

12

TOLERÂNCIA AO TREINAMENTO E À COMPETIÇÃO: ASPECTOS PSICOLÓGICOS

Dante De Rose Junior

ESPORTE, COMPETIÇÃO E TREINAMENTO

O esporte é, sem dúvida, um dos maiores fenômenos culturais e sociais contemporâneos e que deverá perdurar por longo período devido a seu apelo popular, a importância e cobertura dada pela mídia, a movimentação de recursos financeiros e o aparecimento de ídolos em diferentes modalidades esportivas. Essa conotação voltada ao espetáculo traz à tona o componente fundamental para a manutenção desse *status* do esporte: a competição.

No entanto, segundo De Rose Jr. (1999), apesar de haver uma grande identificação entre o esporte e a competição, ele não é um fator exclusivo das experiências esportivas, refletindo valores e objetivos sociais em diferentes setores da vida, na qual o ser humano compete em todos os setores onde atua: família, escola, trabalho e sociedade.

A competição tem o significado de desafio e luta e serve para demonstrar a capacidade que o ser humano tem de obter resultados, sendo a forma máxima de expressão do esporte como fenômeno cultural e social e que está cada vez mais enraizada no cotidiano das pessoas (Caillois, 1998).

Segundo Marques e Oliveira (2002) não há esporte sem competição e aqueles que não gostam de competição não podem gostar do esporte.

A competição esportiva pode ser considerada como a “vitrine” dos atletas. É o momento no qual demonstram suas capacidades, habilidades e também suas deficiências. É uma ocasião importante e que pode marcar

a carreira de qualquer atleta, independentemente do tipo de esporte ou do nível do praticante. É nela e a partir dela que o atleta se expõe, dando margem a comparações e avaliações que, nem sempre, são feitas com critérios definidos, padronizados e justos (De Rose Jr., 1998, 1999).

Competir sugere uma série de atitudes e comportamentos de todos aqueles envolvidos direta ou indiretamente no seu contexto. A seguir serão citadas algumas expressões que estão relacionadas à competição:¹

- Disputa física e psicológica.
- Superação de marcas.
- Medição de forças.
- Apuração do melhor resultado.
- Seleção entre indivíduos e grupos.
- Confronto, luta, antagonismo entre dois ou mais competidores.
- Jogo.
- Vencedores e perdedores.
- Avaliação de rendimento.
- Comparação de resultado e desempenho.
- Atividades com regras definidas.
- Busca da vitória, vitória, vitória a qualquer custo.
- Divertimento, alegria, prazer, euforia.
- Derrota, frustração, sentimento de perda.
- Sentimento do dever cumprido.
- Pressão, tensão.

Como se pode perceber, confronto, disputa, resultado, avaliação e seleção são alguns dos fatores destacados, além de outros que são inevitáveis em uma competição, como a busca pela vitória, derrota, pressão, alegria e frustração.

Todos esses fatores fazem da competição um evento que exige dos atletas certas características que poderão ser o diferencial entre aqueles que obtêm o sucesso e aqueles que convivem com o fracasso. Essas

¹ Compilado a partir da opinião de alunos da disciplina Esporte Competitivo na Infância e Adolescência – Curso de Pós-Graduação – Mestrado (EEFEUSP – 1999/2000/2001).

características estão relacionadas a aspectos físicos, fisiológicos, psicológicos (emocionais e cognitivos), capacidade de tomada de decisões e a compreensão do contexto competitivo, entre outros.

Conseguir equilibrar todas essas características torna-se um grande desafio para os atletas e também para o técnico responsável pela preparação dos mesmos.

Portanto, a preparação passa a ter uma importância muito grande no desenvolvimento esportivo de qualquer atleta, fato que coloca o treinamento como condição essencial nesse processo.

Segundo Matveev (1987), treinamento esportivo é a forma fundamental de preparação do esportista, baseado em exercícios sistemáticos e que representa um processo organizado pedagogicamente com o objetivo de dirigir a evolução do atleta.

