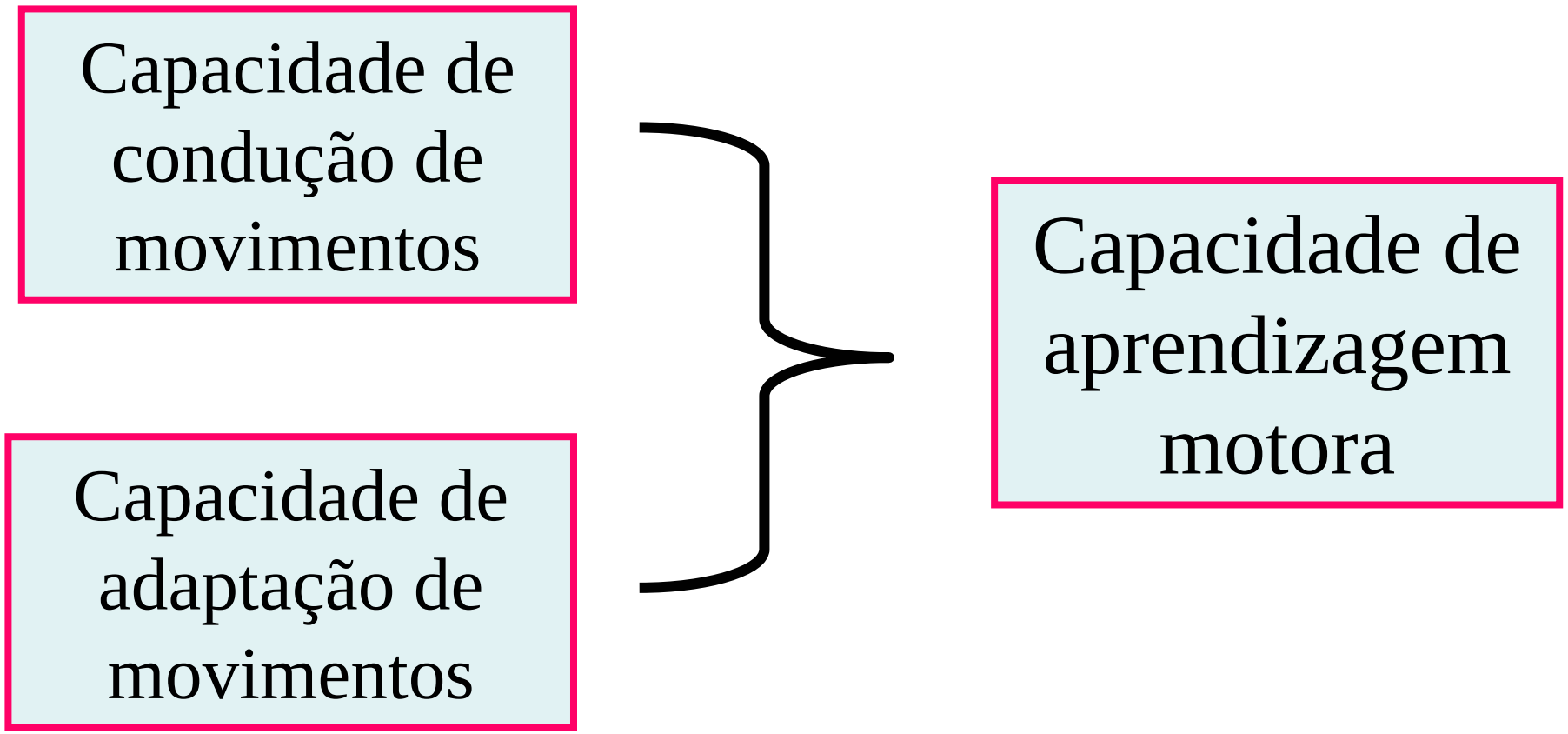


Fatores Condicionantes da Coordenação

- **Coordenação intra e intermuscular**
- **Condição dos analisadores**
- **Situação da aprendizagem**
- **Experiência e repertório de movimentos**
- **Capacidade de adaptação e reorganização motora do movimento**
- **Idade e sexo**
- **Fadiga**
- **Condições ambientais.**

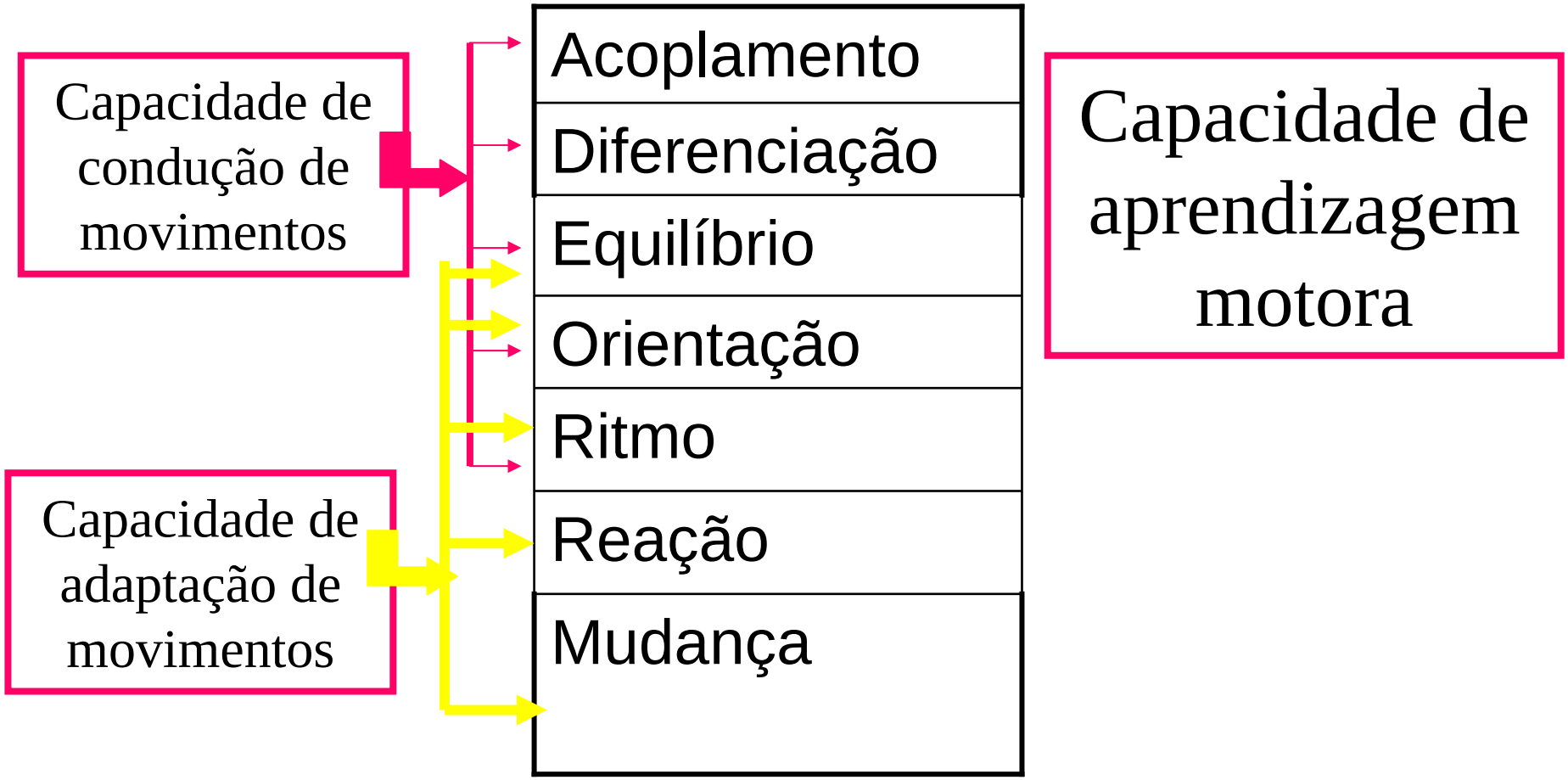
Capacidades Coordenativas

(Zimmenmann in Meinel e Schnabel, 1987)



Capacidades Coordenativas

(Zimmenmann in Meinel e Schnabel, 1987)



TREINAMENTO DA COORDENAÇÃO

Fórmula Básica

Treinamento da coordenação =

Habilidades simples

+

Variação

(Percepção)

+

Condições dificultadas

(Motricidade)

Kröger e Roth,1999

IEU: treinamento da coordenação

Analisadores

- Ótico
- Acústico
- Tátil
- Cinestésico
- Vestibular

Condicionantes

- Tempo
- Precisão
- Complexidade
- Organização
- Carga
- Variabilidade

Kröger e Roth,1999

Pressão de tempo: tarefas coordenativas nas quais é importante a minimização do tempo ou a maximização da velocidade.

Pressão de precisão: tarefas coordenativas nas quais é necessária a maior exatidão possível.

Kröger e Roth,1999

Pressão de complexidade: tarefas coordenativas nas quais devem ser resolvidas uma série de exigências sucessivas; uma através da outra.

Pressão de organização: tarefas coordenativas nas quais se apresenta a necessidade de superação de muitas (simultâneas) exigências.

Kröger e Roth,1999

Pressão de variabilidade: tarefas coordenativas nas quais a necessidade de se superar exigências em condições ambientais variáveis e situações diferentes.

Pressão de carga: tarefas coordenativas nas quais a exigência de tipo físico-condicionais ou psíquicas.

Kröger e Roth,1999

INICIAÇÃO ESPORTIVA UNIVERSAL

A metodologia sugerida para apresentação dos exercícios, jogos e atividades segue a seqüência

do conhecido para o desconhecido;

• do fácil para o difícil;

•do simples para o complexo;

da percepção geral para a percepção especifica

•da tomada de decisão geral para a tomada de decisão especifica.

