



Universidade Federal de Ouro Preto
Escola de Educação Física
Licenciatura em Educação Física



TCC em formato de artigo

Competência atlética percebida em escolares do sexo masculino de um colégio militar

Tiago César de Moraes

Ouro Preto
2021

Tiago César de Moraes

Competência atlética percebida em escolares do sexo masculino de um colégio militar

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

Orientador: Prof. Dr. Francisco Zacaron Werneck

Ouro Preto

2021

SISBIN - SISTEMA DE BIBLIOTECAS E INFORMAÇÃO

M827c Moraes, Tiago Cesar De .
Competência atlética percebida em escolares do sexo masculino de um colégio militar. [manuscrito] / Tiago Cesar De Moraes. - 2021.
29 f.: il.: color., gráf.. + Quadro.

Orientador: Prof. Dr. Francisco Zacaron Werneck.
Produção Científica (Licenciatura). Universidade Federal de Ouro Preto. Escola de Educação Física. Graduação em Educação Física .

1. Escolares. 2. Esporte. 3. Potencial esportivo. I. Werneck, Francisco Zacaron. II. Universidade Federal de Ouro Preto. III. Título.

CDU 796:37

Bibliotecário(a) Responsável: Angela Maria Raimundo - SIAPE: 1.644.803



FOLHA DE APROVAÇÃO

Tiago César de Moraes

Competência atlética percebida em escolares do sexo masculino de um colégio militar

Monografia apresentada ao Curso de Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de licenciatura em Educação Física

Aprovada em 07 de abril de 2021.

Membros da banca

[Doutorado] - Francisco Zacaron Werneck - Orientador(a) (Universidade Federal de Ouro Preto)

[Doutorado] - Emerson Filipino Coelho - (Universidade Federal de Ouro Preto)

[Doutorado] - Washington Pires - (Universidade Federal de Ouro Preto)

[Francisco Zacaron Werneck], orientador do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 17/04/2021



Documento assinado eletronicamente por **Francisco Zacaron Werneck, PROFESSOR DE MAGISTERIO SUPERIOR**, em 17/04/2021, às 09:56, 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, informando o código verificador **0160636** e o código CRC **F7D5E206**.

RESUMO

A competência percebida reflete o julgamento que uma pessoa faz sobre suas próprias habilidades para alcançar um determinado objetivo. Na Educação Física escolar, esta percepção se traduz na competência para a prática de esportes ou competência atlética percebida. Este estudo investigou variáveis que estão relacionadas à competência atlética percebida em escolares do sexo masculino de um colégio militar, e demonstrar quais delas são mais relevantes para a percepção de competência dos alunos-atletas relacionada ao contexto da prática esportiva. Participaram do estudo 830 alunos-atletas, com idade entre 11 a 18 anos, do Colégio Militar de Juiz de Fora (CMJF), avaliados entre 2015 e 2017. Foram coletadas as seguintes variáveis: competência atlética percebida, nível de atividade física, gordura corporal, aptidão cardiorrespiratória, prática esportiva sistemática, prática esportiva dos pais, autoconfiança/motivação, potencial esportivo avaliado pelos professores-treinadores. Usou-se o teste t de Student e a correlação de Pearson para a análise estatística. A competência atlética percebida foi maior nos escolares com alto potencial esportivo ($7,5 \pm 1,4$ vs. $6,9 \pm 1,6$; $p < 0,001$), que participam de treinamentos sistemáticos ($7,5 \pm 1,4$ vs. $6,7 \pm 1,6$; $p < 0,001$) e naqueles em que os pais praticam esportes ($7,4 \pm 1,4$ vs. $6,9 \pm 1,6$; $p < 0,001$). Observou-se uma correlação estatisticamente significativa e positiva entre a competência atlética percebida e a confiança/motivação ($r = 0,43$; $p < 0,001$), o nível de atividade física ($r = 0,39$; $p < 0,001$) e a aptidão cardiorrespiratória ($r = 0,22$; $p < 0,001$); porém, observou-se e uma correlação negativa com a idade cronológica ($r = -0,13$; $p < 0,001$) e o percentual de gordura corporal ($r = -0,11$; $p = 0,001$). Conclui-se que a competência atlética percebida em escolares do sexo masculino é maior nos escolares que praticam esportes de maneira sistemática e naqueles em que os pais também praticam esportes, além de estar diretamente relacionada a variáveis psicológicas, físico-motoras, socioambientais e à percepção de competência atlética atribuída pelo seu professor-treinador.

Palavras-chave: competência percebida; escolares; esporte; potencial esportivo.

ABSTRACT

The perceived competence reflects a person's judgment of his or her own abilities to achieve a particular goal. In Physical Education, this perception translates into competence to practice sports or perceived athletic competence. This study investigated variables that are related to the perceived athletic competence in male students from a military college, and to demonstrate which of them are more relevant to the perception of competence of student-athletes related to the context of sports practice. 830 student-athletes, aged 11 to 18 years, from the Military College of Juiz de Fora (CMJF) participated in the study, evaluated between 2015 and 2017. The following variables were collected: perceived athletic competence, level of physical activity, body fat, cardiorespiratory fitness, systematic sports practice, parents' sports practice, self-confidence/motivation, sports potential assessed by coaches. Student's t test and Pearson's correlation were used for statistical analysis. The perceived athletic competence was higher in students with high sporting potential (7.5 ± 1.4 vs. 6.9 ± 1.6 ; $p < 0.001$), who participate in systematic training (7.5 ± 1.4 vs. 6.7 ± 1.6 ; $p < 0.001$) and in those where parents play sports (7.4 ± 1.4 vs. 6.9 ± 1.6 ; $p < 0.001$). There was a statistically significant and positive correlation between perceived athletic competence and confidence / motivation ($r = 0.43$; $p < 0.001$), the level of physical activity ($r = 0.39$; $p < 0.001$) and fitness cardiorespiratory ($r = 0.22$; $p < 0.001$); however, there was a negative correlation with chronological age ($r = -0.13$; $p < 0.001$) and the percentage of body fat ($r = -0.11$; $p = 0.001$). It is concluded that the athletic competence perceived in male students is higher in students who practice sports in a systematic way and in those in which parents also practice sports, in addition to being directly related to psychological, physical-motor, socio-environmental variables and perception athletic competence assigned by your coach.

