

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

THIAGO WEIGERT STACHEVSKI

***GAMES APPROACH: PROPOSTA PEDAGÓGICA APLICADA NA
CAPOEIRA***

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

CURITIBA
2017

THIAGO WEIGERT STACHEVSKI

***GAMES APPROACH: PROPOSTA PEDAGÓGICA APLICADA NA
CAPOEIRA***

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso 2 (TCC 2), do Curso de Bacharelado em Educação Física, da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Gilmar Francisco Afonso

CURITIBA
2017



Ministério da Educação
Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Câmpus Curitiba
Departamento Acadêmico de Educação Física
Curso de Bacharelado em Educação Física



TERMO DE APROVAÇÃO

GAMES APPROACH: PROPOSTA PEDAGÓGICA APLICADA NA CAPOEIRA

Por

THIAGO WEIGERT STACHEVSKI

Este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) foi apresentado em 24 de Maio de 2017 como requisito parcial para obtenção do título de Bacharelado em Educação Física. O candidato foi arguido pela Banca Examinadora composta pelos professores abaixo assinados. Após deliberação, a Banca Examinadora considerou o trabalho **aprovado**.

Prof. Dr. Gilmar Francisco Afonso
Orientador

Prof. Dra Raquel Nichele de Chaves
Membro Titular

Prof. Dr. Julio Cesar Bassan
Membro Titular

STACHEVSKI, Thiago Weigert. **Games approach: proposta pedagógica aplicada na capoeira**. 57 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Bacharelado em Educação Física. Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Curitiba, 2017.

RESUMO

A capoeira, com sua história que diverge opiniões, tem uma definição muito ampla, sendo considerada esporte, dança, cultura, arte marcial, entre outros. Por ser culturalmente muito tradicional, certos conceitos e metodologias de treinamentos encontram-se enraizados no passado, podendo ser interpretados como ultrapassados. O objetivo desse estudo foi introduzir a metodologia de *games approach* na capoeira e analisar a percepção dos praticantes acerca desta metodologia nas seguintes dimensões: a) motivação, b) movimentos motores, c) táticas de luta e d) tomadas de decisão. Trata-se de uma pesquisa de natureza mista, qualitativa e quantitativa, com viés pré experimental. Para coleta de dados foi utilizado um questionário fechado contendo 15 perguntas. Estes aplicados em duas etapas, no início e ao final das 12 sessões de treinamento usando a metodologia de *games approach*. Os participantes foram 10 alunos que treinam no Grupo Senzala de Curitiba, no período noturno, maiores de 18 anos de idade e com menos de 3 anos de treinamento na capoeira. A análise de dados foi feita por meio de análise proporcional. Ao final desta Pesquisa, concluímos que houveram resultados positivos, sejam eles analisados individualmente ou em grupo, após o período determinado de tempo de treinamento, utilizando a metodologia de *games approach* para o processo de ensino aprendizagem da capoeira.

Palavras-chave: Capoeira. Metodologias de treinamento. *Games approach*

STACHEVSKI, Thiago Weigert. **Games approach: Educational program applied in Capoeira.** 57 p. Work Completion of course (Graduation) - Bachelor of Physical Education. Federal Technological University of Parana. Curitiba, 2017.

ABSTRACT

Capoeira's history diverges opinions and has a very broad definition. It is a sport, dance, culture, martial art, and many others. Capoeira is a very traditional Brazilian culture, due to this tradition, some concepts and training methodologies are grounded in the past, and more likely interpreted as out-of-date. The purpose of this study is to evaluate, in capoeira, the games approach methodology and to analyse the students' perception about this methodology using their self-perception about a) motivation, b) quality of movements, c) fight tactics and d) decision making. This research abroad a mixed nature, with a preexperimental design. In order to acquire the data, the questionnaire was applied two times, at the beginning and at the end of the 12 sections of training using the methodology of games approach. A total of 10 students participated, who train at Capoeira Senzala group in Curitiba at night. They must be older than 18 years and less than 3 years of capoeira training. The data conclusion were made by using a proportional analysis. At the end of the research, the conclusion shows that were founded positive results, whether individual or group, after the training period. Period which was used the games approach methodology in order to teach a educational program applied in Capoeira.

