

Competição e Formação Esportiva

Objetivos das competições no esporte

- Desafio
- Demonstrar capacidades e deficiências
- Vitrine; Promoção; Marketing
- Comparações
- Estimular melhora do desempenho
- Saúde, Social, Econômica, Educação
- Promover integração
- Ensinar valores, ética, amizade, etc.
- Status
- Avaliação, auto-avaliação
- Satisfação pessoal
- Integração social
- Superação
- Preparar para vida
- Motivação
- Provar o valor pessoal
- Resultado do treinamento
- Conhecimento corporal
- Descobrir talentos
- Promover ciência
- Poder político
- Disciplina
- Formação
- Medir forças
- Desenvolver competências
- Atrair pessoas para esporte

Significado da competição/competir

- Gosto pelo esporte
- Diversão; Recreação
- Modo de vida
- Superação
- Disputa
- Metas
- Conhecer limites
- Vencer
- Disputa contra si mesmo
- Auto avaliação
- Aprendizado
- Medir forças
- Materialização de novos desafios

Prontidão para competir

- Saber ser: autodisciplina, controle
- Saber estar: respeito, companheirismo, espírito de equipe
- Saber fazer: habilidades motoras gerais e específicas
- Vontade; Gosto
- Resultado esperado durante treino
- Condições psicológicas
- Depois da puberdade
- Após compreensão do objetivo e do papel da competição
- Após reconhecer o esforço próprio e do treinador
- Motor – perceptivo – social – psicológico – emocional – intelectual – crescimento – maturação
- Adaptações para as faixas etárias

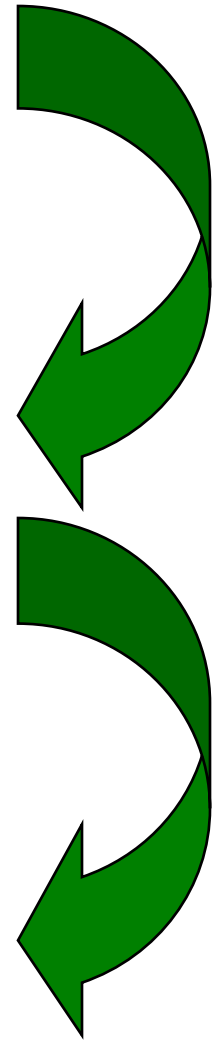
Problemas

- Visão/Modelo adulta
- Implicações psicológicas, biológicas, físicas
- Separação por idades na adolescência (Maturação)
- Experiência negativa (cobrança, pressão, etc.)
- Especialização precoce
- Ênfase na vitória
- Valorização do resultado
- Profissionalização
- Competitividade
- Processos seletivos
- Falta de flair-play
- Frustração (derrota, insucesso, etc.)
- Família, treinadores, amigos, companheiros de treino
- Não respeitar processo de desenvolvimento e maturação
- Desinteresse pelo esporte
- Exigir demais de si

ESPORTE

TREINAMENTO

COMPETIÇÃO



Competição: síntese de definições

- Disputa: física e psicológica
- Superação de marcas: pessoais ou estabelecidas
- Confronto - luta – antagonismo – medição de força
- Medida e avaliação do rendimento individual/coletivo
- Obtenção do melhor resultado: vitória
- Atividades subordinadas a regras rígidas
- Derrota - frustração
- Comparação de desempenho ou resultado
- Seleção