Keywords: Perceived competence; schoolchildren; sport; sporting potential.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Imagens ilustrativas dos testes realizados.....	13
Figura 2 - Competência atlética percebida dos escolares que os pais praticam ou não esporte	15
Figura 3 - Competência atlética percebida dos escolares considerados de baixo e alto potencial esportivo pelos seus professores treinadores.	16
Figura 4 - Competência atlética percebida dos escolares que participam e não participam de treinamentos sistemáticos.....	16

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 MÉTODOS	11
Instrumentos e procedimentos	11
Nível de atividade física	13
Avaliação da confiança/motivação	14
Avaliação do potencial esportivo feita pelo treinador	14
3 ANÁLISE ESTATÍSTICA	14
4 RESULTADOS.....	15
5 DISCUSSÃO	17
6 CONCLUSÃO	20
REFERÊNCIAS	21
ANEXOS	24
Anexo A - Termo de consentimento livre e esclarecido.....	24
Anexo B - Competência Atlética Percebida	25
Anexo C - Nível de Atividade Física	26
Anexo D - Prática Esportiva Sistemática	27
Anexo E - Inventário de Habilidades Psicológicas de Coping.....	28
Anexo F - Avaliação do Potencial Esportivo Pelo Professor-treinador	29

COMPETÊNCIA ATLÉTICA PERCEBIDA EM ESCOLARES DO SEXO MASCULINO DE UM COLÉGIO MILITAR

Tiago César de Moraes

Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, Minas Gerais, Brasil

Francisco Zacaron Werneck

Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, Minas Gerais, Brasil

Resumo

A competência percebida reflete o julgamento que uma pessoa faz sobre suas próprias habilidades para alcançar um determinado objetivo. Na Educação Física escolar, esta percepção se traduz na competência para a prática de esportes ou competência atlética percebida. Este estudo investigou variáveis que estão relacionadas à competência atlética percebida em escolares do sexo masculino de um colégio militar, e demonstrou quais delas são mais relevantes para a percepção de competência dos alunos-atletas relacionada ao contexto da prática esportiva. Participaram do estudo 830 alunos-atletas, com idade entre 11 a 18 anos, do Colégio Militar de Juiz de Fora (CMJF), avaliados entre 2015 e 2017. Foram coletadas as seguintes variáveis: competência atlética percebida, nível de atividade física, gordura corporal, aptidão cardiorrespiratória, prática esportiva sistemática, prática esportiva dos pais, autoconfiança/motivação, potencial esportivo avaliado pelos professores-treinadores. Usou-se o teste t de Student e a correlação de Pearson para a análise estatística. A competência atlética percebida foi maior nos escolares com alto potencial esportivo ($7,5 \pm 1,4$ vs. $6,9 \pm 1,6$; $p < 0,001$), que participam de treinamentos sistemáticos ($7,5 \pm 1,4$ vs. $6,7 \pm 1,6$; $p < 0,001$) e naqueles em que os pais praticam esportes ($7,4 \pm 1,4$ vs. $6,9 \pm 1,6$; $p < 0,001$; $p < 0,001$). Observou-se uma correlação estatisticamente significativa e positiva entre a competência atlética percebida e a confiança/motivação ($r = 0,43$; $p < 0,001$), o nível de atividade física ($r = 0,39$; $p < 0,001$) e a aptidão cardiorrespiratória ($r = 0,22$; $p < 0,001$); porém, observou-se e uma correlação negativa com a idade cronológica ($r = -0,13$; $p < 0,001$) e o percentual de gordura corporal ($r = -0,11$; $p = 0,001$). Conclui-se que a competência atlética percebida em escolares do sexo masculino é maior nos escolares que praticam esportes de maneira sistemática e naqueles em que os pais também praticam esportes, além de estar diretamente relacionada a variáveis psicológicas, físico-motoras, socioambientais e à percepção de competência atlética atribuída pelo seu professor-treinador.

Palavras-chave: competência percebida; escolares; esporte; potencial esportivo.

PERCEIVED ATHLETIC COMPETENCE IN MALE SCHOOLS AT A MILITARY COLLEGE

Abstract

The perceived competence reflects a person's judgment of his or her own abilities to achieve a particular goal. In Physical Education, this perception translates into competence to practice sports or perceived athletic competence. This study investigated variables that are related to the perceived athletic competence in male students from a military college, and to demonstrate which of them are more relevant to the perception of competence of student-athletes related to the context of sports practice. 830 student-athletes, aged 11 to 18 years, from the Military College of Juiz de Fora (CMJF) participated in the study, evaluated between 2015 and 2017. The following variables were collected: perceived athletic competence, level of physical activity, body fat, cardiorespiratory fitness, systematic sports practice, parents' sports practice, self-confidence/motivation, sports potential assessed by coaches. Student's t test and Pearson's correlation were used for statistical analysis. The perceived athletic competence was higher in students with high sporting potential (7.5 ± 1.4 vs. 6.9 ± 1.6 ; $p < 0.001$), who participate in systematic training (7.5 ± 1.4 vs. 6.7 ± 1.6 ; $p < 0.001$) and in those where parents play sports (7.4 ± 1.4 vs. 6.9 ± 1.6 ; $p < 0.001$; $p < 0.001$). There was a statistically significant and positive correlation between perceived athletic competence and confidence / motivation ($r = 0.43$; $p < 0.001$), the level of physical activity ($r = 0.39$; $p < 0.001$) and fitness cardiorespiratory ($r = 0.22$; $p < 0.001$); however, there was a negative correlation with chronological age ($r = -0.13$; $p < 0.001$) and the percentage of body fat ($r = -0.11$; $p = 0.001$). It is concluded that the athletic competence perceived in male students is higher in students who practice sports in a systematic way and in those in which parents also practice sports, in addition to being directly related to psychological, physical-motor, socio-environmental variables and perception athletic competence assigned by your coach.

Keywords: perceived competence; schoolchildren; sport; sporting potential.

1 INTRODUÇÃO

A prática de atividades físicas se demonstra como um fator relevante na idade escolar, para que as crianças e adolescentes desenvolvam hábitos saudáveis e que favoreçam a adoção de um estilo de vida fisicamente ativo, a melhoria da qualidade de vida e a formação de indivíduos autônomos. Segundo a Lei das Diretrizes e Bases da Educação (BRASIL, 1996) se atribui a escola a função de ser um ambiente propício para a promoção da saúde e o desenvolvimento das mais diversas competências.

O termo competência no âmbito da educação física escolar pode nos indicar o quão motivada a criança pode estar de acordo com a complexidade da tarefa designada a ela e com a familiaridade com a mesma. De acordo com Brauner, Valentini e Souza (2017) caso o indivíduo se perceba menos competente na realização de determinada atividade, provavelmente não irá realizá-la e conseqüentemente irá procurar efetuar algo que já domina, para que não se sinta frustrado com seu desempenho.