O treino é um processo complexo, no qual o produto final resulta da somatória de múltiplos fatores, necessitando de evidências empíricas advindas da experiência aplicada, mas, fundamentalmente, do suporte teórico proveniente da investigação nos diferentes domínios da ciência do esporte. O processo de treinamento deve ser organizado de forma sistematizada no sentido de possibilitar ao atleta a vivência de situações de aprendizagem, devidamente estruturadas (Mesquita, 1997).

O modelo básico de treinamento esportivo engloba quatro componentes que integrados podem proporcionar um melhor rendimento dos atletas: *preparação física, preparação técnica, preparação tática e preparação psicológica*. Esses componentes são modulados e organizados em ciclos de acordo com o planejamento da equipe ou do atleta que, por sua vez, é realizado com base no calendário das competições e nos objetivos delineados.

De acordo com Tani (2002), historicamente se dá uma maior importância aos aspectos energéticos na preparação e treinamento de atletas, e o resultado dessa orientação é a busca constante da melhoria da condição física. No entanto não se pode ignorar que, mais recentemente, os estudos da biomecânica, da cineantropometria e da psicologia do esporte têm também proporcionado uma melhoria nos métodos de treinamento e, conseqüentemente, no desenvolvimento global dos atletas.

Levando-se em conta todos os aspectos abordados e as nuances do complexo processo que envolve esporte, competição e treinamento, fica

evidente que ao se relacionar todos eles com a criança, ao contrário do que se possa imaginar, as dificuldades se avolumam, por inúmeros fatores, com destaque para:

- a falta de melhor preparação acadêmica dos profissionais que trabalham com crianças que se iniciam no esporte;
- o pouco cuidado dos adultos ao elaborar e organizar competições para jovens atletas;
- a escassez da literatura relacionada ao treinamento infantil se comparada ao mesmo processo voltado aos adultos;
- a falsa noção de que o treinamento excessivo possa apressar o processo de desenvolvimento esportivo das crianças.

O TREINAMENTO E A COMPETIÇÃO PARA CRIANÇAS: CONSIDERAÇÕES GERAIS

Parece haver um certo consenso de que a prática esportiva deve fazer parte da vida de uma criança, acompanhando seu desenvolvimento pelas diferentes etapas de sua evolução como ser humano e, possivelmente, como atleta. Alguns argumentos dão sustentação a essa idéia e estão relacionados a regras de conduta, normas de comportamento, valores morais e competitividade. Ela faz parte do processo educativo e formativo da criança, promovendo valores relativos ao “saber ser” (autodisciplina e controle), ao “saber estar” (respeito mútuo, companheirismo, espírito de equipe) e ao “saber fazer” (aquisição de habilidades motoras gerais e específicas) (Ferraz, 2002; Mesquita, 1997).

Como consequência dessa prática esportiva, há competição e, segundo Lima (2000), não seria realista retirar do mundo infantil esse componente tão importante e tão presente no comportamento dos mais velhos e na vida social.

No entanto, a participação das crianças de forma irrestrita é que pode levar ao questionamento dos meios utilizados para se atingir os objetivos propostos, gerando discussões a respeito da dicotomia: formação e especialização.

A formação antecede à especialização e exige um conhecimento aprofundado do processo de preparação desportiva (planejamento, or-

ganização, métodos, estratégias) e do ser envolvido no processo (a criança e seus diferentes aspectos: físico, fisiológico, psicológico, intelectual e social). Já a especialização é a fase seguinte do processo, e que exige os mesmos conhecimentos aplicados em diferentes níveis e com objetivos diferenciados. Portanto, não há especialização sem formação. Seria, analogamente, o mesmo que correr antes de andar e andar antes de engatinhar.

Apesar desse conceito parecer óbvio, a prática mostra, constantemente, situações nas quais não se respeita a evolução natural do processo e as necessidades e os níveis de desenvolvimento dos praticantes, levando-se a criança diretamente a “correr” antes de “dar os primeiros passos”. Isso, na maioria das vezes, significa priorizar os resultados imediatos em detrimento do processo evolutivo da criança. Muitos técnicos, preocupados com sua própria situação, trocam os resultados futuros por sucessos do presente e privilegiam os pequenos títulos de hoje, ao invés de pensar naqueles que realmente terão importância (Marques; Oliveira, 2002).

