

UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ
DEPARTAMENTO ACADÊMICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

FABIANO RODRIGUES MARCONDES KRAEMER GONÇALVES

ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE A ANSIEDADE E O DESEMPENHO EM
JOGADORES DE FUTEBOL DE CAMPO: CATEGORIA INFANTIL

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

CURITIBA

2014

FABIANO RODRIGUES MARCONDES KRAEMER GONÇALVES

ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE A ANSIEDADE E O DESEMPENHO EM
JOGADORES DE FUTEBOL DE CAMPO: CATEGORIA INFANTIL

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Bacharelado em
Educação Física da UTFPR como requisito
parcial para a obtenção do grau do Bacharel
em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Ciro Romelio Rodriguez
Añez.

CURITIBA
2014



Ministério da Educação
Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Campus Curitiba
Gerência de Ensino e Pesquisa
Departamento de Educação Física
Curso Bacharelado em Educação Física



Termo de Aprovação

ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE A ANSIEDADE E O DESEMPENHO TÉCNICO EM JOGADORES DE FUTEBOL DE CAMPO: Categoria Infantil por FABIANO RODRIGUES MARCONDES KRAEMER GONÇALVES

Este trabalho de Conclusão de Curso 2 (TCC 2) foi apresentado no dia 16 de dezembro de 2014, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Educação Física. O candidato foi arguido pela banca examinadora composta por professores abaixo assinados. Após liberação, a banca examinadora considerou o trabalho **aprovado**.

Professor Dr. **Ciro Romelio Rodriguez Añez**
Orientador

Prof. Dr **Elto Legnani**
Membro Titular

Prof Msc **Sergio Molleta**
Membro Titular

RESUMO

GONÇALVES, Fabiano Rodrigues Marcondes Kraemer. **Análise da relação entre a ansiedade e o desempenho em jogadores de futebol de campo: Categoria Infantil**. 42 folhas. Monografia de Graduação (Bacharelado em Educação Física) – Departamento Acadêmico de Educação Física. Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2014.

A ansiedade é caracterizada como um sentimento vago de nervosismo, algo que surge em momentos de pressão, podendo gerar incerteza, deixando o esportista sem saber como agir em determinadas situações causando um estado emocional desagradável. Portanto, a proposta deste trabalho foi analisar o nível de ansiedade e o desempenho em jovens atletas de futebol de campo nos momentos que antecedem uma partida. Foi realizado um estudo descritivo correlacional com delineamento transversal. Participaram do estudo atletas de um time de futebol da categoria infanto-juvenil com idade entre 14 e 15 anos que participam do Campeonato Paranaense Infantil 2013. Foi aplicado o instrumento Questionário Competitivo de *Illinois* (QCI), para verificar o nível de ansiedade em momentos que antecedem uma partida. O desempenho foi avaliado por meio de *scout*. Não foi possível encontrar nenhuma relação entre o desempenho e o nível de ansiedade dos jogadores observados. As características psicológicas individuais dos atletas podem ter sido fatores relevantes nos níveis de ansiedade, e no desempenho dos jogadores, o que levanta mais dúvidas do que respostas e sugere a realização de outras pesquisas. Não foi possível detectar nenhuma associação entre o desempenho e a ansiedade nos indivíduos analisados.

Palavras chave: Ansiedade, Futebol, Desempenho.

ABSTRACT

GONÇALVES, Fabiano Rodrigues Marcondes Kraemer. **Analysis of the relationship between anxiety and performance on field soccer players: Children's Category**. 42 folhas. Monografia de Graduação (Bacharelado em Educação Física) – Departamento Acadêmico de Educação Física. Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2014.

Anxiety is characterized as a vague feeling of nervousness, something that comes in times of pressure, which can generate uncertainty, leaving the athlete not knowing how to act in certain situations causing an unpleasant emotional state. Therefore, the purpose of this study was to analyze the level of anxiety and performance in young soccer field athletes in the moments before a match. A descriptive and correlational cross-sectional study was conducted. Participants were athletes of a children's class football team aged 14 and 15 who participate in the Children's Championship Paranaense 2013. We applied the Competitive Questionnaire instrument of Illinois (QCI), to check the level of anxiety in moments before a match. The performance was evaluated by scout. Could not find any relation between the performance and the level of anxiety of the observed players. The individual psychological characteristics of athletes may have been important factors in anxiety levels, and performance of the players, which raises more questions than answers and suggests that other research. Could not detect any association between performance and anxiety in individuals analyzed.

Keywords: Anxiety, Football, Performance.

AGRADECIMENTOS

Em especial aos meus pais Mauricio e Patrícia e meu irmão Patrick pela dedicação e apoio incondicional em todos os momentos. A minha família que sempre acreditou em mim.

Ao professor Ciro R. Añez, exemplo de seriedade profissional, cuja dedicação em repassar seus conhecimentos de forma atenciosa e ética.

Anderson Mulinari e Bernardo Franco colegas de trabalho aonde pude realizar os estudos e que de uma relação inicialmente profissional se transformou em uma amizade. Permitiu o meu aprendizado em cada uma de suas palavras. Antonio Sureck e Sr Ney Cantu muito me ensinaram através de suas experiências sobre o futebol.

Guilherme Meissner e André Mulich, amigos verdadeiras que me apoiaram e me ajudaram de forma emocional e profissional. Sempre estavam comigo nos momentos mais difíceis.

A todos os professores do Departamento de Educação Física da UTFPR que me apoiaram para o meu crescimento e minha formação acadêmica.

A todos os meus amigos e colegas que me acompanharam nesta jornada sem vocês nada disso seria possível.

SÚMARIO

1.INTRODUÇÃO	6
1.2.JUSTIFICATIVA.....	8
1.3 PROBLEMA.....	7
1.4 OBJETIVO GERAL	7
1.5 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	7
2. REVISÃO DE LITERATURA	9
2.1 O FUTEBOL	9
2.2 O DESEMPENHO TÉCNICO	10
2.3 EXIGÊNCIAS E CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS DO FUTEBOL	11
2.4 VALÊNCIAS FÍSICAS PARA O FUTEBOLISTA.....	12
2.5 EXIGÊNCIA E CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS DO FUTEBOL.....	13
2.6 FISIOLOGIA DA ANSIEDADE	14
3. METODOLOGIA	16
3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA	16
3.2 PARTICIPANTES	16
3.2.1 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO	16
3.2.2 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO	16
3.3 INSTRUMENTOS	17
3.3.1 Procedimentos.....	18
3.4 TRATAMENTO DOS DADOS.....	18
4. RESULTADOS	18
5. CONCLUSÃO	28
REFERÊNCIAS	30
ANEXOS	34

1. INTRODUÇÃO

Futebol é uma modalidade de esporte que é preferido tanto por meninos e meninas no Brasil. Acredita-se que um dos motivos para esta preferência seja o fato de não pré-estabelecer um biótipo adequado aos seus praticantes. Ainda, pode ser praticado em qualquer espaço físico que pode ser desde um quintal até uma praça. Os seus fundamentos são de fácil compreensão e jogabilidade. Sendo assim, é possível observar pessoas jogando futebol em vários locais como escolas, praças, projetos sociais, clubes amadores e profissionais (LEAL, 2001).

Em uma pesquisa realizada pela Federation International of Football Association (FIFA, 2006), cerca de 270 milhões de pessoas no mundo estão ativamente envolvidos no futebol, incluindo jogadores, árbitros e diretores. Sendo que, 265 milhões jogam o desporto regularmente de maneira profissional, semiprofissional ou amadora, considerando tanto a homens, mulheres, jovens e crianças. Este valor representa cerca de 4% da população mundial, esses números provam a importância da modalidade e a relação da quantidade de pessoas envolvidas.

A ansiedade ainda pode ser definida como um sentimento vago de nervosismo e incerteza, um estado emocional desagradável de medo ou apreensão podendo gerar incerteza, deixando o esportista sem saber como agir em determinadas situações causando um estado emocional desagradável (FABIANI 2008).

A análise da ansiedade percebida pelos jogadores pode então auxiliar no planejamento e preparação psicológica dos atletas, a fim de amenizar os fatores desencadeantes deste estado, e inibir os efeitos negativos sob o desempenho esportivo (WEIBERG; GOULD, 2006 apud GREBER, 2011).

Contudo Singer, (1989) afirma que o reconhecimento da importância da psicologia no esporte e os avanços desta área para explicar os fenômenos psicológicos envolvidos no ambiente esportivo e na preparação do atleta são fatores primordiais para avanço deste processo.

