

QUANTAS CRIANÇAS E JOVENS CUSTA A CULTURA DA VITÓRIA ?

Queres Jogar

Queres Jogar?

2 contra 2, balizas pequenas.

Muda aos 5 e acaba aos 10.

Equilibramos as equipas.

O João é meu, o Pedro é teu.

Eu sou o Figo!

Eu o Rui Costa!

Eu fico o Simão!

E eu o Sérgio Conceição!

Bola ao ar.

O jogo vai começar!

(LS)

Urge perceber, que a competição dos mais novos deve ser estruturada e organizada, como mais um momento pedagógico, gerador e avaliador de desenvolvimento.

Torna-se urgente, que a nossa cultura desportiva, no que concerne à competição dos mais jovens, não traga apenas a público a valorização dos que ganham jogos ou competições, centrando apenas nesse factor, a capacidade e desempenho de quem gere e orienta a prática desportiva assim como dos praticantes.

Acreditamos, que esta é sem dúvida uma análise redutora e geradora, afirmamos mesmo, desviante dos mais altos valores que devem guiar a prática desportiva das crianças e jovens.

É imperioso formar e repetir as linhas orientadoras, que muitos conhecem mas teimam em ignorar, que a formação desportiva das crianças e jovens deve em primeiro lugar colocar ênfase nos processos de desenvolvimento, promovendo uma prática desportiva sustentada, que produza indicadores, que possam garantir uma maior capacidade de desempenho desportivo ao mais alto nível, assim como uma maior longevidade e estabilidade nesse trajecto.

Importa clarificar, que os pressupostos que defendemos para as competições dos mais jovens, não pretendem renegar o resultado desportivo, entendemos é que vai mais além, pretende que a competição, seja um espaço de motivação, de concretização de objectivos pessoais, devidamente orientado e enquadrado e que possa ao mesmo tempo revelar-se como um espaço de divertimento e bem estar das crianças e jovens, sem que a exigência e seriedade deixem de estar presentes, não se reduzindo a competição apenas ao imediatismo da vitória ou da derrota.

Estamos de acordo que muito tem sido realizado nos últimos tempos, no que se refere, principalmente à consciencialização dos vários segmentos que interferem na prática desportiva juvenil, no sentido de os dotar de conhecimentos e instrumentos de intervenção, para que o resultado do seu trabalho seja traduzido na prática em mais e melhor formação dos praticantes. Os indicadores apesar de motivadores, estão longe de se poder concluir que esta é uma tarefa bem sucedida, o caminho é longo e sinuoso, pois estamos em crer que o “ Modelo” existente entre nós, assenta mais numa dinâmica dos

interesses, do que propriamente, num modelo consistente do ponto de vista do desenvolvimento desportivo.

Aos responsáveis compete estruturar formas adaptadas de modo a criar etapas sucessivas de um processo de desenvolvimento centrado no jovem praticante onde todos possam expressar as suas capacidades e desenvolver a sua personalidade. O mesmo será dizer que as competições dos nossos jovens praticantes devem estar providas de um conceito pedagógico que permitirá aos mais aptos a sua evolução, mas que ao mesmo tempo cria oportunidades aos menos aptos de aprender e desenvolver as competências necessárias à prática desportiva.

A formação desportiva de um atleta, qualquer que seja a sua modalidade tem obrigatoriamente que ser entendida com uma actividade educativa realizada por etapas e concretizada a longo prazo.