INICIAÇÃO ESPORTIVA UNIVERSAL

- **06 a 08 anos - 01 elementos e/ou 01 colegas. Início do trabalho de coordenação geral, amplo variado. Muitos elementos (bastão, bola, corda, bambolê ou arco, pneus entre muitos outros).**

- **Jogos sensório - motores, esquema corporal, equilíbrio, lateralidade, flexibilidade / agilidade, reação.**

INICIAÇÃO ESPORTIVA UNIVERSAL:

- **08 a 10 anos - 2 elementos e/ou 2 colegas: trabalho de coordenação geral.**
- **Desenvolvimento e combinação das habilidades básicas.**

INICIAÇÃO ESPORTIVA UNIVERSAL:

- **10 a 12 anos - 03 elementos e/ou 03 colegas. Início do trabalho de coordenação específica as modalidades.**

TREINAMENTO DA COORDENAÇÃO

Uma habilidade: Andar/Correr
Parâmetros de Pressão

- **Tempo: slalom, estafetas, etc.**
- **Precisão: balançar-se, andar sob linhas, etc.**
- **Complexidade: combinação com saltos, giros, salto e giro, etc.**
- **Organização: combinação com giro de braços, etc.**
- **Variação: jogos de correr, de perseguição, etc.**
- **Carga: balançar-se após giros, ou após carga física,etc.**

TREINAMENTO DA COORDENAÇÃO

Um condicionante: Pressão de organização

1) Lançar a bola para cima e pega-la após um giro completo sobre o eixo longitudinal;

2) Circundução dos braços simultaneamente e em sentido contrário;

3) Andar paralelo a uma linha reta e simultaneamente cruzar os braços e abrir e fechar as pernas e pés;

4) Balançar-se acima de um banco sueco e guiar uma bola;

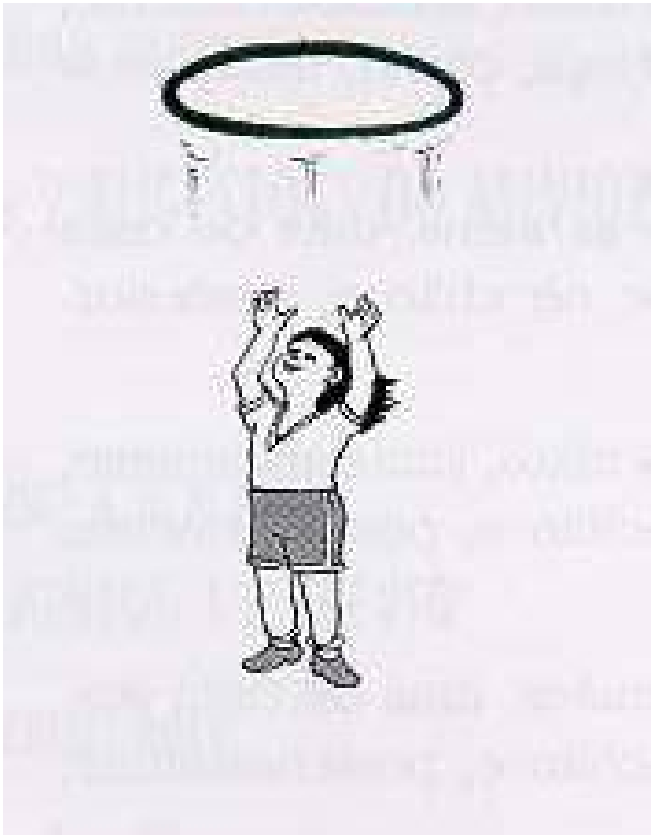
5) Balançar-se acima de um banco sueco, lançar e pegar uma bola;

6) Jogo da sombra com o colega quicando uma bola;

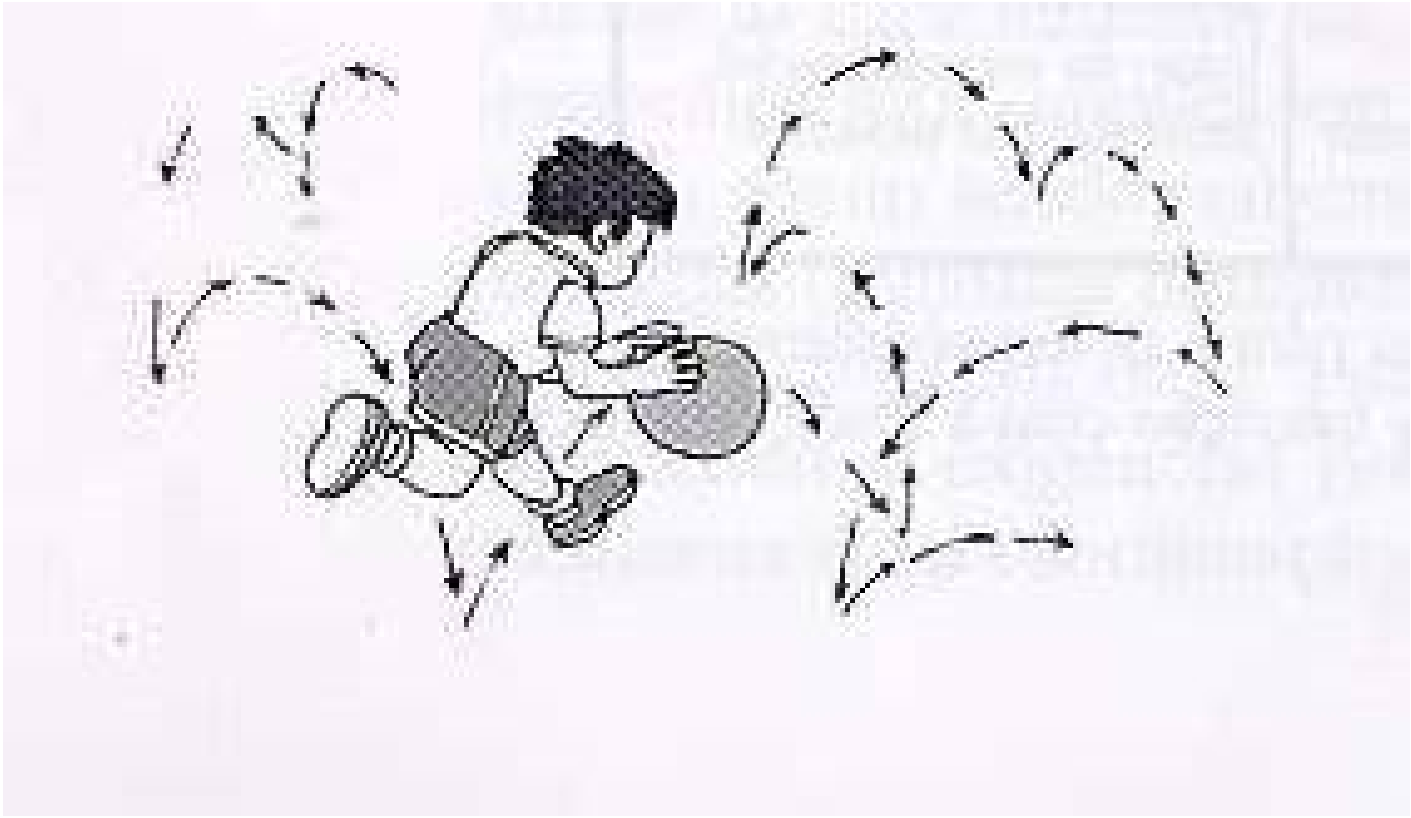
7) Dançar com bolas conforme a música.

Proposta de Intervenção (considerando esse contexto)

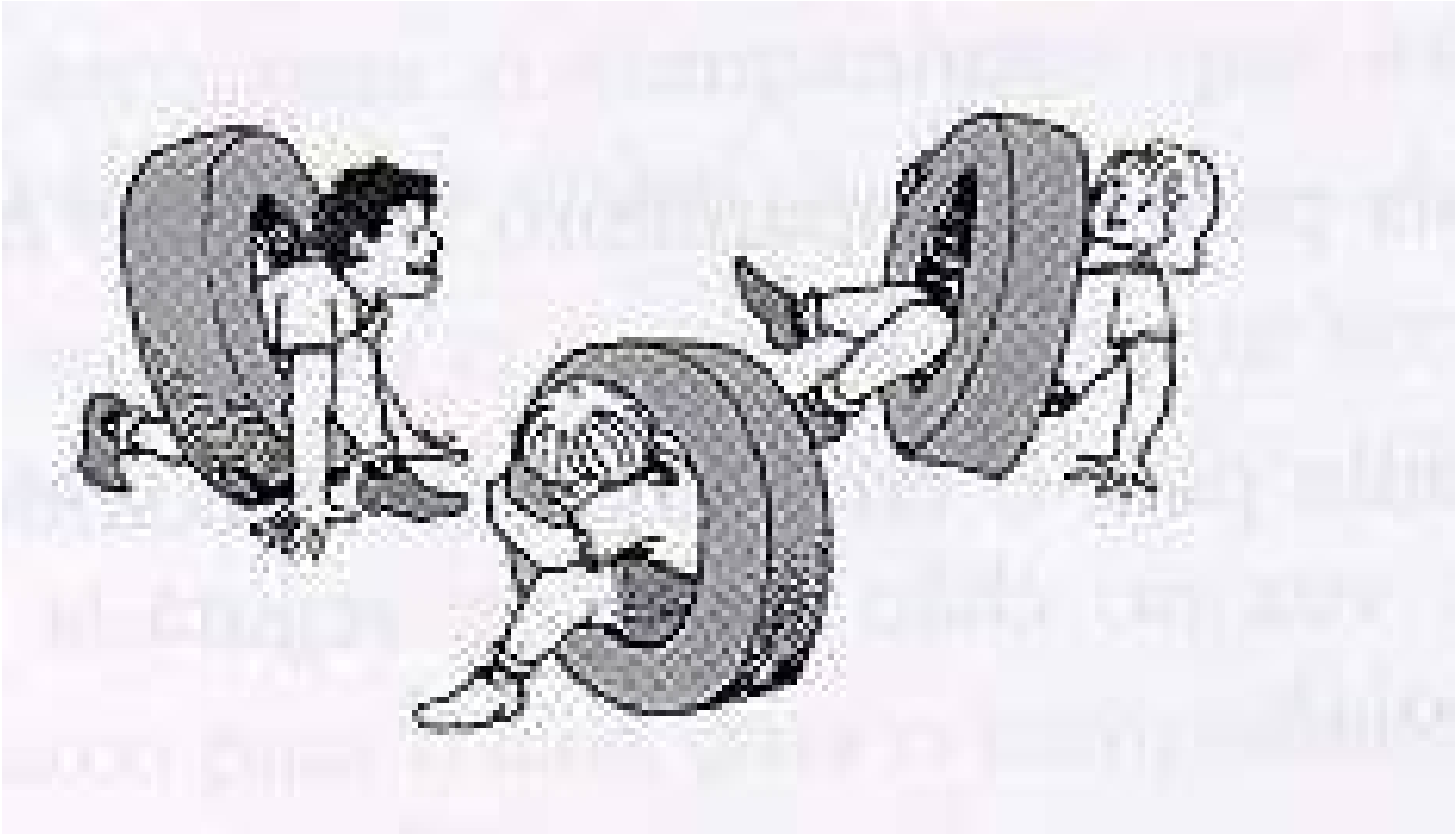
Sugestão de atividades:



