



Universidade Federal de Ouro Preto - UFOP
Escola de Educação Física – EEF
Bacharelado em Educação Física



TCC em formato de artigo

**Características antropométricas, fisicomotoras, psicossociais,
maturacionais e habilidades táticas de jovens atletas de
basquetebol de um colégio militar**

Harrison Assis Bizerra

**Ouro Preto
2019**

Harrison Assis Bizerra

**Características antropométricas, fisicomotoras, psicossociais,
maturacionais e habilidades táticas de jovens atletas de
basquetebol de um colégio militar**

Trabalho de Conclusão de Curso em formato de artigo formatado para Revista de Educação Física apresentado à disciplina Seminário de TCC (EFD-381) do curso de Educação Física em Bacharelado da Universidade Federal de Ouro Preto, como requisito parcial para aprovação na mesma.

Orientador: Prof. Dr. Emerson Filipino Coelho

**Ouro Preto
2019**

B625c

Bizerra, Harrison Assis .

Características antropométricas, fisicomotoras, psicossociais, maturacionais e habilidades táticas de jovens atletas de basquetebol de um colégio militar [manuscrito] / Harrison Assis Bizerra. - 2019.

37f.: il.: tabs.

Orientador: Prof. Dr. Emerson Filipino Coelho.

Monografia (Graduação). Universidade Federal de Ouro Preto. Centro Desportivo da UFOP. Departamento de Educação Física.

1. Basquetebol. 2. Jovens atletas. 3. Jogadores de basquetebol. 4. Esportes.
I. Coelho, Emerson Filipino. II. Universidade Federal de Ouro Preto. III. Título.

CDU: 796.323



FOLHA DE APROVAÇÃO

Harrison Assis Bizerra

Características antropométricas, fisicomotoras, psicossociais, maturacionais e habilidades táticas de jovens atletas de basquetebol de um colégio militar

Membros da banca

Emerson Filipino Coelho - Doutor - Universidade Federal de Ouro Preto
Francisco Zacaron Werneck - Doutor - Universidade Federal de Ouro Preto
Renato Melo Ferreira - Doutor - Universidade Federal de Ouro Preto

Versão final
Aprovado em 27 de novembro de 2019

De acordo

Emerson Filipino Coelho



Documento assinado eletronicamente por **Emerson Filipino Coelho**,
COORDENADOR DO CURSO DE BACHARELADO EM EDUCACAO FISICA,
em 06/12/2019, às 22:59, conforme horário oficial de Brasília, com
fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site
[http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?
acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0](http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0) , informando o código
verificador **0026613** e o código CRC **8845BA07**.

Referência: Caso responda este documento, indicar expressamente o Processo nº
23109.203741/2019-56

SEI nº
0026613

R. Diogo de Vasconcelos, 122, - Bairro Pilar Ouro Preto/MG, CEP 35400-000
Telefone: - www.ufop.br

Aos alunos e professores do Laboratório de Estudos e Pesquisa do Exercício e Esporte - LABESPEE, como também aos professores da Seção de Educação Física do Colégio Militar de Juiz de Fora pela contribuição na sistemática coleta de dados em que se embasou este trabalho.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus pela vida e por se fazer sempre presente.

Ao Prof. Dr. Emerson Filipino Coelho, meu orientador, pelo incentivo e convite aos trabalhos do LABESPEE. Por compartilhar seu conhecimento e pela confiança em mim demonstrada.

Ao Prof. Dr. Francisco Zacaron Werneck, pelos ensinamentos, generosidade e apoio constantes.

Ao Prof. Dr. Renato Melo Ferreira, pelos ensinamentos, convívio e por estar presente nesta minha jornada acadêmica.

Aos colegas que me receberam, comigo conviveram e aos que confio a continuidade dos trabalhos do LABESPEE. Laços fortes de amizade!

Ao amigo de todas as horas, Élcio Rodrigues das Dores, pelo estímulo e provocação a iniciar o Bacharelado em Educação Física.

À todo o corpo de professores e funcionários das escolas “Fortunata de Freitas Junqueira” e “Michael Pereira de Souza”, pelo apoio constante e confiança no meu trabalho junto aos alunos destas instituições.

À Ana Flávia, pela demonstração de amor, companheirismo e paciência de sempre.

À família Vargas, que me acolheu e se tornou meu suporte emocional e afetivo.

Pois onde estiver o teu tesouro,
aí também estará o teu coração.

Mateus 6:21

RESUMO

O basquetebol é uma modalidade esportiva coletiva, que envolve ações intermitentes com e sem a bola de baixa e alta intensidades, acompanhadas por breves períodos de descanso, exigindo que os jogadores tenham um alto nível de aptidão. O objetivo do estudo foi comparar o perfil antropométrico, fisicomotor, psicossocial, maturacional e habilidades táticas de jovens alunos/atletas de basquetebol masculino de um colégio militar. A amostra foi composta por 318 escolares do sexo masculino do Colégio Militar de Juiz de Fora (CMJF), com idade entre 12 e 17 anos, os quais foram divididos em dois grupos: Grupo 1) Jovens Atletas de Basquetebol (n=44); Grupo 2) Escolares Não Atletas (n=274). Foram avaliados os fatores: antropométricos; fisicomotores; psicossociais; maturacionais e habilidades táticas. Os Resultados demonstraram que os jovens basquetebolistas do sexo masculino integrantes da equipe de basquetebol do CMJF apresentam maior tamanho corporal, melhor desempenho fisicomotor, apresentam habilidades de *coping* e habilidades táticas diferenciadas e são avançados maturacionalmente em relação aos não atletas. Estes resultados podem auxiliar os professores do CMJF no processo de formação e seleção de jovens basquetebolistas.

Palavras chave: basquetebol, jovens atletas; escolares.

ABSTRACT

Basketball is a collective sport, involving intermittent actions of low and high intensity, with and without the ball, accompanied by brief rest periods, requiring players to have a high level of fitness. The aim of the study was to compare the anthropometric, psychomotor, psychosocial, maturational and tactical skills profile of young male basketball students/athletes from a military college. The sample consisted of 318 male students from the Military College of Juiz de Fora (CMJF), aged 12 to 17 years, who were divided into two groups: Group 1) Young Basketball Athletes (n = 44); Group 2) Non-Athletic Students (n = 274). The following factors were evaluated: anthropometric, psychomotor, psychosocial, maturational and tactical skills. The Results demonstrated that young male basketball players on the CMJF basketball team have larger body size, higher physical and motor performance, have coping skills and different tactical skills, and are more mature than non-athletes. These results can assist CMJF teachers in the process of training and selecting young basketball players.