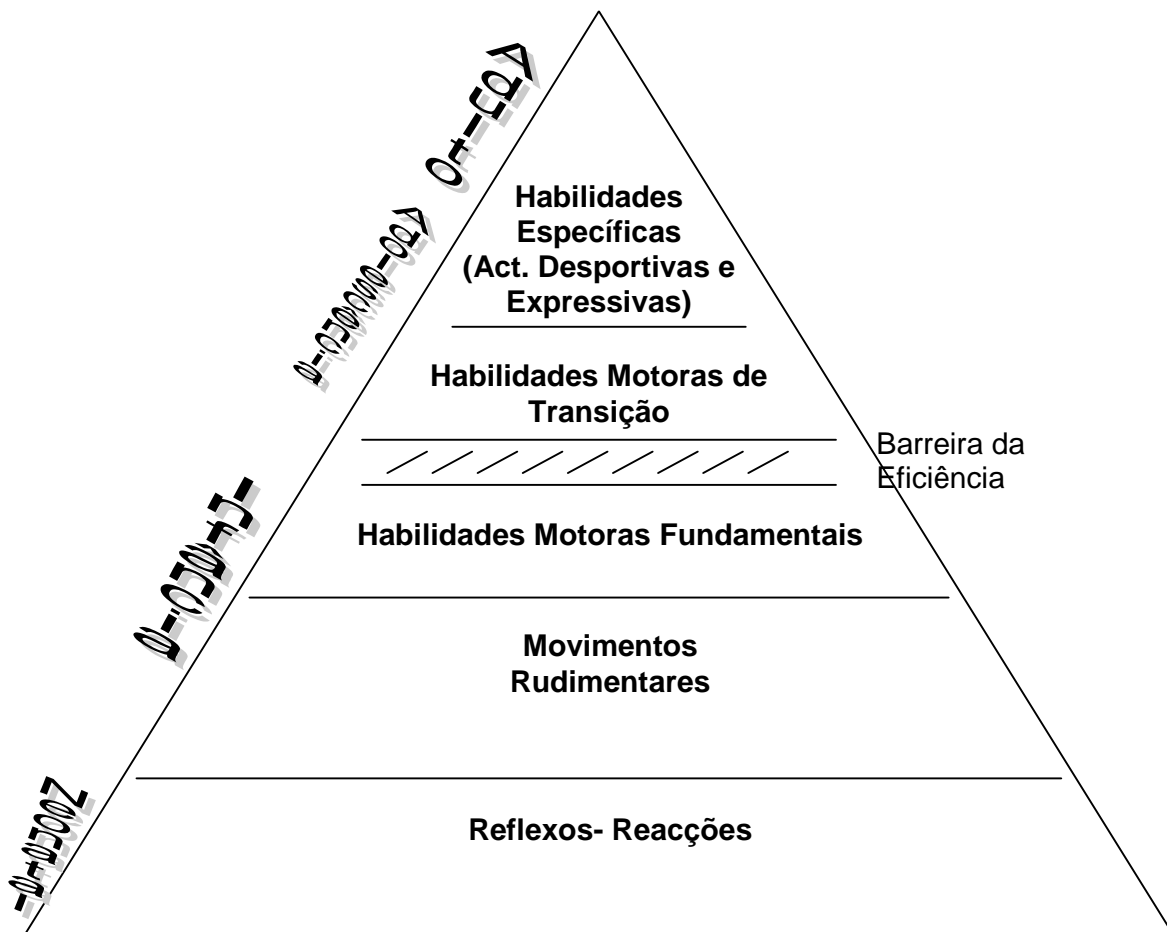


Figura 1. Fases de Desenvolvimento dos "Skills", Adaptação do Modelo de Seefeldt (1980) e Modelo de Gallahue (1982). (Adaptado de Neto, 2002)

Krebs (1992)	Bompa (1995)	Gallahue & Ozmun (1995)
Estimulação Motora	Fase Generalizada Iniciação	Mov. Rudimentares Mov. Fundamentais
Aprendizagem Motora	Fase Generalizada Formação Atlética	Mov. Especializados Transição/Aplicação
Prática Motora	Fase Especializada Especialização	Mov. Especializados Utilização ao longo da vida
Especialização Motora	Fase Especializada Alto Rendimento	Mov. Especializados Utilização ao longo da vida

Figura 2. Fases de Desenvolvimento do Atleta, baseado em vários autores (Adaptado de Neto, 2002)

Outra forma de encarar este processo traz consigo danos irreparáveis quer de natureza fisiológica, anatómica ou mesmo psicológica, na medida em que não respeita as capacidades e grau de maturação dos praticantes.

Filosofia de Treino	
Especialização Precoce	Programa Multilateral
Melhores Resultados aos 15-16 anos causada por uma rápida adaptação	Progresso mais lento da performance
Inconstância do desempenho nas competições	Melhores desempenhos aos 18 anos e em idades maiores, ou seja, nas idades em que se atinge a maturidade fisiológica e psicológica
Cerca dos 18 anos, muitos praticantes estão esgotados e abandonam a prática da modalidade	Manutenção dos níveis de performance nas competições
Risco de lesões por causa da adaptação forçada	Vida desportiva muito mais longa
Risco de Lesões por causa da adaptação forçada	Poucas lesões

Figura 3. Comparação Entre a Especialização Precoce e o Desenvolvimento Multilateral (Adaptado de Bompa, 1999)

Importa então realçar que o treino e a competição devem estar devidamente adaptados ao nível etário, para podermos em consciência ecoar que a prática desportiva é ela mesma educativa e geradora de desenvolvimento.