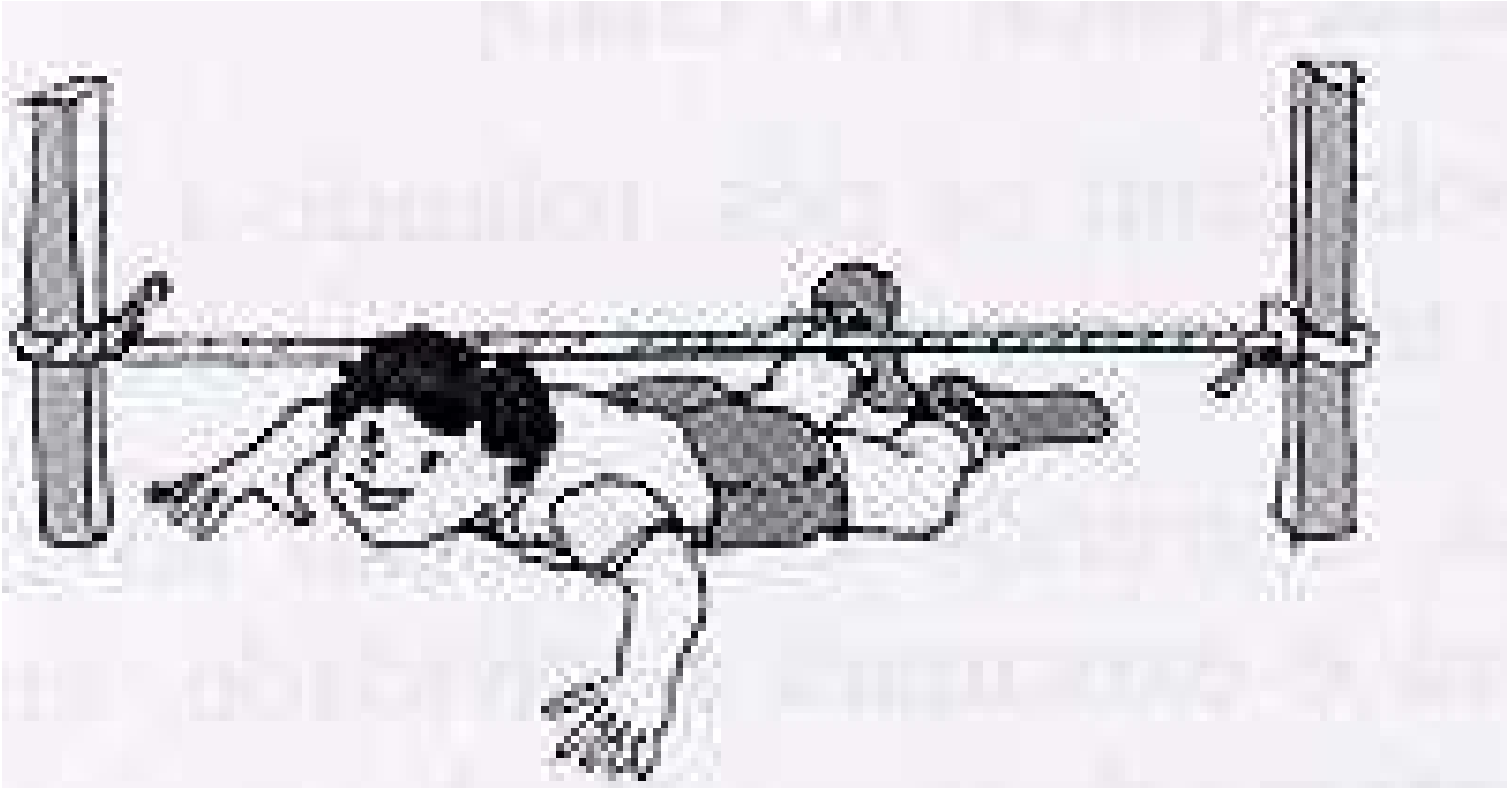
Lançar o arco para cima e segurá-lo



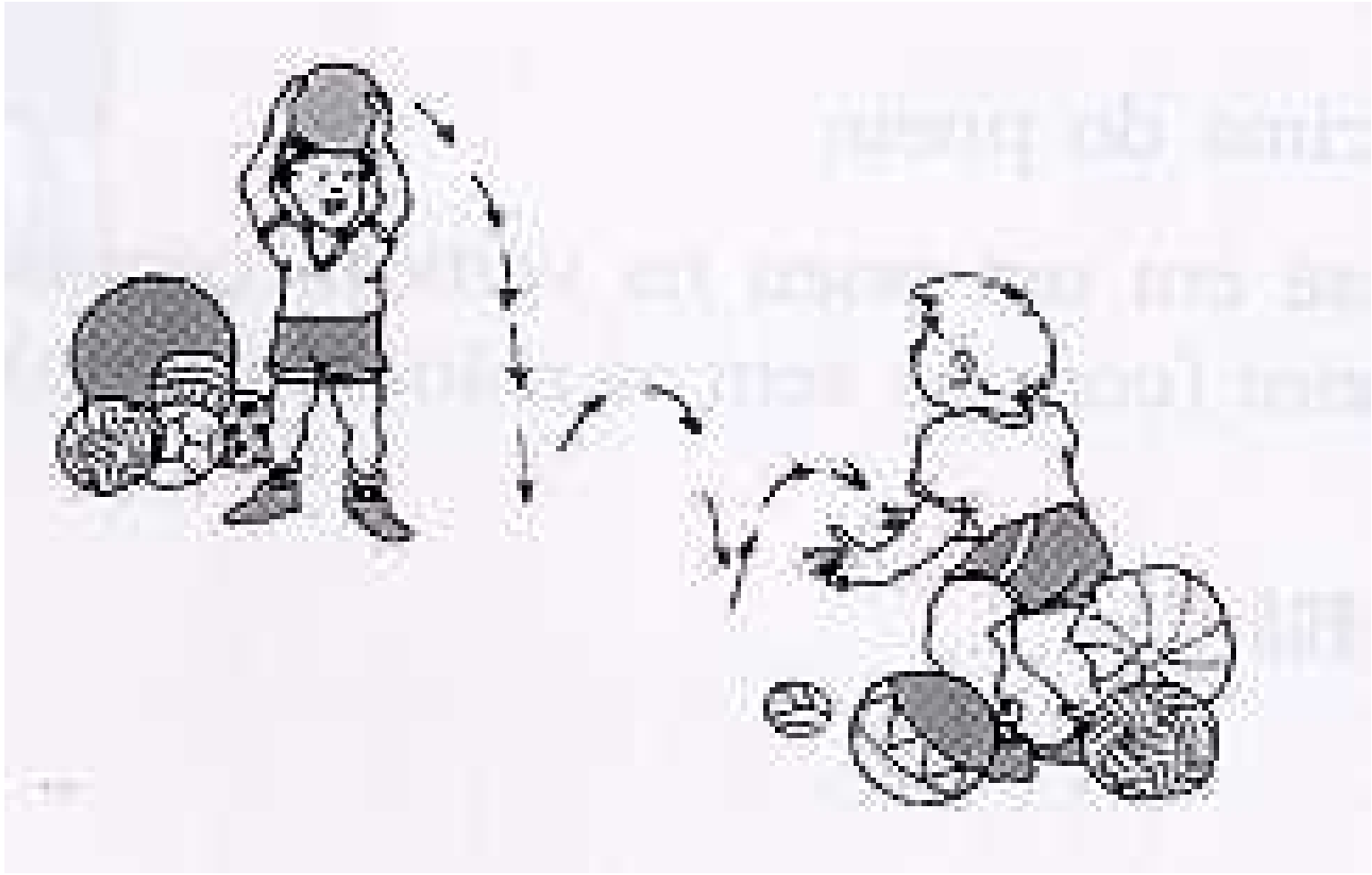
Quicar a bola com as duas mãos, uma de cada vez, alternadas, caminhando, correndo, em diferentes direções.



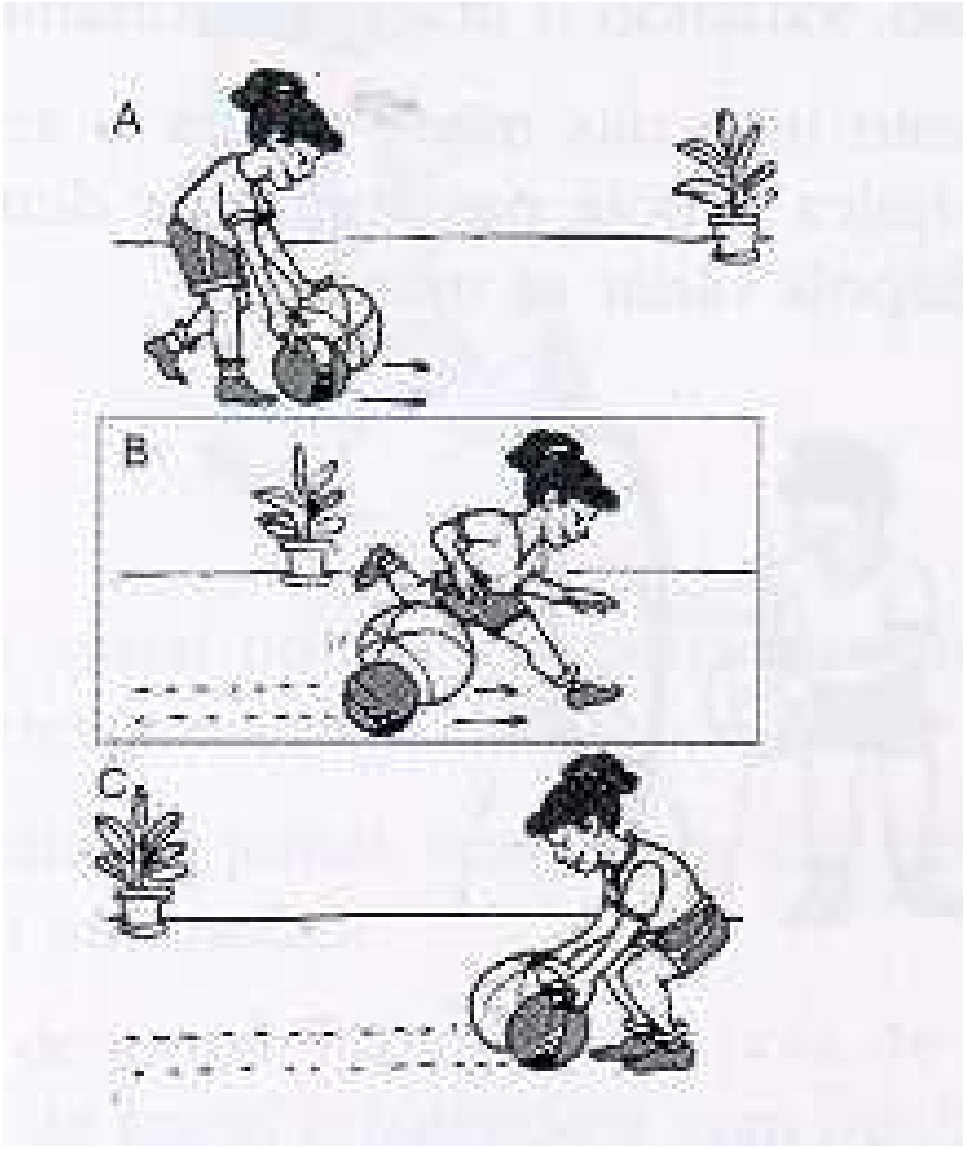
Passar por dentro do pneu de várias formas.



