

**A RELAÇÃO ENTRE O DESENVOLVIMENTO DE ADOLESCENTES
RELACIONADO AO ESPORTE COLETIVO****Paulo Eduardo Medawar Raschka¹,
Gustavo de Conti Teixeira Costa¹****RESUMO**

O objetivo do presente estudo foi verificar a relação da prática de esportes coletivos com desenvolvimento cognitivo, sócio-afetivo e a aptidão física de atletas adolescentes. A fase da adolescência, compreendida entre os 10 e 19 anos de idade, é permeada por profundas mudanças biológicas, psicológicas e sociais. Sabe-se que 14% dos adolescentes brasileiros praticam esportes, mas as opções de lazer sedentário têm crescido consideravelmente. Os jogos praticados nas sociedades atuais apresentam elementos comuns em sua estrutura e com o passar dos tempos esses jogos foram deixando de ser uma atividade lúdica para se tornar atividade profissional. A prática do esporte na infância e adolescência pode acarretar benefícios à saúde que se estendem até a fase adulta. Além disso, durante o jogo existem comportamentos e ações que conferem aos desportos coletivos características únicas, alicerçadas na inteligência e capacidade de decisão, bem como relações de cooperação entre os companheiros da mesma equipe e de oposição entre as equipes adversárias. Neste estudo verificou-se que a prática do esporte coletivo, mostrou-se importante para o desenvolvimento cognitivo e sócio-afetivo de atletas adolescentes quando trabalhada de maneira adequada pelos profissionais.

Palavras-chave: Adolescentes. Esporte Coletivo. Cognitivo. Desenvolvimento Sócio-Afetivo.

1 - Programa de Pós-Graduação Lato-Sensu da Universidade Gama Filho - Pedagogia de Esporte e Treinamento dos Jogos Desportivos Coletivos

ABSTRACT

The relationship between adolescent development related to collective sport

The aim of this study was to investigate the relationship of sports groups with cognitive development, socio-emotional and physical fitness in adolescent athletes. The stage of adolescence, between 10 and 19 years old, is permeated by profound biological changes, psychological and social. It is known that 14% of Brazilian adolescents participating in sports, but the sedentary leisure options have grown considerably. The games played in modern societies have common elements in their structure and with the passage of time these games were no longer a leisure activity to become a professional activity. The practice of sport in childhood and adolescence can lead to health benefits that extend into adulthood. Moreover, during the game there are behaviors and actions that give collective sports unique features, built on intelligence and decision and cooperative relations between the team-mates and opposition between the opposing teams. In this study it was found that the practice of team sport, proved to be important for cognitive development and socio-emotional teenagers when athletes worked properly by professionals.

Key words: Adolescents. Team sports. Cognitive. Socio-affective.

E-mail:
pemr86@yahoo.com.br
conti02@hotmail.com

Endereço para correspondência:
Rua Desembargador Júlio Guimarães, 266
Vila Brasilina - São Paulo - SP
04158-060

INTRODUÇÃO

Esse estudo pretende mostrar o que ocorre nos adolescentes quando praticam esporte, principalmente aqueles coletivos, tanto com mudanças internas ou externas. Ele traz alguns itens, do ponto de vista que o autor considera importante, tais como as mudanças causadas pelo desporto coletivo quando praticado pelo adolescente, sendo estas fisiológicas, cognitivas, neuromotoras e sócio afetivas.

No âmbito acadêmico e prático, discute-se a iniciação no esporte, bem como a especialização precoce, uma vez que em alguns esportes individuais esta inicialização mostra-se necessária (Nunomura, Carrara e Tsukamoto, 2010), enquanto que em esportes coletivos pode gerar o abandono precoce da prática esportiva (Oliveira, Arruda e Lopes, 2007).

A iniciação esportiva deve levar em consonância a metodologia do treinamento e as especificações da modalidade (Menezes, Souza e Braga, 2011).

Souza e Duarte (2005) trazem estudos na área da atividade relacionada à saúde que apontam o estilo de vida como um dos mais importantes indicadores de saúde da população. Na adolescência esses aspectos sempre assumem um papel fundamental, pois é nesse período onde se adquire massa muscular, massa óssea, estatura e peso, em maior intensidade.

A prática do esporte coletivo propicia ao jovem situações de sociabilização, tendo em vista o convívio com adversários e companheiros da própria equipe. Contudo, professores ou treinadores, que usam de maneira inadequada os métodos de aprendizagem, podem distorcer a prática e prejudicar os aspectos sociais, cognitivos e motores.