Dentro do contexto da prática de atividades físicas e esportes, destacam-se 2 conceitos de competência importantes para a realização dessas atividades: a competência motora e a competência atlética. Galdino (2005) define como competência motora a eficiência na realização de determinada tarefa motora, que está diretamente ligada às vivências que o indivíduo obteve com a prática dessa tarefa, como por exemplo a realização de habilidades motoras fundamentais (saltar, correr, arremessar, rebater, equilibrar-se, dentre outras). Villwock e Valentini (2007) definem como competência atlética a eficácia na utilização de habilidades específicas para a prática de esportes.

Como descrito no título do estudo, a competência percebida é também uma variável relevante com relação à prática e sua continuidade. “A autopercepção de competência é uma variável psicológica que reflete o julgamento de pessoas sobre suas próprias habilidades para mobilizar recursos, a fim de alcançar um objetivo particular.” (NOBRE, 2019). Nobre (2019) também salienta que essa auto percepção intercede na prática do indivíduo pelo fato de mesmo vivenciar o sucesso nas tentativas que realiza, e com esse sucesso momentâneo, o mesmo se compromete em aperfeiçoar determinados movimentos ou aspectos físicos para que obtenha melhor desempenho nas próximas vivências de realização daquela tarefa.

Para que a prática seja considerada eficiente para o desenvolvimento da criança/jovem, é necessário que o ambiente onde ocorrem essas atividades seja favorável à sua execução. Segundo Venetsanou (2010), incentivar a criança a estar presente em um ambiente

considerado propício pode refletir diretamente no progresso de sua competência motora e no comprometimento com a prática de atividades físicas.

Outro fator importante para o desenvolvimento da percepção de competência do aluno nas aulas de educação física é o feedback do professor com relação ao processo de ensino e aprendizagem do indivíduo. Segundo Henrique e Januário (2005) o conjunto de manifestações (elogios, críticas etc.) contido no processo instrutivo do professor para com o aluno, pode influenciar positivamente ou não na percepção de competência do mesmo em determinada situação no contexto das aulas de educação física escolar.

A literatura traz também algumas informações sobre variáveis presentes no estudo que podem influenciar na competência atlética percebida, como motivação, percentual de gordura, aptidão aeróbica, realização de treinamentos sistematizados, envolvimento familiar e idade. Com relação ao percentual de gordura e a aptidão aeróbica, Lopes, Sousa e Rodrigues (2013) evidenciam que crianças com níveis mais baixos de gordura, melhor composição corporal e aptidão aeróbica se demonstraram mais eficientes na realização de atividades relacionadas a manipulação de objetos. Caetano e Januário (2009) destacam que a motivação está relacionada à competência percebida pelo fato de interferir diretamente no comprometimento do aluno e na qualidade da execução das tarefas nas aulas de educação física. A respeito do treinamento, Bohme (2000) relata que a sistematização do mesmo exerce um papel primordial na detecção de possíveis talentos esportivos, pois a longo prazo permite ao treinador acompanhar e avaliar a progressão do processo de desenvolvimento do aluno de acordo com suas características. O aspecto familiar, segundo Werneck, Coelho e Ferreira (2020) é um fator preponderante para o processo de desenvolvimento do aluno-atleta em sua modalidade, pelo fato da família possuir um envolvimento direto com sua evolução esportiva em todas as faixas etárias.

A bateria de testes físico-motores e a aplicação de questionários fazem parte da política de avaliação das aulas de educação física aplicadas na instituição participante do presente estudo. Com isso, espera-se que a competência atlética percebida pelos indivíduos e a percepção da mesma pelos professores nos esclareça porque alguns alunos se consideram mais ou menos hábeis em determinadas situações. Dispondo do conhecimento das possíveis variáveis que venham a diferenciá-los, podemos compreender quais aspectos estariam associados a competência atlética percebida do aluno com o propósito de tentar otimizá-la, para que seja ampliada a motivação dos escolares para a prática continuada de esportes.

Segundo Miranda et al. (2019) a identificação e o desenvolvimento de indivíduos considerados como talentos esportivos é um dos suportes necessários para o sucesso dos mesmos em suas respectivas modalidades, e a escola é um ambiente propício para que essa identificação seja iniciada. O autor relata que, para que esses alunos sejam diagnosticados como talentos esportivos, é necessária a realização de baterias de testes como ferramenta avaliativa no contexto da educação física escolar. O presente estudo pode levar a otimização do processo de ensino e aprendizagem, e conseqüentemente a um melhor desempenho do aluno-atleta na sua respectiva modalidade.

O objetivo do presente estudo foi investigar as variáveis que influenciam na competência atlética percebida em escolares do sexo masculino de um colégio militar, além de demonstrar quais delas são mais relevantes para essa percepção, relacionando-as ao contexto da prática esportiva.

2 MÉTODOS

Amostra

Foram avaliados 830 alunos-atletas do sexo masculino, com idade entre 11 a 18 anos, do Colégio Militar de Juiz de Fora (CMJF), entre 2015 e 2017. Para participarem desse estudo, os alunos deveriam estar regularmente matriculados no Colégio Militar de Juiz de Fora, serem frequentes nas aulas de educação física, e apresentarem o Termo de Esclarecimento Livre e Esclarecido e o Termo de Assentimento devidamente assinados, de acordo com as normas da Resolução CNS - 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde e Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. O presente estudo é parte integrante do “Projeto Atletas de Ouro: Avaliação Multidimensional e Longitudinal do Potencial Esportivo de Jovens Atletas”, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Ouro Preto (CAAE: 32959814.4.1001.5150).

Instrumentos e procedimentos

Para avaliar a percepção de competência atlética dos indivíduos, foram aplicados questionários e também foi realizada uma bateria de testes antropométricos e físico-motores por dois dias no Colégio Militar de Juiz de Fora, mediados pelos professores do colégio

juntamente com os membros do LABESPEE (Laboratório de Estudos e Pesquisas do Exercício e Esporte). No primeiro dia os escolares responderam um questionário, contendo indagações sobre a competência percebida dos mesmos, nível de atividade física, prática esportiva sistemática e comportamento em situações de estresse dentro do esporte. Já no segundo dia, foram executados os testes físico-motores.

Avaliação antropométrica e físico-motora

Foram coletadas as medidas de peso (balança antropométrica digital com precisão de 0,05 kg (Welmy, São Paulo, Brasil), estatura (fita métrica (Sany, São Paulo, Brasil) fixada na parede, com precisão de 0,20 cm), massa corporal e também as dobras cutâneas panturrilha e tríceps. Posteriormente, foi estimado o percentual de gordura dos alunos através do protocolo de Slaughter (SLAUGHTER et al., 1988). O índice de massa corporal foi calculado usando a equação: massa corporal (kg)/estatura ao quadrado (m²).