INICIAÇÃO
1. Aplicação das Habilidades Genéricas no Jogo
2. Início no Trabalho, das Habilidades Específicas
3. Trabalho Colectivo Básico
DESENVOLVIMENTO
4. Desenvolvimento Genérico
5. Desenvolvimento Específico
APERFEIÇOAMENTO
6. Especialização
7. Polivalência

Figura 4. Fases de Formação (Adaptado de Giménez & Viera, 2000)

A cultura da vitória no desporto infantil causa diariamente danos muitos deles irreversíveis nos mais jovens praticantes, os tentáculos deste polvo envolvem também a qualidade da formação nos clubes cujo o desenvolvimento dos seus “talentos” fica condicionado de forma negativa, independentemente do escalão etário.

Segundo um artigo do jornal “El País”, publicado na sua edição de 5 de Setembro de 2000, um estudo realizado nos finais dos anos 90, revelou que dos 20 milhões de jovens americanos que participam em provas desportivas organizadas, 14 milhões abandonam essa prática antes de completarem 13 anos. O abandono precoce, segundo o mesmo estudo, deve-se a que o jogo, inicialmente concebido como entretenimento partilhado com os amigos, se tenha convertido gradualmente ao longo dos anos numa experiência amarga, devido à presença dos pais e também das muitas e elevadas exigências dos

treinadores, cujo o objectivo era conseguir através de muitas vitórias, o prestígio necessário para obter um trabalho melhor remunerado em equipas de adultos.

Em 1992, ano olímpico, Neil Postman, catedrático de Sociologia da Universidade de New York, afirmou no seu livro “ O Desaparecimento da Infância”, que a sociedade moderna não diferencia os gostos das crianças dos adultos: “ Comem a mesma comida, vêm diariamente os mesmos programas de televisão, cometem os mesmos crimes, tomam álcool e drogas...”

Segundo Postman, vivemos numa época em que a sociedade não distingue claramente o mundo das crianças dos adultos, o que se torna extremamente perigoso, “ a criança deve descobrir os mistérios da vida adulta muito lentamente e de um modo psicologicamente aceitável. Se descobre demasiado cedo que os seus pais não são perfeitos, que os seus professores não sabem tudo, e que no mundo existem seres humanos que matam ou roubam frequentemente, a criança cresce para converter-se num adulto débil”.

Também a actual organização desportiva não distingue claramente a prática desportiva de crianças e jovens da dos adultos. Pouco se ganha, mas certamente muito se perde, quando crianças e jovens participam em competições formais, organizadas à imagem e semelhança dos adultos, onde semanalmente são submetidas a uma rotina muitas vezes estereotipada visando apenas o êxito rápido , descurando componentes decisivas para o seu Desenvolvimento Multilateral.

De uma vez por todas, professores, treinadores e todos que de uma forma ou de outra têm responsabilidades na prática desportiva de crianças e jovens, vamos ser responsáveis para que essa actividade se desenvolva da forma mais educativa possível:

- Que resulte numa prática com caracter aberto, dirigido a todos aqueles que queiram participar, evitando discriminações por razão de capacidade, sexo ou outras;
- Que resulte numa prática com objectivos globais, que não só os motores, de forma a contribuirmos para que se entenda o desporto como parte integrante de uma educação global;
- Que resulte numa prática que ultrapasse a excessiva importância que se atribui aos resultados, procurando outros aspectos importantes que o

desporto pode oferecer e que possam ser úteis e educativos na formação das crianças e jovens.

Apresentamos uma concepção de ensino/aprendizagem, para o ensino do Futebol da autoria de Horst Wein, onde o autor, apresenta uma progressão (simples para o complexo), que visa ajudar a melhorar as capacidades e habilidades das crianças e jovens, adaptando as situações lúdico- motrizes às suas capacidades psicoevolutivas.