Com relação ao desenvolvimento cognitivo, autores, como Campos, Ladewig e Coelho (2001) e Ramos e Santos (2005), procuram se centrar na relação da capacidade de decisão que os jovens jogadores possuem de acordo com a posição que atuam e a diferença comparada a jovens não esportistas. No desenvolvimento motor, os professores devem considerar os aspectos de crescimento físico e as idades cronológica e biológica para alcançar níveis elevados de treinamento e desempenho à longo prazo.

Da parte da aptidão física, Guedes e Colaboradores (2002) procuram mostrar a evolução dos jovens atletas com relação à flexibilidade, a melhora da potência aeróbica e da agilidade, mudanças necessárias e fundamentais para a prática do desporto coletivo.

O objetivo deste estudo é otimizar a prática das modalidades desportivas através de um melhor entendimento do professor sobre a assimilação e o desenvolvimento reais do jovem atleta.

Esse entendimento possibilita ao professor a identificação dos limites de desenvolvimento dos jovens, bem como o seu nível maturacional, facilitando a organização de uma rotina de treinamento adequada e efetiva.

Com base nesse contexto, o presente estudo irá verificar a relação da prática de esportes coletivos com desenvolvimento cognitivo e sócio-afetivo e a aptidão física de atletas adolescentes.

REVISÃO DE LITERATURA Adolescentes e Puberdade

O ser humano vivência várias etapas em sua trajetória: ovo, embrião, recém-nascido, criança, adolescente, adulto e idoso. Essas passagens são um somatório de três funções básicas inerentes a todo o processo: o crescimento, o desenvolvimento e a maturação (Tourinho e Tourinho Filho, 1998).

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, citado por Silva, Teixeira e Goldberg (2003) a fase da adolescência compreende a faixa etária entre 10 e 19 anos. Tal período é permeado por profundas mudanças biológicas, psicológicas e sociais.

O componente biológico da adolescência é reconhecido como a puberdade e envolve o desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários, o ganho acelerado de estatura e peso e as alterações da composição corporal (Tourinho e Tourinho Filho, 1998).

Além da rapidez com que essas mudanças ocorrem, os fatores genéticos e ambientais exercem influências marcantes sobre o desenvolvimento do adolescente. Como resultado, observam-se variações individuais e entre populações, com relação à idade de início, duração e magnitude dos eventos pubertários (Tourinho e Tourinho Filho, 1998; Silva, Teixeira e Goldberg, 2003;

Ré e Colaboradores, 2005).

Nesse sentido a idade cronológica não é reconhecida como indicador temporal adequado, pois nem sempre é sensível as modificações individuais provocadas pelo processo de maturação.

A puberdade tem no início o que pode ser denominado por pubescência, que é o período mais precoce da adolescência. Durante a pubescência, características sexuais secundárias começam a aparecer, como a maturação dos órgãos sexuais e mudanças no sistema endócrino, iniciando o estirão de crescimento pré-adolescente (Tourinho e Tourinho Filho, 1998).

Tourinho e Tourinho Filho (1998) ainda afirmam que a puberdade não deve ser confundida com a adolescência. O início da adolescência pode coincidir com a puberdade, mas também pode atrasar-se ou adiantar-se em relação a ela no seu desenrolar, já que independe da capacidade reprodutora, sendo uma fase de transição entre a infância e a maturidade. De modo geral, a puberdade tem uma duração de dois anos, e sua seqüência geral de eventos é muito mais previsível do que as datas específicas em que eles ocorrerão. Quando se inicia a segunda década da vida, ocorrem dramáticas mudanças, não somente nas mensurações de crescimento, mas também na maturação sexual.

Segundo Silva, Teixeira e Goldberg (2003), o impulso de crescimento observado na adolescência surge primeiramente no sexo feminino. O primeiro evento nesse sexo é geralmente constituído pelo aparecimento do broto mamário, seguido pelo desenvolvimento dos pêlos pubianos. Nos adolescentes do sexo masculino, o primeiro evento é o aumento do volume testicular seguido pelo aparecimento dos pêlos pubianos e pelo desenvolvimento do pênis.

O crescimento físico é caracterizado pela somatória de fenômenos celulares, biológicos, bioquímicos e morfológicos, cuja interação é efetuada através de um plano predeterminado geneticamente e influenciado pelo meio ambiente (Tourinho e Tourinho Filho, 1998; Silva e Colaboradores, 2004).