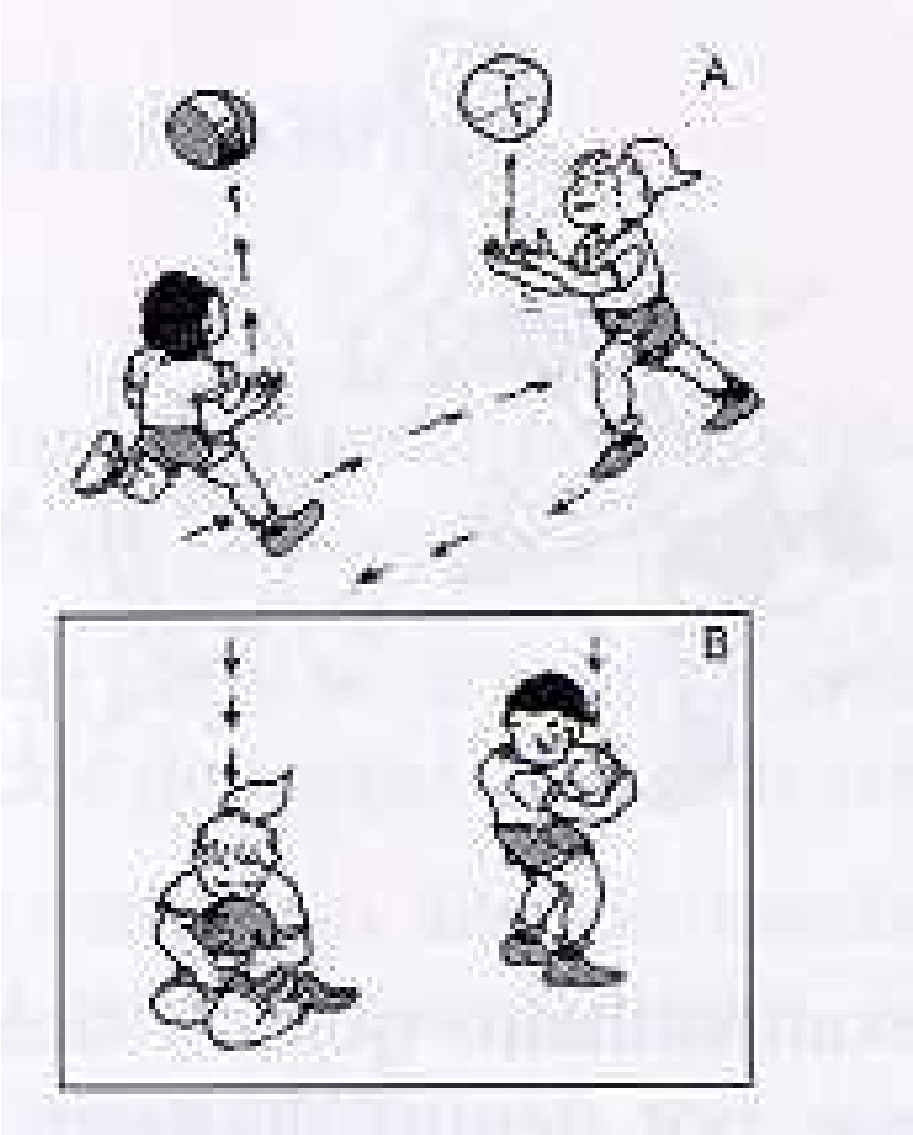
Com a corda amarrada a uma determinada altura, passar por baixo e por cima de diversas formas .



Lançar a bola para o companheiro que irá recebê-la.



Rolar duas bolas no chão, correr, ultrapassá-las, e segurá-las.



Lançar a bola para o alto e ir segurar a bola que o companheiro lançou, enquanto o companheiro vem segurar a outra bola.

Conduzir uma bola puxando-a com uma corda (um companheiro de cada lado).

O processo de ensino-aprendizagem-treinamento na Iniciação Esportiva

Iniciação Esportiva Universal: processo de ensino-aprendizagem-treinamento

Uli Hoeneß (ex jogador futebol)

Manager do Bayern de Munique

„Nos recebemos os jovens, que a nossa sociedade produz – e estes são, diferentes de nos quando crianças que ficávamos na rua e na praça até que os vizinhos nos mandavam para casa.“

O problema / As causas

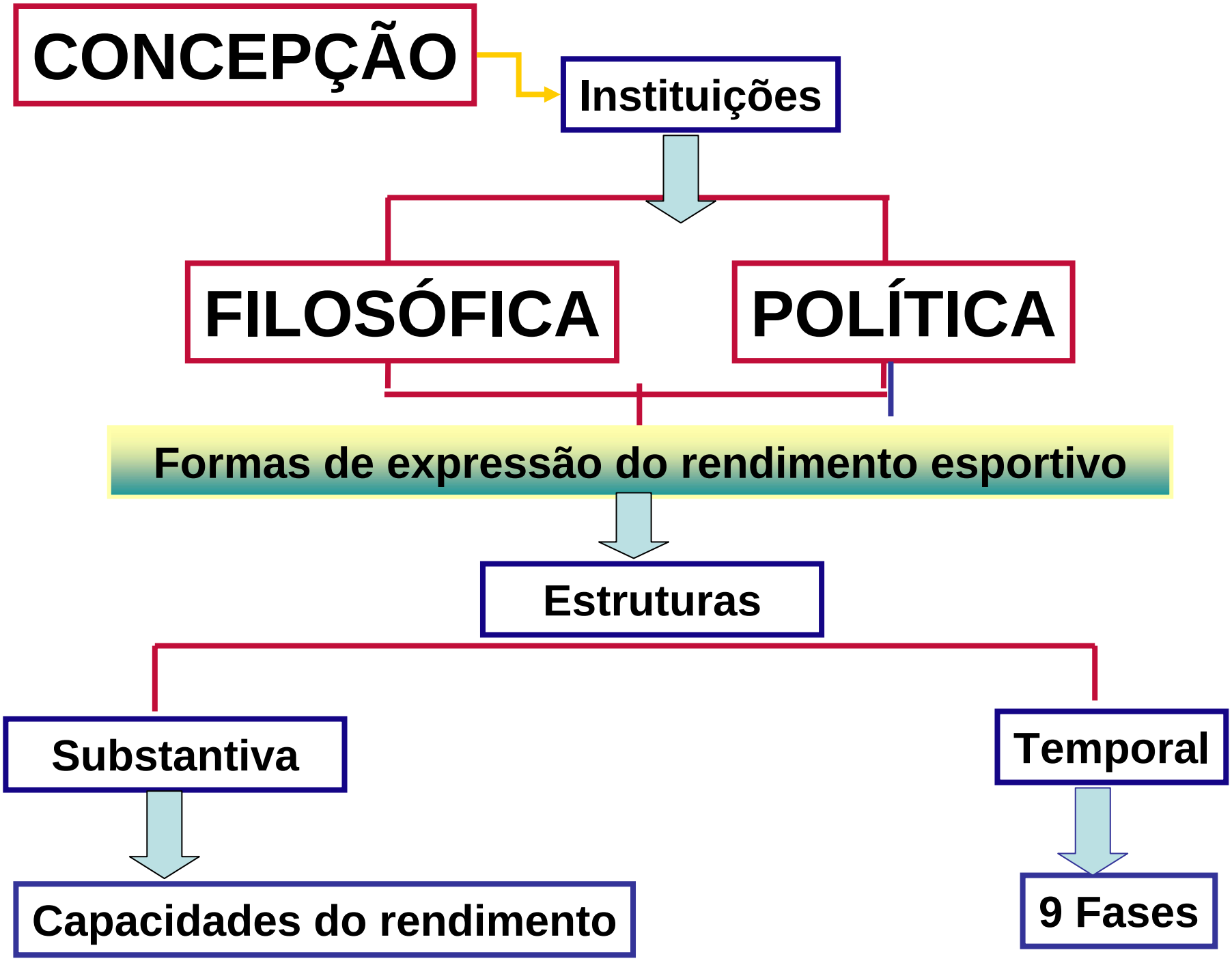
Tostão

„Antigamente a característica no Brasil era que se jogava futebol na rua,, o que lamentavelmente tem diminuído ... Hoje o que se tem são as escolinhas, nas quais tudo ocorre de forma organizada. Se procura exercer influencia nas crianças de forma sistemática, e isto lamentavelmente, é um fator perturbador de seu desenvolvimento“

O problema / As causas

Müller (ex jogador futebol)

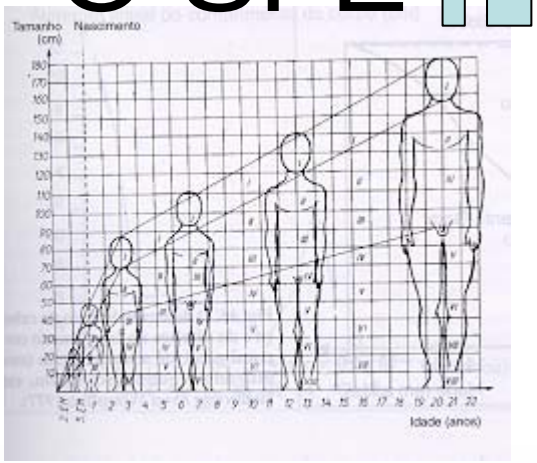
„ Os grandes jogadores no Brasil; aprenderam a jogar na praia, na várzea, e não em escolinhas. As crianças devem jogar, e não ficar horas a fio treinando a técnica com exercícios para melhorar os fundamentos. Na minha opinião, é errado que tenhamos tantas escolas e escolinhas de futebol“

