

ASPECTOS MULTIDIMENSIONAIS DA FORMA DESPORTIVA: UMA ÓTICA CONTEMPORÂNEA

Helio Franklin Rodrigues de Almeida

Ms. em Fisiologia do Exercício – Professor da Universidade Federal de Rondônia / UNIR

Dulcenira Coutinho Magalhães de Almeida

Esp. em Saúde Pública e Estagiária do Laboratório de Fisiologia do Exercício da UNIR

Antonio Carlos Gomes

Dr. em Treinamento Desportivo e Professor da Universidade Estadual de Londrina – UEL

Diretor Técnico de Futebol do Clube Atlético Paranaense – C.A.P.

RESUMO

Ao se evidenciar a questão do esporte de alto rendimento, observa-se que já algum tempo muitos pesquisadores em seus experimentos, procuram investigar e explicar os processos de treinamento a médio e longo prazo no tocante aos aspectos bio-psico-sociais relacionando-os com a forma desportiva. Verifica-se no entanto, que esta mesmo quando analisada dentro de um contexto multifatorial, que considera a existência de uma série de variáveis intrínsecas e extrínsecas interferindo direta ou indiretamente no rendimento desportivo, não considera que a probabilidade de obtenção da forma desportiva pode ser determinada não somente pelo controle destes muitos fatores e suas sub-divisões, mas também pela forma com que os mesmos são interrelacionados e harmoniosamente organizados em função do sujeito, durante todo o período de treinamento. Este novo modelo, considera de forma integrada as características dos indivíduos a quem se destina, as particularidades do desporto em questão, e os objetivos concretos que se pretende atingir, de forma coerente com o conhecimento científico proveniente das diversas áreas envolvidas, buscando uma forma mais prática e efetiva, para explicar e prever os fantásticos resultados desportivos atuais.

Palavras-chave: *alto rendimento e forma desportiva.*

ABSTRACT

When we prove the question of high performance sport, we notice that for while many researchers and their experiment, looking for investigate and explain the training process of medium and long term of the bio-psycho-social aspects relationship with a sporty way. We verify however, that when we analyze in a multifactorial context, that consider the existence of a sequence variable intrinsically and extrinsically interfering direct or undirected in sporty performance, do not consider that the probability of obtain sporty way can be determined not only controlling this multifactors and its sub-divisions, but also the way in which the same are interrelationship and harmoniously organized in function of the subject, during all the training period. This new model, consider in a integrity way the characteristics of the individuals in which its been intended, the particularly of the sporty in question, and the concrete objectives in which its been intended to reach, in a coherent way with the scientific knowledge originating from several areas involved, searching for more practice and effective way to explain and to predict the fantastic sporty result in the present time.

Key-words: high performance, and sporty way.

INTRODUÇÃO

Quando observadas as altas performances obtidas por atletas em competições de âmbito nacional e internacional, torna-se difícil imaginar os fatores que contribuíram decisivamente para o sucesso dos mesmos que muitas vezes são classificados como extraordinários. Sobre o assunto AUWEELE, CUYPER, MELE & RZEWNICKI (1993), sugeriram que para se adequar melhor a complexa natureza humana, torna-se necessário ampliar ainda mais os aspectos determinantes da performance desportiva, buscando observá-la dentro de um contexto multifatorial. Corroborando BRANDÃO & JÚNIOR (1996), postularam que até alguns anos passados, para análise e diagnóstico da performance desportiva a maioria dos estudos utilizavam modelos unidimensionais, onde somente uma variável ou fator era considerado responsável pelo desempenho atlético, com alguns poucos modelos fazendo referências entre a interação dos fatores biológicos e o potencial desportivo, pressupondo que o sucesso atlético era uma consequência de variáveis biológicas determinadas geneticamente, com menores probabilidades de sofrerem uma influência do ambiente.

Neste aspecto Malina & Bouchard apud REGNIER, SALMELA & RUSSELL (1993), sugerem que atletas são produtos de seus genes e de seus ambientes, que lhes dão determinadas características correlacionadas com a performance. No entanto afirmam os autores que a contribuição relativa da hereditariedade e do ambiente sobre a performance desportiva ainda não é totalmente conhecida, sabendo-se que ambas afetam o nível dos resultados alcançados. Os autores anteriormente citados são corroborados por BOUCHARD, BOULAY, SIMONEAU, LORTIE & PÉRUSSE (1995), os quais publicaram que a influência genética não se comporta da mesma maneira, para diferentes variáveis de aptidão física.