Jogos de Habilidades e Capacidades Básicas
Jogos de Mini – Futebol (3x3, 4x4)
Jogo de Futebol 7
Jogo de Futebol 7 e 8
Jogo Formal

Figura 5. Progressão para o Ensino do Futebol (Adaptado Horst Wein, 1995)

Para este autor, a criança, fracassará não só ao nível físico mas também mental, sempre que o ensino não se processe de forma progressiva e paulatina. A criança terá menos possibilidades de melhorar se é confrontada com situações demasiado difíceis, como pode ser a prática de um jogo formal, onde a quantidade de jogadores, a falta de espaço, a complexidade das regras entre outras características se podem tornar um obstáculo complexo ao seu desenvolvimento.

Para terminar importa reforçar a ideia que a competição, deve ser um meio de desenvolvimento para os mais jovens durante as primeiras etapas de formação. Deve-se desenrolar sempre como um meio de motivação e aprendizagem, e não como um objectivo final. O mesmo será dizer que a competição deve incidir como um factor de melhoria do processo de ensino – aprendizagem e nunca na procura de resultados a curto prazo.

No quadro 6, apresentamos uma série de princípios básicos que em nosso entender devem marcar presença no modelo competitivo de crianças e jovens.

PRINCÍPIOS BÁSICOS PARA A ELABORAÇÃO DE UM MODELO DE COMPETIÇÃO NO DESPORTO INFANTIL E JUVENIL
Favorecer o Jogo Limpo
Manter a segurança dos praticantes
Regras adequadas ao nível dos praticantes (tempo de jogo, períodos de descanso, tempo de posse de bola...)
Espaço de jogo adequado ao nível dos praticantes
Número de jogadores adequado ao nível dos praticantes
Tamanho e peso da bola adaptado ao nível dos praticantes
Dimensões dos alvos adaptadas ao nível dos praticantes
Permitir a utilização de todos os jogadores
O árbitro como complemento da formação
Favorecer em primeira instância o colectivo antes da individualidade
A competição deve ser distribuída por toda a época, mas permitindo pausas que possibilitem o reforço da aprendizagem
A competição deve estar estruturada de forma a promover condições de equilíbrio entre os praticantes

Figura 6. Princípios básicos para a elaboração de um modelo de competição no desporto infantil e juvenil

DIREITOS DOS JOVENS JOGADORES
O direito ao prazer no treino e na competição, com alargada variedade de actividades que o vão distrair e facilitar a

aprendizagem.
O direito de jogar como um jovem e não ser tratado dentro e fora do campo como um adulto.
O direito de participar em competições com regras simplificadas, adaptadas às suas aptidões e capacidades em cada etapa da sua evolução.
O direito de jogar em condições seguras.
O direito de participar em todos os aspectos do jogo.
O direito de ser treinado por treinadores experimentados, competentes.
O direito de aprender a resolver a maior parte dos problemas que surgem durante o treino.
O direito de ser tratado com dignidade pelo seu treinador, companheiros e adversários.
O direito de jogar com jovens da sua idade e com as mesmas chances de ganhar.
O direito de não vir a ser um campeão

Figura 7. Direitos dos jovens jogadores (Adaptado de Horst Wein, 1995)

Proposta de um Modelo de Competição para Jovens Hoquistas

3:3 Com Guarda-Redes

Complexidade da Forma : Gr + Ataque x Defesa + Gr;

Número: GR + 3 x 3 + GR;

Espaço: As balizas são colocadas na linha superior da grande área;

Tempo: Dois períodos de 7.5` com 3` de descanso entre os períodos;

Regras: As oficiais do Circuito Nacional 3x3 de Hóquei em Patins.

*A opção por esta situação de jogo reduzido , visa manter a lógica do jogo colectivo, pois permite a existência de um portador da bola e a criação de duas potenciais linhas de passe, o que permitir escolhas múltiplas e a preservação da noção do jogo sem bola

Marcação de Livres Directos

Cada equipa tem direito à marcação de 2 livres directos, por jogador;

Cada guarda-redes (2 por equipa), terá obrigatoriamente que defender metade do número total de livres directos executados;

O gesto técnico obrigatório para a execução do livre directo é a condução da bola

Pontuará a equipa, que mais golos obtiver.

Marcação de Grandes Penalidades

Cada equipa tem direito à marcação de 2 grandes penalidades, por jogador;

Cada guarda-redes(2 por equipa), terá obrigatoriamente que defender metade do número total das grandes penalidades executadas;

O gesto técnico obrigatório para a execução da grande penalidade é o remate directo;

Pontuará a equipa, que mais golos obtiver.