De acordo com Silva, Teixeira e Goldberg (2003) as mulheres adolescentes apresentam seu pico máximo de velocidade de crescimento, em média, dois anos antes do que os adolescentes do sexo masculino. Os membros apresentam aceleração anterior à do

tronco, com incrementos nas regiões terminais apendiculares antes daquelas observadas nas regiões proximais. Após tais transformações, o estirão ocorre na região do tronco.

O adolescente e o esporte coletivo

Os desportos atuais são atividades derivadas dos jogos de bola que fazem parte do patrimônio cultural das civilizações mais antigas. Com o passar dos tempos esses jogos foram se alternando deixando de ser uma atividade predominantemente lúdica para se tornar atividade profissional, acompanhando a tendência das sociedades modernas industriais.

Para Ramos e Santos (2005) os jogos praticados nas sociedades atuais apresentam elementos comuns em sua estrutura. A bola, terreno de jogo demarcado, uma alvo a atacar ou a defender, parceiros, adversários e um conjunto de regras permite que determinados jogos sejam classificados de jogos desportivos coletivos.

Segundo Barbosa citado por Vieira, Priore e Fisberg (2002), 14% dos adolescentes brasileiros praticam esportes.

No entanto, para Melo, Oliveira e Almeida (2009), as opções de lazer sedentário têm crescido consideravelmente. São bons exemplos os videogames e os jogos em rede, praticados na internet. Retificando isso, Souza e Duarte (2005) afirmam que tem se observado um declínio acentuado da prática, principalmente por moças a partir de 15 anos.

A iniciação desportiva ocorre normalmente numa faixa etária entre 07 e 14 anos de idade, período esse que corresponde à jornada escolar do ensino fundamental, cuja principal característica está marcada pelas diferentes necessidades e interesses que as crianças apresentam à medida que se avança nessas idades.

Esse é o período em que a criança inicia a prática regular e orientada de uma ou mais modalidades esportivas, sendo que o objetivo imediato é dar continuidade ao seu desenvolvimento de forma integral, não implicando em competições regulares (Santana, 1998).

Tanto para Santana (1998) e Almeida (1996) a iniciação desportiva deveria obedecer três etapas distintas: formação motora: dos 07 aos 10 anos; treino das bases de rendimento: dos 09 aos 12 anos; treino estruturado do rendimento: dos 12 aos 14 anos.

Na primeira etapa, os conteúdos e os

métodos adotados orientam a criança no sentido de desenvolvimento do seu talento motor geral. A etapa seguinte oferece um direcionamento gradual para as particularidades do esporte e, na terceira etapa, como diz o próprio nome, estruturar-se-ia o treinamento objetivando o rendimento esportivo (Santana, 1998).

Para completar, Machado e Gomes (1999) dizem que esse período de tempo (dos 07 aos 14 anos) compreende a época de melhor aproveitamento para a aprendizagem dos gestos esportivos sem propor a formação específica, propriamente dita.

O número de adolescentes envolvidos em práticas desportivas tem aumentado sensivelmente nos últimos anos, principalmente em competições olímpicas mundiais. Por isso, conhecer os eventos que marcam a puberdade e aceitar a variabilidade individual em que eles ocorrem é de suma importância para o profissional que irá planejar os programas de atividade física voltadas para essa população específica (Tourinho e Tourinho Filho, 1998).

Como Guedes e Colaboradores (2001) mostram em seu artigo, importantes estudos tem procurado destacar que hábitos de prática da atividade física, incorporados na infância e adolescência, possivelmente possam transferir-se para a idade adulta.

A importância dedicada à imagem corporal e a valorização da sociedade atual por indivíduos magros podem resultar em padrões alimentares restritivos e ingestão inadequada de nutrientes e energia (Almeida e Soares, 2003).

Essa insatisfação com a própria aparência pode conduzir e induzir os adolescentes à busca de atividades físicas de alta intensidade e grande volume de treinamento, não somente com fins competitivos, mas também como ferramenta de valorização do corpo e da imagem idealizados e a serem atingidos a qualquer custo (Silva, Teixeira e Goldberg, 2003).

Para Knijnik, Greguol e Santos (2001), a participação inicial das crianças no esporte competitivo envolve fatores diferentes, entre eles a motivação de poder se divertir, obter no futuro uma ascensão social, competir, aprender e desenvolver habilidades motoras.