Key Words: Capoeira. Training Methodology. Games Approach.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	5
1.1 PROBLEMA.....	6
1.2 JUSTIFICATIVA.....	7
1.3 OBJETIVO GERAL.....	8
1.3.1 Objetivos Específicos.....	8
1.4 HIPÓTESE.....	8
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	9
2.1 CAPOEIRA – HISTÓRIA E EVOLUÇÃO.....	9
2.1.2 Escolas e estilos de capoeira.....	10
2.2 METODOLOGIAS DE TREINAMENTO.....	11
2.2.1 Metodologia de <i>Games Approach</i>	12
2.3 A AUTO-PERCEPÇÃO E AS DIMENSÕES AVALIADAS.....	14
3 METODOLOGIA DE PESQUISA.....	16
3.1 TIPO DE ESTUDO.....	16
3.2 PARTICIPANTES.....	17
3.2.1 Critérios de Inclusão.....	17
3.2.2 Critérios de Exclusão.....	17
3.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS.....	17
3.3.1 Instrumentos.....	17
3.3.2 Procedimentos.....	17
3.4 VARIÁVEIS DE ESTUDO.....	18
3.5 ANÁLISE DE DADOS.....	18
4 RESULTADOS.....	26
5 DISCUSSÃO.....	27
6 CONCLUSÃO.....	29
REFERÊNCIAS.....	30
APÊNDICES.....	34
ANEXO.....	51

1 INTRODUÇÃO

A capoeira, como descrito no Diário Oficial da União, foi reconhecida por muito tempo cultura, luta, folclore, arte. No entanto, hoje também é reconhecida como um esporte (BRASIL, 2016) no qual sua origem histórica é permeada de muitas dúvidas. Isso se deve ao fato de que há um déficit em evidências e muitas especulações sem embasamento teórico e científico. Um dos primeiros registros da capoeira oficializou a sua proibição e foi indicado no Código Penal brasileiro, de 1890 (CÓDIGO PENAL DOS ESTADOS UNIDOS DO BRAZIL, 1890). Naquela época, a prática da capoeira, além de proibida, era muito marginalizada, o que explica, em parte, o preconceito que esta modalidade esportiva carrega, até os dias atuais.

A capoeira, somente veio a ser legalizada em 1935, quando foi apresentada por Manoel dos Reis Machado, o Mestre Bimba, ao Presidente da República da época, Getúlio Vargas. Este legalizou a prática da capoeira em academias e derrubou o decreto do antigo Código Penal, citado anteriormente. Hoje, a capoeira é reconhecida internacionalmente pela Organização Mundial Das Nações Unidas (ONU) como Patrimônio Imaterial Da Humanidade (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DAS NAÇÕES UNIDAS, 2014) o que a torna conhecida e praticada por pessoas do mundo todo.

O Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada prevê, com essa mudança, melhorias não só na preservação e desenvolvimento da capoeira, mas também um maior respeito e melhores condições de trabalho aos profissionais da capoeira através da instituição de um Plano de Previdência para mestres com maior idade, o que incentiva a adesão de novos profissionais que pretendem trabalhar com a capoeira (IPEA, 2010).

No início, era permitido o ensino da capoeira exclusivamente em academias (DOSSAR, 1991). Sempre foi transmitida com metodologias muito similares, as quais foram passando dos mestres para os alunos. Esse tipo de metodologia se mostra muito comum em vários esportes, como por exemplo no basquetebol, no futsal e no tênis, que nada mais é do que uma repetição mecânica focada no rendimento de um esporte (CARDOSO et al 2005). Na capoeira isso não é diferente, a aplicação dessa metodologia se define, basicamente, em sequências de golpes e/ou esquivas pré-determinados pelo professor, como os *katas* nas artes marciais mais tradicionais (CARDOSO et al 2005). Uma das sequências é demonstrada pelo professor, que, logo

em seguida, é realizada pelos alunos para ambos os lados. As correções são feitas a partir da auto percepção que o aluno tem ao realizar em frente a um espelho (autocorreções e percepção do movimento) e com o feedback do professor. A utilização desse método para alunos iniciantes, em um primeiro contato, apresenta a modalidade de forma mais simples e amena. Basta uma visita a algumas academias ou escolas de capoeira e pode-se perceber que dentro do processo de ensino e aprendizagem da capoeira são raros os casos em que há um planejamento pedagógico de treinamento. Dentro desse cenário, o que pode ser melhorado? Já que há diferentes metodologias de ensino e aprendizagem para a capoeira.

Uma sugestão de mudança interessante para a modalidade é o *games approach*. Esta metodologia tem demonstrado ser muito eficiente em modalidades esportivas como o tênis (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM; ANDERSON, 2009), basquetebol (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM e MCGEE, 2007) e futebol (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM e SNOW, 2011), devido ao seu dinamismo e capacidade de adaptação. Trata-se de um método que coloca o aluno em situações reais de prática. Na expectativa de melhorar o processo de ensino e aprendizagem da capoeira, esta metodologia poderia ser muito bem aproveitada e poderia trazer bons resultados porque as sequências de movimentos são realizadas junto de um colega, o que facilitaria o aprendizado e desenvolvimento mútuo.