Muito embora para Santos e Shigunov (2000) não adianta o atleta estar bem fisicamente, em excelente nível tático e técnico, se o descontrole psicológico interfere negativamente no desempenho. Constantemente os integrantes da comissão técnica passam por essa situação, grandes talentos desportivos podem vir

a falhar se não estiverem preparados psicologicamente para atravessar um grande desafio. Entender os mecanismos que regem o organismo, situações que podem ser geradoras de ansiedade pode ser o caminho para atingir um sucesso em uma competição de alto nível.

Sendo assim, a pesquisa se torna relevante pela necessidade de novos estudos na área de psicologia desportiva dentro do desporto futebol, sendo que o rendimento do atleta está diretamente relacionado com o resultado de uma partida se tornando preocupante, caso haja queda de produção, podendo lhe custar à titularidade no próximo jogo (SAMULSKI, 2002).

Para que se alcance um bom rendimento no esporte futebol se faz necessário trabalhar os níveis de ansiedade em momentos que antecedem uma partida.

1.1 JUSTIFICATIVA

Existe uma forte correlação entre os níveis de estresse e ansiedade com o desempenho esportivo, se tratando de esporte de alto rendimento isso se torna muito mais evidente (BRANDÃO, 2000).

Entender os mecanismos que regem o organismo em situações de ansiedade pode auxiliar a compreensão das ações que podem ser tomadas para maximizar o desempenho evitando o desgaste desnecessário para atingir o sucesso em uma competição de alto nível.

O desempenho de um atleta depende muito do equilíbrio emocional. As emoções afetam a percepção de bem-estar que está diretamente relacionado com o desempenho (FLEURY, 1998).

Para Diniz (2003), o excesso de ansiedade na competição desportiva constitui um problema usual e preocupante para todos aqueles que, diretamente ou indiretamente, se encontram envolvidos no desporto.

Um estudo realizado com jogadores de futebol da categoria adulto, constatou que a ansiedade pode interferir nos resultados e no desempenho dos jogadores estes que podem ser leves, moderados ou acentuados (BRANDÃO, 2000). Contudo, não foram encontrados trabalhos que relacionassem a ansiedade em jogadores de futebol da categoria infantil. Com o intuito de saber se os adolescentes reagem da mesma forma que os adultos, propõem-se esta pesquisa.

1.2 PROBLEMA

Qual a relação entre o nível de ansiedade e o desempenho dos atletas durante o jogo de futebol de campo da categoria infantil?

1.3 OBJETIVO GERAL

Analisar a relação entre o nível de ansiedade e o desempenho em jogo de atletas de futebol de campo da categoria infantil

1.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Mensurar o nível de ansiedade em jovens atletas categoria infantil (sub 15) futebol de campo nos momentos que antecedem uma partida.
- Avaliar o desempenho em jovens atletas de futebol de campo categoria infantil (sub 15).
- Relacionar a associação entre os níveis de ansiedade com o desempenho desses atletas.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 O FUTEBOL

O futebol é um ritual performático que, assim como os demais esportes, põe em ação diferentes atores sociais e pode ser interpretado desde o ponto de vista da atuação de atletas, torcedores, mídias, cartolas, etc. Sendo uma prática corporal, revela, pela arte de jogar – do uso de técnicas específicas e do treinamento para produzir a eficácia – diferentes estilos que variam no tempo e no espaço, sendo considerado um dos maiores fenômenos sociais e um dos principais meios para a cultura de paz, baseado numa ciência de sustentação entre o homem e a sociedade por enfatizarem a qualidade de vida e o entretenimento (MAESTRI, 2000).

Para Maestri, (2000) o futebol é uma modalidade classificada de Esporte Coletivo ou Jogo Desportivo Coletivo. Estar dentro desta categoria, implica apresentar certas similaridades com outras modalidades que também se enquadram nesta classificação como basquete, handebol e o voleibol. Esses jogos compartilham duas características estruturais, a cooperação entre os jogadores de uma mesma equipe com o objetivo de dificultar a ação da equipe adversária e a exigência da inteligência, que consiste nos processos de tomada de decisão

Sendo assim numa partida de futebol quando duas equipes se confrontam, colocam a prova não apenas a vontade de vencer, ou o quanto cada uma delas tem capacidade para isto, mas também a competição entre dois sistemas complexos que tentam permanecer equilibrados em seu conjunto e provocar desequilíbrios no sistema adversário, o qual busca o mesmo, dando ao jogo características ímpares e inconstantes e ainda dentro de uma sequência de eventos dentro de uma partida, podem ser detectados padrões que caracterizam as particularidades do sistema de jogo utilizado pela equipe. Estas informações constituem uma ferramenta relevante no contexto do futebol (LEITÃO, 2004).

Rinaldi (2000) aponta que desde a sua origem o futebol brasileiro foi e continua sendo um elemento importante da cultura brasileira. Enquanto fenômeno social, sempre esteve em consonância com a forma de a sociedade se organizar, assim como outros elementos da cultura popular carnaval, arte, religião, música e outros. O futebol expressa a própria sociedade brasileira em sua forma de manifestação cultural.

2.2 DESEMPENHO TÉCNICO E TÁTICO

Para a disposição inicial dos jogadores de uma equipe em campo, seu sistema de jogo, ou seja, posição de uma equipe dentro de campo, associado à movimentação serão componentes essenciais para resultar na tática de jogo. Tática são ações de ataque e defesa, com a bola em movimento, que se realizam no decorrer de uma partida, para surpreender o adversário (FRISELLI, 1999).

Uma das ferramentas para mensurar o desempenho técnico de uma equipe, bem como o desempenho individual de um atleta se chama *Scout* sendo originado de uma palavra da língua inglesa que pode ser traduzida para o português como explorador. E esse é o principal objetivo de um trabalho de *Scout*, explorar todas as possibilidades das equipes analisadas, encontrando pontos fortes e fracos nas mesmas, sendo uma ferramenta de fundamental importância para que detectar as ações que os jogadores e de uma equipe como um todo (MAESTRI, 2010).

A eficiência nos fundamentos é uma resposta dos vencedores, ou seja, se considerarmos que essa resposta seja um resultado positivo em uma partida de futebol podemos entender que a eficiência está diretamente relacionada aos resultados de vitória de uma equipe de futebol, embora isto nem sempre aconteça (VENZON, 1998 apud PEREIRA, 2004).

A técnica individual é o conjunto de fundamentos básicos que diferencia o futebol dos demais esportes, no uso dos pés e das pernas para executar ações básicas para defender, atacar, para marcar gols, outras partes do corpo também podem ser utilizadas como cabeça, peito e ombros principalmente utilizadas em situações básicas (LEAL, 2001).

Para Drubsky (2003 apud MAESTRI, 2010), a utilidade do *Scout* se dá de várias formas: desde a quantificação de finalização, passes, faltas, até a “troca de impressões entre o técnico e os auxiliares nos intervalos”. Para Leitão (2004) a ferramenta traz índices estatísticos relacionados aos jogadores e as equipes. Não existe um padrão definido para formatação destes dados, e o que se observa hoje é sua representação feita de acordo com as preferências de cada técnico da modalidade. Certamente isto é positivo e esperado, pois tenta preencher necessidades que o treinador avalia como importantes ao seu trabalho. Mas será que os números, de maneira mal trabalhada, não nos pode induzir a conclusões não verdadeiras?

Contudo poucas ferramentas fornecem informações desejadas para o entendimento, por parte dos técnicos e especialistas, a respeito de jogadores, situações, táticas, estratégia dentro do jogo de futebol sendo assim esta ferramenta poderá servir de auxílio a vários treinadores e profissionais da área. (MAESTRI, 2010).

2.3 EXIGÊNCIAS E CARACTERÍSTICAS FÍSICAS DOS JOGADORES DE FUTEBOL

O futebol é um esporte caracterizado por alta intensidade ações de curto prazo, com pausas de duração variável entre os dois. A duração da partida, 90 minutos, implica uma disposição grande de energia pelo sistema aeróbico. Estimou-se, através da medição da frequência cardíaca, que a disposição do sistema de energia aeróbico durante um jogo situa-se entre 70% e 80% (CASÚS, 2001).

A Periodização é um processo sistemático no qual o volume e a intensidade de treinamento variam ao longo do tempo, sendo esta uma condição preponderante em desporto de alto rendimento. De tal modo uma boa periodização aloca a quantidade adequada de tempo de condicionamento aeróbio e anaeróbio para suprir a demanda energética do esporte (POWERS, 2009).

Já preparação física tem por objetivo o aperfeiçoamento das qualidades físicas gerais utilizadas no futebol, bem como as específicas para o exercício de cada função (LEAL, 2001).

Com o passar dos anos preparação física tem assumido posição prioritária na preparação das equipes de futebol. Recentemente em pesquisa realizada demonstraram que o emprego da metodologia de treinamento intervalada (90-95% da Frequência Cardíaca Máxima) dividida em quatro períodos de quatro minutos por três minutos de repouso ativo, duas vezes por semana durante nove semanas induziu aumento de 11% do VO₂max; resultando em 20% de aumento na distância coberta durante o jogo, 23% a mais de envolvimento em lances com bola e 100% de aumento nos sprints durante a competição. (HELGERUD et al., 2001 apud PEREIRA 2010).