Porém, do mesmo modo, Knijnik, Greguol e Santos (2001) mostram que existem diversos motivos para o abandono da prática,

o que vem ocorrendo em elevadas proporções. Neste estudo, os autores constataram que os principais motivos citados pelos jovens atletas são: a falta de jogo, treinamentos monótonos e excessivos, rigidez imposta pelo técnico, interesse por outras áreas, insucesso e abandono por necessidades externas.

Desta forma, o abandono pode ser dividido em três grupos: voluntário: quando o aluno não está feliz; resistente: quando o aluno ainda gosta do esporte, mas está insatisfeito com a prática; relutante: quando o aluno abandona por necessidades externas.

A prática do esporte na infância e adolescência pode acarretar benefícios enormes à saúde, que podem se estender até a fase adulta. Para isso, no entanto, torna-se essencial empregar metodologias adequadas de treinamento, bem como abordagens pedagógicas condizentes com o processo de formação do desportista.

A especialização precoce, segundo Santana (1998) assim como Ribeiro e Colaboradores (2003), pode acarretar na criança um estresse competitivo incompatível com suas características, saturação esportiva e lesões que podem prejudicá-lo pela vida inteira.

Para Silva, Teixeira e Goldberg (2003) o treinamento de força intenso em adolescentes pode acarretar decréscimo nos índices de IGF-1, proteína de fator de crescimento que atua regulando o crescimento das células musculares em conjunto com a miostatina, sugerindo que possa acarretar fraturas por estresse, geradas por sobrecarga repetida e, de acordo com algumas literaturas, o atraso da menarca também se relaciona com a atividade física intensa antes da puberdade.

Por outro lado, Silva, Teixeira e Goldberg (2003) mostram que o treinamento de força, quando adequado em relação à frequência, tipo, intensidade e duração pode aumentar a força nos adolescentes.

Neste sentido, Silva e Colaboradores (2004) mostram que o exercício físico pode induzir aumentos significativos do hormônio de crescimento na circulação.

A precocidade no crescimento morfológico provavelmente proporciona vantagens importantes no esporte. Entretanto, as implicações da maturação para as medidas de desempenho ainda necessitam de maior investigação.

Para Böhme e Jones, Hithcen e

Stratton, citados por Ré e Colaboradores (2005), existe uma tendência no sexo masculino, no período inicial de treinamento a longo prazo, a selecionar indivíduos que apresentem um desenvolvimento físico precoce em detrimento daqueles com desenvolvimento esperado ou tardio. Tal postura pode representar um erro, pois não necessariamente os indivíduos precoces continuarão apresentando essa vantagem na idade adulta.

O fato da maioria das categorias competitivas serem organizadas agrupando-se indivíduos de acordo com a faixa etária, geralmente com intervalo de dois anos, pode agravar o problema. Caso o agrupamento fosse realizado de acordo com o estágio maturacional, o problema persistiria já que os atletas mais velhos teriam tido um maior tempo de exposição à modalidade levariam vantagem importante, especialmente se fossem considerados os mecanismos perceptivos e decisórios. Esta situação carece de mais estudos e investigações, no intuito de reduzir as diferenças apontadas acima.

Mudanças fisiológicas causadas pela atividade física

Na elaboração de programas de preparação física em qualquer modalidade esportiva, torna-se necessário o estabelecimento de alguns componentes que são aplicáveis ao desenvolvimento nos exercícios a serem realizados, sendo que a intensidade de esforço a que os praticantes estão sujeitos durante a prática de atividade física tem enfoque elevado (Borin e Colaboradores, 2000).

Vários parâmetros fisiológicos podem ser utilizados na sua percepção, mas o mais utilizado é a frequência cardíaca. Segundo Retechuki e Silva (2001) a frequência cardíaca é o método preferido de monitoração de intensidade de esforço, pois está intimamente relacionada ao trabalho de coração, permitindo um aumento progressivo da taxa de treinamento com melhorias do condicionamento físico para manter a mesma frequência cardíaca de treinamento.

Outro aspecto fisiológico é a mudança na estrutura óssea em adolescentes atletas. A adolescência é um período fundamental para aquisição de massa óssea. Os mecanismos de carga, impostos pelos exercícios, aumentam a densidade mineral óssea, independentemente

do sexo e da idade do jovem atleta.

O estresse contínuo provocado pelo exercício físico resulta em adaptações morfológicas, tais como: aumento da espessura cortical e maior conteúdo ósseo na inserção musculotendínea. Esse ganho de massa óssea pode prevenir complicações futuras, como a osteoporose (Silva, Teixeira e Goldberg, 2003).