Keywords: basketball; young athletes; schoolchildren.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Valores descritivos das variáveis antropométricas analisadas.....	19
Tabela 2. Valores descritivos das variáveis fisicomotoras analisadas.....	20
Tabela 3. Valores descritivos das variáveis psicossociais analisadas.....	21
Tabela 4. Valores descritivos das variáveis maturacionais analisadas.....	22
Tabela 5. Valores descritivos das habilidades táticas analisadas.....	22

SUMÁRIO

1	ARTIGO	10
2	INTRODUÇÃO	12
3	MÉTODOS	13
3.1	Amostra	13
3.2	Procedimentos e instrumentos	13
3.3	Análise estatística	18
4	RESULTADOS.....	19
5	DISCUSSÃO	23
6	CONCLUSÃO	25
	REFERÊNCIAS.....	26
	APÊNDICE A	29
	APÊNDICE B	30

Artigo Original

Características antropométricas, fisicomotoras, psicossociais, maturacionais e habilidades táticas de jovens atletas de basquetebol de um colégio militar

Resumo

Introdução: O basquetebol é uma modalidade esportiva coletiva, que envolve ações intermitentes com e sem a bola de baixa e alta intensidades, acompanhadas por breves períodos de descanso, exigindo que os jogadores tenham um alto nível de aptidão.

Objetivo: O objetivo do estudo foi comparar o perfil antropométrico, fisicomotor, psicossocial, maturacional e habilidades táticas de jovens alunos/atletas de basquetebol masculino de um colégio militar.

Métodos: A amostra foi composta por 318 escolares do sexo masculino do Colégio Militar de Juiz de Fora (CMJF), com idade entre 12 e 17 anos, os quais foram divididos em dois grupos: Grupo 1) Jovens Atletas de Basquetebol (n=44); Grupo 2) Escolares Não Atletas (n=274). Foram avaliados os fatores: Antropométricos; Fisicomotor; Psicossocial; Maturacional e Habilidades Táticas.

Resultados: Os resultados demonstraram que os jovens basquetebolistas do sexo masculino integrantes da equipe de basquetebol do CMJF apresentam maior tamanho corporal, maior desempenho fisicomotor, apresentam habilidades de *coping* e habilidades táticas diferenciadas e são avançados maturacionalmente em relação aos não atletas.

Conclusão: Estes resultados podem auxiliar os professores do CMJF no processo de formação e seleção de jovens basquetebolistas.

Palavras chave: Basquetebol, Jovens atletas; escolares.

Original Article

Anthropometric, psychomotor, psychosocial, maturational and tactical skills characteristics of young basketball athletes in a military school

Abstract

Introduction: Basketball is a collective sport, involving intermittent actions of low and high intensity, with and without the ball, accompanied by brief rest periods, requiring players to have a high level of fitness.

Objective: The aim of the study was to compare the Anthropometric, Psychomotor, Psychosocial, Maturational and Tactical Skills profile of young male basketball students/athletes from a military college.

Methods: The sample consisted of 318 male students from the Military College of Juiz de Fora (CMJF), aged 12 to 17 years, who were divided into two groups: Group 1) Young Basketball Athletes (n = 44); Group 2) Non-Athletic Students (n = 274), The following factors were evaluated: Anthropometric; Psychomotor; Psychosocial; Maturational and Tactical Skills.

Results: The Results demonstrated that young male basketball players on the CMJF basketball team have larger body size, higher physical and motor performance, have coping skills and different tactical skills, and are more mature than non-athletes.

Conclusion: These results can assist CMJF teachers in the process of training and selecting young basketball players.

Keywords: Basketball, Young athletes; schoolchildren.

Introdução

O basquetebol é uma modalidade esportiva coletiva de invasão, que envolve ações intermitentes com e sem a bola de baixa e alta intensidades, acompanhadas por breves períodos de descanso, exigindo que os jogadores tenham um alto nível de aptidão¹.

O desempenho esportivo no basquetebol depende de uma diversidade de qualidades individuais do atleta, incluindo composição corporal específica, força, velocidade, habilidades esportivas específicas, habilidades táticas e atributos psicológicos².

Estas características variam conforme as posições e funções no jogo. Em jovens atletas, é importante considerar a maturação biológica, pois pode influenciar na velocidade do desenvolvimento das características antropométricas, da força e outras qualidades físicas relevantes para o basquetebol, podendo interferir no desempenho esportivo durante o período de formação³.

Em jovens basquetebolistas, estudos comprovam a utilidade das baterias de testes para a identificação de potenciais talentos^{4,5,6}. O tamanho corporal e a aptidão física, por exemplo, podem contribuir para os processos de seleção de jovens atletas, mas a capacidade preditiva destes indicadores isoladamente é baixa^{7,6}.

Alunos/atletas ou jovens atletas são aqueles que, além das aulas de Educação Física escolar, praticam uma modalidade específica de forma regular, com a presença de um treinador e competições regionais, nacionais ou internacionais, pelo menos durante um período de uma estação⁸.

O Sistema Colégio Militar do Brasil oferece, no contra turno escolar, as práticas esportivas escolares aos seus alunos, e realiza anualmente os Jogos da Amizade entre os 13 colégios militares do Brasil. A equipe de basquetebol do Colégio Militar de Juiz de Fora (CMJF) tem conquistado títulos nas últimas edições dos Jogos e revelado jovens promissores. Neste sentido, torna-se relevante caracterizar o perfil destes escolares em razão da escassez de informações sobre a aptidão física e o desempenho motor desta população.

Diante do exposto, o objetivo do estudo foi comparar o perfil antropométrico, fisicomotor, psicossocial, maturacional e de habilidades táticas de jovens alunos/atletas de basquetebol masculino de um colégio militar.

Métodos

Amostra

A amostra foi composta por 318 escolares do sexo masculino com idade de 12 a 17 anos de um Colégio Militar de Minas Gerais, pertencente ao Sistema do Colégio Militar do Brasil. O projeto pedagógico da Educação Física escolar do Colégio Militar estimula os alunos a um estilo de vida saudável por meio da prática de atividades físicas, buscando o seu desenvolvimento físico e incentivando a prática habitual do esporte⁹.

Procedimentos e instrumentos

Este estudo é parte do “Projeto Atletas de Ouro: Avaliação Multidimensional e Longitudinal do Potencial Esportivo de Jovens Atletas” aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal de

Ouro Preto (CAAE: 32959814.4.1001.5150). Em seguida, a amostra foi dividida em dois grupos: Grupo 1) Jovens Atletas de Basquetebol (n=44), aqueles que participam das aulas de Educação Física escolar, realizam treinamento sistematizado de basquetebol em horário extracurricular e participam de competições regulares; Grupo 2) Escolares Não Atletas (n=274), aqueles que participam apenas das aulas de Educação Física escolar. Os indivíduos componentes do G1 permaneceram engajados em duas aulas semanais de Educação Física de 90 minutos e treinamento sistematizado de basquetebol durante 1 hora e 30 minutos em horário extracurricular duas vezes por semana e participaram de competições regionais e nacionais. Os componentes do G2 participaram somente das aulas de Educação Física. Os jovens atletas engajados em treinamento de outras modalidades esportivas, fora do ambiente escolar e sem adesão à pesquisa (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e o Termo de Assentimento assinados) foram excluídos da amostra.

Os testes foram realizados pelos pesquisadores e professores do próprio colégio previamente treinados para realização das avaliações. A caracterização do perfil multidimensional da amostra foi realizada sobre as dimensões do perfil antropométrico, fisicomotoras, psicossocial, maturacional e das habilidades táticas.