Sobre o assunto, a partir da década de 70 muitos foram os estudos publicados que propõem um

modelo “psico-biológico” procurando demonstrar o reflexo dos fatores psicossociais na performance desportiva, em interação com os aspectos biológicos e ambientais (ORLICK, 1972; MEDVEDEV, 1974; MORGAN (1980); ORLICK, 1986; KUBISTAN, 1986; GORBUNÓV, 1988; CARRON, 1990; SERPA, 1991; NIDEFFER, 1992; EBERSPÄCHER, 1993; HATFIELD & BRODY, 1994; BOUCHARD, SHEPHARD & STEPHENS, 1995).

A forma desportiva num contexto multidimensional

Observa-se que ao se evidenciar a questão do esporte de alto rendimento, já algum tempo muitos pesquisadores em seus experimentos, procuram investigar e explicar os processos de desenvolvimento bio-psico-sociais do sujeito a médio e longo prazo relacionando-os com a forma desportiva. Constatase no entanto, que esta mesmo quando analisada dentro de um contexto multifatorial, ou seja, considerando existência de uma série de variáveis intrínsecas e extrínsecas interferindo direta ou indiretamente no rendimento esportivo, não prevê que a probabilidade de obtenção da forma desportiva pode ser determinada não somente pelo controle destes multifatores e suas sub-divisões, mas também pela forma com que os mesmos são interrelacionados e harmoniosamente organizados em função do sujeito, durante todo o período de treinamento.

Sobre o assunto ALMEIDA (1999), publicou que são raros os estudos que relacionam a performance desportiva com os aspectos organizacionais do treinamento, tornando possível supor que às questões de ordem estrutural, financeira e administrativa ainda não estão totalmente esclarecidas. Segundo o referido autor, este fato permite diversos questionamentos sobre o tema.

Ainda ALMEIDA (1999), publicou que o aspecto gerencial deve ser considerado determinante no sucesso ou fracasso das ações relacionadas a busca da forma desportiva, e propôs um modelo que pro-

move a interação direta das variáveis bio-psico-sociais e técnico-táticas regularmente citadas na literatura, com as questões organizacionais e administrativo-financeiras, as quais segundo o referido autor, adequadamente manuseadas permitiriam uma melhor condução de todo o processo. Nesta afirmativa o referido autor foi corroborado por MANSO (1997), o qual sugeriu que as profundas transformações sofridas pelas bases teóricas do treinamento desportivo, bem como as constantes contribuições fornecidas por diferentes linhas de conhecimento, obrigam a uma constante evolução metodológica de como abordar um problema tão complexo.

Assim, admite-se que ausência ou carência de conhecimentos científicos, pode, além de não resolver com eficiência os problemas do treinamento, seguramente comprometer também a integridade biológica do sujeito, de forma que o elevado nível dos resultados desportivos atuais exige uma busca permanente de novas premissas teóricas e de um projeto permanente de qualificação profissional dos treinadores, para que estejam capacitados a aperfeiçoar criativamente o sistema de preparação dos atletas, introduzindo novas estratégias de organização do treinamento, meios e métodos com maior potencial de estímulo e que comprovadamente possam representar menor risco à saúde dos sujeitos (MATVEEV, 1980; VERKHOSHANSKY, 1990; OLIVEIRA, 1998).

Assim compreendido, numa dimensão moderna o processo de preparação dos sujeitos com vistas a obtenção de altos resultados desportivos, adquire um alto nível de complexidade sendo necessária uma atuação detalhadamente planejada e especialmente orientada para os aspectos profiláticos, estabilizadores, terapêuticos e estéticos, os quais possibilitarão uma correta exploração funcional do indivíduo, permitindo ao mesmo atingir altos níveis de resultados desportivos.