A força muscular também é outro aspecto fisiológico que merece atenção. De acordo com Schneider, Benetti e Meyer (2004) o aperfeiçoamento da força muscular é a prioridade para o jovem atleta.

Essa aptidão pode tanto refletir o estado de saúde como predizer o desempenho para determinadas modalidades esportivas. Além disso, torna-se importante em vários esportes coletivos, bem como o condicionamento aeróbio (Schneider, Benetti e Meyer, 2004).

O treinamento esportivo promove ganho específico na amplitude de cada movimento relativos à modalidade esportiva. Por isso a flexibilidade faz parte desse grupo de mudanças fisiológicas importantes.

Melo, Oliveira e Almeida (2009), afirmam que o comportamento da flexibilidade ou mobilidade articular devam ser determinados pelo padrão da atividade física, ou seja, que tipo de movimento é rotineiramente executado, de modo a adequar-se à mecânica dos movimentos, ocasionando melhor eficiência mecânica e melhorando o desempenho específico.

A potência aeróbia aumenta progressivamente em meninos de 08 a 18 anos tanto para atletas quanto os não-atletas, sugerindo que isso ocorra devido a maturação dos sistemas (circulatório, respiratório, muscular) responsáveis pela liberação de oxigênio.

Uma provável explicação para inexistência de diferença entre atletas e não-atletas é a melhora da economia de movimento e conseqüente diminuição do gasto energético (Tozetto e Colaboradores, 2009).

De maneira geral, é necessário um programa apropriado de treinamento que reduza os riscos de lesões que possam perdurar pela vida inteira do atleta. Independente do tipo de esporte praticado, o aumento de intensidade do treinamento deve ser razoável e coerente com as metas, sendo enfatizado o treinamento seguro e eficaz para

cada uma das faixas de idade e momentos da maturação biológica.

Aptidão física e atividade física

A atividade física relacionada à saúde vem sendo apontada como um dos mais importantes indicadores de estilo de vida da população geral.

Guedes e Colaboradores (2001), destacam que hábitos de prática da atividade física, incorporados na infância e na adolescência, possivelmente possam transferir-se para idades adultas. Acompanhamentos longitudinais sugerem que adolescentes menos ativos fisicamente apresentam maior predisposição a tornarem-se adultos sedentários.

Especificamente entre os jovens, essa definição assume um caráter particular, haja vista a complexidade e variabilidade de comportamentos observados em adolescentes de todo o mundo, considerando, por exemplo, diferenças culturais, sociais e políticas (Souza e Duarte, 2005).

Segundo a Organização Mundial de Saúde citada por Guiselini (2006), aptidão física deve ser entendida como “a capacidade de realizar trabalho muscular de maneira satisfatória”. Dentro dessa concepção, estar apto fisicamente significa apresentar condições que permitem um bom desempenho motor quando o corpo é submetido a situações que envolvam esforço físico.

A atividade física pode ser entendida como qualquer movimento corporal, produzido voluntariamente pelos músculos esqueléticos, que resulta em demanda energética acima dos níveis considerados de repouso (Guedes e Colaboradores, 2002).

Guedes e Colaboradores (2002) afirmam que por esse modelo conceitual, atividade física define-se como processo estreitamente identificado com aspectos comportamentais, ao passo que aptidão física caracteriza-se como produto voltado ao dimensionamento das capacidades para realização de trabalho muscular.

No campo da saúde, os componentes da aptidão física procuram abrigar atributos biológicos que possam oferecer alguma proteção ao aparecimento e desenvolvimento de distúrbios orgânicos induzidos por comprometimento da condição funcional. Em contrapartida, a aptidão física relacionada ao desempenho atlético inclui aqueles atributos

necessários exclusivamente à prática mais eficiente dos esportes.

Operacionalmente, os componentes da aptidão física relacionada à saúde contemplam indicadores quanto à capacidade cardiorrespiratória, à força/resistência muscular, à flexibilidade e à gordura corporal (Corbin e Lindsey citados por Guedes e Colaboradores, 2002)

Corbin e Pangrazi e Livingstone citados por Guedes e Colaboradores (2002), dizem que independentemente do sexo e da idade, pode-se supor que quanto maior a solicitação de esforços físicos, mais elevados deverão ser apresentados os níveis de aptidão física, pois acredita que a prática de atividade física esta interligada com a melhora das condições de saúde.