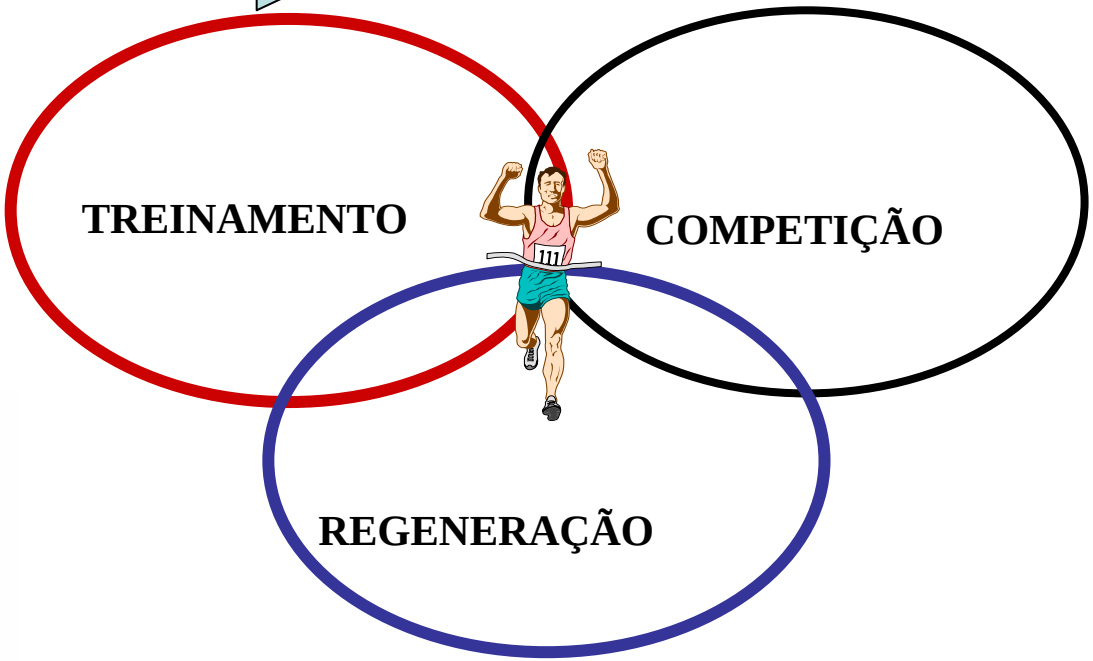

CONCEPÇÃO
Instituições
FILOSÓFICA
POLÍTICA
Formas de expressão do rendimento esportivo
Estruturas
Substantiva
Temporal
Capacidades do rendimento
9 Fases

Formas de Expressão ou Manifestação do Rendimento Esportivo

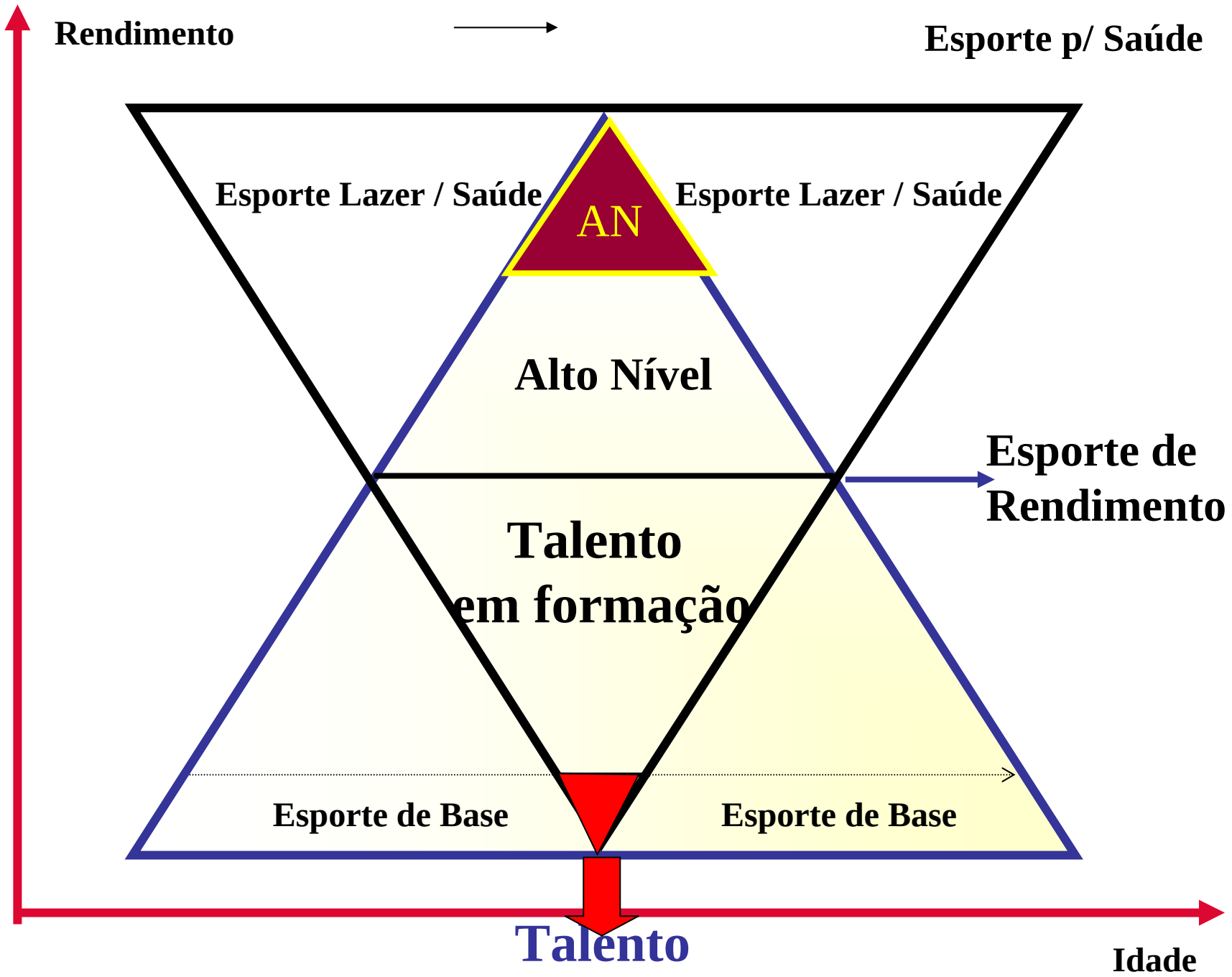
- **Escolar (na escola / extra escolar ????)**
- **Lazer**
- **Saúde**
- **Recuperação/Reabilitação**
- **Rendimento**
- **Alto nível de rendimento**
- **Esporte Profissional**

O SFE || Visão Tradicional O STE



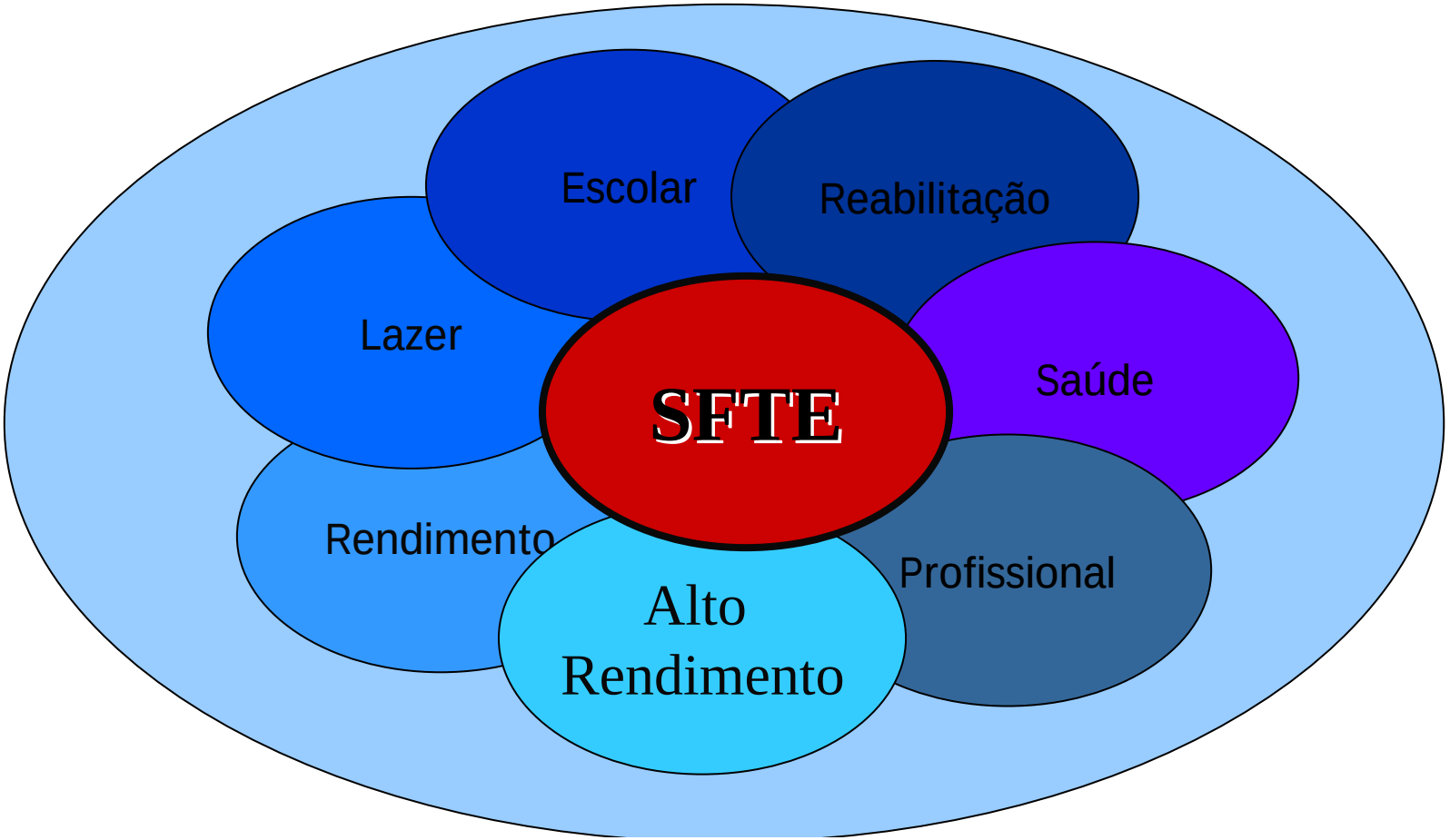


SFTE

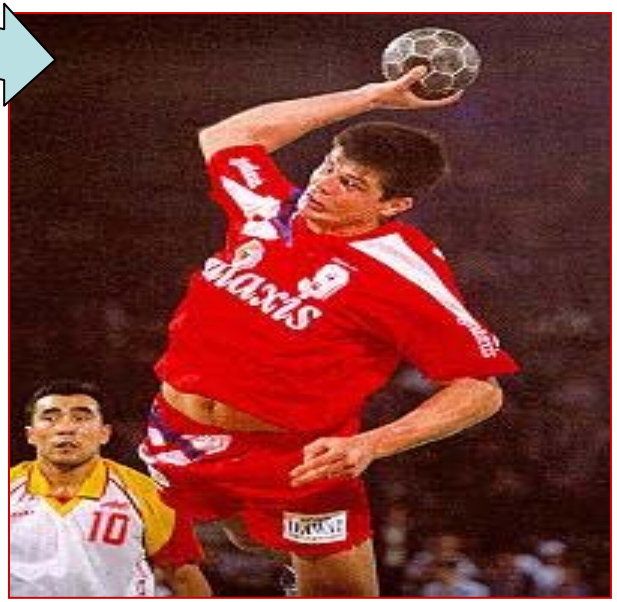

Rendimento
Esporte p/ Saúde
Esporte Lazer / Saúde
AN
Esporte Lazer / Saúde
Alto Nível
Esporte de
Rendimento
Talento
em formação
Esporte de Base
Esporte de Base
Talento
Idade

Concepção Política e Filosófica do SFTE

Visão Integrada



Concepção Política e Filosófica do SFTE



- Fases integradas em uma seqüência pedagógica didática e metodológica que tem como princípio filosófico a integração entre o ensino-aprendizado e o rendimento. **(E-A-T)**
- Direcionadas conforme a idade cronológica, experiência e cultura corporal de movimentos, maturidade biológica, entre outros, sempre com base em princípios éticos.