Foi realizado também um teste de aptidão cardiorrespiratória (LÉGER et al., 1988). O teste se resume em percorrer uma distância delimitada em 20 metros, com variações de velocidade, impostas por um estímulo sonoro. O protocolo possui um áudio próprio para a sua realização. A variação da intensidade da corrida se dá pela marcação de um bipe, que foi reproduzido por um aparelho de som posicionado na metade do percurso, na lateral das demarcações. De acordo com a variação da velocidade deste som, o protocolo estima que o teste se inicia em uma velocidade média de 8,5 km/h. O som emitido pode ser comparado a utilização de um metrônomo, que irá aumentar sua velocidade durante a progressão do teste. O indivíduo que não conseguir ultrapassar uma das extremidades por 2x, ou se considerar exausto, se retira do espaço destinado ao teste. O número de voltas é contabilizado e ao final é estimada a aptidão cardiorrespiratória do indivíduo de acordo com esse valor. A mesma foi calculada através da equação: $31,025 + 3,238 * V - 3,248 * I + 0,1536 * V * I$, onde V: velocidade em km/h do último estágio alcançado e I: idade em anos.



Figura 1: Imagens representativas da aplicação da bateria de testes nos escolares.

Fonte: Elaborada pelos autores

Avaliação da competência atlética percebida

Para a avaliação da competência atlética percebida dos indivíduos, foi aplicado um questionário indagando os alunos sobre como eles se percebiam com relação ao seu desempenho na modalidade em que praticavam, e de que maneira se percebiam quando comparados a outros alunos-atletas na mesma faixa etária (Adaptado de SHELDON E ECCLES, 2005) – ANEXO B. Para a quantificação da competência percebida, utilizou-se o somatório das respostas, variando de 2 a 10 pontos. Trata-se de uma variável relevante, pois apresenta relação direta com a orientação motivacional, o autoconceito, autoeficácia e com a aptidão física. Além disso, permite a comparação com a avaliação do potencial esportivo feita pelo treinador, no sentido de possibilitar um feedback ao avaliado em relação ao seu real potencial. Sabe-se que crianças que se percebem competentes são motivadas intrinsecamente e apresentam desempenho mais elevado (VILLMOCK; VALENTINI, 2007).

Nível de atividade física

O nível de atividade física dos indivíduos foi avaliado por meio do instrumento PAQ-C PAQ-A (GUEDES E GUEDES, 2015) – ANEXO C. O questionário investiga atividades físicas moderadas e intensas realizadas sete dias anteriores ao seu preenchimento, incluindo o final de semana. O PAQ-C é composto por nove e o PAQ-A por oito questões, sobre prática de esportes e jogos, atividades físicas na escola e lazer; cada questão tem valor de um a cinco

e o escore final é a média das questões. Quanto maior o escore, maior será o nível de atividade física.

Avaliação da confiança/motivação

Para analisar essa variável, foi utilizada a sub-escala de confiança/motivação *Athletic Coping Skills Inventory – 28* na sua versão em português (ACSI-28BR) (COIMBRA, 2011) - ANEXO D. O ACSI-28BR é um instrumento composto por 28 itens, que avalia sete habilidades de *coping*. A subescala de Confiança/Motivação é composta por quatro questões, avaliadas em uma escala Likert de 4 pontos, sendo 0 = quase nunca, 1 = às vezes, 2 = frequentemente, 3 = quase sempre. Maiores valores indicam maior confiança/motivação.

Avaliação do potencial esportivo feita pelo treinador

Para a avaliação do potencial esportivo pelos treinadores, foi utilizado um questionário adaptado de Werneck et al. (2020), onde participaram professores regentes da instituição atribuem uma classificação subjetiva, avaliando o potencial dos alunos-atletas em uma escala *Likert*. Foi solicitado aos professores que respondessem de acordo com a expectativa futura com relação ao desempenho dos alunos-atletas, com as opções: fraco (1); razoável (2); bom (3); muito bom (4); e excelente (5).

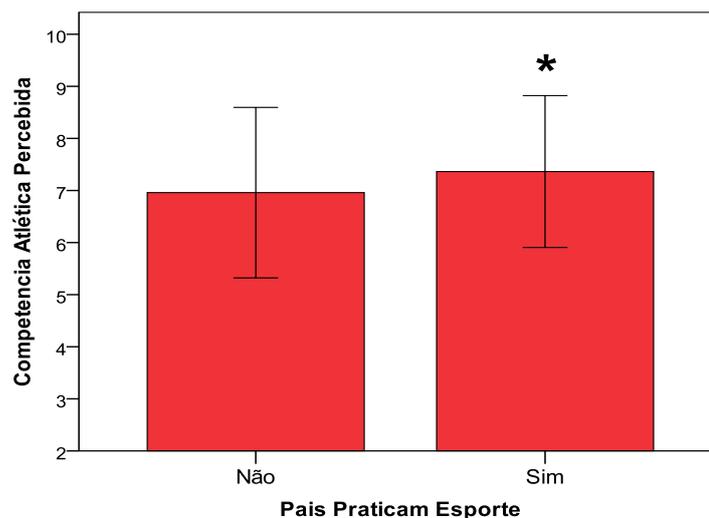
3 ANÁLISE ESTATÍSTICA

Os dados foram descritos pela média e desvio-padrão. Para a análise estatística, foram utilizados o teste t de Student e a correlação de Pearson. O nível de significância adotado foi de 5% e os dados foram analisados no software IBM SPSS versão 24.0. O teste t de student é um teste de comparação entre médias e formulação de hipóteses entre os valores encontrados, a partir de um nível de significância (OLIVEIRA 2008). Já o coeficiente de correlação de Pearson pode ser definido como o critério de relação entre duas ou mais variáveis apresentadas (FILHO E JÚNIOR 2009).