Nota-se a importância de um bom preparo no condicionamento físico desses atletas com o intuito de melhorar seu desempenho através do aumento na produção energética máxima durante um determinado movimento (POWERS, 2010).

As estimativas da sobrecarga metabólica relacionada à prática competitiva do futebol sugerem uma participação de 10% relacionada ao sistema dos fosfagênicos, 70% relacionada ao sistema anaeróbio láctico e 20% ao sistema oxidativo isto atribui à prática competitiva um predomínio da geração de energia a partir do metabolismo anaeróbio (RIEGEL, 1999 apud PEREIRA, 2004).

De tal modo o futebolista é exigido aproximadamente entre 13 e 15 % da duração de uma partida; nesses curtos períodos ocorrem às ações determinantes para a conclusão de uma jogada, e isto corresponde entre 107 a 139 ações intensas por jogo entendendo-se por ações intensas, todos os deslocamentos de curta duração, dribles, saltos, mudanças de direção, confrontos e disputas com e sem a posse de bola (CARZOLA; FARHI, apud CAMPEIZ, 1998).

Por esta razão que os programas de treinamento no futebol devem abordar a especificidade do esporte levando em consideração não somente os grupos musculares utilizados durante a competição, mas também os sistemas energéticos que forneceram ATP (POWERS, 2009).

2.4 VALÊNCIAS FÍSICAS PARA FUTEBOLISTA

A força pode ser definida como a capacidade neuromuscular de superar uma resistência interna e externa. Basicamente, é a capacidade de gerar impulso, e seu desenvolvimento deve ser a prioridade de todo aquele que deseja melhorar o desempenho atlético (BOMPA, 2002). Segundo o autor ainda é correto afirmar que a força é uma capacidade física natural, herdada geneticamente e capaz de se manifestar em diferentes tipos de ações que envolvam movimento, resistência e velocidade (deslocamento). Particularmente, a força isométrica não envolve nem movimento e nem velocidade, mas necessita em grande parte da resistência para manter a posição adotada.

Teoricamente, podemos entender que a força é uma característica mecânica e uma capacidade humana (BOMPA, 2002).

Potencia é o termo utilizado para descrever quanto de trabalho é realizado por uma unidade de tempo, tornou-se um indicador importante para avaliar a condição física dos jogadores (POWERS, 2009). A potencia é o produto da força exercida e da velocidade do movimento sendo calcula por watts (WILMORE, 2001).

Sendo que a potência pode ser dividida em dois aspectos segundo Fox (2004), Potência aeróbia é o ritmo máximo que um individuo consegue consumir oxigênio durante a realização de um exercício explosivo e exaustivo já a potencia anaeróbia é o desenvolvimento de potência máxima durante o esforço, medida como trabalho.

“A agilidade se refere a capacidade do atleta mudar de direção de forma rápida e eficaz e mover-se com facilidade no campo ou fingir ações que enganem o adversário a sua frente” (BOMPA, 2002 p.51).

Já a velocidade nos dias tem um papel importante no desenvolvimento físico dos atletas, pois ela aparece na maioria dos desportos.

No basquetebol, no handebol e no futebol, os estímulos visuais são prevaletes de situações como: análise de trajetórias da bola, percepção das movimentações dos colegas e adversários (GARGANTA, 1999).

2.5 EXIGÊNCIAS E CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS DO FUTEBOL.

O termo *stress* tem sido utilizado, muitas vezes, como sinônimo de ansiedade. Martens (1977 apud RUBIO, 1999) afirma que *stress* é um processo que envolve percepção de um desequilíbrio substancial entre a demanda do meio e a capacidade de resposta, dentro de condições onde o fracasso é percebido como tendo importantes consequências sendo respondida com aumento de níveis de ansiedade-estado esta afirmação delinea o *stress* como uma influência do meio mediada pela percepção e ansiedade como manifestações cognitivas de *stress*.

Por sua vez Spielberg (1996 apud LAVOURA, 2006) classifica a ansiedade quanto ao estado de ansiedade e traço de ansiedade. Enquanto o estado de ansiedade é caracterizado por sentimentos de apreensão e tensão numa determinada situação na qual o indivíduo se encontra, acompanhados por ou associados à ativação do sistema nervoso autônomo, o traço de ansiedade é a predisposição do indivíduo a ter ansiedade.

Quando os motivos, impulsos, incentivos ou estímulos externos do homem são muitos fortes causam um desequilíbrio fisiológico generalizado dentro da pessoa com mais impulso, mais energia e poderosos sentimentos concomitantes. Esses sentimentos que provocam o desequilíbrio homeostático do indivíduo recebem vários nomes como: excitação, estado de agitação, ou agitação emocional,

independente da modalidade que pratica, é um exemplo notório de indivíduo que vive constantemente em situações ansiógenas, estando de certa forma exposto a comentários críticos, quer pelos meios de comunicação, torcida, treinador. A partir disso, as perspectivas de um evento próximo tencionam, parece exercer influência significativa na dinâmica de personalidade do indivíduo (LAWTHER, 1974 apud PEREIRA, 1997).

2.6 FISIOLOGIA DA ANSIEDADE

Pereira, (1997) aponta que pode-se perceber que a maioria dos atletas altera fisiologicamente seu comportamento ao se deparar com uma situação competitiva determina diferentes causas possibilitam o aumento do nível de ansiedade em situações pré competitivas: o temor do fracasso, o temor da vitória, o temor da rejeição do técnico, o temor das agressões, o temor dos danos físicos, as pressões da sociedade, bem como o sarcasmo dos familiares. Esses sentimentos que provocam o desequilíbrio homeostático do indivíduo recebem vários nomes como: excitação, estado de agitação, ou agitação emocional.

Em um estudo foi realizado por Muchuane (2001) com 76 atletas de ambos os sexos praticantes da modalidade de Natação e de Atletismo, participantes nos respectivos Campeonatos Nacionais referentes à época desportiva de 2000/01, conseguiu comprovar que os praticantes de Natação possuem níveis de ansiedade em estados pré-competitivos mais elevados do que os de Atletismo e o seu rendimento é, comparativamente, mais baixo; já se comparado os sexos não diferem entre si relativamente aos níveis de ansiedade estado pré-competitiva.

Em outro estudo realizado por Justus (2010) buscava verificar os efeitos do estresse em função do desempenho de atletas de futebol a amostra desse estudo foi composta por 32 atletas profissionais do sexo masculino que atuaram no Campeonato Paranaense de Futebol. O estudo adotou as seguintes variáveis o estresse, o desempenho técnico, a posição em que atua o jogador e a importância do jogo, considerando também a idade dos atletas. Porém, os resultados do estudo destacaram que os atletas que apresentaram maiores níveis de estresse obtido pela medida de cortisol salivar não apresentaram diferenças em seu nível de desempenho técnico nas partidas avaliadas.

3. METODOLOGIA

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

Este estudo caracterizou-se como sendo descritivo correlacional, com delineamento transversal. Descritivo correlacional porque procurou relacionar o nível de ansiedade com o desempenho dos jogadores durante as partidas e transversal porque envolveu um momento específico na história de vida desses adolescentes que é o período competitivo (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2007).

3.2 PARTICIPANTES

Os participantes desta pesquisa foram 25 atletas pertencentes a uma equipe de futebol da cidade de Curitiba, categoria infantil que disputaram o Campeonato Paranaense 2013. Foram coletados dados de 14 jogos durante a primeira fase desta competição.

3.2.1 Critérios de Inclusão

- Fizeram parte da pesquisa somente os atletas registrados na competição Campeonato Paranaense 2013, realizado pela Federação Paranaense de Futebol.

3.2.2 Critérios de Exclusão

- Atletas que por algum motivo não realizaram 80% do tempo total de uma partida foram excluídos.

3.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS

3.3.1 Instrumentos

Para mensurar a ansiedade foi adotado como instrumento de pesquisa o Questionário Competitivo de Illinois, desenvolvido por Martens (1990) originalmente chamado de SCAT (*Sport Competition Anxiety Test*) tem por objetivo detectar as diferenças individuais em termos de níveis de ansiedade competitiva ou a tendência

de que um indivíduo pode apresentar medo e ou responder essa questão com elevado estado de ansiedade. O instrumento é constituído de 15 itens respondidos em uma escala de 1 a 3 (quase nunca, às vezes, muitas vezes). Este questionário foi traduzido para língua Portuguesa sendo então chamado de Questionário Competitivo de *Illinois* (MARTENS, 1990).