Indicadores Antropométricos

Foram realizadas medidas da massa corporal, estatura, envergadura e altura sentado, e três dobras cutâneas (tríceps, subescapular e perna) de acordo com os procedimentos adotados por Norton e Olds¹⁰. Para a medida da massa corporal foi utilizada uma balança antropométrica digital, graduada de 0 a 150

kg, com precisão de 0,05 kg. A medida da estatura será tomada através de um estadiômetro profissional (Avanutri, Brasil), graduado de 0 a 200 cm, com precisão de 0,10 cm. Para a medida da altura sentado, utilizou-se um estadiômetro portátil (Sany, Brasil) com banco acoplado, de modo que o avaliado mantinha os quadris flexionados formando ângulo de 90°. O comprimento de membros inferiores foi estimado a partir da diferença entre a estatura e a altura sentado. As medidas de dobras cutâneas foram obtidas usando adipômetro científico calibrado (Sany, Brasil). Durante estas medidas, os escolares trajavam uniforme de Educação Física e estavam descalços.

Indicadores Fisicomotores

A avaliação da flexibilidade dos músculos isquiotibiais e da coluna lombar foi realizada através do teste de sentar e alcançar, utilizando o banco de Whels (Sany, Brasil) com o apoio dos pés realizado na marca de 23 cm. Foram adotados os procedimentos de Gaya e Gaya ¹¹, sendo realizadas três tentativas, e considerada a maior medida alcançada. A potência muscular (força explosiva) de membros inferiores foi avaliada através do teste salto vertical com contra movimento (CMJ), utilizando-se um tapete de contato (Kit Multi-Sprint Full®, Hidrofit, Brasil), adotando os procedimentos descritos por Rodrigues e Marins ¹². As mãos foram posicionadas nos quadris, sendo solicitado ao avaliado a partir da posição de pé, realizar um agachamento rápido e o salto vertical em sequência. Foram realizados três saltos e considerado o melhor resultado.

Para avaliação da força explosiva de membros superiores, foi utilizado o teste arremesso de *medicineball*, com uma bola de 2 kg, sendo adotados os procedimentos de Gaya e Gaya ¹¹. Cada executante realizou duas tentativas, e registrou-se o melhor resultado. Para a avaliação da força isométrica máxima,

foi realizado o teste força de preensão manual, utilizando dinamômetro manual (Jamar®), seguindo os procedimentos descritos por Fernandes e Marins¹³. Foi realizadas três tentativas com a mão dominante, sendo considerado o melhor resultado. A velocidade de deslocamento foi avaliada pelo teste corrida de velocidade de 20 m, a partir do tempo obtido em *sprint* máximo, mensurado por sistema de células fotoelétricas (Kit Multi-Sprint Full®, Hidrofit, Brasil), seguindo os procedimentos de Gaya e Gaya¹¹. O executante realizou duas tentativas, sendo considerado o melhor tempo.

A resistência aeróbica foi avaliada pelo teste de corrida vai-e-vem de 20 m¹⁴. O ritmo da corrida foi estabelecido por um sinal sonoro. O teste começou com uma velocidade de 8,5 km/h, sendo acrescido 0,5 km/h a cada intervalo de 1 minuto. O teste terminou quando o avaliado para por fadiga ou quando não conseguiu alcançar a linha no mesmo tempo do sinal sonoro, em duas ocasiões consecutivas.

Indicadores Psicossociais

Para a avaliação do *coping* foi utilizado o *Athletic Coping Skills Inventory* – 28 na sua versão em português (ACSI-28BR)¹⁵. Para a avaliação da orientação às metas, foi utilizado o Questionário de Orientação para Tarefa ou Ego no Esporte (TEOSQ)¹⁶. Para avaliar a competência percebida dos atletas, foram utilizadas as seguintes questões: 1) “Considerando os fatores envolvidos no basquetebol, como você classifica o seu desempenho atual?”; 2) “Como você classifica o seu desempenho no basquetebol em comparação com outros atletas que disputam competições com você?”. Os atletas responderam as questões numa escala do tipo *Likert* (1-Fraco; 2-Razoável; 3-Bom; 4-Muito bom; 5-

Excelente).

Para avaliação do apoio familiar, utilizou-se o Fator 1 do IFATE ¹⁷. E para a identificação do nível socioeconômico foi utilizado o questionário proposto pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa ¹⁸.

Indicadores Maturacionais

A maturação biológica foi avaliada através dos indicadores de maturação somática: 1) percentual alcançado da estatura adulta prevista (%EAP); 2) idade prevista no pico de velocidade de crescimento em estatura (PVC). A estatura adulta prevista foi estimada através da relação da idade cronológica, a estatura atual e a massa corporal do avaliado, além da estatura dos pais biológicos ¹⁹. O indicador maturacional %EAP foi então calculado pela seguinte equação: $\%EAP = (\text{estatura atual} / \text{estatura adulta prevista}) * 100$. Quanto maior o %EAP, mais próximo o avaliado estará do estágio maduro (adulto). A partir de dados de referência, por faixa etária e sexo, foram calculados os escores Z, para obtenção das classificações do estágio maturacional dos avaliados em atrasados, normomaturados ou avançados. A idade prevista no PVC foi estimada por meio de equações de predição específicas por sexo, com base na idade cronológica do avaliado e medidas antropométricas, calculou-se o maturity offset (MO), que representa a distância em anos que o avaliado se encontra do PVC. O indicador maturacional Idade no PVC foi então estimado pela seguinte equação: $\text{Idade no PVC} = \text{idade cronológica atual} - (-1 * MO)$ ²⁰. Valores negativos indicam que os jovens ainda não atingiram o PVC, enquanto que valores positivos indicam que os jovens já atingiram o PVC.

Indicadores de Habilidades Táticas

Para avaliação das habilidades táticas foi aplicado o *Tactical Skills Inventory for Sports* (TACSIS) em sua versão para a língua portuguesa ²¹. O TACSIS consiste na avaliação do nível de habilidades táticas, qualidade de um atleta em realizar a ação correta no momento correto, a partir de quadro dimensões: 1) Posicionamento e decisão; 2) Conhecimento sobre as ações da bola; 3) Conhecimento sobre os outros e 4) Ação em mudanças de direção. As dimensões 1 e 2 referem-se às ações ofensivas, enquanto que as dimensões 3 e 4, às ações defensivas.

Análise estatística

Os dados foram descritos em termos de média e desvio-padrão. Para verificar possíveis diferenças entre os jovens atletas de basquetebol e não atletas foi utilizado o teste t de Student para amostras independentes. Para verificar a relação entre variáveis qualitativas foi empregado o teste do Qui-Quadrado. O valor de $p \leq 0,05$ foi adotado para significância estatística, sendo utilizado o *software* IBM SPSS versão 24 (IBM Corp., Armonk, NY).