4 RESULTADOS

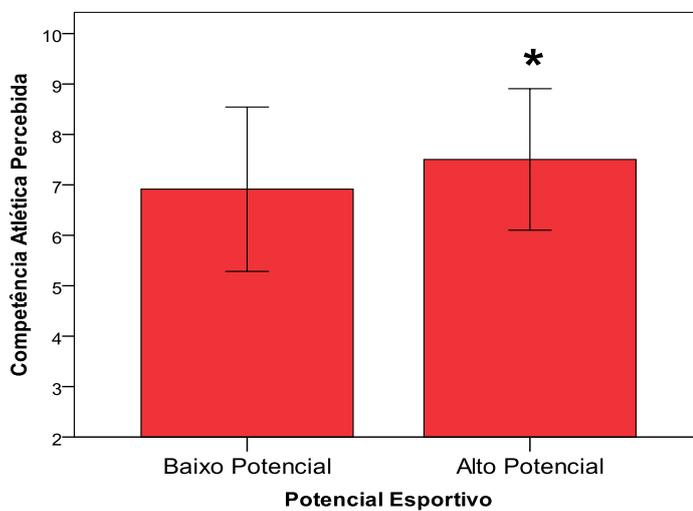
Os escolares avaliados apresentaram as seguintes características gerais: $14,5 \pm 1,8$ anos, $59,3 \pm 14,8$ kg, 167 ± 11 cm e $17,0 \pm 7,2\%$ de gordura corporal. A média de percepção de competência atlética dos alunos foi de $7,1 \pm 1,6$, variando de 2 a 10. A percepção de competência atlética foi maior nos alunos-atletas que os pais praticam esportes ($7,4 \pm 1,4$ vs. $6,9 \pm 1,6$; $p < 0,001$) – Figura 1, naqueles com alto potencial esportivo ($7,5 \pm 1,4$ vs. $6,9 \pm 1,6$; $p < 0,001$) – Figura 2 e naqueles que participam de treinamentos sistemáticos ($7,5 \pm 1,4$ vs. $6,7 \pm 1,6$; $p < 0,001$) – Figura 3. Observou-se uma correlação estatisticamente significativa e positiva entre a competência atlética percebida e a confiança/motivação ($r = 0,43$; $p < 0,001$), o nível de atividade física ($r = 0,39$; $p < 0,001$) e a aptidão cardiorrespiratória ($r = 0,22$; $p < 0,001$); porém, observou-se e uma correlação negativa com a idade cronológica ($r = -0,13$; $p < 0,001$) e o percentual de gordura corporal ($r = -0,11$; $p = 0,001$) – Tabela 1. As correlações entre as variáveis mostradas na tabela 1 podem ser consideradas de muito fracas a moderadas, pois EVANS (1996) sugere algumas classificações com relação aos valores das mesmas. São elas: $r = 0,00$ a $0,19$ – muito fraca; $0,20$ a $0,39$ – fraca; $0,40$ a $0,59$ – moderada; $0,60$ a $0,79$ – forte; acima de $0,80$ – muito forte.

Figura 1 - Nível de competência atlética percebida nos indivíduos que os pais praticam ou não esportes.



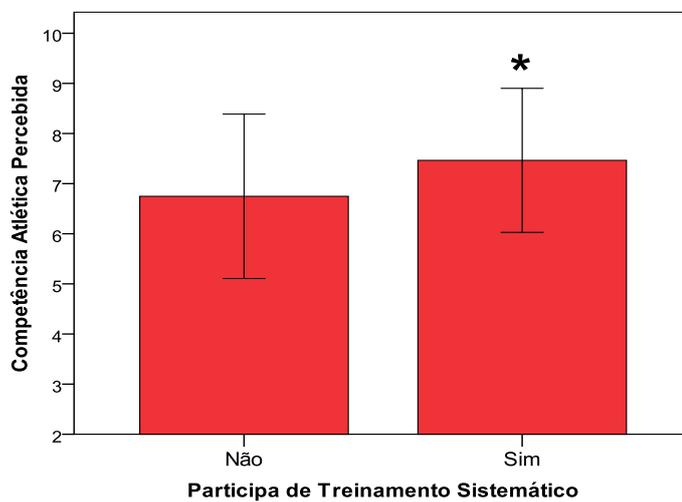
Fonte: Elaborada pelos autores

Figura 2 - Nível de competência atlética percebida em indivíduos considerados de baixo e alto potencial esportivo.



Fonte: Elaborada pelos autores

Figura 3 - Nível de competência atlética percebida em indivíduos que participam de treinamentos sistemáticos.



Fonte: Elaborada pelos autores

Quadro 1 - Correlação entre as variáveis analisadas no estudo.

		Correlações					
		Competencia Percebida	IdadeDecimal	GorduraPerc	ConfiançaMotivação	Leger_Distância	VO2máx
CompetenciaPercebida	Correlação de Pearson	1	-,135**	-,114**	,434**	,217**	,316**
	Sig. (2 extremidades)		,000	,001	,000	,000	,000
	N	830	830	801	798	765	765
IdadeDecimal	Correlação de Pearson	-,135**	1	-,278**	-,025	,456**	,012
	Sig. (2 extremidades)	,000		,000	,476	,000	,744
	N	830	830	801	798	765	765
GorduraPerc	Correlação de Pearson	-,114**	-,278**	1	-,121**	-,551**	-,481**
	Sig. (2 extremidades)	,001	,000		,001	,000	,000
	N	801	801	801	771	745	745
ConfiançaMotivação	Correlação de Pearson	,434**	-,025	-,121**	1	,233**	,278**
	Sig. (2 extremidades)	,000	,476	,001		,000	,000
	N	798	798	771	798	738	738
Leger_Distância	Correlação de Pearson	,217**	,456**	-,551**	,233**	1	,884**
	Sig. (2 extremidades)	,000	,000	,000	,000		,000
	N	765	765	745	738	765	765
VO2máx	Correlação de Pearson	,316**	,012	-,481**	,278**	,884**	1
	Sig. (2 extremidades)	,000	,744	,000	,000	,000	
	N	765	765	745	738	765	765

** A correlação é significativa no nível 0,01 (2 extremidades).

5 DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo investigar as variáveis que influenciam na competência atlética percebida em escolares do sexo masculino de um colégio militar., através da aplicação de questionários e baterias de testes físico-motores. Considerando todas as variáveis analisadas e evidenciadas nos gráficos e tabelas, observou-se que a participação em treinamentos sistematizados, o apoio familiar e a confiança/motivação dos alunos são as que mais influenciam na competência atlética percebida. Na FIG. 1, podemos ver que os pais que são praticantes de alguma modalidade esportiva influenciam diretamente em uma maior percepção de competência atlética pelos filhos. Segundo Bois et al., (2005) como os pais possuem um papel intermediário com relação a socialização da criança na infância e no início da adolescência, tem a importância na percepção dos filhos sobre a convicção de suas capacidades nessa faixa etária. Os autores também salientam que a mãe exerce um papel significativo nessa percepção, pois na maioria das situações é mais atuante no cotidiano dos filhos.