O desempenho foi mensurado por meio do *scout* (Anexo 2). Os jogos foram gravados em Dvd pela empresa *Jungle Produções* cedidos por meio de uma autorização para realização deste estudo. Os critérios de avaliação por *scout* foram adotados segundo a autor (MAESTRI, 2010).

Critérios de Análise:

- Passes – transmissão da posse de bola entre dois jogadores diferentes;
- Cruzamento – são passes que partem das faixas laterais ofensivas em direção a grande área adversária;
- Desarmes – forma de interrupção direta da progressão da jogada do adversário quando este está com a posse da bola (em condução ou drible);

Interceptações – é a interrupção do curso da bola que é passada, lançada ou cruzada pela equipe adversária;

- Finalizações – concluir a jogada com bola, na tentativa de marcar o gol, ou seja, arrematar a bola em direção ao gol, mesmo que esta não atinja o mesmo;
- Faltas: paralisação de uma jogada por intermédio da arbitragem, infrações cometidas ou recebidas pelos jogadores durante a partida;

3.3.2 Procedimentos

O SCAT e o *scout* foram submetidos somente aos atletas que fizeram parte da equipe sendo que os mesmos responderam ao questionário SCAT, com a autorização dos responsáveis, técnicos e dirigentes das equipes que participaram do estudo sempre antes das partidas ao longo do campeonato paranaense durante a primeira fase da competição, permitindo averiguação dos fatores que possam a vir desencadear ansiedade.

A realização deste trabalho foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UTFPR, parecer no. 490-754.

3.4 TRATAMENTOS DOS DADOS

Os dados foram apresentados utilizando-se a estatística descritiva (média desvio padrão ou frequências absolutas e relativas de acordo com o tipo de variável). A ansiedade e o desempenho foram categorizados em três grupos (baixa, média e alta) e para testar a associação foi utilizado o teste do Qui-quadrado com o nível de significância utilizado há 5% para rejeitar a hipótese nula.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os participantes desta pesquisa foram 25 atletas pertencentes a uma equipe de futebol da cidade de Curitiba, categoria infantil que disputam o Campeonato Paranaense 2013 e que tiveram seus dados coletados ao longo de 14 jogos do Campeonato Paranaense 2013 Categoria Infantil, o que resultou em 219 observações, pois cada atleta foi considerado como uma observação em cada um dos jogos que participou. Ou seja, quem participou de todos os jogos representa 14 observações/jogo.

Tabela 1 – Características descritivas dos participantes (n=25).

	Média	Desvio
Idade	14,4	0,7
Estatura	173,2	8,6
Peso	62,6	9,5
Percentual	9,8	2,2

Observa-se a idade média é de 14,4 anos e desvio padrão de 0,7. Além disso outra característica é a amostra é o peso com média de 62,6 e o desvio padrão de 9,5 e a média de estatura de 173,2. Já o percentual de gordura foi de 9,8 e desvio de 2,2. Percebe-se que a amostra é heterogênea.