Corrida de Destreza Realizada com Setique

Todos os atletas sem excepção participam nesta prova;

A prova realiza-se de forma individual com partida alternada de 1 atleta de cada equipa;

No final serão contabilizados os tempos individuais e as penalizações (em tempo) obtidas por cada atleta;
Pontuará a equipa que realizou a prova em menos tempo (somatório de todos os tempos individuais).

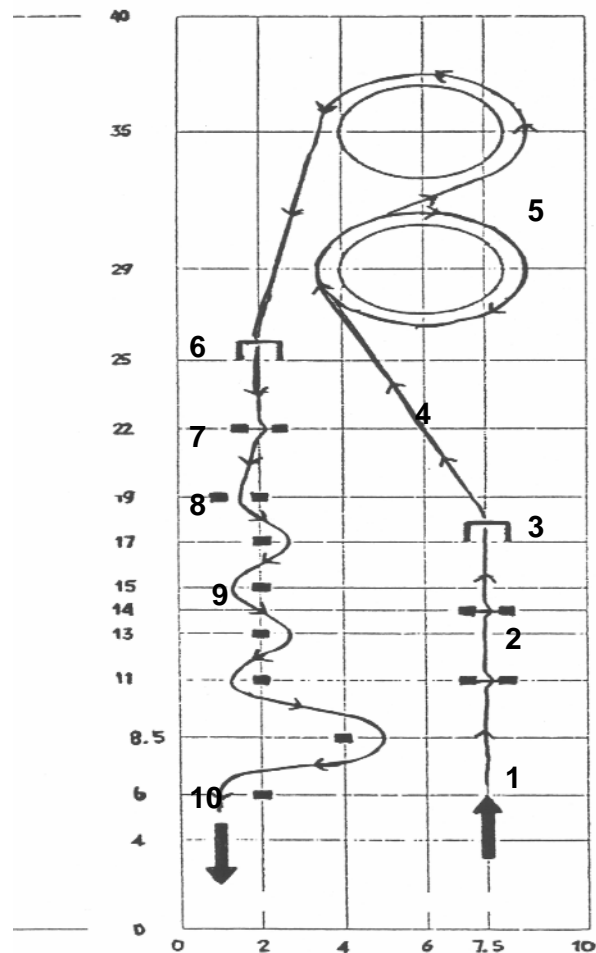


Figura 8. Percurso de Destreza (Adaptado Comissão Técnica de Corridas em Patins, FPP)

- 1- Patinagem rectilínea frente
- 2- Salto em altura (15 cm) de um patim para outro. dir./ esq. , esq. / dir.
- 3- Agachar e levantar, com passagem por baixo de uma barreira
- 4- Patinagem rectilínea frente
- 5- Curva com cruzamento de pernas à esquerda, seguido de cruzamento à direita

- 6- Agachar e levantar, com passagem por baixo de uma barreira (85 cm)
- 7- Salto em altura (15 cm) de um patim para outro (sem definição do pé de entrada)
- 8- União dos patins com passagem pelo meio dos obstáculos
- 9- Slalom
- 10- Travagem Lateral

Percurso de Habilidades

Todos os atletas sem exceção participam nesta prova;

A prova realiza-se de forma individual, com partida alternada de 1 atleta de cada equipa;

No final serão contabilizados os tempos individuais e as penalizações (em tempo) obtidas por cada atleta;

Dos tempos obtidos pelos guarda-redes, será contabilizado o melhor tempo obtido em cada equipa;

Pontuará a equipa que realizou a prova em menos tempo (somatório de todos os tempos individuais).