Segundo Sobral (1994), a preparação do jovem atleta está sujeita aos limites decorrentes do processo de crescimento, limitando a capacidade de esforço e os limites decorrentes do processo de maturação que limita a aquisição dos gestos esportivos que formam a base da formação e que, posteriormente, será utilizada para o aperfeiçoamento técnico e tático. Sob essa ótica poder-se-ia entender que esse processo estaria quase que exclusivamente dependente dos fatores biológicos.

No entanto, sabe-se que outros componentes são fundamentais no processo, e que estão relacionados a aspectos motores, perceptivos, sociais, psicológicos, emocionais e intelectuais. O equilíbrio entre todos esses fatores e deles com a demanda da competição levam ao que Malina (1988) denominou de “prontidão competitiva”. Quando as capacidades individuais estão em equilíbrio ou acima da demanda da tarefa, então a criança estará pronta a competir. Essa relação, no entanto, não pode ser entendida de uma forma linear e hermética, pois mesmo quando as capacidades individuais se apresentam em níveis ligeiramente mais baixos do que a demanda da tarefa, as crianças poderão ter sucesso na competição, em função de outros aspectos que poderão mediar esse rendimento, como, por exemplo, a motivação, os níveis de expectativa e os níveis de aspiração do praticante. Pode-se também considerar que, quando

os recursos individuais forem muito maiores do que a demanda da tarefa, não há garantia de sucesso, pois esses mesmos aspectos mediadores poderão interferir negativamente no rendimento.

A melhoria e o desenvolvimento das capacidades individuais (físicas, técnicas, psicológicas, intelectuais, entre outras) passam necessariamente pelo processo de treinamento e, de acordo com a forma, intensidade e precocidade que o mesmo é inserido na vida esportiva da criança, poderá causar diferentes problemas ao praticante (De Rose Jr., 2002).

Um dos grandes problemas do treinamento e da competição infantil é a visão adulta do processo. Os professores e técnicos envolvidos com o esporte infantil utilizam o conhecimento adquirido a partir de modelos de treinamento adulto para planejar e ministrar treinamento aos jovens atletas, não considerando a necessidade e a realidade dos sujeitos, em função do seu nível de desenvolvimento. Segundo Marques e Oliveira (2002) há carência de maior aprofundamento de conhecimentos nessa área, que se apóia, prioritariamente, nas evidências empíricas e menos na abordagem científica. Esses autores apontam quatro pontos fundamentais que podem interferir diretamente na seqüência da vida esportiva dos jovens: a natureza dos exercícios do treino, a estrutura e a dinâmica da carga de treinamento, o desenvolvimento de habilidades motoras e o sistema competitivo, que já foi abordado anteriormente neste capítulo.

Sabe-se, contudo, que os aspectos psicológicos também têm uma significativa influência no processo de desenvolvimento esportivo de crianças e jovens.

O TREINAMENTO E A COMPETIÇÃO INFANTIL: IMPLICAÇÕES PSICOLÓGICAS

Outro fator, decorrente desse contexto e que não pode ser ignorado, está relacionado às conseqüências psicológicas do processo de treinamento e da competição. Esse é um tema controvertido, pois há correntes que defendem a participação irrestrita das crianças em eventos competitivos e nos treinos intensos e há aqueles que desaprovam totalmente esse procedimento, ressaltando os sérios riscos à saúde e as conseqüências psicológicas negativas (De Rose Jr., 1998, 2002; Tani; Teixeira; Ferraz, 1994).

O treinamento e a competição, com todas as suas implicações e conseqüências podem se tornar fatores geradores de *stress* para qualquer atleta e, especialmente, para os jovens, que ainda não estão devidamente estruturados (física, psicológica e socialmente) para enfrentar e lidar com as diferentes situações decorrentes desse processo. Alguns estudos apontam esses dois fatores como causadores de *stress* em jovens atletas, por questões que envolvem as rotinas e a intensidade dos treinos, falta de repouso, dificuldade da tarefa, importância da competição, cobranças excessivas e confrontos. Esses resultados foram encontrados em estudos realizados no Brasil com atletas de alto nível (De Rose Jr.; Deschamps; Korsakas, 1999) e com jovens atletas de diferentes idades e modalidades esportivas (De Rose Jr.; Deschamps; Korsakas, 2001a, 2001b; Samulski; Chagas, 1992, 1996).