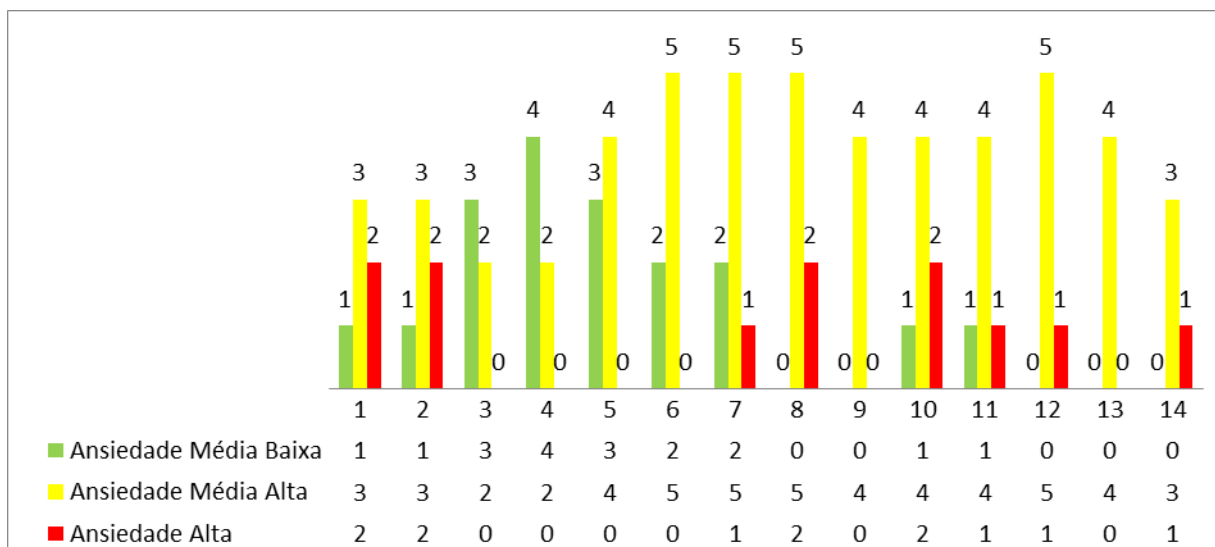


Gráfico 1 - Comparativo Nível de Ansiedade Jogadores de Defesa

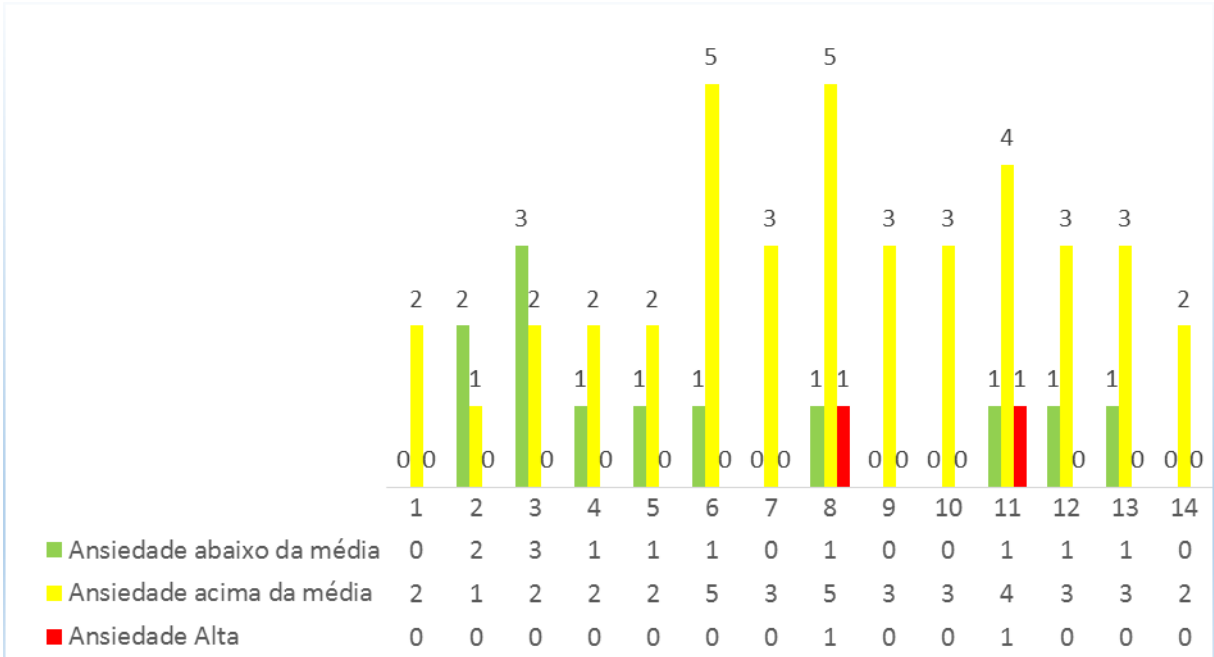


Gráfico 2 - Comparativo Nível de Ansiedade Jogadores de Meio de Campo

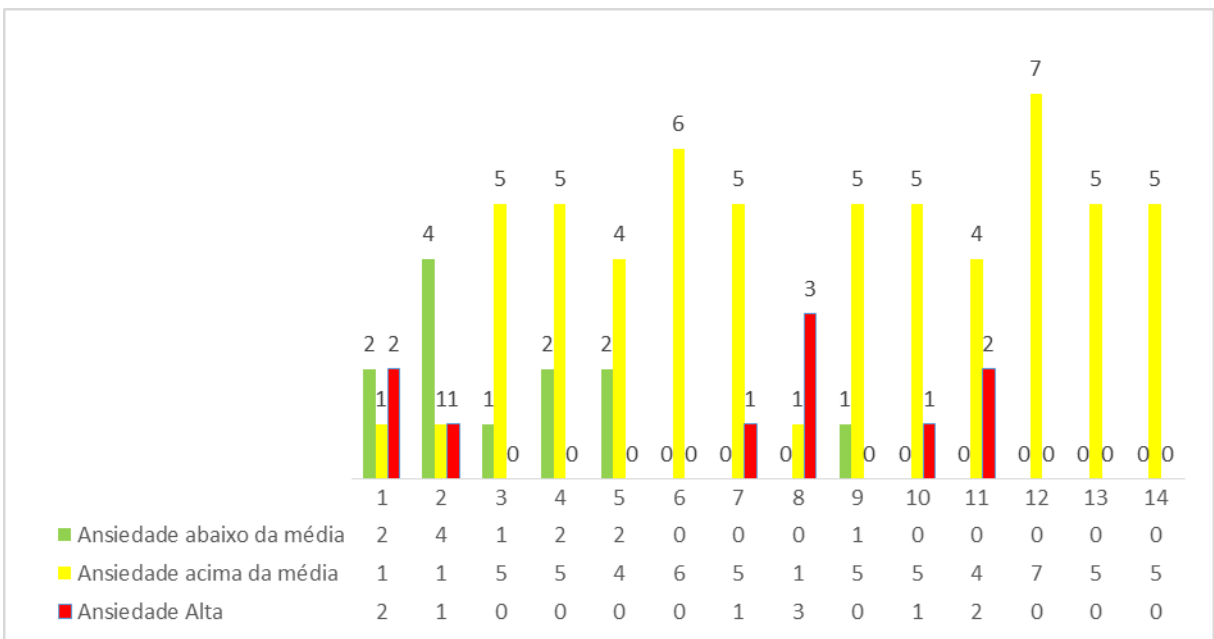


Gráfico 3 - Comparativo Nível de Ansiedade Jogadores de Ataque

A ansiedade durante os Jogos

A ansiedade medida ao longo da temporada antes de cada um dos jogos permite observar que no primeiro, a proporção dos que apresentavam ansiedade elevada, considerando a posição foi de: 40% para defesa, 0% para meio de campo e 40% para os atacantes. Níveis elevados de ansiedade no início de uma temporada

são esperados, pois existe a expectativa de começar bem um evento que pode ser muito importante para a carreira desportiva dos praticantes (Gráfico 1).

Observando o comportamentos dos níveis de ansiedade ao longo dos jogos (14 jogos). Pode-se ver que os níveis de ansiedade diminuem para os jogadores de defesa e ataque permanecendo igual para o meio campo. Os níveis de ansiedade voltam a aumentar no oitavo jogo por ser o primeiro jogo do retorno considerado chave o que demandou um estado de alerta maior para os atletas.

Se formos analisar pelo viés da ansiedade abaixo da média no inicio da competição houve um número maior se elevando na segunda partida, ao longo da competição este quadro foi diminuindo, fator pode ser explicado devido ao termino da competição e naquele momento a equipe já não tinha possibilidade de classificação.

Outro fator que pode ser descrito na pesquisa é o comparativo entre os setores, partimos da seguinte questionamento se existe diferença entre os níveis de ansiedade entre o setor Inter setorial: Defesa, Meio de Campo e Ataque abaixo o gráfico com os comparando os setores:

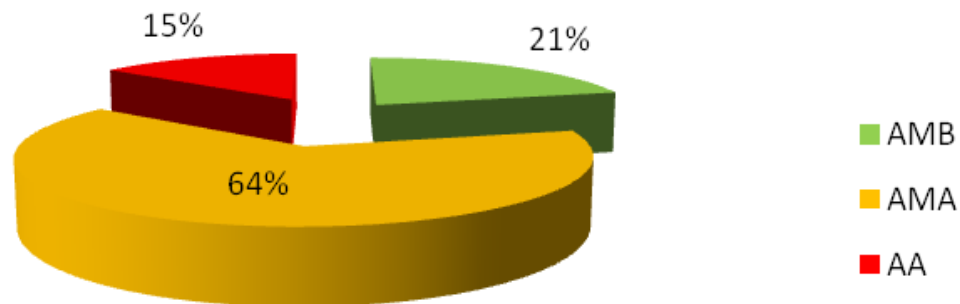


Gráfico 4 - Percentual Geral de Ansiedade Defesa

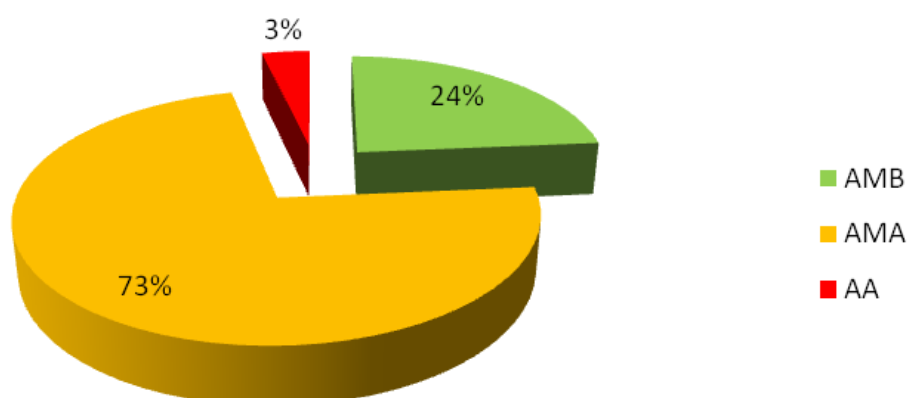


Gráfico 5 - Percentual de Ansiedade Atletas Meio de campo

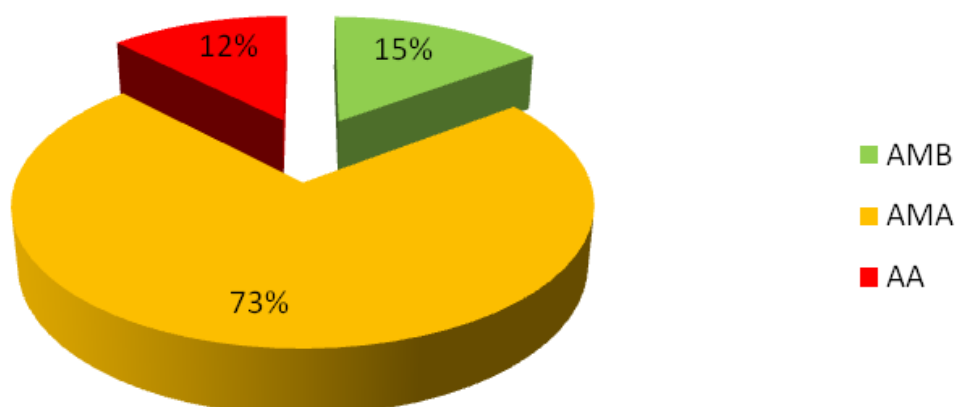


Gráfico 6 - Percentual de Ansiedade Atletas Ataque.

Fator que chama a atenção é o setor de meio de campo que apresentou apenas 6 casos de ansiedade alta os demais apresentaram elevado número de ansiedade acima da média ou ansiedade abaixo da média. Ataque foi o mais irregular dos 3 setores analisados apresentou no início da competição elevado número de casos ansiosos em alta mais ao longo da competição foi diminuindo o nível de ansiedade chegando ao termino do estudo com 5 casos de ansiedade média alta.

Se fizermos um comparativo geral entre os setores avaliando a porcentagem dos jogos iremos apresentar a seguinte quadro:

Analisando os gráficos, podemos observar que o setor mais ansioso é o defesa com 15% dos casos. Porém está muito próximo ao ataque com 12%. Já o setor de meio de campo apresentou apenas 2% de ansiedade com predominância

no quesito ansiedade média alta, este dado talvez possa ser explicado pelo setor não se preocupar em efetuar os gols e não sofrer tanta pressão para defender a sua meta. Outro fator importante a ser salienta é que o maior percentual em ambos os setores é a predominância da ansiedade média alta importante em estado de alerta em ambas as posições.

No estudo Justus (2010) aponta que é de conhecimento que existe uma grande pressão nos vestiários, nas reuniões que precedem os jogos, o que poderia ser um agravante para as alterações dos níveis de ansiedade para os atletas.

Ainda o Justus (2010) afirma que o atleta pode estar estressado antes do jogo e no decorrer da partida fazer boas jogadas que baixa seu nível de estresse, o que consequentemente não afeta seu desempenho técnico.

O outro viés da pesquisa foi o *scout* técnico sabe-se que as equipes atualmente se equivalem em dois componentes, à parte técnica e o componente físico, mas a parte tática é que vem determinando os diferenciais das equipes, consequentemente interferindo nos resultados dos jogos. A partir dessa informação, tem-se também a necessidade de se usar o *scout*.