De fato, o envolvimento familiar é um pilar importante para que a criança se sinta motivada, e conseqüentemente alcance um maior desempenho na atividade em que pratica. Segundo Werneck, Ferreira e Coelho (2020) é fundamental analisar como o ambiente familiar

pode influenciar na carreira do aluno-atleta e na sua performance esportiva. Os autores relatam que segundo a literatura podemos elencar 3 tipos de envolvimento dos pais relacionados a prática esportiva dos filhos. São eles: sub envolvimento, envolvimento adequado e super envolvimento. O sub envolvimento se caracteriza pela falta de respaldo dos pais nos cunhos social, financeiro e emocional, que pode posteriormente vir a acarretar em desistência por parte da criança. O envolvimento adequado ocorre quando os pais se propõem a viabilizar toda a estrutura financeira, social e emocional para o filho, incentivando na participação em torneios e afins, sendo participativo no progresso e no êxito com relação aos propósitos esportivos do mesmo. Já o super envolvimento se dá quando os pais geram um grau de cobrança exagerado sobre a criança, que não se caracteriza como uma contribuição ao processo.

Alguns autores ressaltam a importância do papel da família com relação ao desenvolvimento de atletas, principalmente na infância. Foram analisados por Ferreira et al., (2012) 8 atletas de natação que obtiveram resultados expressivos em olimpíadas. Os dados obtidos indicaram que o apoio familiar no início da jornada esportiva dos atletas fez total diferença no seu desenvolvimento com relação à modalidade, principalmente nos anos iniciais. Outro estudo de Schiavon (2016) analisou a caminhada esportiva de ginastas que estiveram presentes em 7 diferentes edições de olimpíadas, e concluiu-se que o apoio da família foi fundamental para o desempenho dos atletas. Portanto, entender qual a importância do envolvimento familiar no contexto da motivação do indivíduo se mostra relevante para a evolução do seu desempenho enquanto aluno-atleta.

Na FIG. 2, pode se observar que indivíduos que são considerados detentores de alto potencial pelo professor-treinador para a prática esportiva se perceberam mais competentes quando comparados a indivíduos que foram considerados de baixo potencial esportivo. Tal circunstância é importante pois o feedback do professor para com o aluno pode influenciar diretamente na sua atuação. A comparação dos pontos de vista do professor e do aluno sobre a competência atlética percebida pode ser um fator significativo para o progresso do processo de ensino e aprendizagem. Em um estudo de Werneck et al., (2017) foi investigada a importância do diagnóstico do potencial esportivo em 924 escolares de um colégio militar analisados em 2015 e 2016, através de uma bateria de testes físicos, antropométricos, psicológicos e maturacionais. Os resultados mostraram que alunos considerados de alto potencial esportivo tinham até 3 vezes mais chances de estarem entre os melhores em seus respectivos esportes e/ou provas nos períodos de competição entre os colégios militares

brasileiros. De acordo com Filho e Bohme (2001) a detecção de indivíduos com talento esportivo é uma esfera de atuação profissional importante, pois a progressão no treinamento desses indivíduos de acordo com a evolução da faixa etária, respeitando as especificidades de cada uma, é o que irá determinar o seu sucesso futuro na modalidade em que praticam.

Já na FIG. 3, podemos constatar que indivíduos que participam de treinamentos sistematizados possuem uma maior percepção de competência quando comparados a indivíduos que não são adeptos ao treinamento. Nessa perspectiva, Neto (2007) analisou 189 indivíduos do sexo masculino com idades entre 8 e 17 anos, matriculados em uma escola da rede pública da cidade de Curitiba - PR. Os 189 alunos foram distribuídos em 2 grupos controle: 102 participavam de treinamentos sistematizados de futebol 3x por semana e 87 não praticavam nenhum tipo de atividade física sistematizada. Foram realizados testes relacionados a maturação sexual, composição corporal, e aptidão cardiorrespiratória. Os resultados mostraram que os indivíduos que participaram de treinamentos sistematizados apresentaram maior alteração em alguns parâmetros avaliados com relação ao desenvolvimento maturacional quando comparado ao grupo não praticante. Corroborando com esse estudo, Filardo (2001) investigou 82 alunos do sexo masculino na faixa etária média de 15,5 a 16,5 anos divididos em 2 grupos. O grupo 1 foi composto por 41 alunos que participavam de treinamentos sistematizados em 4 modalidades esportivas coletivas (futsal, vôlei, handebol, basquete) por pelo menos 3 horas semanais. O grupo 2 continha o mesmo número de alunos, porém, estes nunca tinham participado de nenhum treinamento sistematizado, mas sim somente das aulas de educação física no ambiente escolar. Foram coletados dados antropométricos (peso, estatura, medidas e diâmetro ósseo) e de composição corporal (dobras cutâneas, percentual de gordura, massa magra e massa gorda corporal). Foi verificado que existiam diferenças estatisticamente significativas entre os 2 grupos ($p < 0,05$) com relação as variáveis de percentual de gordura e de massa gorda. Os autores relatam que no estudo de Malina (2004) o treinamento sistematizado é referenciado como fator determinante quando relacionado às modificações na composição corporal dos indivíduos, e que isso pode refletir diretamente na sua atuação esportiva.

Com relação a confiança/motivação, estudos mostram que é um fator relevante quando relacionado a competência percebida. Em uma revisão de literatura feita por Caetano e Januário (2009), constatou-se que na educação física a evolução do processo de ensino e aprendizagem é mais perceptível do que em outras disciplinas. Conseqüentemente, o professor tem a necessidade de manter os alunos mais motivados para que não se sintam

excluídos nas aulas. Segundo os autores, o papel do educador é proporcionar ao aluno considerado de menor potencial uma maior sensação de capacidade na execução das atividades, e fazer com que o de maior potencial permaneça motivado e mantenha o interesse nas aulas.

O percentual de gordura, a idade e a aptidão cardiorrespiratória também podem ser variáveis determinantes na competência percebida. Em um estudo de Lopes, Sousa e Rodrigues (2013) foi feita uma revisão de literatura sobre vários aspectos alusivos a ela. Foram encontradas correlações estatisticamente negativas entre crianças que possuem maior volume de gordura corporal e sua competência motora para a prática de atividades físicas. Com relação a idade, o autor reitera que a medida que a criança evolui maturacionalmente, a competência percebida aumenta, indo de acordo com a gama de experiências motoras vividas por ela. Em um estudo desenvolvido por Pereira (2018), foi analisada a competência percebida de 217 crianças de 6 a 10 anos, sendo 117 meninos e 100 meninas. Uma das variáveis presentes e associadas a competência percebida no estudo foi a aptidão cardiorrespiratória. Constatou-se que houveram diferenças estatisticamente significativas entre a aptidão cardiorrespiratória e a competência percebida entre os sexos ($p < 0,05$). Segundo Nobre e Valentinni (2019) a competência atlética percebida é maior em crianças do sexo masculino, pois a influência de fatores culturais relacionados a prática esportiva está mais presente no cotidiano desses indivíduos do que quando comparados ao sexo feminino.