Outros autores apontam os efeitos do *stress* provocado pelo excesso de treinamento e/ou competição inadequada, com cobranças exageradas em relação à capacidade das crianças e jovens atletas. Segundo esses autores, o *stress* excessivo, associado a situações de cobrança, pode chegar a produzir diferentes reações como: transtornos psicossomáticos, problemas dermatológicos, transtornos gastrointestinais, alterações de apetite, alterações no sono e até insônia, desvios de comportamento, aumento da ansiedade e da agressividade, esgotamento físico e psicológico (*burnout*), distúrbios cognitivos (falta de atenção e concentração, distrações, esquecimento, bloqueio mental) e síndrome de saturação esportiva (De Rose Jr., 1996; Lima, 2000; Sobral, 1994; Soares, 1988; Trepode, 2001).

Especialmente em relação à “síndrome de saturação esportiva”, Trepode (2001) afirma que as causas podem ser *psicológicas* (falta de diversão, aborrecimento, *stress* competitivo), *físicas* (não suportar as cargas de treinamento e não ter habilidade suficiente para melhorar e desempenhar bem as destrezas esportivas) e *situacionais* (não jogar, falta de apoio social, autoritarismo dos técnicos e cobranças de companheiros de equipe).

Em relação às causas situacionais, De Rose Jr., Deschamps e Korsakas (2001a, 2001b), consideram o jogo como o principal fator de *stress* em jovens jogadores de basquetebol. Nesse contexto as principais fontes de *stress* seriam: a falta de competência dos atletas, arbitragem, técnico e companheiros de equipe.

Esses resultados levam a considerar que o clima competitivo é um dos pontos cruciais para a participação da criança e do jovem em atividades esportivas. Segundo Mesquita (1997) e Becker Jr. (2000) o clima criado em torno da competição, e por que não citar também o do treinamento, deve ser facilitador para a aplicação dos conhecimentos, capacidades e habilidades dos jovens atletas. As circunstâncias do ambiente e a atuação dos adultos (técnicos e pais, principalmente) é que poderão minimizar o *stress* competitivo, permitindo-se o erro, proporcionando a vivência de diferentes opções, estimulando a criatividade e incentivando o jovem a arriscar-se de forma responsável e dentro de suas possibilidades.

Como já foi mencionado, os adultos têm grande importância no desenvolvimento esportivos das crianças e jovens, especialmente pais e técnicos. A seguir serão feitas algumas considerações sobre o tema.

PAIS E TÉCNICOS: UM CAPÍTULO À PARTE

Por que determinada criança escolhe uma modalidade, ou um clube ou ainda aquele determinado técnico? Ou será que essa criança é induzida a escolher por “livre e espontânea vontade dos pais”?

Segundo Tani (2001), o contexto social tem forte influência no envolvimento da criança com o esporte. Técnicos, professores, pais, mídia e as instituições esportivas são fortes influências não só no momento de iniciar a prática, mas também na modalidade que irá praticar. A natureza e a extensão do esporte dependem muito do conjunto de crenças e expectativas mantidas pelo pais. Eles são, juntamente com professores, técnicos e outros atletas, modelos muito influentes nessa escolha.

Becker Jr. (2000) afirma que a criança deveria poder ter informações sobre os diferentes esportes e depois poder praticá-los, de acordo com suas aptidões e necessidades psicofísicas. No entanto, segundo esse autor, o critério de escolha parece estar mais voltado para as necessidades e disponibilidades dos pais.