Fazendo uma interpretação dos dados de desempenho durante as partidas através do *scout* técnico puderam-se observar os seguintes resultados:

Os fundamentos avaliados foram: passe certo/errado; Desarmes cometidos e sofridos; cruzamentos certos/errados; finalizações certas/erradas, faltas cometidas, faltas sofridas, Gols. Após os dados coletados foram cruzados os dados obtidos para associar o nível de ansiedade dos atletas com os componentes técnicos porém não foi possível observar nenhuma associação significativa entre as variáveis.

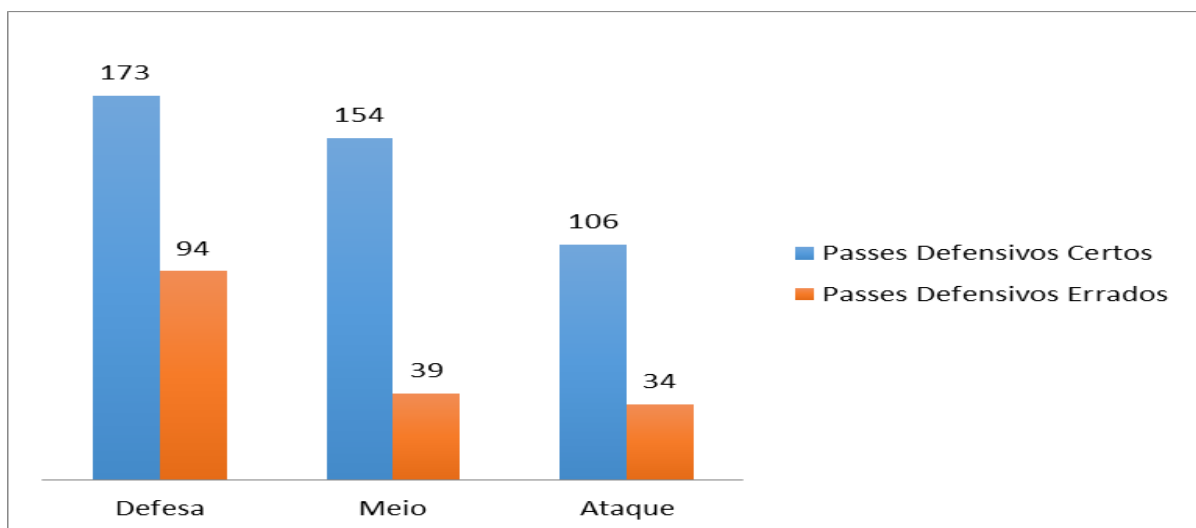


Gráfico 7 - Passes Defensivos Realizados x Passes Defensivos errados.

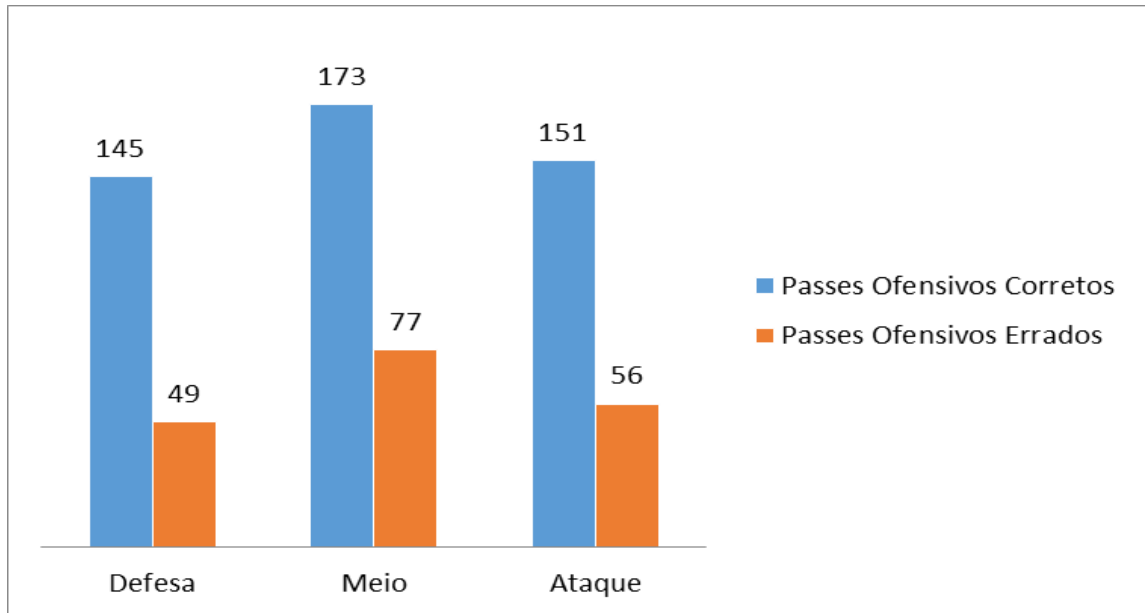


Gráfico 8 - Passes Ofensivos Realizados x Passes Ofensivos Errados.

Observando o gráfico 7. de Passes defensivos realizados percebe-se que a defesa realiza mais passes defensivos do que os outros setores, como detém maior tempo a posse de bola no campo de defesa se comparados aos outras regiões do campo erra mais passes um dado um quanto lógico pois quanto mais a equipe detém a posse de bola maior será a probabilidade de erro. Já gráfico 8 notamos que o setor de meio de campo cria ações ofensivas e erra mais que os outros setores, outro fator que chama a atenção o setor de ataque que apresenta números parecidos com o meio de campo e apresenta número menor de passes errados.

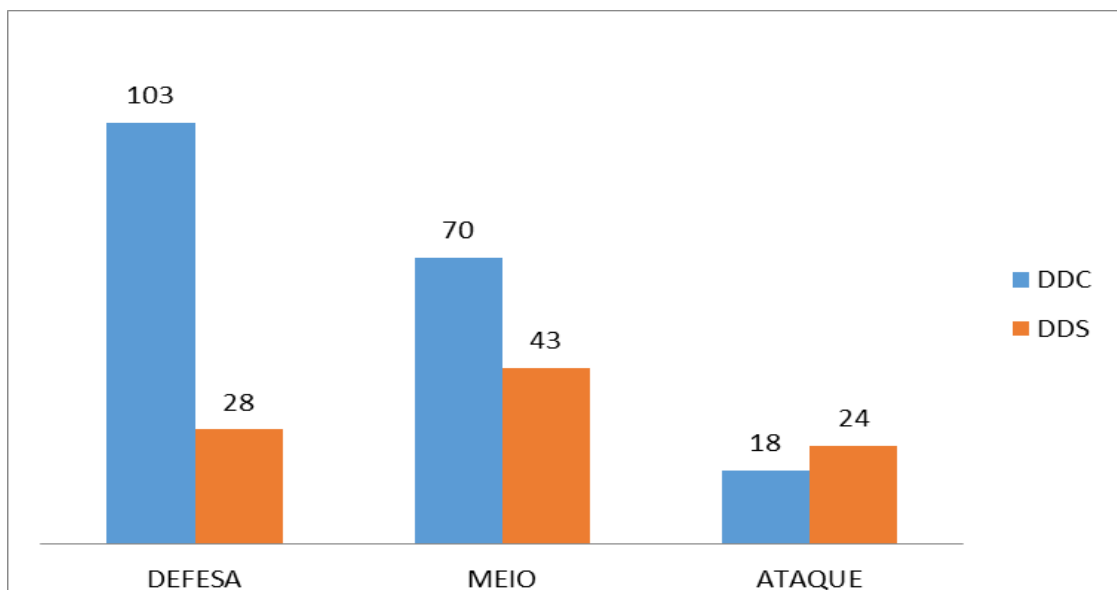


Gráfico 9 - Comparativo intersectorial Desarme Defensivos

O *scout* técnico apresenta outro dado interessante aonde a equipe está desarmando mais se no setor defensivo ou ofensivo e qual setor está recuperando a posse de bola abaixo o grafico que representa este quesito.

Pode-se observar que o setor que efetua maior desarme é o setor defensivo com 103 ações. Já as ações de desarme sofrido ocorre no setor de meio de campo aonde a posse de bola é perdida com o total de 43 ações.