Desenvolvimento Cognitivo e Sócio-Afetivo

Tem crescido a importância atribuída à capacidade tática e, conseqüentemente, aos processos cognitivos que a constituem, enquanto fatores determinantes dessa performance. Sendo assim tem-se procurado investigar os processos cognitivos que contribuem na expressão do comportamento esportivo, ou seja, a pesquisa começa a centrar-se não apenas no resultado, mas também nos processos internos (psicológicos e cognitivos) que o conduzem e explicam (Souza, Paula e Greco, 2000).

A avaliação de fatores de cunho cognitivo nos esportes coletivos tem se configurado em uma linha de investigação própria, centrada na determinação da capacidade de decisão que os jogadores possuem para selecionar a ação mais adequada às exigências do contexto de jogo.

Explicam Campos, Ladewig e Coelho (2001) que a ênfase tem sido na avaliação da interação entre processos cognitivos e motores, e a sua influência para o desenvolvimento de expertise nos esportes. Neste paradigma, o desenvolvimento da cognição e habilidades motoras estão intimamente interligadas e ambas são necessárias se o objetivo for que a criança atinja altos níveis de performance desportiva.

Ou seja, as condutas de decisão predominam sobre a execução. Seguindo esse contexto Ramos e Santos (2005) acrescentam que durante o jogo existem fatores como a aleatoriedade, imprevisibilidade, a variedade de comportamento e ações que concorrem para conferir a este grupo de desportos

características únicas, alicerçadas na inteligência e capacidade de decisão. Isto confere à estratégia e à tática um papel determinante no domínio dos desportos coletivos.

Ramos e Santos (2005) encontraram em suas pesquisas que:

- jogadores com menor tempo de experiência de pratica em desportos levam maior tempo para decidir sobre uma situação do jogo;
- jogadores em posições diferentes no jogo apresentam diferenças no tempo e na qualidade de escolha da solução adequada;
- a exposição de jogadores a situações problema favorece o desenvolvimento de pensamento estratégicos mais elaborado.

Dentro do contexto de educação esportiva, a criatividade é um meio eficaz de resolução de problemas. Tanto professores como alunos podem extrair processos criativos e pouco convencionais no mundo dos jogos esportivos. Segundo Alencar citado por Sadi (2008), o cérebro humano, na busca de rompimento com padrões e modelos já conhecidos, procura novos objetos e informações, afirmando ainda que os programas de criatividade são compostos por cinco variáveis: domínio de técnicas e bagagens de conhecimento; clima psicológico; habilidades de pensamento; traços de personalidade e redução de bloqueios.

Para Sadi (2008), os jogos são peças fundamentais como elementos de medição no ensino dos esportes ao possibilitar uma constante avaliação e se comportar como peças que exigem produtividade constante.

Outro fator cognitivo importante, a competitividade, pode formar integralmente o esportista. Trata-se de situar as principais engrenagens subjetivas do jogo pontuando questões como emotividade e aprendizagem significativa para relembrar uma lógica fundamental do jogo coletivo: atacar e defender (Sadi, 2008).

Esses resultados intensificam a idéia de que a cognição e a habilidade motora caminham junto com o rendimento do jovem atleta.

Segundo Teixeira (2001) o problema da formação do futuro jogador está na postura e na metodologia apresentada pelos profissionais. Estes buscam introduzir técnicas e táticas desvinculadas de suas características gerais e específicas, dificultando a formação integral e prejudicando sua especialização

desportiva.

A formação do praticante através do desporto deve respeitar os estágios de desenvolvimento e de maturação, não se restringindo a motricidade específicas; deve visar além de condições físicas e fisiológicas, a afetividade, intelectualidade, criticidade, sociabilidade e criatividade, para que o adolescente consiga avançar rumo à aprendizagem social.

No desporto coletivo, duas equipes se confrontam em um espaço comum, estabelecendo uma relação de cooperação entre os companheiros da mesma equipe e de oposição entre as equipes adversárias, com intervenção simultânea de todos os jogadores sobre o elemento "bola" (Ramos e Santos, 2005).

Essa socialização através do movimento e para o movimento pode ser possibilitada a cada instante do desenvolvimento do indivíduo.

Voltando para Teixeira (2001) ele atribui a obtenção da sociabilização para o desempenho de determinado papel social às capacidades físicas e sociais, que podem ser aprendidas em qualquer instituição social.

E para finalizar, Pereira citado por Teixeira (2001), afirma que o desenvolvimento sócio-motor tem sido consensualmente definido como uma aquisição progressiva na interação com os outros, nas atividades físicas e desportivas de grupo.