A realidade prática mostra que muitos jovens são trazidos para o esporte pelas mãos (literalmente) de seus esperançosos pais, que vislumbram em seus filhos grandes futuros atletas. A expectativa é de que a criança mantenha um *status* adquirido por aqueles que foram grandes atletas, ou

que praticaram o esporte com alguma regularidade, ou então que obtenha o *status* nunca alcançado por aqueles que não tiveram a oportunidade ou a capacidade de se destacar numa atividade esportiva competitiva.

Em alguns casos o jovem até consegue um bom desempenho, mas em outros tantos fica evidente a frustração por estar fazendo algo que lhe foi imposto, ao invés de praticar outro esporte e, até mesmo, outra atividade.

Muitas vezes a vontade de vencer, de mostrar toda a capacidade de trabalho e de agradar a instituição à qual está vinculado, leva o técnico a proceder de maneira inadequada com os jovens atletas que procuram por uma oportunidade de praticar uma atividade esportiva.

Então, pode-se questionar inicialmente: quais os critérios utilizados pela maioria dos técnicos para definir a escolha de um jovem para fazer parte de sua equipe? A resposta a essa questão, se for levada em consideração a realidade e não o que apregoa a literatura especializada, é que o que ainda impera é a “experiência” e a “capacidade de discernimento” que a maioria dos técnicos que trabalha com esporte infantil julga possuir.

Os parâmetros maturacionais, a prontidão esportiva, o desenvolvimento cognitivo são deixados de lado, ou pela total falta de conhecimento por parte do profissional ou pela falta de estrutura para realizar análises mais adequadas.

Confundem-se também os objetivos dos envolvidos no processo. Como conseguir colocar em um mesmo nível e em uma mesma direção os objetivos dos jovens, dos pais e dos técnicos. Alguns estudos, como o de Götze (2002), mostram que existe uma falha de comunicação entre as partes e que, nem sempre, os objetivos são semelhantes. Nesse estudo, a autora concluiu que existe divergência entre pais e crianças quanto aos motivos que levam a criança a praticar determinado esporte. Enquanto a criança tem como motivo gostar do esporte que escolheu e a sua competência para aquele determinado esporte, os pais pensam na ocupação do tempo livre da criança e em um esporte que já foi praticado pelo pai.

A criança ou o jovem, quando procura pela prática do esporte, pode estar pensando em uma atividade que o aproxime do grupo e que atenda suas expectativas. Enquanto isso os pais podem estar pensando em seu futuro como atleta e o técnico no resultado imediato, ou seja, na próxima vitória.

Essa incongruência pode gerar uma instabilidade no comportamento do jovem atleta, pois além de não estar pronto para responder às exigências do contexto competitivo (aí também incluído o treinamento), ele poderá ter dificuldade em entender e discernir sobre o que dele se espera, a partir da visão de seus pais e seu técnico. Essa é uma das formas de pressão sobre o atleta em formação e que pode afetar seu desempenho imediato e até seu futuro como esportista. Segundo Vieira e Vieira (2001), sob muita pressão, qualquer atividade pode gerar emoções negativas como a perda do prazer e o desfrute da atividade.

Comparando-se os aspectos que definem a inserção das crianças no contexto esportivo e a relação entre os principais agentes dessa inserção, ou seja, a própria criança, os pais e os técnicos, pode-se, através do Quadro 1, definir aspectos favoráveis e desfavoráveis dessa inserção. Lembrando que este é um posicionamento adequado para os iniciantes. À medida que a criança adquire experiência e prontidão esportiva as dificuldades poderão aumentar gradativamente, até se atingir um nível de participação em atividades de alto rendimento.

Aspectos favoráveis	Aspectos desfavoráveis
Início espontâneo	Início induzido e/ou antecipado
Prática de várias experiências motoras	Prática de gestos específicos
Poder escolher uma modalidade	Ser imposta uma modalidade
Ter a oportunidade de jogar	Ter que jogar
Jogar de acordo com suas competências	Ter que jogar bem
Poder divertir-se e desfrutar da atividade	Assumir um compromisso e responsabilidade
Vencer se possível	Vencer sempre e a qualquer custo

Quadro 1 – Aspectos favoráveis e desfavoráveis da inserção da criança no esporte

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como ponto final desta abordagem não se pode ignorar que a criança é o ponto central desse processo.