Nesta ótica, sugere-se na atualidade um novo modelo conforme demonstra a FIGURA 1, o qual con-

sidera em dimensões diferentes porém integradas, além das características bio-psico-sociais dos indivíduos rotineiramente referenciadas na literatura especializada, também as particularidades do desporto em questão e as ações gerenciais que possibilitarão atingir a pretensos objetivos previamente estabelecidos, de forma coerente com o conhecimento científico proveniente das diversas áreas envolvidas, buscando uma forma mais prática e efetiva para explicar e prever os fantásticos resultados desportivos atuais. Desta forma, propõe-se a interação direta dos fatores bio-cinésio-comportamentais com os organizacionais e administrativo-financeiros, ampliando a dimensão da forma desportiva, porém permitindo explicar e prever a performance de forma mais adequada, uma vez que analisa todos os aspectos que fazem parte deste dinâmico processo.

O significado que esta redefinição do modelo nos trás é que, de fato, a forma desportiva depende de como o indivíduo se comporta, do que ele pensa, do volume e intensidade dos treinamentos oferecidos aos atletas, das qualidades psicológicas que estão relacionadas com a alta performance, de como é a dinâmica social do grupo esportivo e fundamentalmente, depende de como todos estes fatores são devidamente organizados e administrados durante toda uma temporada de treinamento, competição e descanso. Esta afirmativa está de acordo com os enunciados de KREBS (1987).

Com relação às divisões e sub-divisões das dimensões explicitadas na FIGURA 2, convém ressaltar que existem diversas classificações de autores nacionais e internacionais, utilizando terminologias diferenciadas, atendendo através de critérios diversificados a vários interesses metodológicos. Sugere-se aqui, um modelo próprio de fracionamento dos parâmetros componentes das referidas dimensões, o qual explicita-se nos QUADROS 1, 2,3 e 4.

Todos estes parâmetros estão presentes nas mais diversas modalidades desportivas, em propor-

ções relativamente diferenciadas e a forma com que os mesmos são exercitados e conduzidos durante todo o processo de treinamento, seguramente determinam maiores ou menores possibilidades de sucesso do praticante, em relação aos objetivos esperados.

A forma desportiva como processo pluri-científico de longo prazo

Considerando os enunciados de OZOLIN (1986), em seu conjunto o treinamento desportivo, é um processo de educação, desenvolvimento e elevação das possibilidades funcionais, que tem uma organização especial, prolongando-se durante muitos anos, integrando componentes como o regime higiênico, o controle científico, médico e pedagógico, as condições materiais, a organização e outros aspectos, indissolúvelmente vinculados entre si, os quais segundo ainda o referido autor, estariam edificados sobre a base de determinados princípios, regras e proposições.

Analisando a posição do autor supra citado, admite-se que para se compreender melhor a complexidade da forma desportiva, é necessário ampliar seus aspectos determinantes, buscando observá-la dentro de um contexto pluri-científico de longo prazo, no qual a dinâmica de estruturação, ordenamento e controle das cargas de trabalho impostas durante todo o treinamento é realizada de forma conjunta e integrada, respeitando-se as fases de crescimento e desenvolvimento inerentes ao ser humano.

Assim entendido pode-se sugerir que os altos resultados desportivos se constituem num complexo processo interacional dos diversos parâmetros intervinientes na performance humana, sendo necessário a utilização de vários profissionais com devida qualificação acadêmica e grande conhecimento científico a respeito das ciências biológicas (fisiologia do esforço, bioquímica, cinesiologia, psicologia desportiva, medicina desportiva, sociologia, nutrição, etc...), das ciências humanas (aprendizagem moto-

ra, pedagogia, desenvolvimento humano, etc...) das ciências exatas (administração, matemática, estatística, etc...), e até mesmo das ciências jurídicas (direito civil, criminal e desportivo), todas interagindo harmoniosamente entre si dentro do contexto de meio ambiente em que atuam possibilitando ao sujeito a maximização de suas potencialidades atléticas. O anteriormente explicitado pode ser melhor visualizado na FIGURA 2.

Estas diversas ciências desde que perfeitamente coesas e interadas, permitem que a dinâmica da aplicação das cargas de trabalho, seja operacionalizada de forma mais eficiente com relação aos processos de adaptações bio-cinésio-psico-sociais, assegurando assim, tanto a aquisição como o aprimoramento e a otimização dos muitos parâmetros que interferem diretamente no rendimento orgânico funcional do sujeito, permitindo analisar a dimensão de todo o processo que envolve o desportista de alto nível, desde seu início até o momento de sua consagração, que é sempre caracterizado pela obtenção de um alto resultado desportivo.