É importante ressaltar que este estudo não se trata de uma aplicação de um treinamento de “Jogos de oposição”. Estes são definidos por Junior e Santos (2010) como jogos desenvolvidos a partir de lutas rudimentares, onde duplas, trios ou grupos se confrontam tentando se impor fisicamente sobre o adversário, assim o vencendo. A metodologia aplicada é a de *games approach*, a qual foi totalmente adaptada à capoeira para realização do trabalho.

1.1 PROBLEMA

Qual a percepção dos praticantes de capoeira acerca da metodologia *games approach*?

1.2 JUSTIFICATIVA

Justifica-se a realização desta pesquisa por três distintas e interdependentes razões. A primeira delas é uma justificativa pessoal, ou melhor, sou praticante de capoeira há 13 anos e pretendo, após concluído o Curso de Bacharelado em Educação Física, trabalhar como professor de capoeira e, nesse sentido, esta pesquisa pode ajudar, já que terei maiores bases teóricas e científicas para desenvolver um bom trabalho com meus futuros alunos, além de proporcionar a oportunidade da capoeira ser elevada a um novo patamar utilizando de uma metodologia nova e atualizado, possibilitando também a abertura de portas para uma possível carreira acadêmica na área, podendo, com isso, ingressar em um curso de mestrado e doutorado nesta área de pesquisa. A busca pelo conhecimento científico é incessante e o entendimento se faz necessário para o desenvolvimento equilibrado da sociedade.

A segunda razão é de ordem acadêmica, já que tem direta relação com a produção acadêmica na área da capoeira, ou seja, existe um grande espaço mal explorado quando se trata de publicações de trabalhos na área de lutas, principalmente quando o tema é a capoeira. Sendo assim, esta acaba sendo tratada como antiquada e desatualizada. Por isso uma avaliação e inserção de uma nova metodologia pode ser útil para elevar a capoeira a um novo patamar. A metodologia de *Games Approach* foi utilizada em esportes tais como tênis (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM e ANDERSON, 2009), basquetebol (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM e MCGEE, 2007) e futebol (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM e SNOW, 2011) por isso a curiosidade em adaptá-la para capoeira. Não há trabalhos na literatura em que se relaciona a capoeira com o *Games Approach*, fazendo deste trabalho uma pesquisa inédita.

E, finalmente, a terceira razão compreende a questão social, faz-se necessário uma maior discussão sobre a capoeira, com a participação da academia, ou melhor, com uma maior aproximação entre a universidade e a sociedade com o objetivo de minimizar os preconceitos que, atualmente, ainda existem em relação à capoeira e seus respectivos agentes sociais (atletas, técnicos, professores, dirigentes, empresários, fabricantes de materiais, escritores, músicos, e demais profissionais envolvidos com esse esporte), partindo do pressuposto que haverá maior

conhecimento sobre a capoeira, que é tida como um rico elemento da cultura brasileira. Nesse sentido, apresenta-se o problema para esta pesquisa.

1.3 OBJETIVO GERAL

Analisar a percepção dos praticantes de capoeira acerca da metodologia *games approach*.

1.3.1 Objetivos específicos

- a) Entrevistar os alunos participantes antes da intervenção.
- b) Aplicar o treinamento, em 12 sessões, utilizando a Metodologia de *games approach*.
- c) Entrevistar os alunos participantes após a intervenção.
- d) Analisar a auto-percepção dos alunos nas seguintes dimensões: a) motivação, b) movimentos motores, c) táticas de luta e d) tomadas de decisão.

1.4 HIPÓTESE

Como hipótese, acredita-se que a metodologia do *games approach* melhore os movimentos motores, as táticas de luta e a tomada de decisão, além de uma maior motivação dos participantes, partindo da auto percepção dos alunos. Levando-se em conta de que poderá ocorrer uma certa resistência inicial pelo fato de ser um treinamento totalmente fora dos padrões para os alunos, logo, um fator novo ao qual os alunos não estão habituados.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 CAPOEIRA – HISTÓRIA E EVOLUÇÃO

A capoeira é um esporte, que também é considerado luta, dança, arte marcial, folclore e cultura tradicional, típica e nativa e totalmente brasileira (BRASIL, 2016), porém, praticada e admirada no mundo todo. No entanto, a capoeira passou por uma história triste, tortuosa e dolorosa até chegar aos dias atuais. Poucos são os relatos sobre a capoeira devido ao fato de que Ruy Barbosa, Ministro da Fazenda regente no ano de 1889, meses após a abolição da escravatura, queimou todos os documentos relacionados à escravidão brasileira da época, em busca de apagar um passado sombrio na história da nação brasileira (MELO, 1996). Fontoura e Guimarães (2002) afirmam também a dificuldade de relatar fielmente os dados pela prioridade histórica em entender relatos surgidos dos opressores, e dificilmente buscando relatos de negros e índios escravos.