Competição: fatores evidenciados

Confronto

Entre dois ou mais competidores ou grupos

Demonstração

De capacidades e de habilidades adquiridas no treinamento

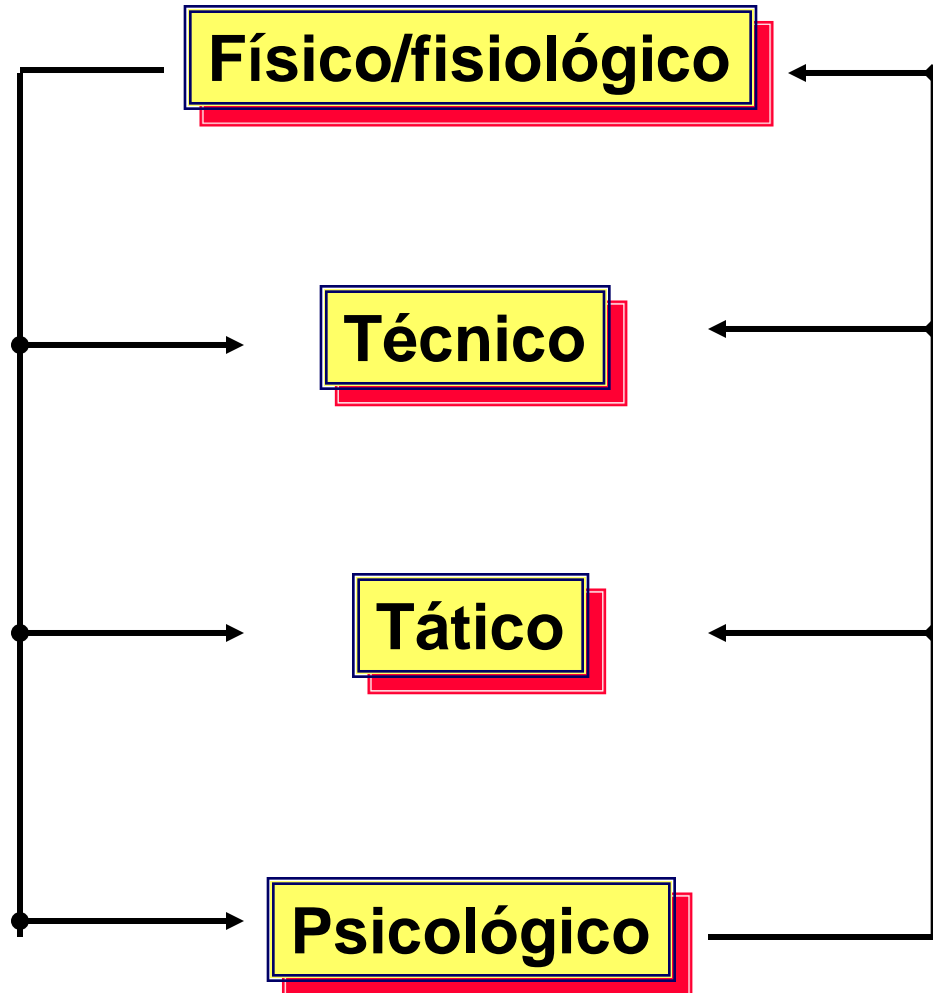
Comparação

Desempenho em função de um padrão: próprio ou estabelecido

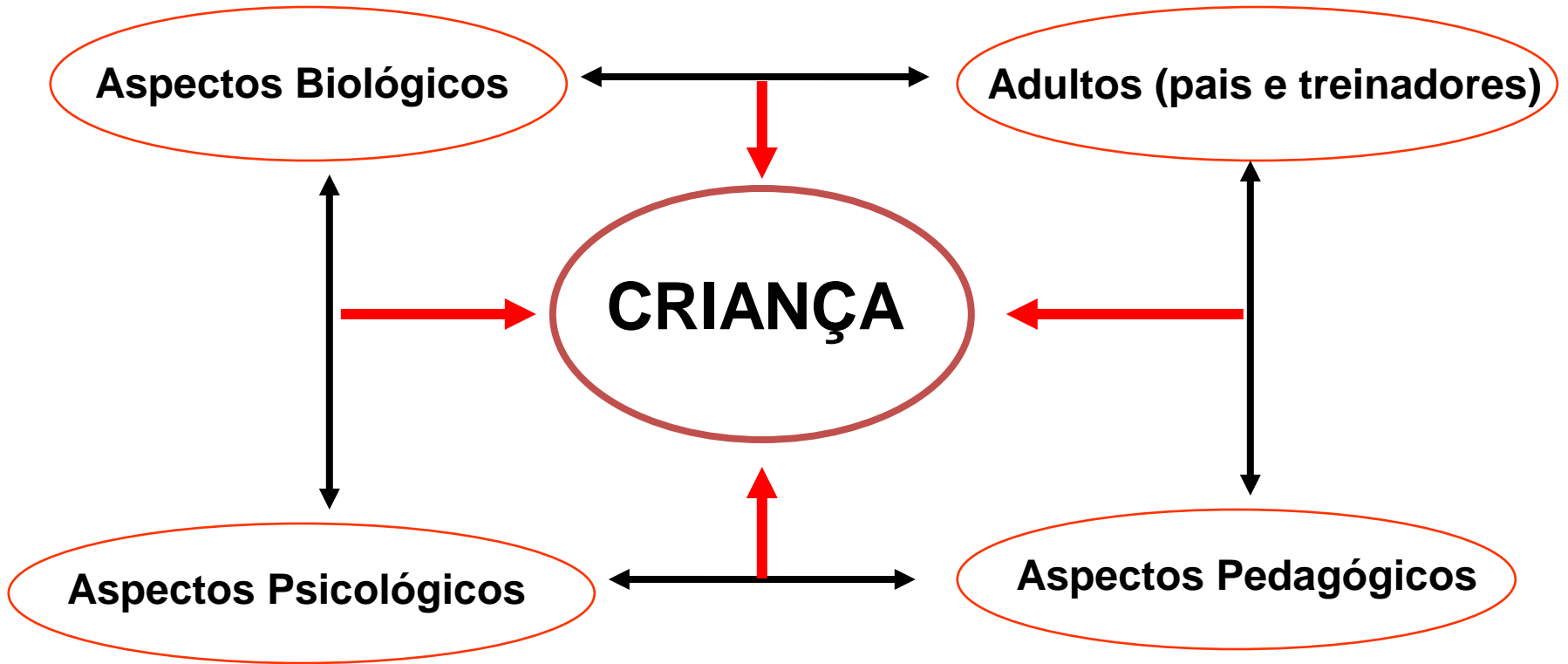
Avaliação

Do desempenho: qualitativa ou quantitativa

Componentes da Competição



Competição Infantil



Competição e Participação Esportiva

- Significa desafio e luta, para demonstrar a capacidade de obter resultados. Forma máxima de expressão do esporte (Caillois, 1988)
- Competir é situação inerente ao Esporte
- Não há **Esporte** sem **competição** (Marques & Oliveira, 2002)
- Quem não aprecia competir não aprecia o Esporte
- Componente dentro do Processo de FE
- Fator de motivação
- Comparação social, avaliação, demonstração de capacidades, confraternização, etc.

Estrutura e conteúdo das competições

(Marques, 2003)

- Opor à especialização precoce
- Promover a prestação em longo prazo
- Apoiar sistema de treinamento adequado
- Promover e valorizar a participação de todos
- Incentivar a socialização e as relações saudáveis
- Considerar limites fisiológicos e psicológicos

Desafios

- Lidar com vitórias e derrotas e aproveitar cada situação para a formação dos jovens
- Aceitar filosofia/princípios de outros
- Aceitar decisões de árbitros e oficiais
- Aceitar os erros de companheiros
- Apoiar as estratégias da equipe
- Evitar comparações como parâmetros de progresso

Problemas com as competições

(Bompa, 2001)

- Satisfazer outros (pais, treinadores, mídia, etc.)
- Demanda psicológica e emocional elevada
- Calendário competitivo intensivo
- Começar a competir muito cedo
- Competir mais do que treinar
- Ênfase: vitória X desenvolvimento das habilidades
- Aplicação X desenvolvimento das habilidades
- Discriminação àqueles de maturação tardia
- Risco de lesões

Quando a criança deve competir?

- Quando apresentar prontidão:
 - desejo de competir;
 - apresentar nível de habilidade apropriado e desenvolvimento cognitivo;
 - condições fisiológicas;
- Objetivo principal: prazer pela participação;
- Desencorajar competições antes de 7/8 anos de idade;
- Inicie competições formais por volta do final da segunda infância (11/12 anos de idade).