Resultados

A média de idade dos atletas e não atletas foi similar ($14,6 \pm 1,4$ vs. $14,6 \pm 1,6$ anos, respectivamente; $p=0,97$). Quanto às características antropométricas, conforme a Tabela 1, foram observadas diferenças significativas, entre atletas e não atletas nas variáveis massa corporal ($65,3 \pm 13,1$ vs. $59,6 \pm 14,2$ kg; $p=0,01$), estatura ($173,5 \pm 10,3$ vs. $167,1 \pm 10,5$ cm; $p<0,0001$), altura sentado ($89,1 \pm 5,3$ vs. $86,6 \pm 5,9$ cm; $p=0,01$), envergadura ($178,7 \pm 11,6$ vs. $170,3 \pm 11,3$ cm; $p<0,0001$) e comprimento de membros inferiores ($84,4 \pm 6,3$ vs. $80,4 \pm 5,9$ cm; $p<0,0001$). Não foram observadas diferenças significantes no somatório de dobras cutâneas ($29,6 \pm 11,6$ vs. $33,4 \pm 14,8$; $p=0,11$) e no percentual de gordura corporal ($15,6 \pm 6,0$ vs. $17,7 \pm 7,3\%$; $p=0,08$).

Tabela 1. Valores descritivos das variáveis antropométricas analisadas, com média e desvio-padrão, entre os jovens atletas de basquetebol e não atletas.

VARIÁVEL	ATLETAS n=44		NÃO ATLETAS n=274		P-valor
	Média	DP	Média	DP	
Massa Corporal (kg)	65,3	13,1	59,6	14,2	0,01*
Estatura (cm)	173,5	10,3	167,1	10,5	0,0001*
Altura Sentado (cm)	89,1	5,3	86,6	5,9	0,01*
Comp. Memb. Inf. (cm)	84,4	6,3	80,4	5,9	0,01*
Envergadura (cm)	178,7	11,6	170,3	11,3	0,0001*
Gordura corporal (%)	15,6	6,0	17,7	7,3	0,08

* diferença estatisticamente significativa $p \leq 0,05$.

Quanto às características fisicomotoras, de acordo com a tabela 2, os jovens atletas foram mais rápidos na corrida de 10 metros e 20 metros, apresentaram maior força de preensão manual, maior força de arremesso, maior salto vertical e maior flexibilidade que os não atletas. Os jovens atletas

percorreram ainda maior distância no teste de resistência aeróbica, obtendo maior $VO_{2máx}$ ($50,1\pm 5,8$ vs. $45,8\pm 4,8$; $p<0,0001$) comparados aos não atletas, respectivamente.

Tabela 2. Valores descritivos das variáveis fisicomotoras analisadas com média e desvio-padrão, entre os jovens atletas de basquetebol e não atletas.

VARIÁVEL	ATLETAS n=44		NÃO ATLETAS n=274		P-valor
	Média	DP	Média	DP	
Preensão Manual	38,6	10	33,2	8,7	0,0001*
Salto Contra Mov. (cm)	32,4	8,0	28,7	6,9	0,002*
Arremesso Med. (m)	5,34	1,32	4,45	1,10	0,0001*
Veloc. 10m (s)	1,92	0,14	2,01	0,16	0,001*
Veloc. 20m (s)	3,39	0,24	3,56	0,32	0,002*
$VO_{2máx}$ (ml/kg/min)	50,1	5,8	45,8	4,8	0,0001*
Léger Distância (m)	1400,5	465,2	1077,8	385,2	0,0001*
Flexibilidade (cm)	24,3	8,6	20,5	8,4	0,042*

* diferença estatisticamente significante $p\leq 0,05$.

Quanto às características psicossociais apresentadas na Tabela 3, os jovens atletas alcançaram índices maiores nas habilidades de *coping* ($13,4\pm 2,3$ vs. $11,2\pm 2,8$; $p<0,0001$), exceto nas variáveis metas/preparação mental e livre de preocupação, e maior motivação para a tarefa em relação aos não atletas. Não foram observadas diferenças entre os grupos na motivação para o ego e no nível socioeconômico.

Tabela 3. Valores descritivos das variáveis psicossociais analisadas com média e desvio-padrão, entre os jovens atletas de basquetebol e não atletas.

VARIÁVEL	ATLETAS n=44		NÃO ATLETAS n=274		P-valor
	Média	DP	Média	DP	
Motivação Ego	2,4	0,9	2,4	0,8	0,832
Motivação Tarefa	4,3	0,6	3,9	0,8	0,005*
Lidar Adversidades	1,9	0,58	1,6	0,66	0,011*
Desempenho Pressão	1,7	0,7	1,2	0,8	0,0001*
Metas Preparo Mental	1,7	0,67	1,5	0,77	0,20
Concentração	2	0,51	1,7	0,66	0,002*
Livre Preocupação	1,5	0,66	1,4	0,74	0,27
Confiança Motivação	2,13	0,61	1,7	0,66	0,0001*
Treinabilidade	2,4	0,54	2,1	0,61	0,001*
Coping	13,4	2,3	11,2	2,8	0,0001*
Nível Sócio Econômico	29,2	4,4	29,1	5,1	0,80

* diferença estatisticamente significante $p \leq 0,05$.

Quanto às características maturacionais, conforme a Tabela 4, os jovens atletas demonstraram maior estatura predita e menor idade no pico de velocidade de crescimento (PVC) em relação aos não atletas, respectivamente. Não foram observadas diferenças significativas entre os grupos no percentual da estatura predita (%EAP) ($95,1 \pm 4,1$ vs. $93,9 \pm 5,1$ %; $p=0,17$). No entanto, a proporção de avançados maturacionalmente foi maior entre os jovens atletas em relação aos não atletas ($47,7\%$ vs. $27,2\%$, respectivamente; $X^2=7,872$; $p=0,02$).

Tabela 4. Valores descritivos das variáveis maturacionais analisadas com média e desvio-padrão, entre os jovens atletas de basquetebol e não atletas.

VARIÁVEL	ATLETAS n=44		NÃO ATLETAS n=274		P-valor
	Média	DP	Média	DP	
Estatura Predita	182,5	6,8	177,9	6,1	0,0001*
Idade PVC	13,6	0,7	14	0,6	0,001*
% Estatura Predita	95,1	4,1	93,9	5,1	0,17

PVC - idade prevista do pico de velocidade de crescimento em estatura.

* diferença estatisticamente significativa $p \leq 0,05$.

Os atletas foram melhores avaliados pelos treinadores, sendo 68,1% classificados com potencial esportivo 4 entre 5, comparado a 27,6% nos não atletas ($X^2=30,966$; $p < 0,0001$). Quanto às habilidades táticas, os jovens atletas obtiveram valores superiores aos não atletas, no conhecimento sobre as ações com bola ($4,2 \pm 0,9$ vs. $3,7 \pm 1,1$; $p=0,049$), no conhecimento sobre os outros ($4,1 \pm 1,1$ vs. $3,4 \pm 1,1$; $p=0,007$) e na ação em mudanças de direção ($4,6 \pm 0,8$ vs. $4,1 \pm 1,1$; $p=0,04$). Entretanto, não foram observadas diferenças entre os grupos em relação a habilidade de posicionamento e decisão ($4,1 \pm 0,9$ vs. $3,7 \pm 0,9$; $p=0,09$).

Tabela 5. Valores descritivos das habilidades táticas analisadas com média e desvio-padrão, entre os jovens atletas de basquetebol e não atletas.