Todo e qualquer tipo de ação, estratégias, métodos e organização de trabalho deve atender às necessidades e expectativas dos jovens. A inversão desse processo, a criança a serviço do treino ou da competição, pode gerar situações inadequadas e que servirão para destacar os pontos negativos dos praticantes em fase de formação, os quais poderão trazer prejuízos irrecuperáveis para seu desenvolvimento esportivo e como cidadão. Além disso, alimentarão aqueles que condenam o esporte e a competição em determinadas fases da vida das crianças, entendendo como maléfica sua inclusão.

Deve-se entender que a competição, por si só, é um processo altamente seletivo e que destaca de forma irrefutável as virtudes e as incapacidades das pessoas. Saber lidar com essa situação e adequá-la gradativamente à evolução esportiva do jovem deve fazer parte de um processo progressivo, no qual as dificuldades não desaparecerão, mas serão propostas de acordo com o nível do praticante, fazendo com que ele aprenda a tomar decisões e a solucionar problemas, permitindo-se o erro e utilizando-o como subsídio para novas aprendizagens.

Dessa forma, é importante que os adultos envolvidos (pais e profissionais) conheçam não somente os aspectos estruturais desse contexto que engloba o treinamento e a competição, mas, fundamentalmente, entendam a criança e o jovem. Conheçam suas características físicas, fisiológicas, técnicas, psicológicas, intelectuais e sociais, para poder estabelecer as melhores relações, métodos e estratégias visando a melhora global e progressiva e não somente a evolução de um ponto específico durante um determinado período de tempo.

Competir e, conseqüentemente, submeter-se a um processo de treinamento não pode ser encarado como atividade pressupostamente prejudicial ao desenvolvimento da criança ou do jovem. É óbvio que nem todos que competem terão sucesso. Há limites individuais e esta é uma realidade da competição. Muitos tentam mas não conseguem atingir o topo.

Mas será que o valor da competição deve restringir-se ao *podium*? Será que não se poderá utilizá-la como uma forma para a obtenção de

outros objetivos, que não sejam a vitória a qualquer custo ou a medalha de ouro? Será que não se poderia utilizá-la como estratégia para melhorar a qualidade de vida de tantos jovens, mesmo contando com fatores como frustração, derrota e perda?

Treinar para aprender e melhorar, sem as cobranças típicas daqueles que somente visualizam grandes resultados e pensam em seus objetivos pessoais, pode, sem dúvida, diminuir o impacto do treinamento e da competição nos jovens, quer no plano físico, psicológico e até mesmo no social, proporcionando um melhor relacionamento entre os componentes de uma equipe e desses com outras pessoas externas ao grupo.

Isso no entanto somente será possível se o pensamento for voltado para a criança e para o jovem e não para o método e/ou o resultado. Ou seja, deve-se ter uma visão infantil do processo em detrimento da visão adulta que impera e adultera o processo competitivo, tornando-o inadequado para a grande maioria dos futuros atletas que somente buscam a diversão e a melhora de suas condições individuais para, quem sabe, no futuro tornarem-se verdadeiros atletas.

REFERÊNCIAS

BECKER Jr., B. (Org). *Psicologia aplicada à criança no esporte*. Novo Hamburgo: FEEVALE, 2000.

CAILLOIS, R. The structure and classification of games. In: MORGAN, W. J.; MEIER, K. V. (Ed.). *Philosophic inquiry in sport*. Champaign, Human Kinetics, 1998.

DE ROSE Jr., D. *Stress pré-competitivo no esporte infanto-juvenil: elaboração e validação de um instrumento*. Tese (Doutorado)–Instituto de Psicologia, USP, São Paulo, 1996.

_____. Competição infantil: stress ou divertimento? In: MIRANDA, R. *Simpósio Mineiro de Psicologia do Esporte*. Juiz de Fora: UFJF, 1998. p. 1-6.

_____. *Situações específicas e fatores de stress no basquetebol de alto nível*. Tese (Livre Docência)–EEFEUSP, São Paulo, 1999.