CONCLUSÕES

Corroborando com DANTAS (1995), diante do atual panorama desportivo, com o homem constantemente buscando seus limites, pode-se dizer que a moderna ciência da preparação física, não mais comporta a fixação em um só método, nem a reedição do esquema vitorioso do ano anterior, e muito menos a improvisação cotidiana, típica dos treinadores sem conhecimentos científicos adequados, uma vez que num contexto moderno tendo como objetivo final um estado ótimo de condição desportiva, somente um treinamento metodizado em bases científicas, aplicado ao indivíduo mais favorecido geneticamente, pode promover a melhoria e obtenção das condições ideais para se alcançar um alto nível de rendimento funcional, quer seja nas atividades desportivas em geral, ou em uma especialidade atlética em particular.

Dessa maneira, na atualidade a forma desportiva pode ser definida como o fenômeno multidimensional e integrado, que possibilita atingir altos resultados desportivos através da otimização dos parâmetros condicionais necessários à obtenção da performance, os quais podem ser formados, conservados e alterados durante uma determinada unidade de tempo, com o treinamento desportivo devendo ser compreendido

como sendo a ação conjunta de atividades de ordem bio-cinésio-psico-sociais, organizacionais e administrativo-financeiras, que permite a exploração funcional de um ou mais indivíduos de forma metodológica, sistemática e científica, visando a aquisição, o aprimoramento e a otimização das variáveis intervenientes na performance desportiva, considerando-se uma unidade de tempo previamente estabelecida.

Figura 1 – Modelo multidimensional da forma desportiva

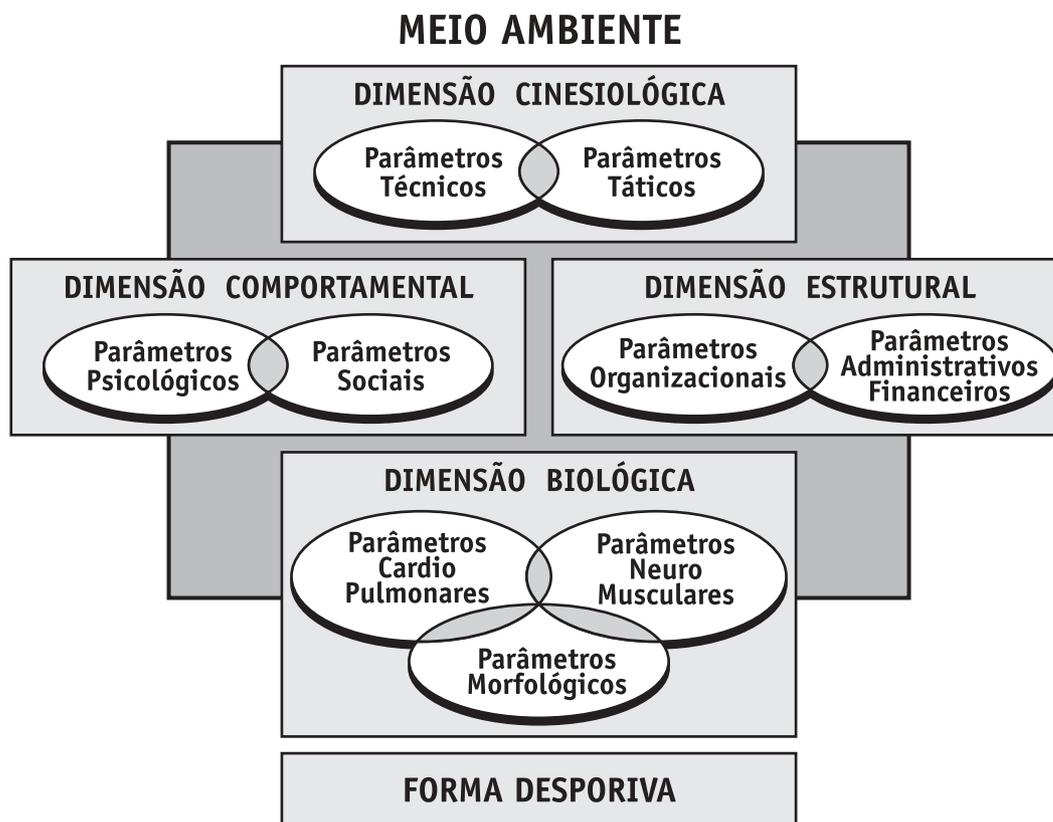
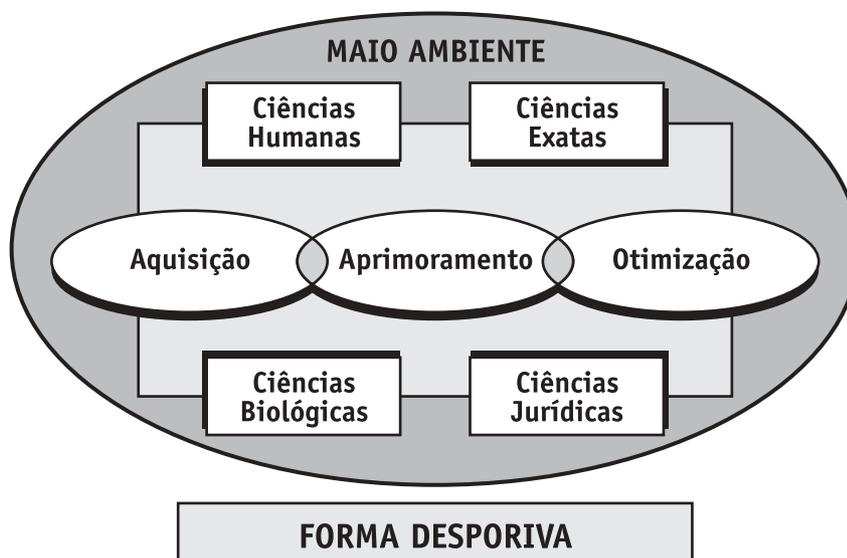