VARIÁVEL	ATLETAS n=44		NÃO ATLETAS n=274		P-valor
	Média	DP	Média	DP	
TACSIS 1	4,1	0,9	3,7	0,9	0,09
TACSIS 2	4,2	0,9	3,7	1,1	0,049*
TACSIS 3	4,1	1,1	3,4	1,1	0,007*
TACSIS 4	4,6	0,8	4,1	1,1	0,04*

Tactical Skills Inventory for Sports (TACSIS); TACSIS: 1 Posicionamento e decisão; TACSIS 2: Conhecimento sobre as ações com bola; TACSIS 3: Conhecimento sobre os outros; TACSIS 4: Ação em mudanças de direção.

* diferença estatisticamente significativa $p \leq 0,05$.

Discussão

O objetivo desse estudo foi comparar o perfil antropométrico, fisicomotor, psicossocial, maturacional e habilidades táticas de jovens atletas de basquetebol de um colégio militar com o perfil de não atletas.

Em relação as variáveis antropométricas, a massa corporal, estatura, altura sentado, comprimento de membros inferiores e envergadura dos jovens atletas apresentaram diferenças significativas em relação aos não atletas. Os resultados observados estão em concordância parcial com o estudo de Torres-Unda ²², que apontam que os atletas de alto nível de basquetebol devem ser mais altos e possuírem maior envergadura, entretanto, jovens jogadores mais magros com maior capacidade de salto conquistaram maior espaço como titulares. Em relação ao percentual de gordura corporal não foi encontrada diferença estatística significativa. As variáveis antropométricas, sobretudo a estatura, são consideradas entre treinadores como critério fundamental para a seleção de jovens atletas de basquetebol ².

Nas variáveis fisicomotoras, destacam-se diferenças significativas na força de membros superiores através do teste de preensão manual e arremesso de *Medicine Ball* de 2 quilogramas. Também para as demais variáveis analisadas, salto vertical, velocidade na corrida de 10m e de 20m, distância no teste de resistência, $Vo_{2máx}$ e flexibilidade foram encontradas diferenças significativas, ainda que estes jovens atletas sejam escolares o que corrobora com o estudo de Hoffman *et al.*⁶, que demonstrou que as variáveis fisicomotoras de força de membros inferiores, altura de salto vertical, velocidade e agilidade determinam a titularidade para jovens atletas de basquetebol.

Quanto as características psicossociais, os atletas apresentaram mais motivação para executar uma tarefa, lidam melhor com adversidades, tem melhor desempenho sobre pressão, são mais confiantes e motivados do que os não atletas. Sobre essa temática, Miranda *et al.* ²³, descrevem que para se otimizar e desenvolver as habilidades motoras psicofísicas de jovens atletas, faz-se necessário competir regularmente. O que pode ser uma justificativa, para que os jovens atletas do Colégio Militar atuem melhor sobre pressão, sejam mais confiantes e motivados do que os não atletas, pois eles participam de mais competições, tendo a possibilidade de enfrentar adversários de diferentes níveis competitivos, levando-os a desenvolver novas habilidades ou aprimorar outras já conquistadas. Como já era esperado os jovens atletas apresentaram maior treinabilidade que os alunos não atletas. Percebe-se também que o nível socioeconômico não apresenta diferença estatística significativa, o que sugere que esta variável não é determinante para diferenciar atletas e não atletas desta amostragem.

Nos indicadores maturacionais, foram encontradas diferenças significativas na Estatura Predita e Idade PVC, porém a variável Percentual da Estatura Predita não apresentou diferença estatisticamente significativa entre os grupos, o que demonstra que os atletas tendem a ter maior estatura e atingirão o pico de velocidade de crescimento em estatura antes dos não atletas. Identificar o estágio maturacional da amostra se faz importante já que este influencia a diferenciação das variáveis antropométricas discriminando atletas de basquetebol. Contudo, Arrieta, *et al.* ²⁴, alerta para que os dados sobre a idade relativa não sejam utilizados de forma contraproducente, a fim de evitar a não identificação de talentos intrínsecos em jogadores relativamente mais jovens.

Como esperado, em relação às habilidades táticas os atletas apresentaram melhores resultados. Entretanto, os resultados mostraram entre os não atletas, a incidência de indivíduos bem avaliados quanto ao potencial esportivo. Os atletas se destacaram nas ações ofensivas com maior conhecimento sobre as ações com bola e nas ações defensivas que envolvem conhecimento sobre os outros e ações reativas às mudanças de direção. Porém atletas e não atletas não apresentaram diferença estatística significativa nas ações ofensivas de posicionamento e decisão, o que sugere que ao treinamento uma maior dedicação ao desenvolvimento de ações cognitivo-motoras e treinamentos dissociativos para maior aprimoramento das tomadas de decisão²⁵.

Conclusão

Concluiu-se que os jovens basquetebolistas do sexo masculino integrantes da equipe de basquetebol do CMJF apresentam maior tamanho corporal, maior desempenho fisicomotor, apresentam habilidades de *coping*, são avançados maturacionalmente e possuem habilidades táticas diferenciadas em relação aos não atletas.

Destacamos a maturação como uma variável importante a ser avaliada em grupos de jovens atletas. As variáveis discriminantes encontradas podem ser utilizadas pelos professores do colégio para identificar e desenvolver os atletas da equipe de basquetebol. Sugerimos que novos estudos devem ser desenvolvidos aplicando testes mais específicos, para que sejam criados métodos e instrumentos para identificação e desenvolvimento de talentos esportivos no basquetebol.

Referências

1. Drinkwater, E.J.; Pyne, D.B.; McKenna, M.J. Design and interpretation of anthropometric and fitness testing of basketball players. *Sports Med.* 2008; 38:565-578.
2. Silva Filho, F.J.; Luguetti, C.N.; Paes, F.O.; Böhme, M.T.S. Critérios para detecção e seleção de jovens atletas de basquetebol na cidade de São Paulo. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte.* 2011; 10(2):64-73.
3. Malina, R.M.; Rogol, A.D.; Cumming, S.P.; Coelho e Silva M.J.; Figueiredo, A. J. Biological maturation of youth athletes: assessment and implications. *Br J Sports Med.* 2015; 49:852-59.
4. Drinkwater, E.J.; Hopkins, W.G.; Mckenna M.J.; Hunt, P.H.; Pyne, D.B. Modelling age and secular differences in fitness between basketball players. *Journal of Sports Sciences.* 2007; 25(8): 869 – 878.
5. Hoare, D.G. Predicting success in junior elite basketball players - the contribution of anthropometric and physiological attributes. *Journal of Science and Medicine in Sport.* 2000; 3(4):391-405.
6. Hoffman, J.R.; Tenenbaum, G.; Maresh, C.M.; Kraemer, W.J. Relationship between athletic performance tests and playing time in elite college basketball players. *J. Strength and Cond.* 1996; 10(02):67-71.
7. Pearson, D.T.; Naughton, G.A.; Torode, M. Predictability of physiological testing and the role of maturation in talent identification for adolescent team sports. *Journal of science and medicine in sport.* 2006; 9(4), 277-287.
8. Malina, R.M.; Bouchard, C.; Bar-or, O. *Crescimento, maturação e atividade física.* São Paulo: Phorte; 2009. 784 p.
9. Projeto pedagógico do sistema colégio militar do Brasil (PP/SCMB). DEPA: Brasil. Disponível em: <<http://www.cmpa.eb.mil.br/component/phocadownload/category/232-projeto-pedagogico?download=701:projeto-pedagogico>> acesso em 20 de outubro de 2019.
10. Norton, K.; Olds. T. *Antropométrica.* Porto Alegre: Artmed; 2005

11. Gaya, A.; Gaya, A.R.; *Projeto Esporte Brasil: Manual de testes e avaliação*. Porto Alegre: UFRGS, 2016. Disponível em: <<https://www.ufrgs.br/proesp/arquivos/manual-proesp-br-2016.pdf>> acesso em 19 de outubro de 2019.