ESPORTES	Idades de início no esporte	Idades de início da especialização	Idades para alto rendimento
Atletismo			
Velocidade	10-12	14-16	22-26
Meia distância	13-14	16-17	22-26
Longa distância	14-16	17-19	22-25
Saltos	12-14	16-18	22-25
Lançamentos	14-15	17-19	23-27
Basquetebol	10-12	14-16	22-28
Handebol	10-12	14-16	22-26
Futebol	10-12	14-16	22-26
Ginástica			
Moças	6-8	9-10	14-18
Rapazes	8-9	14-15	22-25
Judô	8-10	15-16	22-26
Natação			
Moças	7-9	11-13	18-22
Rapazes	7-8	13-15	20-24
Tênis			
Moças	7-8	11-13	17-25
Rapazes	7-8	12-14	22-27
Voleibol	10-12	15-16	22-26

Idades de início, especialização e alto rendimento esportivo.
(modificado de BOMPA, 2000)

Sugestões para tipos e volume de competições

(Bompa, 2001)

Idade (anos)	Tipo de competições	Freqüência de competições por ano
4-7	Competições não formais, apenas por diversão	-
8-11	Competições formais, com ênfase nas habilidades do que na vitória. Participar em outras modalidades	MEC: 5-10
12-13	Competições organizadas em que o objetivo é atingir certo nível de condicionamento físico, técnico e /ou tático , ao invés de vitória	MEC: 10-15 MEI: 5-8
14-16	Participar em competições sem pressões para obter o melhor desempenho	MEC: 15-20 MEI: 8-10
17-19	Participar de torneios para qualificação estadual e nacional. Estar preparado para atingir o pico de desempenho na categoria superior	MEC: 20-35 MEI:- curta duração: 20-30 - longa duração: 6-8

Competições (Bompa, 2001)

- Visam preparar adequadamente para as exigências do esporte de alto nível;
- Preparar para a vida;
- Reforço da motivação para o treino (envolvimento);
- Não deve comprometer as demais atividades.

Federações esportivas e organização de competições para jovens (Arena & Bohme, 2004)

Diferenças entre as federações esportivas

- Idades em que se iniciam as competições, com uma variabilidade entre os 5 e os 12 anos de idade, na idade mínima adotada;



- No número de categorias menores varia entre três (ginástica) e oito (futsal) divisões de idades, à denominação das categorias e às idades correspondentes, com variações maiores em relação às idades do que as denominações que freqüentemente se repetem, como mirim, infantil, infanto-juvenil e juvenil;



- Nas idades das categorias que precedem a categoria adulta (geralmente categoria juvenil), variam entre 14 e 19 anos de idade.



Categorias de menores e faixas etárias em modalidades coletivas

BASQUETE BOLA	HANDEBOL	FUTSAL	VOLEIBOL
		Iniciação I – 5/6 anos	
		Iniciação II – 6/7 anos	
Pré-mini – 12 anos *		Fraldinha – 7/8 anos	
Mini – 13 anos		Pré-mirim – 9/10 anos	Pré-mirim – 10/13 anos
Mirim – 14 anos	Mirim – 11/12 anos	Mirim – 11/12 anos	Mirim – 14 anos
Infantil – 15 anos	Infantil – 13/14 anos	Infantil – 13/14 anos	Infantil – 15 anos
Infante – 16 anos		Infante – 15/16 anos	Infante – 16/17 anos
Cadete – 17 anos *	Cadete – 15/16 anos		
Juvenil- 18/19 anos	Juvenil – 17/18 anos	Juvenil – 17/19 anos	Juvenil – 18/19 anos

* esta categoria não possui feminino

Categorias de menores e faixas etárias nas modalidades individuais

ATLETISMO	GINÁSTICA	JUDÔ	NATAÇÃO	TÊNIS
Pré-mirim – 12/13 anos			Mirim I e II – 9 e 10 anos	10 anos
Mirim – 14/15 anos	Pré-Infantil-8/10 anos	Mirim-7/8 anos*	Petis I e II – 11 e 12 anos	11 e 12 anos
Menores – 16/17 anos	Infantil 11/12 anos	Infantil-9/10 anos*	Infantil I e II – 13 e 14 anos	13 e 14 anos
		Infanto-11/12 anos*		15 e 16 anos
		Pré-juvenil-13/14 anos*		17 e 18 anos
Juvenil – 18/19 anos	Juvenil-13/14 anos	Juvenil 15/16 anos*	Juvenil I e II – 15 e 16 anos	
		JR 18/19 anos*	JR I e II – 17 e 18/19 anos	

* além das divisões de categorias por idade, existe a divisão por peso corporal.