Deste modo, se demonstra necessária a realização de novos estudos sobre a competência atlética percebida em alunos-atletas do sexo feminino, tendo em vista que a literatura atual demonstra certa escassez de trabalhos relacionados a esse público.

Com base nisso, os professores de educação física e demais profissionais ligados a prática esportiva podem utilizar dessas variáveis para elaborar novas metodologias de ensino e pesquisa, a fim de analisar e identificar a influência da competência atlética percebida no desenvolvimento de seus alunos-atletas, além de observar quais fatores positivos e negativos estão ligados a ela, para que as chances de sucesso na prática esportiva sejam maiores.

6 CONCLUSÃO

Conclui-se que a competência atlética percebida em escolares do sexo masculino é maior nos escolares que praticam esportes de maneira sistemática e naqueles em que os pais também praticam esportes, além de estar diretamente relacionada a variáveis psicológicas, físico-motoras, socioambientais e à percepção de competência atlética atribuída pelo seu professor-treinador.

REFERÊNCIAS

- BÖHME, M. T. S. O treinamento a longo prazo e o processo de detecção, seleção e promoção de talentos esportivos. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte** [S.l.], v. 21, n. 2/3, p. 4-10, 2000.
- BOIS, J. et al. Elementary schoolchildren's perceived competence and physical activity involvement: the influence of parents' role modelling behaviours and perceptions of their child's competence. **Psychology of sport and exercise**, v. 6, n. 4, p. 381-397, 2005.
- BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Lei nº 9394/96, 20/12/1996. Brasília, 1996. Disponível em: Acesso em 28 set. 2015.
- BRAUNER, L.M.; VALENTINI, N.C.; SOUZA, M.S. Programa de Iniciação Esportiva Influencia a Competência Percebida de Crianças? **Psico-USF**, v. 22, n. 3, p. 527-539, 2017.
- CAETANO, A.; JANUÁRIO, C. Motivação, teoria das metas discentes e competência percebida. **Pensar a Prática**, [S. l.], v. 12, n. 2, 2009. DOI: 10.5216/rpp.v12i2.5891. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fef/article/view/5891>. Acesso em: 31 mar. 2021. 5
- COIMBRA, D. R. **Processo de validação do questionário “Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28)” para a língua portuguesa do Brasil**. 114 f. 2011. Tese de Doutorado. Dissertação (Mestrado em Educação Física) –Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora.
- ESTEVAN, I.; BARNETT, L.M. Considerations related to the definition, measurement and analysis of perceived motor competence. **Sports Medicine**, v. 48, n. 12, p. 2685-2694, 2018.
- EVANS, James D. **Straightforward statistics for the behavioral sciences**. Thomson Brooks/Cole Publishing Co, 1996.
- FERREIRA, R.M et al. Nadadores medalhistas olímpicos: contexto do desenvolvimento brasileiro. **Motriz: Revista de Educação Física**, v. 18, n. 1, p. 130-142, 2012.
- FILARDO, R.D.; NETO, C.S.P.; AÑEZ, C.R.R. Comparação de indicadores antropométricos e da com posição corporal de escolares do sexo masculino participantes e não participantes de programas de treinamento. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 6, n. 1, p. 31-37, 2001.

FILHO, D.B.F.; JÚNIOR, J.A.S. Desvendando os Mistérios do Coeficiente de Correlação de Pearson (r). **Revista Política Hoje**, Vol. 18, n. 1, 2009.

GALDINO, M. L. Pedagogia do esporte e competência motora. Paes RR, Balbino HF. **Pedagogia do Esporte**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J.E.RP. Medida da atividade física em jovens brasileiros: reprodutibilidade e validade do PAQ-C e do PAQ-A. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 21, n. 6, p. 425-432, 2015.

HENRIQUE, J.; JANUÁRIO, C. Educação física escolar: a perspectiva de alunos com diferentes percepções de habilidade. **Revista Motriz**, v. 11, n. 1, p. 37-48, 2005.

LANARO FILHO, P.; BÖHME, M.T.S. Detecção, seleção e promoção de talentos esportivos em ginástica rítmica desportiva: um estudo de revisão. **Revista paulista de educação física**, v. 15, n. 2, p. 154-168, 2001.

LÉGER, L.A. et al. The multistage 20 metre shuttle run test for aerobic fitness. **Journal of sports sciences**, v. 6, n. 2, p. 93-101, 1988.

LOPES, V. P.; SOUSA, J.F; RODRIGUES, L.P (2013). Proficiência motora, atividade física e excesso de peso em crianças, que relação? In Carvalhal, Mourão Isabel... [et al.] **Estudos em desenvolvimento motor da criança VI**. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. p. 163-167. ISBN 978-989-704-155-6

MALINA, M.; BOUCHARD, C.; Oded. Growth, maturation, and physical activity. **Human kinetics**, 2004.

MATEUS, A. et al. Percepção de competência física no futebol feminino e masculino: um estudo com jovens atletas e seus pais. **Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte**, 2010.

MIRANDA, L. et al. Talento motor e maturação biológica em escolares de um colégio militar. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 25, n. 5, p. 372-378, set./out. 2019.

NASCIMENTO, J.V. Escala de auto-percepção de competência profissional em Educação Física e desportos. **Revista paulista de educação física**, v. 13, p. 5-21, 1999.

NETO, A.S et al. Vo2máx e composição corporal durante a puberdade: comparação entre praticantes e não praticantes de treinamento sistematizado de futebol. **Revista Brasileira de Cineantropometria Desempenho Humano**, v. 9, n. 2, p. 159-164, 2007.

NOBRE, G.C; BANDEIRA, P.F.R; VALENTINI, N.C. Relação entre a competência motora percebida geral, o gênero, a competência motora percebida específica à tarefa e a competência motora real de crianças. **Journal of Physical Education**, v. 27, 2016.

NOBRE, G.C; VALENTINI, N.C. Autopercepção de competência: conceito, mudanças características na infância e diferenças entre gênero e faixas etárias. **Journal of Physical Education**, v. 30, 2019.

OLIVEIRA, A.F.G; Testes estatísticos para comparação de médias. **Revista Eletrônica Nutritime**, v.5, n° 6, p.777-788 Novembro/Dezembro 2008.

PEREIRA, E.S. **Associação entre o nível de atividade física, competência motora, competência motora percebida, aptidão física relacionada à saúde e índice de massa corporal em crianças**. 2018. 118 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal de Viçosa, Viçosa. 2018.

REIS, C.P; FERREIRA, M.C.C; MORAES, L.C.C.A. O apoio dos pais ao desenvolvimento da carreira de atletas masculinos de basquetebol. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 38, n. 2, p. 149-155, 2016.

SCHIAVON, L.M.; SOARES, D.B. Parental support in sports development of Brazilian gymnasts participants in the Olympic Games (1980-2004). **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 30, n. 1, p. 109-118, 2016.