Estruturas do Sistema de Formação Esportiva

3 - Estrutura Substantiva

- **Capacidades Inerentes ao Rendimento Esportivo:**

Capacidades

- **Psíquicas**
- **Técnica**
- **Sócio-ambiental**
- **Biotipológica**
- **Tática**
- **Física**

Capacidades físicas

CAPACIDADES	DESIGNAÇÃO	CARACTERÍSTICAS
CONDICIONAIS ou MOTORAS	❖ RESISTÊNCIA ❖ FORÇA	**Determinadas fundamentalmente pelos processos energéticos.**
COORDENATIVAS	❖ CONDUÇÃO ❖ ADAPTAÇÃO ❖ APRENDIZAGEM	**Determinadas fundamentalmente pelos processos psicomotores de condução e regulação do movimento.**
MISTAS	❖ VELOCIDADE ❖ FLEXIBILIDADE	**Onde os dois elementos, anteriormente citados, interagem sendo até hoje difícil determinar um nível de predominância**

Estruturas do Sistema de Formação Esportiva

2 - Estrutura Temporal

Contempla e oportuniza todas as possibilidades de desenvolvimento bio-pisco-social e cognitivo do indivíduo, dividindo o processo de E-A-T em fases e níveis de rendimento.

Sistema de Formação Esportiva (SFE)

≠

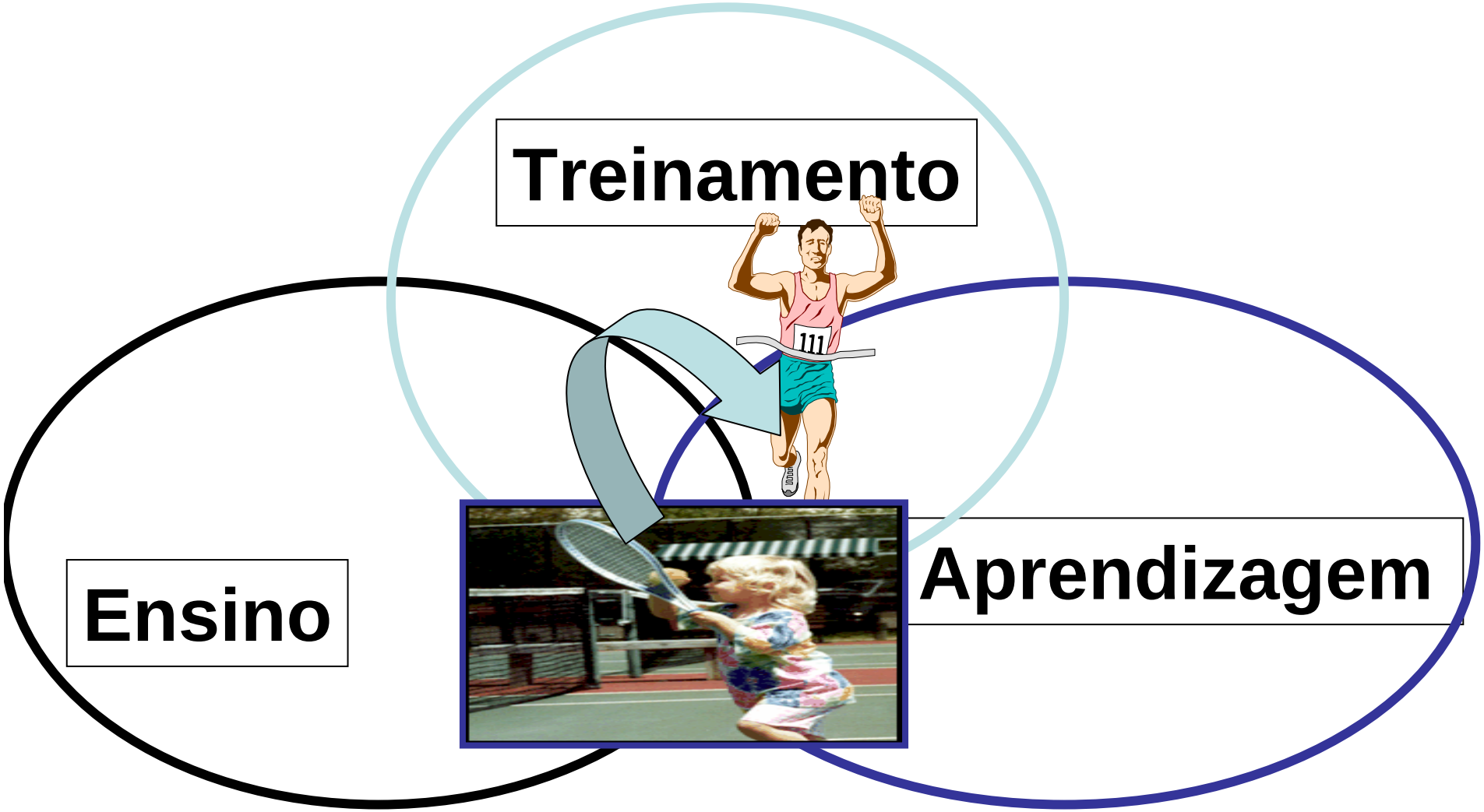
Sistema de Treinamento Esportivo (STE)

S.F.E- Objetivos

- **Oportunizar o desenvol-vimento do potencial do indivíduo em relação ao conjunto de capacidades necessárias as prática esportiva.**
- **Promover a formação humana geral do indivíduo através da prática esportiva consciente.**

S.T.E- Objetivos

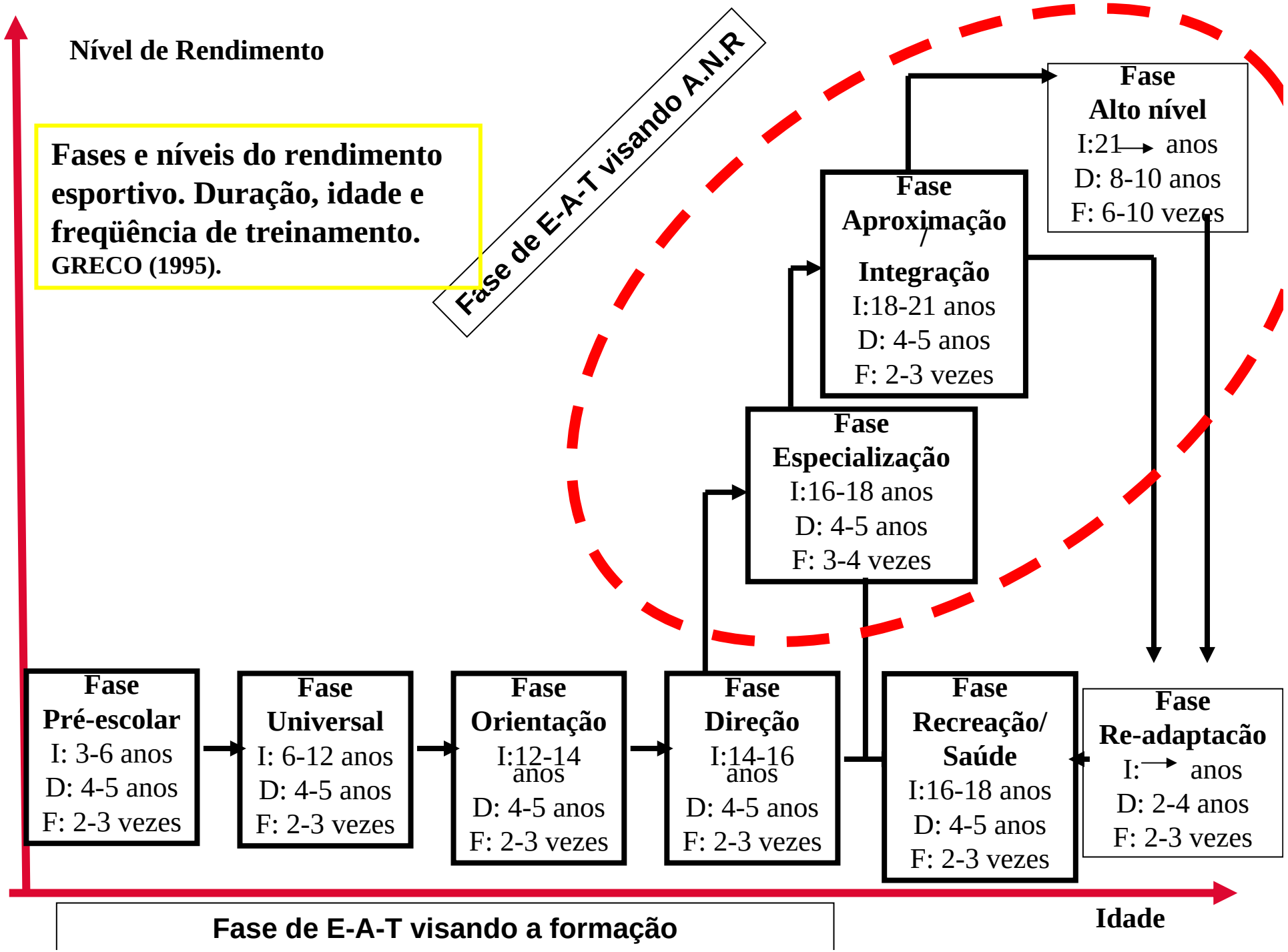
- **Otimizar e maximizar o nível de rendimento esportivo**
- **Otimizar a performance esportiva**
- **Melhorar e otimizar a técnica esportiva**
- **Maximizar as capacidades inerentes ao rendimento esportivo**



O Sistema de Ensino-Aprendizagem-Treinamento Esportivo (EAT)