12. Rodrigues, M.E.; Marins, J.C.B. Counter movement e squat jump: análise metodológica e dados normativos em atletas. *Rev Bras Ciênc Mov*. 2011;19(4):108-119.

13. Fernandes, A.A.; Marins; J.C.B. Teste de força de preensão manual: análise metodológica e dados normativos em atletas. *Fisioter Mov*. 2011; 24(3):567-578.

14. Léger, L.A.; Mercier, D.; Gadoury, C.; Lambert, J. The multistage 20-meter shuttle run test for aerobic fitness. *J Sports Sci*. 1988; 6(2):93-101.

15. Miranda, R.; Coimbra, D.R.; Bara Filho, M.G.; Miranda Junior, M.V.; Andrade, A. Brazilian version (ACSI-28BR) of athletic coping skills inventory-28. *Rev Bras Med Esporte*. 2018; (24)2:130–134.

16. Hirota, V.B. *Motivação para aprendizagem esportiva no futebol de campo: um estudo com o questionário de orientação para orientação para tarefa ou ego (TEOSQ)*. [Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências da Saúde]. Piracicaba (SP): Universidade Metodista de Piracicaba; 2006.

17. Silva, P.V.C. *Fatores familiares associados ao desenvolvimento do talento no esporte*. 2009. 153 f. Dissertação (Mestrado em Processos de Desenvolvimento Humano e Saúde) – Universidade de Brasília, Brasília, 2009

18. ABEP. Critério Padrão de Classificação Econômica Brasil/2008. Disponível em: <<http://www.viverbem.fmb.unesp.br/docs/classificacaobrasil.pdf>> acesso em 20 de outubro de 2019.

19. Khamis H.; Roche, A. Predicting Adult stature without using skeletal age: The Khamis Roche method. *Pediatrics*. 1994; 4(1):504-07.

20. Mirwald, R.L.; Baxter-Jones, A.D.G.; Bailey, D.A.; Beunen, G.P. An assessment of maturity from anthropometric measurements. *Med Sci Sports Exerc.* 2002; 34(4):689-94.

21. Ribeiro Junior, D.B.; Eelferink Genser, M.T.; Valente dos Anjos, J.; Figueiredo, A.J.; Furtado, G.E.; Coelho e Silva, M.J. Tactical skills inventory for sports in youth basketball: portuguese version and extraction of the 4-factors structure. *19º Annual Congress of European College of Sports Science.* 2014;438.

22. Torres-Unda, J.; Zarrasquin, I.; Gravina, L.; Zubero, J.; Seco, J.; Gil, S.M.; Gil, J., Irazusta, J. Basketball Performance is related to Maturity and Relative Age Elite Adolescent Players. *Journal of Strength and Conditioning Research.* 2015; p.1-8

23. Miranda, R.; Coimbra, D.R.; Miranda Junior, M.V.; Russo, A.F.; Andrade, A.; Bara Filho, M. Habilidades de coping em atletas escolares brasileiros. *Caderno de Educação Física e Esporte.* 2015; 13(1):31-38.

24. Arrieta, H., Torres-Unda, J.; Gil, S.M.; Irazusta, J. Efeito da idade relativa e desempenho nos Campeonatos Europeus de Basquete Sub-16, Sub-18 e Sub-20. *Journal of Sports Sciences.* 2016; 34:16, p.1530-1534.

25. Freire, P.R.L.; Silva, P.H.V.; Pedroso, C.A.M.Q.; Silva, T.C.A.; Souza, FTC. Tomada de decisão no basquetebol profissional: uma revisão sistemática. *RBPfEX - Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, [S.l.], v. 11, n. 69, p. 703-709, set. 2017. ISSN 1981-9900. Disponível em: <<http://www.rbpfex.com.br/index.php/rbpfex/article/view/1249/972>>. Acesso em: 17 nov. 2019.

APÊNDICE A



TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

O menor _____, sob sua responsabilidade, está sendo convidado (a) a participar da pesquisa intitulada “Projeto Atletas de Ouro: Avaliação Multidimensional e Longitudinal do Potencial Esportivo de Jovens Atletas”, coordenada pelo Prof. Dr. Francisco Zacaron Werneck e sob a responsabilidade do Prof. Luciano Miranda. Nesta pesquisa, iremos mapear o perfil morfológico, psicomotor, maturacional, socioeconômico e de habilidades esportivas de jovens alunos e atletas, com a finalidade de diagnosticar a aptidão física atual dos mesmos. Essas informações servirão de base para o acompanhamento do desenvolvimento dos jovens, para se conhecer os efeitos da prática de exercícios e esportes, para uma prescrição de treinamento esportivo mais individualizado e para identificar potenciais talentos esportivos. Para esta pesquisa será aplicada uma bateria de testes durante as aulas de Educação Física do CMJF, sendo composta pelos seguintes testes: medidas antropométricas (peso, altura, envergadura e percentual de gordura), aplicação de questionários para avaliar a motivação do jovem para o esporte, seu perfil habilidades psicológicas (confiança, capacidade de lidar com o estresse, treinabilidade) e sua percepção de competência. Os demais testes incluem: teste de velocidade (corrida de 20m), salto vertical, teste de agilidade e corrida vai-e-vem de 20m para avaliar a resistência aeróbica. Os professores-treinadores também farão uma avaliação minuciosa do potencial atlético dos alunos. Essa bateria de testes será aplicada anualmente como atividade de avaliação da disciplina de Educação Física do CMJF. Você receberá um questionário com as informações relativas à estatura dos pais biológicos do menor, para podermos calcular qual será a estatura final adulta que o menor irá alcançar e como está o seu processo de desenvolvimento. Para participar desta pesquisa, o menor sob sua responsabilidade não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Ele será esclarecido (a) em qualquer aspecto que desejar e estará livre para participar ou recusar-se a participar. Você, como responsável pelo menor, poderá retirar seu consentimento ou interromper a participação dele a qualquer momento. A participação dele é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido (a) pelo pesquisador e pelos professores no CMJF. Os dados desta pesquisa serão utilizados para fins científicos e os pesquisadores irão tratar a identidade do menor com padrões profissionais de sigilo, mas fica autorizada a utilização de imagens do menor para efeitos de apresentação visual da participação do mesmo na bateria de testes. Esta pesquisa apresenta risco mínimo por propor a aplicação de questionários e de testes físico-motores os quais os alunos já estão acostumados a fazer nas aulas de Educação Física. Apesar disso, no caso de quaisquer danos eventualmente produzidos pela pesquisa, será prestada assistência adequada. Os resultados estarão à sua disposição quando finalizada a pesquisa. Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão arquivados com o pesquisador responsável, por cinco (5) anos, e após esse tempo serão destruídos. Todas as despesas relacionadas com este estudo serão de responsabilidade do pesquisador. Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa, CAAE 32959814.4.1001.5150 parecer de aprovação 817.671 da Universidade Federal de Ouro Preto (Tel: (31) 3559- 1368 / E-mail: cep@propp.ufop.br). Em caso de qualquer dúvida, contatar o Professor Luciano Miranda.