DE ROSE Jr. A criança, o jovem e a competição esportiva: considerações gerais. In: DE ROSE Jr., D. (Ed.). *Esporte e atividade física na infância e na adolescência*. Porto Alegre: Artmed, 2002. cap. 5.

DE ROSE Jr., D.; DESCHAMPS, S. R.; KORSAKAS, P. Situações causadoras de stress no basquetebol de alto rendimento: fatores competitivos. *Revista Paulista de Educação Física*, 13, 2, p. 217-229, 1999.

_____. O jogo como fonte de stress no basquetebol infanto-juvenil. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 1, 2, p. 36-44, 2001a.

_____. Competitive stressful situations in youth basketball. In: PAPAIOANNOU, A.; GOUDAS, M.; THODORAKIS, Y. (Ed.). *10th World Congress of Sport Psychology – Programme and Proceedings*. Athens: Christodoulis, 2001b. v. 5. p. 73-75.

FERRAZ, O. L. O esporte, a criança e o adolescente: consensos e divergências. In: DE ROSE Jr., D. (Ed.). *Esporte e atividade física na infância e na adolescência*. Porto Alegre: Artmed, 2002. cap. 2.

GÖTZE, M. M. *A comunicação entre crianças, pais e treinadores na escolinha esportiva de basquetebol, em aulas e eventos esportivos*. Dissertação (Mestrado)–Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2002.

LIMA, D. F. *Treinamento precoce e intenso em crianças e adolescentes*. Belo Horizonte: Health, 2000.

MALINA, R. Competitive youth sports and biological maturation. In: BROWN, E. V.; BRANTA, C. F. (Ed.). *Competitive sports for children and youth: an overview of research and issues*. Champaign: Human Kinetics, 1988. p. 227-245.

MARQUES, A. T.; OLIVEIRA, J. O treino e a competição precoce dos mais jovens: rendimento versus saúde. In: BARBANTI, V. J. et al. *Esporte e atividade física: interação entre rendimento e saúde*. São Paulo: Manole, 2002. cap. 4.

MATVEEV, L. *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Moscou: Radulga, 1987.

MESQUITA, I. *Pedagogia do treino: a formação em jogos desportivos colectivos*. Lisboa: Horizonte, 1997.

SAMULSKI, D.; CHAGAS, M. H. Análise do estresse psíquico na competição em jogadores de futebol de campo das categorias infantil e juvenil. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 5, 4, p. 12-18, 1992.

_____. Análise do estresse psíquico na competição em jogadores de futebol de campo das categorias juvenil e junior. *Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina*, 11, 19, p. 3-11, 1996.

SOARES, J. M. C. O treino desportivo intensivo precoce. *Revista Horizonte*, 4, 24, p. 191-196, 1988.

SOBRAL, F. *Desporto infanto-juvenil: prontidão e talento*. Lisboa: Horizonte, 1994.

TANI, G. A criança no esporte: implicações da iniciação esportiva precoce. In: KREBS, R. J. et al. (Org.). *Desenvolvimento infantil em contexto*. Florianópolis: Ed. UDESC, 2001. p.101-113.

_____. Aprendizagem motora e esporte de rendimento: um caso de divórcio sem casamento. In: BARBANTI, V. J. et al. *Esporte e atividade física: interação entre rendimento e saúde*. São Paulo: Manole, 2002. cap.9.

TANI, G.; TEIXEIRA, L.; FERRAZ, O. L. Competição no esporte e educação física escolar. In: CONCEIÇÃO, J. A. N. (Coord.). *Saúde escolar: a criança, a vida, a escola*. São Paulo: Sarvier, 1994. p. 73-86.

TREPODE, N. F. Abandono del deporte en los jóvenes. *Lecturas: Educación Física y Deportes: Revista Digital*, 7, 40, 2001. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com>>.

VIEIRA, J. L. L.; VIEIRA, L. F. Crianças no esporte: implicações do abandono de talentos do contexto esportivo. In: KREBS, R. J. et al. (Org.). *Desenvolvimento infantil em contexto*. Florianópolis: Ed. UDESC, 2001. p.115-133.