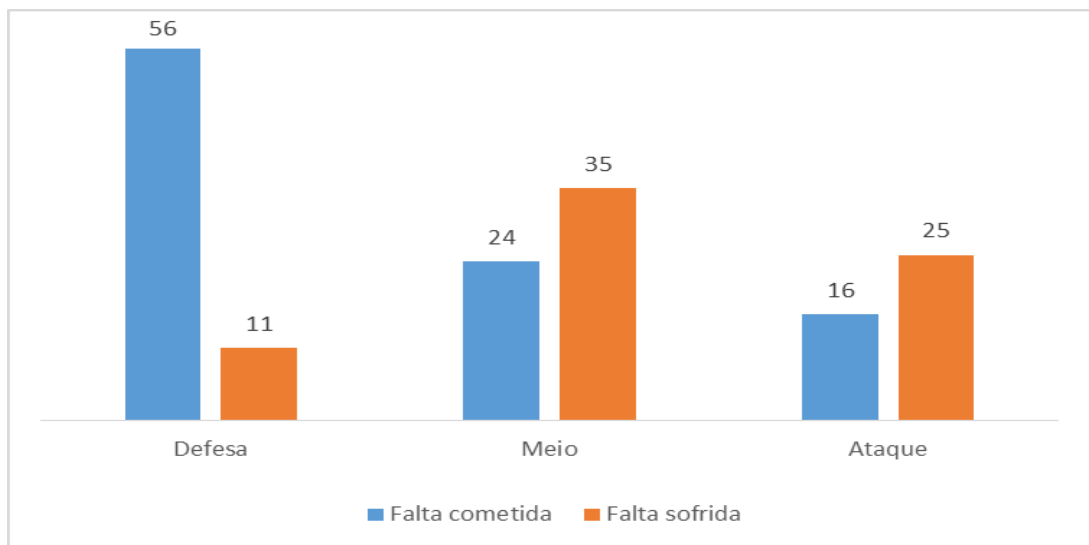


Gráfico 10 – Comparativo entre os setores Faltas Cometidas X Faltas Sofridas

Ao avistarmos o gráfico 10 nota-se que o Setor defensivo comete mais faltas e sofre menos faltas isso talvez explica a função barrar as ações ofensivas da equipe contraria. Já o ataque sofre mais faltas e comete menos. O que chama também a atenção é o setor de meio de campo que apresenta numeros parecidos tanto de faltas cometidas, quanto faltas sofridas. Isso pode ser explicado devido as ações do jogo ocorrerem principalmente neste setor.

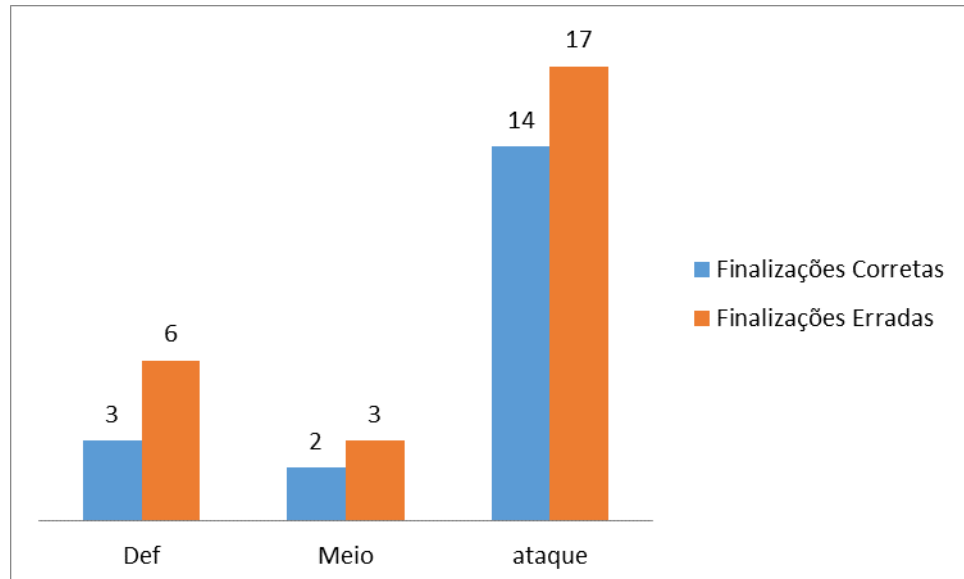


Gráfico 11 - Finalizações realizadas – F.C Finalização Correta e Finalização Errada.

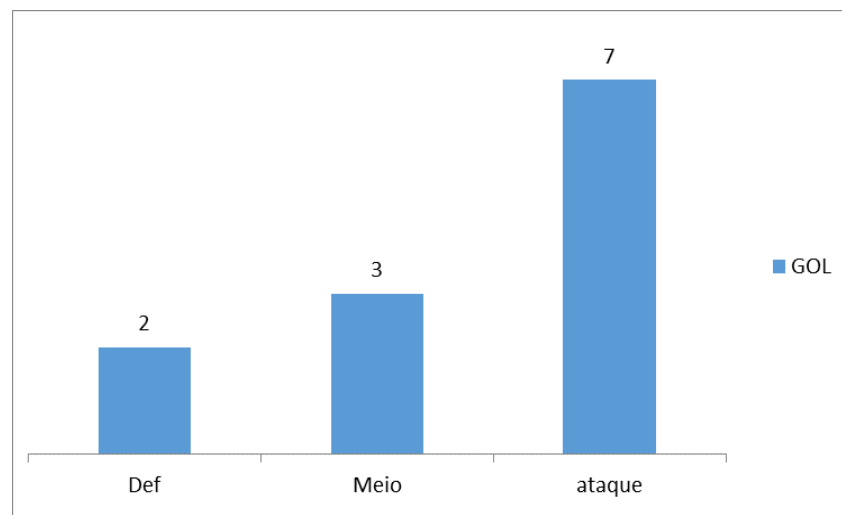


Gráfico 12 - Gols Efetuados.

Ao longo da competição o scout mostrou alguns dados importantes sobre o desempenho da equipe avaliada através das finalizações corretas, isso pode ser fator determinante para o resultado tanto positivo ou adverso o gráfico contém as finalizações cometidas tanto certas ou erradas. Para esta análise foi considerado chutes corretos ao gol quando acertava a meta ou finalizações para fora da trave.

O gráfico 11 demonstra que o ataque finaliza mais porém erra mais, muito parecido com o conceito de posse de bola, ou seja, quanto mais você finaliza maiores são as chances de você errar. No que diz respeito aos gols efetuados no gráfico 12 houve uma surpresa a defesa quase igualou ao setor de meio de campo

com 2 gols e meio campo com 3. Já o ataque conseguiu efetuar 7 gols porém nos chama a atenção ao baixo número de gols menos de 0,5 gol por jogo. Pode ser explicado pela dificuldade da competição, idade dos meninos, fatores psicológicos, técnicos ou táticos que podem ter influenciado nesse quesito.

Não foi possível detectar nenhuma associação entre o desempenho e a ansiedade nos indivíduos analisados. Isto pode ter acontecido pelo baixo número de observações.

5. CONCLUSÃO

Diante dos objetivos propostos, analisou-se através do questionário SCAT a ansiedade e o desempenho por meio de *scout*. Contudo, não foi possível encontrar nenhuma relação entre o desempenho e o nível de ansiedade dos jogadores observados.

As características psicológicas individuais dos atletas podem ter sido fatores relevantes nos níveis de ansiedade, e no desempenho dos jogadores, o que levanta mais dúvidas do que respostas e sugere a realização de outras pesquisas.

Não foi possível detectar nenhuma associação entre o desempenho e a ansiedade nos indivíduos analisados. Isto pode ter acontecido pelo baixo número de observações. Porém dos dados obtidos pelo *scout* puderam mostrar o desempenho dos atletas o que representa uma ferramenta que o treinador utilizar para o controle da performance dos atletas. Como por exemplo número de passes corretos e errados ao longo da competição, podendo verificar se necessita ter mais posse de bola ou não. Número de finalizações corretas ao gol também foi um dado muito interessante no trabalho visto que quem finaliza melhor detém possibilidade de vencer o jogo. Outro fator relevante na pesquisa que se tratou foi os desarmes cometidos, equipes que desarmam mais conseguem recuperar a bola melhor consequentemente controlam melhor as ações do jogo.

Por fim mesmo que haja muitos estudos na área, notou-se uma escassez de pesquisas sobre a comparação entre o desempenho e ansiedade em jogadores de futebol na faixa etária pesquisada.

REFERÊNCIAS

BRANDÃO M. R. F. **Fatores de "stress" em jogadores de futebol profissional.** [Tese de Doutorado em Ciências do Esporte - Escola de Educação Física]. Campinas (SP): Universidade de Campinas; 2000.

CASAJÚS, J. A. Seasonal variation in fitness variables in professional soccer players. **J Sports Med Phys Fitness** 41(4): 463-9 2001.

CAMPEIZ, J. M. Análise comparativa de variáveis antropométricas e anaeróbias de futebolistas profissionais, juniores e juvenis. **Revista Movimento & Percepção.** Espírito Santo de Pinhal, SP, v.6, n.8, jan./jun, 2006.

DINTIMAN, G.; WARD, B.; TELLEZ, T. **Velocidade nos esportes:** programa no. 1 para atletas. 2 ed. Manole, 1999.