SHELDON, J.P.; ECCLES, J.S. Physical and psychological predictors of perceived ability in adult male and female tennis players. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 17, n. 1, p. 48-63, 2005.

SLAUGHTER, M.H. et al. Skinfold equations for estimation of body fatness in children and youth. **Human biology**, p. 709-723, 1988.

VENETSANO, F.; KAMBAS, A. Environmental factors affecting preschoolers' motor development. **Early childhood education journal**, v. 37, n. 4, p. 319-327, 2010.

VILLWOCK, G.; VALENTINI, N.C. Percepção de competência atlética, orientação motivacional e competência motora em crianças de escolas públicas: estudo desenvolvimentista e correlacional. **Revista brasileira de educação física e esporte**, v. 21, n. 4, p. 245-257, 2007.

WERNECK, F.Z et al. Projeto Atletas de Ouro: Validade e estabilidade do diagnóstico do potencial esportivo em escolares de um colégio militar. In: IV Fórum Científico da EsEFEx. **Revista de Educação Física**, v. 86, n. 2, p. 139-141, 2017.

WERNECK, F. Z.; COELHO, E. F.; FERREIRA, R. M. **Manual do Jovem Atleta: da Escola ao Alto Rendimento**. Curitiba: CRV, 2020.

ANEXOS

Anexo A – Termo de consentimento livre e esclarecido

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. Nesta pesquisa, iremos mapear o perfil morfológico, psicomotor, maturacional, socioeconômico e de habilidades esportivas de jovens alunos e atletas, com a finalidade de fazer um diagnóstico da aptidão física dos alunos. Essas informações servirão de base para o acompanhamento do desenvolvimento dos alunos, para se conhecer os efeitos da prática de 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, contendo: medidas antropométricas (peso, altura, envergadura e percentual de gordura), aplicação de questionários de motivação, confiança, capacidade de lidar com o estresse, treinabilidade e sua percepção de competência. Os demais testes incluem: teste de 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 consta no calendário anual de atividades pedagógicas do CMJF e será aplicada uma vez ao ano, como atividade avaliativa da disciplina de Educação Física do CMJF. Você receberá um questionário onde deverá ser preenchida a estatura dos pais biológicos do aluno, para podermos calcular qual será a estatura adulta que seu filho irá alcançar e como está o seu processo de crescimento e desenvolvimento. Para participar desta pesquisa, o aluno 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 do aluno é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma com que é tratado (a) pelo pesquisador ou pelos professores do CMJF. Os dados desta pesquisa serão utilizados para fins científicos e os pesquisadores irão tratar a identidade do aluno com padrões profissionais de sigilo. Esta pesquisa apresenta risco mínimo ao menor, pois propõe a aplicação de questionários e de testes físiomotores os quais os alunos já estão acostumados a fazer nas aulas de Educação Física. Porém, no caso de quaisquer danos eventualmente produzidos pela pesquisa, será prestada assistência adequada. Os resultados estarão à sua disposição quando finalizada a pesquisa. 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).

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 20__.

Assinatura do (a) Responsável

Assinatura do (a) menor

Assinatura do Pesquisador

Anexo B - Competência Atlética Percebida

COMPETÊNCIA PERCEBIDA				
1- Considerando todos os fatores físicos, sociais, mentais e habilidades envolvidas na modalidade esportiva que você pratica, como você classifica o seu DESEMPENHO ATUAL ?				
Fraco	Razoável	Bom	Muito Bom	Excelente
1	2	3	4	5
2- Como você classifica o seu desempenho na sua modalidade EM COMPARAÇÃO COM OUTROS ALUNOS-ATLETAS que disputam competições com você?				
Fraco	Razoável	Bom	Muito Bom	Excelente
1	2	3	4	5

Fonte: ADAPTADO DE SHELDON E ECCLES, 2005 por WERNECK, COELHO, FERREIRA 2020.

Anexo C - Exemplo de questões do Nível de Atividade Física

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA (PAQ-C e PAQ-A)					
1. Atividade física no tempo livre: Você realizou alguma dessas atividades nos últimos 7 dias (última semana) . Se a resposta for sim, quantas vezes foi realizada? (Marcar uma única resposta por atividade).					
Atividade Física	Não	1-2x	3-4x	5-6x	≥ 7x
Pular corda	<input type="radio"/>				
Andar de patins	<input type="radio"/>				
Brincar de pega-pega	<input type="radio"/>				
Andar de bicicleta	<input type="radio"/>				
Caminhar como exercício físico	<input type="radio"/>				
Correr	<input type="radio"/>				
Nadar	<input type="radio"/>				
2. Nos últimos 7 dias, durante as aulas de educação física , quantas vezes Você permaneceu muito ativo fisicamente: jogando intensamente, correndo, saltando, fazendo lançamentos, etc.?					
<input type="radio"/> Não tenho aula de educação física					
<input type="radio"/> Quase nunca					
<input type="radio"/> Algumas vezes					
<input type="radio"/> Muitas vezes					
<input type="radio"/> Sempre					

Fonte: GUEDES E GUEDES, 2015.

Anexo D - Exemplo de questões relacionadas a Prática Esportiva Sistemática

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

Fonte: WERNECK, COELHO, FERREIRA 2020.

Anexo E – Exemplo de questões do Inventário de Habilidades Psicológicas de Coping

ATHLETIC COPING SKILLS INVENTORY – ACSI-28BR					
<p>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 <u> você experimenta as situações abaixo</u> tão exatamente quanto possível.</p>		Quase Nunca	As Vezes	Frequentemente	Quase Sempre
		1	Diariamente ou semanalmente eu estabeleço metas muito específicas que me guiam no que fazer.	0	1
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

Fonte: COIMBRA, 2011.

Anexo F - Avaliação do Potencial Esportivo Pelo Professor-treinador

<u>AVALIAÇÃO DO POTENCIAL ESPORTIVO – Versão Treinador</u>				
<p>Prezado Professor-Treinador, é nossa intenção avaliar o potencial esportivo dos seus alunos-atletas. Nesse sentido é fundamental a sua colaboração para que possamos saber qual é a expectativa de sucesso que você deposita em cada um deles.</p>				
<p>1) Avalie o potencial esportivo deste aluno-atleta para desempenho no FUTURO:</p>				
Fraco	Razoável	Bom	Muito Bom	Excelente
<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>
<p>2) Para qual modalidade esportiva este aluno-atleta teria maior chance de ser bem sucedido no futuro?</p>				
Esporte		Posição de Jogo ou Prova		

Fonte: WERNECK, COELHO, FERREIRA 2020.