Figura 2 – Interação das ciências na aquisição da forma desportiva



Quadro 1 – Parâmetros condicionais biológicos intervenientes na forma desportiva.

PARÂMETROS CONDICIONAIS BIOLÓGICOS		
MORFOLÓGICOS	FUNCIONAIS	
	CARDIO PULMONARES	NEURO MUSCULARES
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Alturas; ➤ Diâmetros; ➤ Circunferências; ➤ Composição corporal; ➤ Proporcionalidade; ➤ Somatotipo; e ➤ Postura. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Potência aeróbia; e ➤ Potência anaeróbia. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Força; ➤ Flexibilidade; ➤ Velocidade; ➤ Ritmo; ➤ Equilíbrio; ➤ Coordenação; e ➤ Agilidade.

Quadro 2 – Parâmetros condicionais comportamentais intervenientes na forma desportiva.

PARÂMETROS CONDICIONAIS COMPORTAMENTAIS	
PSICOLÓGICOS	PSICOSSOCIAIS
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Personalidade; ➤ Autoconfiança; ➤ Estabilidade emocional; ➤ Motivação; e ➤ Atitude e disciplina. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Composição do grupo; ➤ Relações interpessoais; e ➤ Nível sócio-económico.

Quadro 3 – Parâmetros condicionais cinesiológicos específicos intervenientes na forma desportiva.

PARÂMETROS CONDICIONAIS CINESIOLÓGICOS ESPECÍFICOS	
TÉCNICOS	TÁTICOS
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Fundamentos específicos realizados de forma individual ou em grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Fundamentos específicos realizados em grupo e simulando situações de competição.

Quadro 4 – Parâmetros condicionais estruturais intervenientes na forma desportiva.

PARÂMETROS CONDICIONAIS ESTRUTURAIS	
ORGANIZACIONAIS	ADMINISTRATIVO-FINANCEIROS
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Estruturação do plano de treino; e ➤ ordenamento e controle das cargas de trabalho. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Planejamento orçamentário; e ➤ Aquisição e gerenciamento de recursos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, H.F.R. Metodologia técnico-operacional de estruturação ordenamento e controle das cargas de trabalho físico, para a obtenção da forma desportiva em karatecas. **Dissertação de Mestrado**. Universidade Federal de Santa Maria - UFSM/RS, 1999.