DINIZ, T. I. S. **Habilidades Psicológicas e Ansiedade Traço estudo exploratório realizado em jogadores profissionais de Futebol da I e II Liga** [Monografia em Faculdade de Ciências do Desporto]. Coimbra Portugal. Universidade de Coimbra 2003.

FABIANI, M. T. **Psicologia do esporte: A ansiedade e o estresse précompetitivo.** Disponível em: http://www.pucpr.br/eventos/educere/educere2008/anais/pdf/182_454.pdf acesso em 23/02/2014.

FLEURY, S. **Competência Emocional.** São Paulo : Gente 1998.

FRISSELI, A. **Futebol:** Teoria e prática, São Paulo, Phorte, 1999.

GREBER, A. B. **Nível de ansiedade em jogadores de futebol de campo.** [Monografia em Universidade Tecnológica Federal do Paraná Campus Curitiba]. Universidade Tecnológica Federal do Paraná 2011.

FOSS, M. L.; Keteyian, J. S. **Fox, bases fisiológicas do exercício e do esporte**. 6 ed. Rio de Janeiro : Guanabara Koogan, 2000.

JUSTUS, F. B. F. **O Impacto do estresse no desempenho técnico de atletas profissionais de futebol de campo**. [Dissertação de Mestrado em Educação Física- Universidade Federal do Paraná; Curitiba. Universidade Federal do Paraná, 2010.

FRISSELI, A. **Futebol: Teoria e prática**, São Paulo, Phorte, 1999.

LEAL, J.C. **Futebol, arte e ofício**. Rio de Janeiro: SPRINT LTDA, 2000.

LEITÃO, R.A.A. **Futebol Tático – Análises qualitativas como ferramentas de avaliação**. [Monografia Graduação Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas] Campinas, 2001.

MARTENS, R. **Competitive Anxiety in Sport**. Champanig, Illinois: Human Kinetics, 1990.

MACEDO, P. Scout como um instrumento avaliativo do treinamento esportivo nas categorias de base do futebol. **Revista Brasileira de Futebol**. 2009 Jan-Jun.

MACHADO, R. H. V. **Características dos participantes e das atividades esportivas na modalidade futebol de campo e salão**. [Dissertação de Mestrado em Educação Física Universidade Federal do Paraná;. Curitiba]. Universidade Federal do Paraná 2010.

MAESTRI, F. S. **Scout no futebol: análise de seqüências ofensivas terminadas em gols no Campeonato Paulista de Futebol da série A1 de 2009**. [Monografia em Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas]. Campinas. Universidade Estadual de Campinas 2009.

MAHUE, V. D. **Estudo da Ansiedade Pré-competitiva em Atletas Moçambicanos de Natação e Atletismo**. [Dissertação de Mestrado em Ciência do Desporto]

Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto]. Porto, Portugal, 2001.

PEREIRA, S. Perfil do nível de ansiedade-traço pré-competitiva de atletas de esportes coletivos e individuais do Estado do Paraná. **Revista Movimento** (ESEF/UFRGS), v. 4, n. 6, 1997.

PEREIRA, L. J. **Correlação entre o desempenho técnico e variáveis fisiológicas em atletas de futebol**. [Dissertação de Mestrado em Educação Física - Universidade Federal do Paraná; Universidade Federal do Paraná] Curitiba 2004.

POWERS, S. K. **Fisiologia do exercício: teoria e aplicação condicionamento do desempenho**. 6 ed. Barueri: Manole 2009.

QUEIROZ, E. Agilidade de atletas de futebol em função da categoria profissional e posição em campo. **Revista Digital**. Buenos Aires. 2009.

RINALD, W. Futebol: Manifestação cultural e idealização. **Revista da Educação Física UEM** Maringá, v. 11, n. 1, p. 167-172, 2000.

RUBIO, K. **A psicologia do esporte: histórico e áreas de atuação e pesquisa**, vol.19, n.3, p. 60-69, São Paulo 1999.

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

SAMULSKI, D.; CHAGAS, M.H **Análise do estresse psíquico na competição em jogadores de futebol de campo das categorias juvenil e júnior**. Londrina, v.11, número 19, 03-11.

SANTOS, S.G.; SHIGUNOV, V. Suporte psicológico ao atleta: uma necessidade teórica que precisa ser aplicada. **Revista Treinamento Desportivo**, 2000.

SINGER. "**Sport Psychology: international perspective**". In Proceedings of the 7th World Congress in Sport Psychology.

THOMAS J.R.; NELSON J.K.; SILVERMAN S.J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

WEINBERG, R.S.; GOULD, D; **Fundamentos da Psicologia no esporte**. Porto Alegre: Artmed, 2006.

ANEXO 1

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO



Ministério da Educação
 Universidade Tecnológica Federal do Paraná
 Campus Curitiba
 Gerência de Ensino e Pesquisa
 Departamento de Educação Física
 Curso Bacharelado em Educação Física



Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Eu, _____, nacionalidade, _____,
 idade

_____, estado civil _____ portadora do RG _____,

estou sendo convidada a participar de um estudo denominado análise do perfil de ansiedade em jovens atletas de futebol de campo em momentos que antecedem uma partida, cujo objetivo é verificar se os jogadores passam por algum tipo de ansiedade que prejudique seu desempenho antes de uma competição.

A minha participação no referido estudo será responder o questionário Competitivo de *Illinois*, que fornece uma medida de ansiedade e válida representando como os atletas ansiosos sentem-se antes da competição

Estou ciente de que minha privacidade será respeitada, ou seja, meu nome ou qualquer outro dado ou elemento que possa, de qualquer forma, me identificar, será mantido em sigilo. Também fui informado de que posso me recusar a participar do estudo, ou retirar meu consentimento a qualquer momento, sem precisar justificar, e de, por desejar sair da pesquisa, não sofrerei qualquer prejuízo à assistência que venho recebendo. Os pesquisadores envolvidos com o referido projeto são Fabiano Kraemer, estudante do curso de Bacharelado de Educação Física da Universidade Tecnológica Federal do Paraná e com eles poderei manter contato pelos telefones 9826-2049 e 3013-3889.

É assegurada a assistência durante toda pesquisa, bem como me é garantido o livre acesso a todas as informações e esclarecimentos adicionais sobre o estudo e suas conseqüências, enfim, tudo o que eu queira saber antes, durante e depois da minha participação.

Enfim, tendo sido orientado quanto ao teor de todo o aqui mencionado e compreendido a natureza e o objetivo do já referido estudo, manifesto meu livre

consentimento em participar, estando totalmente ciente de que não há nenhum valor econômico, a receber ou a pagar, por minha participação.

Enfim, tendo sido orientado quanto ao teor de todo o aqui mencionado e compreendido a natureza e o objetivo do já referido estudo, manifesto meu livre consentimento em participar, estando totalmente ciente de que não há nenhum valor econômico, a receber ou a pagar, por minha participação.

Curitiba, 22 de Abril de 2013.

Assinatura: _____

Sujeito da pesquisa

Pesquisador responsável

ANEXO 3

Questionário SCAT

Abaixo estão algumas afirmativas sobre como as pessoas se sentem quando competem. Leia cada uma delas e decida se você **DIFICILMENTE; ÀS VEZES; OU FREQUENTEMENTE** sente-se desta forma. Se você escolheu **DIFICILMENTE** assinale **1**; **ÀS VEZES** assinale **2** e **FREQUENTEMENTE** assinale **3**. Não há respostas certas ou erradas. Não perca muito tempo. Escolha a palavra que melhor descreve como você se sente quando compete e marque com um “x” o número correspondente

SCAT		Difícilmente	Às vezes	Freqüentemente
01	Competir é socialmente agradável.	1	2	3
02	Antes de competir sinto-me agitado	1	2	3
03	Antes de competir fico preocupado em não desempenhar bem.	1	2	3
04	Quando estou competindo sou um bom desportista	1	2	3
05	Quando estou competindo fico preocupado com erros que possa cometer.	1	2	3
06	Antes de competir sou calmo.	1	2	3
07	Quando se compete é importante ter um objetivo bem definido	1	2	3
08	Antes da competição sinto enjôos no Estômago	1	2	3
09	Pouco antes da competição sinto que meu coração bate mais forte que o normal.	1	2	3
10	Eu gosto de jogos que exijam uma maior energia física.	1	2	3
11	Antes de competir sinto-me descontraído.	1	2	3
12	Antes de competir sinto-me nervoso.	1	2	3
13	Esportes coletivos (futebol e voleibol) são mais emocionantes que esportes individuais (judô e atletismo).	1	2	3
14	Eu fico nervoso querendo que a competição comece logo.	1	2	3
15	Antes de competir sinto-me tenso.	1	2	3