CONCLUSÃO

Com a análise dos artigos, verificou-se que a prática do esporte, principalmente os coletivos, é muito importante para o desenvolvimento cognitivo e sócio-afetivo de atletas adolescentes quando trabalhada de maneira adequada pelos profissionais, através de jogos que estimulam a capacidade de tomada de decisão e o desenvolvimento da criatividade.

Com relação ao cenário sócio-afetivo, os jogos trazem a interação com o próprio time e adversários, que além de estimular a competitividade, é um fator de suma importância para o jovem se sociabilizar.

Portanto, o desempenho motor e a cognição estão altamente relacionados e são necessários para um elevado nível de desempenho desportivo.

Quanto à aptidão física e as mudanças fisiológicas, a prática do esporte traz melhorias

Revista Brasileira de Futsal e Futebol

ISSN 1984-4956 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbff.com.br

perceptíveis aos jovens atletas, principalmente quanto à capacidade cardiorrespiratória, à força/resistência muscular, à flexibilidade e à gordura corporal.

REFERÊNCIAS

- 1-Almeida, L.T.P. Iniciação Desportiva na Escola: A Aprendizagem dos Esportes Coletivos. Perspectivas em Educação Física Escolar. Rio de Janeiro. Especial. 1996. p.41-51.
- 2-Almeida, T.A.; Soares, E.A. Nutritional and Anthropometric Profile of Adolescent Volleyball Athletes. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Rio de Janeiro. Vol. 9. Num. 4. 2003. p.198-203.
- 3-Borin, J.P.; Gonçalves, A.; Padovani, C.R.; Aragon, F.F. Intensidade de Esforço em Atletas de Basquetebol, Segundo Ações de Defesa e Ataque: Estudo a Partir de Equipe Infanto-Juvenil do Campeonato Paulista de 1996. Revista Treinamento Desportivo. Londrina. Vol. 5. Num. 1. 2000. p.19-26.
- 4-Campos, W.; Ladewig, I.; Coelho R.W.; Componentes Cognitivos e Motores Relacionados ao Processo de Iniciação Desportiva. Revista Treinamento Desportivo. Londrina. Vol. 6. Num. 1. 2001. p.11-16.
- 5-Guedes, D.P.; Guedes, J.E.R.P.; Barbosa D.S.; Oliveira J.A. Atividade Física Habitual e Aptidão Física Relacionada à Saúde em Adolescentes. Revista Brasileira de Ciência e Movimento. Brasília. Vol. 10. Num. 1. 2002. p.13-21.
- 6-Guedes, D.P.; Guedes, J.E.R.P.; Barbosa D.S.; Oliveira J.A. Níveis de Prática de Atividade Física Habitual em Adolescentes. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Rio de Janeiro. Vol. 7. Num. 6. 2001. p.187-199.
- 7-Guiselini, M. Aptidão Física, Saúde e Bem-Estar: Fundamentos Teóricos e Exercícios Práticos. 2ª edição. São Paulo. Editora Phorte. 2006.
- 8-Knijnik, J.D.; Greguol, M.; Santos, S.S. Motivação no Esporte Infanto-Juvenil: Uma Discussão Sobre Razões de Busca e Abandono da Prática Esportiva Entre Crianças e Adolescentes. Revista do Instituto de Ciência da Saúde. São Paulo. Vol. 19. Num. 1. 2001. p.7-13.
- 9-Machado, J.A.; Gomes, A.C. Preparação Desportiva no Futsal: Organização do Treinamento na Infância e Adolescência. Revista Treinamento Desportivo. Londrina. Vol. 4. Num. 1. 1999. p.55-66.
- 10-Melo, F.A.P.; Oliveira, F.M.F.; Almeida, M.B. Nível de Atividade Física Não Identifica o Nível de Flexibilidade de Adolescentes. Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. Sergipe. Vol. 14. Num. 1. 2009. p.48-54.
- 11-Menezes, R.P.; Sousa, M.S.S.; Braga, J.W.C. Processo de Ensino-Aprendizagem-Treinamento de Handebol para a Categoria Mirim em Instituições Não-Formais de Ensino: Concepções e Metodologias. Conexões. Campinas. Vol. 9. Num. 2. 2011. p.49-69.
- 12-Nunomura, M.; Carrara, P.D.S.; Tsukamoto, M.H.C. Ginástica Artística e Especialização Precoce: Cedo Demais Para Especializar, Tarde Demais Para Ser Campeão. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. São Paulo. Vol. 24. Num. 3. 2010. p.305-314.
- 13-Oliveira, R.A.; Arruda, M.; Lopes, M.B.S. Características do Crescimento e do Desenvolvimento Físico de Pré-Adolescentes e a Relevância do Treinamento de Longo Prazo. Revista Brasileira de Ciências da Saúde. São Caetano do Sul. Vol. 14. 2007. p.73-88.
- 14-Ramos, V.; Santos, A.M.C. A Capacidade de Decisão do Jovem Jogador de Basquete: Um Estudo com Escolares em Florianópolis. Acta do Movimento Humano. Florianópolis. Vol. 1. Num. 1. 2005. p.35-40.
- 15-Ré, A.H.N.; Bojikian, L.P.; Teixeira, C.P.; Bohme, M.T.S. Relação Entre Crescimento, Desempenho Motor, Maturação Biológica e Idade Cronológica em Jovens do Sexo Masculino. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. São Paulo. Vol. 19. Num. 2. 2005. p.153-162.
- 16-Retechuki, A.; Silva, S.G. Resposta de frequência cardíaca no jogo de handebol em