AUWEELE, Y. V.; CUYPER, B.; MELE, V.V. & RZEWNICKI, R. Elite performance and personality: From description to diagnosis and intervention. In: SINGER, MURPHEY & TENNANT (Eds.). **Handbook of Research on Sport Psychology**. Macmillan Publishing Company, 1993.

BOUCHARD, C.; BOULAY, M.R.; SIMONEAU, J.A.; LORTIE, G. & PÉRUSSE, L. Heredity and trainability of aerobic and anaerobic performances - an update. **Sports Medicine**. v. 5, n. 2, p. 69-73, 1988.

BOUCHARD, C.; SHEPHARD, R.J. & STEPHENS, T. **Physical activity science**. 2nd edition, Human Kinetics Publishers, 1995.

BRANDÃO, M.R.F. & JUNIOR, A. J. F. Performance Desportiva uma análise multidimensional. **Revista Treinamento Desportivo**. v. 1, n.3, p.58-76, 1996.

CARRON, A.V. The group in sport and physical activity. **International Journal of Sport Psychology**. v. 21 n.4, p. 257-263, 1990.

DANTAS, E.H.M. **A prática da preparação física**. 4. ed., Rio de Janeiro, Shape, 1995.

EBERSPÄCHER, H. Implications of psychology in training and preparation. In: The Coaching Association of Canada (Eds). **Mental Training for Coaches and Athletes**, 1993.

GORBUNÓV, G.D. **Psicopedagogia del deporte**. Vneshtorgizdat, VIPO, Moscou, 1988.

- HATFIELD, B.D. & BRODY, E.B. **The psychology of athletic preparation and performance: The mental management of physical resources.** (Publicação no prelo), 1994.
- KREBS, R.J. Early sport specialization: A conceptual and causal-comparative study assessing attitudes of Brazilian Professionals and College Students in Sport Related Disciplines. **Tese de Doutorado.** The University of New México, USA, 1987.
- KUBISTANT, T. **Performing your best: A guide to psychological skill for high achievers.** Champaign, Illinois, Leisure Press, 1986.
- MANSO, J.M.G. Hacia un nuevo enfoque teórico del entramiento deportivo. **Revista Infocoos.** v. II, n. 2, p. 03-14, 1997.
- MATVEEV, L.P. **O processo de treino esportivo.** Lisboa, Horizonte, 1980.
- MEDVEDEV, E. **Particularidades psicológicas del colectivo deportivo.** Tradução n. 1649, Instituto Superior de Cultura Física de Havana, ISCF, Cuba, 1974.
- MORGAN, W.P. The trait psychology controversy. **Research quartely for exercise and sport.** v 51, p. 50 – 76, 1980.
- NIDEFFER, R.M. **Psyched to win: How to master mental skills to improve your physical performance.** Human Kinetics Publishers. Champaign, Illinois, 1992.
- OLIVEIRA, P.R. O efeito posterior duradouro (EPDT) das cargas concentradas de força. Investigação a partir de ensaio com equipe infanto-juvenil e juvenil de voleibol. **Tese de Doutorado.** Universidade Estadual de Campinas, SP, 1998.
- ORLICK, T.D. A socio-psychological analysis of early sports participation. **Tese de Doutorado.** Dep. of Physical Education, Edmonton, Alberta, Canadá, 1972.
- ORLICK, T.D. **Coaches training manual to psyching for sport.** Leisure Press, Champaign, Illinois, 1986.
- RÉGNIER, G.; SALMELA J. & RUSSELL, S.J. Talent detection and development in sport. In: SINGER, MURPHEY E TENNANT (Eds). **Handbook of Research on Sport Psychology.** Macmillan Publishing Company, p. 290-313, 1993.
- SERPA, S. Psicologia social do desporto, evolução e perspectivas. As Ciências do Desporto e a Prática Desportiva. **Actas,** Portugal, Universidade do Porto, v. 1, p. 147-168, 1991.

ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA:**Helio Franklin Rodrigues de Almeida****Dulcenira Coutinho Magalhães de Almeida**

Av. Campos Sales 3611- Olaria – CEP 78902-080 – Porto Velho – RO

Antonio Carlos Gomes

Rua Pernambuco, 1187 – sala 17 – Centro – Londrina – PR – CEP 86020-121