FORMAS DE APRENDIZAGEM

- **LATENTE ou INCIDENTAL**
- **FORMAL ou INTENCIONAL**


Nível de Rendimento
Fases e níveis do rendimento esportivo. Duração, idade e freqüência de treinamento.
GRECO (1995).
Fase de E-A-T visando A.N.R
Fase Alto nível
I:21→ anos
D: 8-10 anos
F: 6-10 vezes
Fase Aproximação / Integração
I:18-21 anos
D: 4-5 anos
F: 2-3 vezes
Fase Especialização
I:16-18 anos
D: 4-5 anos
F: 3-4 vezes
Fase Pré-escolar
I: 3-6 anos
D: 4-5 anos
F: 2-3 vezes
Fase Universal
I: 6-12 anos
D: 4-5 anos
F: 2-3 vezes
Fase Orientação
I:12-14 anos
D: 4-5 anos
F: 2-3 vezes
Fase Direção
I:14-16 anos
D: 4-5 anos
F: 2-3 vezes
Fase Recreação/ Saúde
I:16-18 anos
D: 4-5 anos
F: 2-3 vezes
Fase Re-adaptacão
I:→ anos
D: 2-4 anos
F: 2-3 vezes
Idade
Fase de E-A-T visando a formação

Sistema de formação e treinamento esportivo

Legenda

I: Idade

D: Duração

F: Frequência

T: Tempo

Fase Pré-Escolar

I: 3-6 anos

D: 4-5 anos

F: 2-3 vezes

T: 30-45’

Fase Universal

I: 6-12 anos

D: 6 anos

F: 2-3 vezes

T: 60’

Sistema de formação e treinamento esportivo

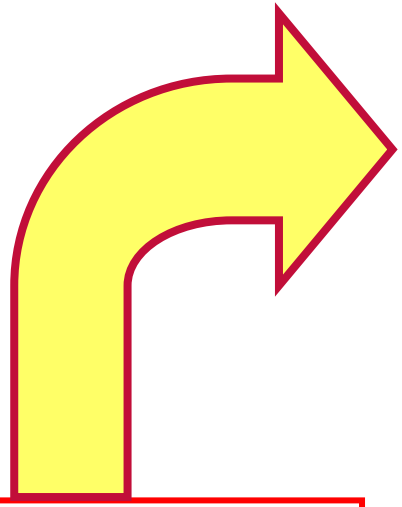
Legenda

I: Idade

D: Duração

F: Frequência

T: Tempo



Fase Orientação

I: 12-14 anos

D: 2-4 anos

F: 2-3 vezes

T: 60 - 90’

Fase Direção

I: 14-16 anos

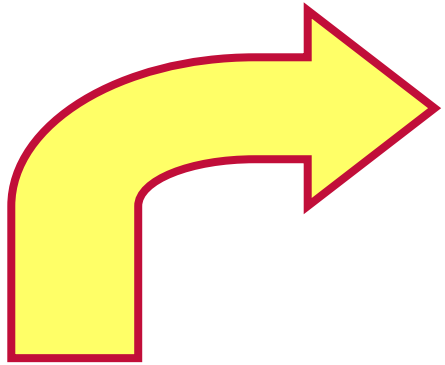
D: 2-4 anos

F: 3-4 vezes

T: 60 - 90’

Sistema de formação e treinamento esportivo

Legenda
I: Idade
D: Duração
F: Frequência
T: Tempo
⇨ sem determinação



Fase Readaptação

I: ⇨ anos
D: 2 a 5 anos
F: 3 vezes
T: ⇨

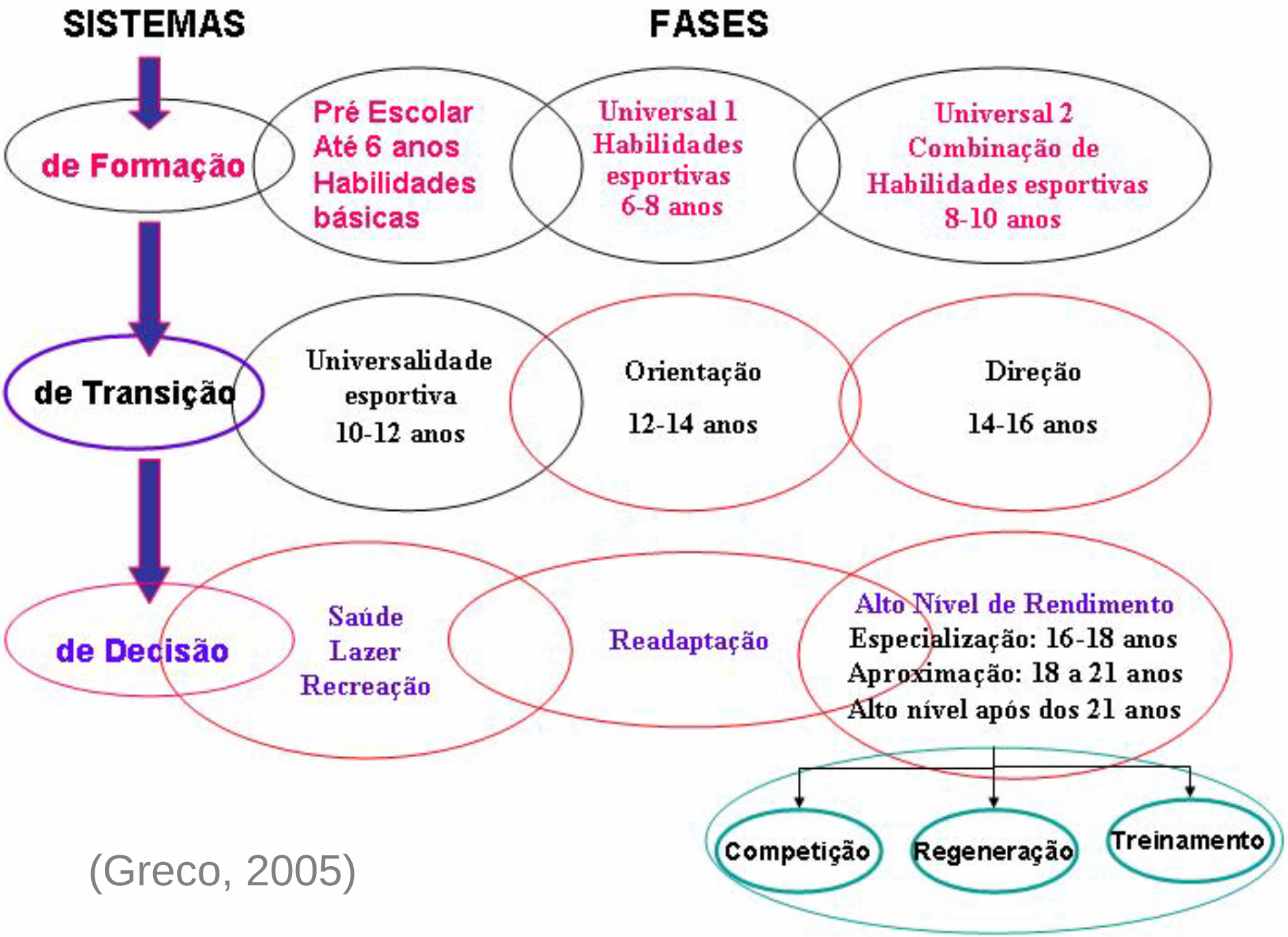
Fase
Recreação / Saúde

I: 16 anos
D: ⇨
F: 3 vezes
T: 45 -90’

Sistema de formação e treinamento esportivo

Fase **Especialização**	Fase **Aproximação**	Fase **Alto Nível**
I: 16-18 anos	I: 18-21 anos	I: 21 ⇨ anos
D: 4-5 anos	D: 4-5 anos	D: 8-10 anos
F: 3- 4 vezes	F: 4-6 vezes	F: 6 -10 vezes
T: 60 - 90’	T: 60 - 120’	T: ⇨conforme objetivo

Legenda: I: Idade; D: Duração; F: Frequência; T: Tempo; ⇨ sem determinação


SISTEMAS
FASES
de Formação
Pré Escolar
Até 6 anos
Habilidades básicas
Universal 1
Habilidades esportivas
6-8 anos
Universal 2
Combinação de Habilidades esportivas
8-10 anos
de Transição
Universalidade esportiva
10-12 anos
Orientação
12-14 anos
Direção
14-16 anos
de Decisão
Saúde
Lazer
Recreação
Readaptação
Alto Nível de Rendimento
Especialização: 16-18 anos
Aproximação: 18 a 21 anos
Alto nível após dos 21 anos
Competição
Regeneração
Treinamento

(Greco, 2005)

E-A-T com Crianças (1/5)

Ensino-Aprendizagem-Treinamento com Crianças

“Deve ser entendido como uma orientação e controle do desenvolvimento das suas capacidades; de acordo com uma quantidade, variada e criativa, de experiências de movimentos em todas as áreas sem a especificidade do esporte, para o qual elas devem ser preparadas.

E-A-T com Crianças (2/5)

Ensino-Aprendizagem-Treinamento com Crianças

- **Através de formas jogadas e jogos deverão ser incorporadas experiências motoras, que permitem uma integração e cooperação de técnicas para todos os esportes" (Oerter, R.1982).**

E-A-T com Crianças (4/5)

Ensino-Aprendizagem-Treinamento com Crianças

O objetivo não deve ser o rápido rendimento, o qual geralmente, tem uma curta duração, pois logo aparece uma saturação do esporte". (Martin, D. 1981).