Eu, _____, portador (a) do documento de Identidade _____, responsável pelo menor _____, fui informado (a) dos objetivos do presente estudo de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações e modificar a decisão do menor sob minha responsabilidade de participar, se assim o desejar.

Juiz de Fora, ____ de _____ de 2016.

Assinatura do (a) Responsável

Assinatura do (a) menor

Assinatura do Pesquisador

Favor preencher o verso da folha

APÊNDICE B



**PROJETO
ATLETAS DE OURO**

**QUESTIONÁRIO DE COLETA DE DADOS
VERSÃO – ESCOLAR – BASQUETEBOL**



INFORMAÇÕES DOS PAIS

1) Altura da **MÃE** biológica: _____m 2) Altura do **PAI** biológico: _____m

NÍVEL SOCIOECONÔMICO (ABEP, 2019)

Marque abaixo os itens que têm na sua casa e a respectiva quantidade.

ITENS DE CONFORTO		Não Possu	QUANTIDADE			
			1	2	3	4+
1	Quantidade de automóveis de passeio exclusivamente para uso particular.	0	1	2	3	4
2	Quantidade de empregados mensalistas, considerando apenas os que trabalham pelo menos 5 dias por semana.	0	1	2	3	4
3	Quantidade de máquinas de lavar roupa, excluindo tanquinho.	0	1	2	3	4
4	Quantidade de banheiros.	0	1	2	3	4
5	DVD, incluindo qualquer dispositivo que leia DVD e desconsiderando DVD de automóvel.	0	1	2	3	4
6	Quantidade de geladeiras.	0	1	2	3	4
7	Quantidade de freezers independentes ou parte da geladeira duplex.	0	1	2	3	4
8	Quantidade de microcomputadores, considerando computadores de mesa, laptops, notebooks e netbooks e desconsiderando tablets, palms ou smartphones.	0	1	2	3	4
9	Quantidade de lavadora de louças.	0	1	2	3	4
10	Quantidade de fornos de micro-ondas.	0	1	2	3	4
11	Quantidade de motocicletas, desconsiderando as usadas exclusivamente para uso profissional.	0	1	2	3	4
12	Quantidade máquinas secadoras de roupas, considerando lava e seca.	0	1	2	3	4

13 A água utilizada na sua casa é proveniente de:

1	Rede geral de distribuição
2	Poço ou nascente
3	Outro meio

14 Considerando o trecho da rua da sua casa, você diria que a rua é:

1	Asfaltada/Pavimentada
2	Terra/Cascalho

Qual é o grau de instrução do chefe da família? Considere como chefe da família a pessoa que contribui com a maior parte da renda da sua casa.

15 Escolaridade da pessoa de referência

0	Analfabeto / Fundamental I incompleto
1	Fundamental I completo / Fundamental II incompleto
2	Fundamental II completo / Médio incompleto
4	Médio completo / Superior incompleto
7	Superior completo



INFORMAÇÕES DOS ALUNOS

Data Avaliação: ____/____/____

Nome: _____ Data de Nascimento: ____/____/____

Sexo: Feminino Masculino Telefone() _____ Facebook _____

Onde você mora? Cidade: _____ Estado: _____

Escola: Pública Particular Nome: _____

Qual é a sua escolaridade? ____º ano Turma: _____. Já repetiu o ano? Não Sim

Você possui alguma deficiência? Não Sim Qual: _____

Possui algum problema de saúde? Não Sim Qual: _____

Usa regularmente algum medicamento? Não Sim Qual: _____

Como você avalia a qualidade do seu sono, nos últimos dias?

Muito Ruim Ruim Normal Bom Excelente

Como você se sente recuperado quando acorda, sendo 1 (nada) a 10 (totalmente) _____

Com as Mãos você é: Destro Canhoto Ambidestro

Com os Pés você é: Destro Canhoto Ambidestro

Esta questão, apenas as MENINAS devem responder:

Você já teve a menarca (primeira menstruação)? Não Sim Com que Idade: ____ anos

EXPERIÊNCIA ESPORTIVA

Você **TREINA** algum esporte **com orientação de um treinador**? Não Sim

Se você respondeu Sim, preencha o quadro abaixo.

Qual (is) esporte (s) você treina?	Há quanto tempo você treina?	Quantas vezes por semana?	Duração de cada treino
1	____anos ____meses	____x/sem	____horas
2	____anos ____meses	____x/sem	____horas

Onde você treina? Instituição: _____

Com que idade você começou a treinar (Idade de Início)? _____ anos

Qual é o seu esporte preferido? (*apenas 1*) _____

Você participa de competições esportivas, pelo menos 2x/ano? Não Sim

Qual é o **maior nível** de competição **que você já DISPUTOU**?

Nunca disputou Municipal/Regional Estadual Nacional Internacional

Nome da Competição: _____

Qual é o **maior nível** de competição **que você já VENCEU**? (*foi medalhista ou campeão*)

Nunca venceu Municipal/Regional Estadual Nacional Internacional

Nome da Competição: _____

Você quer ser um atleta no futuro? Não Sim Qual modalidade? _____



HABILIDADES DE COPING (ACSI)
(COIMBRA, 2011; MIRANDA *et al.*, 2018)

Os itens abaixo se referem às indicações que os atletas descrevem suas experiências de como lidar com o estresse.

Por favor, leia cada frase cuidadosamente e tente recordar **com que frequência você experimenta as situações abaixo** tão exatamente quanto possível.

		Quase Nunca	Às Vezes	Frequentemente	Quase Sempre
1	Diariamente ou semanalmente eu estabeleço metas muito específicas que me guiam no que fazer.	0	1	2	3
2	Eu tiro o maior proveito dos meus talentos e habilidades.	0	1	2	3
3	Quando o professor ou treinador me diz como corrigir um erro que eu tenha cometido eu tenho tendência a ficar aborrecido/incomodado.	0	1	2	3
4	Quando estou praticando esportes, eu consigo focar minha atenção e bloquear distrações.	0	1	2	3
5	Eu permaneço positivo e entusiasmado durante a competição, não importa quão ruim a situação esteja.	0	1	2	3
6	Minha tendência é competir melhor sob pressão, pois eu penso mais claramente.	0	1	2	3
7	Eu me preocupo um pouco sobre o que as pessoas pensam sobre meu desempenho.	0	1	2	3
8	Tenho tendência a fazer muitos planos sobre como atingir minhas metas.	0	1	2	3
9	Eu sinto confiante de que eu irei competir bem.	0	1	2	3
10	Quando um professor ou treinador me critica, eu fico aborrecido/incomodado ao invés de me sentir ajudado.	0	1	2	3
11	É fácil me manter concentrado em uma tarefa mesmo quando estou assistindo ou ouvindo algo.	0	1	2	3
12	Eu me pressiono muito ao me preocupar como será meu desempenho.	0	1	2	3
13	Eu estabeleço minhas próprias metas de desempenho para cada prática.	0	1	2	3
14	Eu não necessito que me recomendem a praticar ou competir duro; eu dou 100%.	0	1	2	3



HABILIDADES DE COPING (ACSI)

Continuação...