FEDERAÇÃO	CATEGORIAS (adaptações)	CATEGORIAS (adaptações)
BASQUETEBOL	Categoria pré-mini (12 anos) -tamanho da bola e altura da tabela -4 tempos (quartos) -substituições (2 quartos)	Categorias mini e mirim (13 e 14 anos) -tamanho da bola -substituições (2 quartos)
HANDEBOL	Categoria mirim (11-12 anos) -3 tempos de 15 minutos -Substituir todos no 1º e 2º tempo -Intervalo de 5 minutos -Defesa individual e tamanho da bola	Categoria infantil (13-14 anos) -3 tempos de 15 minutos -Trocar todos nos 1º e 2º tempo – 3º livre -Intervalo de 5 minutos -Defesa individual e tamanho da bola
FUTSAL	Categorias iniciação, pré e mirim (6-10 anos) -4 Quartos e tamanho da bola	Categoria infantil (13-14 anos) 2 tempos (15 minutos)
VOLEIBOL	Categoria pré-mirim (10-13 anos) -sistema de jogo 6x0 e 4x2 -limites de trocas nos sets; rede	Categoria mirim (14 anos) -sistema de jogo 6x0 e 4x2 -limites de trocas nos sets; altura da rede
ATLETISMO	Categoria pré-mirim (12-13 anos) -pelota e provas de fundo 1000 mts -barreiras (6 com altura de 60 cm) -salto em distância sem a prancha	-
GINÁSTICA	GRD – pré-infantil (8-10 anos) -série de mãos livres -2 aparelhos -categorias com regulamentos próprios	GO – pré-infantil (8-10 anos) -feminino (4 aparelhos) com séries obrigatórias e adaptações na pontuação -masculino (6 aparelhos) com séries obrigatórias e adaptações na pontuação
NATAÇÃO	Mirim - provas de 50m (9-10 anos) Petis—até 400m livre e 200m medley	Categoria infantil (13-14 anos) -provas de 50m, 100m, 200m nos 4 estilos
JUDÔ	Categoria mirim e infantil (7-10 anos) -divisões pelo peso corporal -menor rigidez nos critérios	Categoria mirim e infantil (7-10 anos) -por equipe não há limite de peso -atendimento durante a competição
TÊNIS	Categoria de 10 anos -não tem 3 sets (termina 6x5) -não tem vantagens	Categoria de 10 anos -existe rackets menores, mas não é obrigatória a sua utilização

Principais adaptações realizadas pelas federações em competições para menores

Conclusões ...

- Existe um sistema de competição em idades baixas ou precoces em esportes como futsal, ginástica, judô, natação e tênis se compararmos com a recomendação da literatura sobre desenvolvimento motor e treinamento esportivo para jovens.
- No entanto, outras federações (basquetebol, handebol, voleibol e atletismo) apresentam idades adequadas para o início da competição;

Conclusões ...

- Existem formas de adaptação da competição nas categorias iniciais em todas as modalidades esportivas estudadas;
- Os calendários de competição são longos nos esportes coletivos e similares em todas as categorias menores dos esportes pesquisados;

Conclusões ...

- A forma de competição quanto à duração e periodicidade dos calendários pouco diferem entre a primeira e a última idades de menores;
- Quanto aos objetivos das competições com menores, a maior parte dos dirigentes pretende a renovação futura e a massificação do esporte.

Ginástica Artística Feminina

- **Pré-infantil A:** 9-10 anos
- **Pré-Infantil B:** 9-10 anos
- **Infantil A:** 10-12 anos
- **Infantil B:** 10-12 anos
- **Juvenil A:** 12-15 anos (premiação 12/13 e 14/15)
- **Juvenil B:** 12-15 anos (premiação 12/13 e 14/15)
- **Adulta:** a partir dos **13 anos CP oficial (CI e CIII)**



Adaptações

- ✓ Séries obrigatórias e séries livres com adaptação das regras oficiais
- ✓ Aparelhos
- ✓ Exigências de execução
- ✓ Valor das dificuldades