Revista Brasileira de Futsal e Futebol

ISSN 1984-4956 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbff.com.br

escolares do sexo feminino. Revista Treinamento Desportivo. Londrina. Vol. 6. Num. 1. 2001. p.38-43.

17-Ribeiro, C.Z.; Akashi, P.M.H.; Sacco, I.C.N.; Pedrinelli, A. Relationship Between Postural Changes and Injuries of Locomotor System in Indoor Soccer Athletes. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Rio de Janeiro. Vol. 9. Num. 2. 2003. p.98-103.

18-Sadi, R.S. Compreensão, Criatividade e Competitividade em Jogos Esportivos Coletivos: Proposta de Avaliação em Educação Física. Arquivos em Movimento. Rio de Janeiro. Vol. 4. Num. 2. 2008. p.124-143.

19-Santana, W.C. Uma Proposta de Subsídios Pedagógicos Para o Futsal na Infância. Revista Unopar Científica. Londrina. Vol. 2. Num. 1. 1998. p.69-85.

20-Schneider, P.; Benetti, G.; Meyer, F. Força Muscular de Atletas de Voleibol de 9 a 18 Anos Através da Dinamometria Computadorizada. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Rio de Janeiro. Vol. 10. Num. 2. 2004. p.85-91.

21-Silva, C.C.; Goldberg, T.B.L.; Teixeira, A.S.; Marques, I. O Exercício Físico Potencializa ou Compromete o Crescimento Longitudinal de Crianças e Adolescentes? Mito ou Verdade?. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Rio de Janeiro. Vol. 10. Num. 6. 2004. p.520-524.

22-Silva, C.C.; Teixeira, A.S.; Goldberg, T.B.L. O Esporte e as Suas Implicações na Saúde Óssea de Atletas Adolescentes. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Rio de

Janeiro. Vol. 9. Num. 6. 2003. p.426-432.

23-Souza, G.S.; Duarte, M.F.S. Estágio de Mudança de Comportamento Relacionados à Atividade Física em Adolescentes. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Rio de Janeiro. Vol. 11. Num. 2. 2005. p.104-108.

24-Souza, P.R.C.; Paula, P.F.A.; Greco, P.J. Táticas e Processos Cognitivos Subjacentes a Tomada de Decisão nos Jogos Esportivos Coletivos. Temas Atuais V: Educação Física e Esportes. Belo Horizonte. Editora Health. 2000. p.11-27

25-Teixeira, D. O Desporto Como Campo de Vivência Social: Uma Experiência no Handebol. Revista da Educação Física. Maringá. Vol. 12. Num. 2. 2001. p.81-88.

26-Tourinho Filho, H.; Tourinho, L.S.P.R. Crianças, Adolescentes e Atividade Física: Aspectos Maturacionais e Funcionais. Revista Paulista de Educação Física. São Paulo. Vol. 12. Num. 1. 1998. p.71-83.

27-Tozetto, A.V.B.; Milistetd, M.; Hoffmann, J.K.; Ignachewski, W.L. Influência da Maturação e Tempo de Treino na Potência Aeróbia em Adolescentes Praticantes de Futsal. Cinergis. Santa Cruz do Sul. Vol. 10. Num. 1. 2009. p.54-62.

28-Vieira, V.C.R.; Priore, S.E.; Fisberg, M. A Atividade Física na Adolescência. Revista Adolescência Latinoamericana. Porto Alegre. Vol. 3. Num. 1. 2002.

Recebido 11/12/2011

Aceito 11/12/2011