		Quase Nunca	Às Vezes	Frequentemente	Quase Sempre
15	Se um treinador me criticar ou gritar comigo, eu corrijo o erro sem ficar aborrecido/incomodado com isso.	0	1	2	3
16	Eu lido com situações inesperadas no meu esporte muito bem.	0	1	2	3
17	Quando as coisas estão ruins, eu digo a mim mesmo para ficar calmo e isso funciona para mim.	0	1	2	3
18	Quando mais pressão houver na competição, mais eu gosto.	0	1	2	3
19	Durante as competições eu me preocupo se vou cometer erros ou não vou conseguir ir até o fim.	0	1	2	3
20	Eu tenho meu plano de competição completamente estruturado na minha mente muito antes de começar.	0	1	2	3
21	Quando eu sinto que estou ficando muito tenso, eu posso rapidamente relaxar meu corpo e me acalmar.	0	1	2	3
22	Para mim, situações sobre pressão são desafios que eu recebo bem.	0	1	2	3
23	Eu penso e imagino sobre o que irá acontecer se eu falhar ou estragar tudo.	0	1	2	3
24	Eu mantenho o controle emocional, não importa como as coisas estão indo comigo.	0	1	2	3
25	Para mim é fácil direcionar minha atenção e focar em um único objeto ou pessoa.	0	1	2	3
26	Quando falho em minhas metas, isso me faz tentar mais ainda.	0	1	2	3
27	Eu aperfeiçoo minhas habilidades escutando cuidadosamente aos conselhos e instruções dos técnicos e treinadores.	0	1	2	3
28	Eu cometo menos erros quando estou sob pressão porque me concentro melhor.	0	1	2	3

Responda as questões a seguir considerando os itens classificados em uma escala de 6 pontos, sendo 1 = muito fraco, e o 6 = excelente, ou 1 = quase nunca e 6 = sempre, **comparando a sua resposta com a do melhor jogador (a) da mesma categoria e faixa etária.** Não pense muito para responder, não existem respostas certas ou erradas, seja sincero nas respostas e assinale o número que melhor descreva suas características neste momento.

INVENTÁRIO DE HABILIDADES TÁTICAS PARA ESPORTES – TACSIS		Muito Fraco → Excelente Quase nunca → Sempre					
1	As decisões que eu tomo sobre minhas ações durante uma partida são geralmente	1	2	3	4	5	6
2	Eu sei como me desmarcar durante a partida	1	2	3	4	5	6
3	Minha interceptação da jogada do adversário é	1	2	3	4	5	6
4	Meu posicionamento durante a partida é geralmente	1	2	3	4	5	6
5	Minha visão geral (quando tenho a posse da bola ou quando meu time tem a posse da bola) é	1	2	3	4	5	6
6	Minha antecipação (quanto às ações a serem realizadas) é	1	2	3	4	5	6
7	Sou bom em tomar as decisões certas nos momentos certos	1	2	3	4	5	6
8	Na opinião do meu treinador, o meu entendimento do jogo é	1	2	3	4	5	6
9	Minha desmarcação e meu posicionamento é	1	2	3	4	5	6
10	Na opinião do meu treinador, meu posicionamento é	1	2	3	4	5	6
11	Minha avaliação da jogada do adversário é	1	2	3	4	5	6
12	Minha interceptação da bola é	1	2	3	4	5	6
13	Se nosso time perde a bola, eu rapidamente assumo minha função de defensor	1	2	3	4	5	6
14	Eu rapidamente reajo a mudanças, como quando recuperamos a posse de bola	1	2	3	4	5	6
15	Eu percebo rapidamente como o adversário está jogando	1	2	3	4	5	6
16	Eu sei exatamente quando passar a bola a um companheiro ou quando não passar	1	2	3	4	5	6
18	Se meu time ganha a posse de bola, eu sei exatamente o que fazer	1	2	3	4	5	6
19	Enquanto executo uma ação no jogo, eu sei exatamente o que fazer em seguida	1	2	3	4	5	6
20	Se eu estou com a bola, sei exatamente para quem devo passá-la	1	2	3	4	5	6
21	Mesmo sem ver meus adversários, eu sei para onde eles estão indo	1	2	3	4	5	6
22	Sem ver meus companheiros, eu sei para onde eles estão indo	1	2	3	4	5	6
23	Se o adversário recebe a bola, eu sei exatamente o que ele irá fazer.	1	2	3	4	5	6
24	Eu sei em que posição devo estar durante as partidas	1	2	3	4	5	6
25	Eu sei exatamente meus pontos fortes e fracos	1	2	3	4	5	6
26	Eu aplico as regras do jogo com inteligência durante as partidas	1	2	3	4	5	6
27	Durante os jogos, eu tomo decisões rapidamente	1	2	3	4	5	6
28	Durante as partidas, não olho apenas para a bola, mas tenho uma visão completa da quadra.	1	2	3	4	5	6
29	Eu sei o que fazer para vencer uma partida rapidamente	1	2	3	4	5	6
30	Eu vejo os pontos fracos do meu adversário rapidamente	1	2	3	4	5	6
31	Eu reajo para corrigir os erros de meus companheiros rapidamente	1	2	3	4	5	6
32	Enquanto estou recebendo a bola, eu não preciso olhar para onde estão meus companheiros; eu já sei	1	2	3	4	5	6
33	Se nosso time perde a posse de bola, eu sei exatamente o que fazer	1	2	3	4	5	6
34	Se eu recebo a bola de um companheiro eu já sei para onde devo passar a seguir	1	2	3	4	5	6



Nome: _____

AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA E FISICOMOTORA

		Tentativa 1	Tentativa 2	Tentativa 3
Massa corporal	Flexibilidade			---
Estatura	Preensão Manual			
Altura sentado	Salto Contra Mov.			
Envergadura	Arremesso 2kg			---
DC tricpital	Velocidade 10m			---
DC pema	Velocidade 20m			---
DC subescapular				

Vai-e-Vem de 20m (LÉGER *et al.*, 1988)

ESTÁGIO	VOLTA														
1	1	2	3	4	5	6	7								
2	1	2	3	4	5	6	7	8							
3	1	2	3	4	5	6	7	8							
4	1	2	3	4	5	6	7	8							
5	1	2	3	4	5	6	7	8	9						
6	1	2	3	4	5	6	7	8	9						
7	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					
8	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					
9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					
10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11				
11	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11				
12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
13	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
14	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
16	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
17	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
18	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
19	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
20	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15