Objetivo do E-A-T com Crianças (3/5)

Ensino-Aprendizagem-Treinamento com Crianças

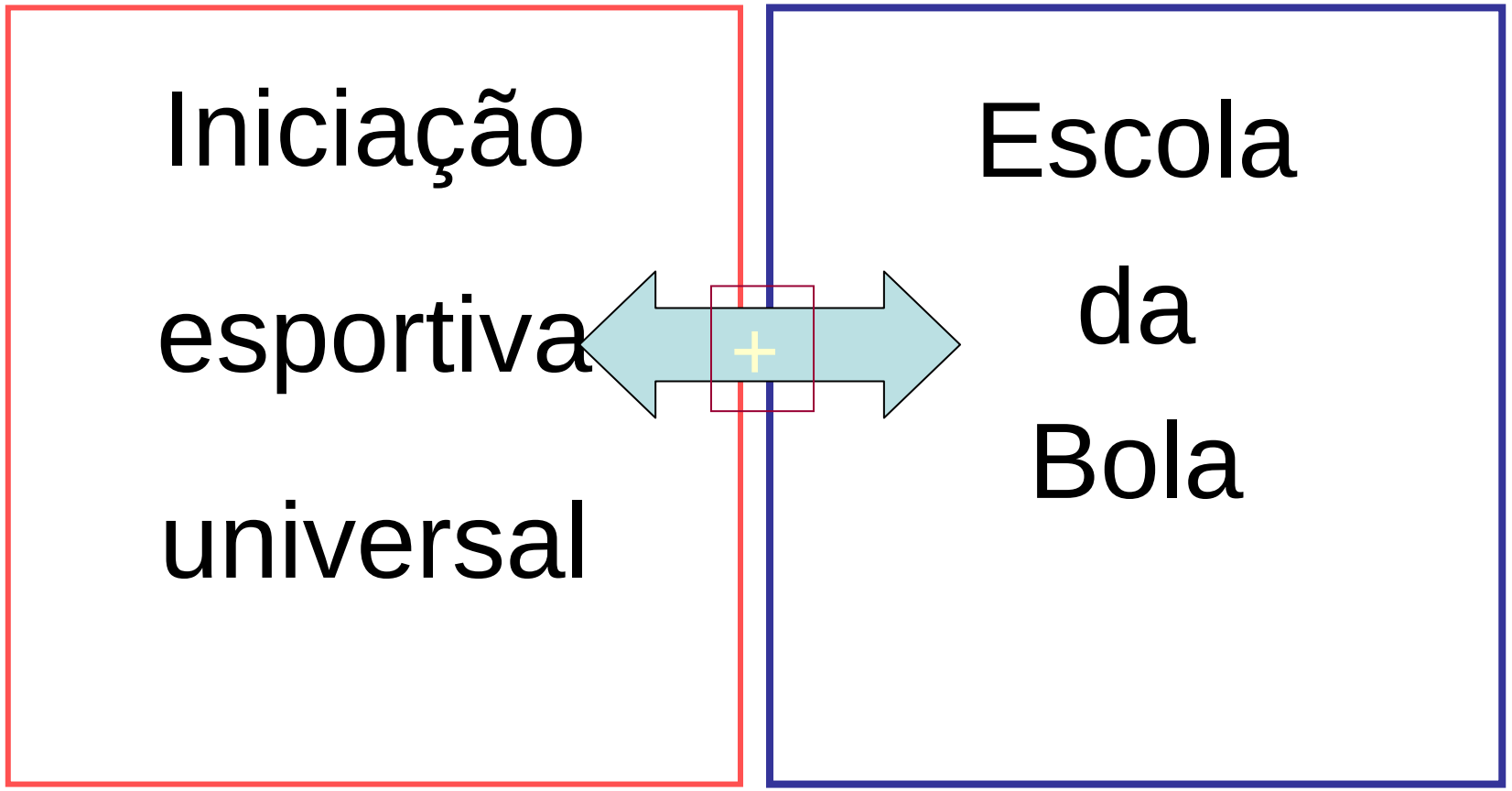
O objetivo principal é a expansão de todas as capacidades motoras em uma base ampla que sirva de reserva, para facilitar, futuramente, o aprendizado de técnicas específicas.

E-A-T com Crianças (5/5)

Ensino-Aprendizagem-Treinamento com Crianças

"**Treinamento com crianças é treinamento de formação, preparação para alto nível, e não treinamento de alto nível. O treinamento de formação é necessário quando uma cultura julga o esporte de alto nível, para adultos como um aspecto importante no seu contexto. Então, só então, pode-se começar um longo caminho até o produto final, com a formação das crianças e adolescentes**". (Oerter, R. 1982)

Proposta para o E-A-T dos jogos esportivos coletivos: na escola, no esporte escolar, nas escolinhas esportivas, nos clubes, etc.



O Ensino dos JEC: nas EEF, escolas e clubes

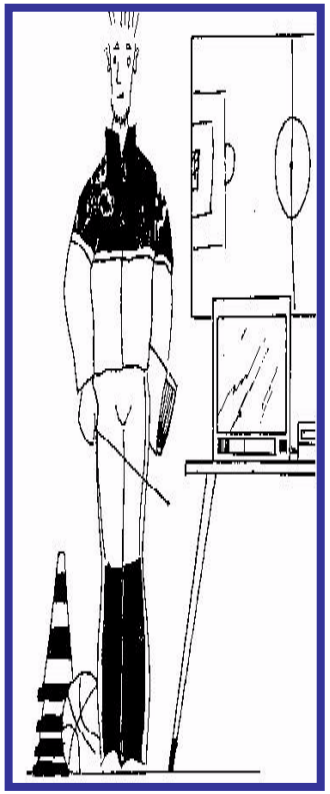
Métodos tradicionais

Técnicas de movimento

Método parcial e misto

Decompõe os elementos a ensinar

Decomposição do jogo iniciando com as técnicas



Métodos situacionais

“Jogo se aprende jogando”

Transferência de informações

Situações vividas - saber adaptado -

Atividades com Situações de Jogo

Metodologias de Ensino dos Jogos Esportivos Coletivos

Métodos

Tradicionais X **Ativos**

Decompõe os elementos a ensinar

Situações vividas - saber adaptado -

- Literatura –

Formas Jogadas com Características do Jogo

Algumas das “Novas Metodologias”

“Continuam a desconsiderar o contexto geral do jogo”

„ Do geral ao específico“

„Deve-se alertar sobre os perigos de uma especialização precoce. Ela pode conduzir as crianças a uma limitação da criatividade e a formação de estereotipos no jogo.“

(Ejem, 1981)

A solução:
Conceito Filosófico

„ Do geral ao específico“

Jackson Richardson (Jogador Handebol França)

„ … Eu comecei na reunião com os amigos. Não tínhamos interesse em ser esportistas, ou de ser atletas de uma modalidade, ou de aprender alguma coisa. Eu simplesmente queria me divertir, provar, experimentar fazer de tudo. No meu pequeno povoado as crianças jogavam na rua, na praia, em qualquer lugar e simplesmente jogávamos...“

A solução:
Conceito Filosófico

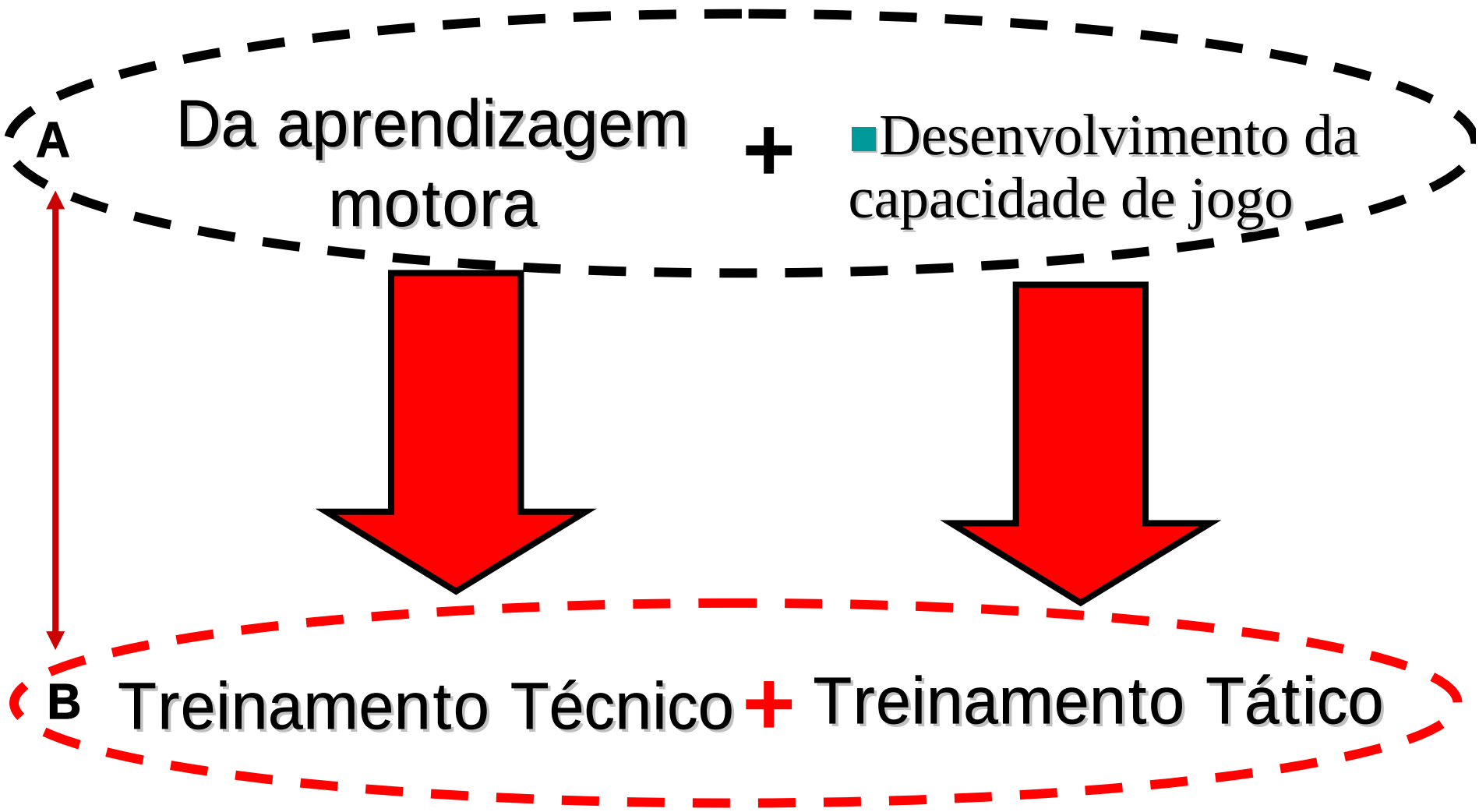
„Do geral ao específico“

„Quem dispõe de uma plataforma ampla de experiências, de emoções de percepções, pode recorrer e procurar em um grande reservatório criativo ...“

(Ernst Pöppel, SPIEGEL 5/2000)

A solução:
Conceito Filosófico

Processo de ensino-aprendizagem treinamento dos JEC



Da iniciação (escola) ao alto nível de rendimento

Da aprendizagem motora ao treinamento técnico

Novos caminhos
Novas metodologias

a)Treinamento da coordenação

(6-8: 1 elemento)

(8-10: 2 elementos)

(10-12: 3 elementos + esp)

b) Treinamento das habilidades

Da iniciação (escola) ao alto nível de rendimento

Do desenvolvimento da capacidade de jogo

Novos caminhos
Novas metodologias

a) Capacidades táticas básicas (6-10 anos)

b) jogos situacionais / estruturas funcionais (8-...)

c) Jogos p. desenvolver a inteligência tática (8...)

Iniciação Esportiva Universal + Escola da Bola = **SFE**

Da iniciação (escola) ao alto nível de rendimento

Treinamento técnico

Treinamento tático

a) Integrados

b) Em relação a conteúdos

c) Em relação a metodologia

a partir dos 12- 14 anos

Sistema de Treinamento Esportivo (STE)