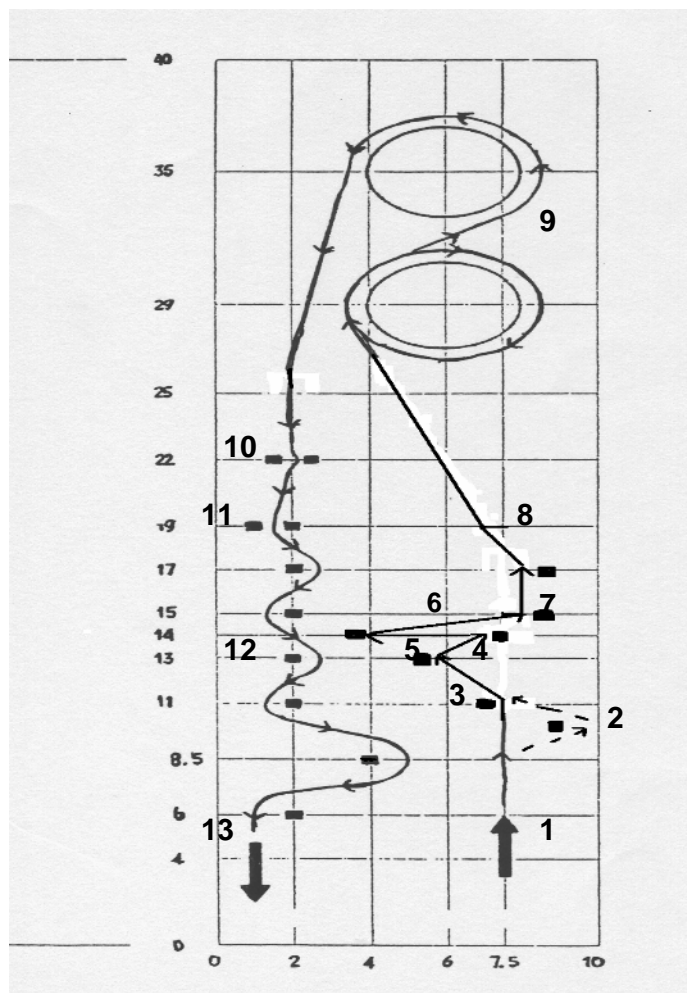


Figura 9. Percurso de Habilidades

1. Patinagem Rectilínea frente
2. Passe à tabela com recepção da bola à frente do obstáculo
3. Deslocação à frente sem levantar as rodas do chão
4. Meia volta seguida de travagem para trás em tacões e arranque frontal
5. Travagem lateral esquerda seguida de arranque frontal
6. Travagem lateral direita seguida de arranque frontal

7. Meia volta seguida de patinagem para trás com cruzamento de pernas, seguida de meia-volta
8. Patinagem Rectilínea frente
9. Curva com cruzamento de pernas à esquerda, seguido de cruzamento à direita
10. Salto em altura (15 cm) de um patim para outro (sem definição do pé de entrada, bola passa por baixo do obstáculo)
11. União dos patins com passagem pelo meio dos obstáculos
12. Slalom
13. Travagem Convergente

Bibliografia

Adelino, J. Vieira, J. Coelho , O. Treino de Jovens, “O que todos precisam de saber”. Centro de Estudos e Formação Desportiva. Lisboa. (1999).

Comissão Técnica de Corridas em Patins. “ Destreza”. Federação Portuguesa de Patinagem. Lisboa. (1998).

Guerra, F. Viera, E. (2001). “La enseñanza del deporte durante la fase de iniciación deportiva”. Revista Digital Efdesporte.
<http://www.efdeportes.com/efd31/id.htm>.

Lima, T. (1989). Educação Física e Desporto- Temas e Reflexões. Lisboa. Livros Horizonte.

Mitjana, J.C. “ Nuevo Reglamento de Minibasket”. Clinic, Pág. 14 e 15.

Neto, C. O Jovem e o Desporto. Mestrado em Treino de Alto Rendimento, Faculdade de Motricidade Humana. Cruz Quebrada. (2002).

Seminário Internacional Treino de Jovens. Comunicações. Centro de Estudos e Formação Desportiva. Lisboa. (1998).

Seminário Internacional Treino de Jovens, “ Os caminhos do sucesso”. Comunicações .Centro de Estudos e Formação Desportiva. Lisboa. (1999).

Wein, H.(2001). “Hacen falta competiciones más formativas en el deporte base”. Revista Digital Efdesportes. <http://www.efdeportes.com/efd34/format.htm>.

Wein, H.(2002). “ Qué es más importante en el fútbol de los niños y jóvenes, buscar la victoria o una óptima formación del joven talento?”. Revista Digital Efdesportes. <http://www.efdeportes.com/efd45/form.htm>.

Wein, H. “Desenvolvimento natural do jovem jogador “. http://membros.lycos.fr/entraîneurdefoot/mon_site/porhorst.html