A capoeira, indubitavelmente, está relacionada à escravidão negra no período do Brasil Colônia e aos africanos que ao Brasil vieram, nessa época. Não se sabe ao certo se os movimentos da capoeira foram trazidos da África ou se foram criados em território brasileiro, mas o que se sabe é que a capoeira foi desenvolvida para defesa pessoal contra a opressão dos senhores de engenho e seus capatazes (REGO, 1968). Segundo o referido autor, através de documentos e de relatos de mestres e capoeiristas antigos, que tudo leva a crer que a capoeira se desenvolveu por descendentes afro-brasileiros, porém é uma invenção de seus ascendentes africanos no Brasil.

Como foi possível notar, a capoeira, desde seus primórdios, esteve intimamente ligada à escravatura. Mesmo depois da abolição da escravidão, essa forma de expressão continuou a ser perseguida pela polícia, até se tornar proibida por lei no código penal (CÓDIGO PENAL DOS ESTADOS UNIDOS DO BRAZIL, 1890). Qualquer prática relacionada à “capoeiragem” era passível de prisão de 2 a 6 meses. A eleição de Getúlio Vargas para Presidente foi um divisor de águas para a capoeira, ele não só removeu a lei, como liberou a prática em lugares fechados com alvará da polícia. Dossar (1991 apud FONTOURA E GUIMARÃES, 2002) descrevem que a

primeira academia de capoeira foi formada por Manuel dos Reis Machado, o Mestre Bimba, e com isso iniciou-se uma nova era para a capoeira.

A capoeira, hoje em dia, é muito mais difundida e respeitada. Ainda há certos preconceitos, porém, nada comparado ao que acontecia em meados dos anos 1900 a 1930, quando a prática da capoeira ainda era proibida. O mundo inteiro valoriza esta arte, é patrimônio imaterial da humanidade (ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS, 2014) e faz parte da cultura e história brasileira.

O processo de reconhecimento internacional, pela ONU, teve início em 15 de Julho de 2008, quando o Instituto de Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan) reconheceu a capoeira como Patrimônio Cultural Brasileiro e a tornou um Bem Cultural de Natureza Imaterial (LOBO, 2008) inscrevendo-a nos Livros dos Saberes e das Formas de Expressão (INSTITUTO DE PATRIMÔNIO HISTÓRICO E ARTÍSTICO NACIONAL, 2014). Seis anos se passaram, e a United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (Unesco), reconheceu, em Paris, no dia 26 de Novembro de 2014 a capoeira como Patrimônio Imaterial Da Humanidade (UNITED NATIONS EDUCATIONAL, SCIENTIFIC AND CULTURAL ORGANIZATION, 2014).

Após a narração desse breve relato histórico, apresenta-se as escolas e estilos da capoeira, a seguir.

2.1.2 Escolas e estilos de capoeira

A capoeira, tradicionalmente, possui dois grandes estilos. A capoeira de Angola e a capoeira Regional Baiana. Está em desenvolvimento um terceiro estilo chamado de capoeira contemporânea. A capoeira de Angola foi “sistematizada”, divulgada e praticada por Vicente Ferreira Pastinha, ou simplesmente Mestre Pastinha. Nascido em 5 de Abril de 1889, faleceu aos 92 anos deixando grandes mestres reconhecidos. Foi apresentado à capoeira através de um negro escravo angolano chamado Benedito, que ao ver o menino apanhar constantemente de jovens mais velhos resolveu lhe ensinar a capoeira (CAPOEIRA, 1998).

A capoeira Regional Baiana foi criada por Manuel dos Reis Machado, mais conhecido como Mestre Bimba. Nascido em 23 de Novembro de 1900, faleceu aos 73 anos. Com a primeira academia criada e legalizada no ensino da Capoeira por volta de 1930 (DOSSAR, 1991), Mestre Bimba criou uma sistematização conhecida como

as 8 sequências de Bimba. Sequências que ensinavam golpes e esquivas pré-determinadas (FRIGERIO,1989), as quais seus alunos deveriam saber. A principal característica desse estilo é o ritmo acelerado tocado por um berimbau e dois pandeiros de couro. Foi desenvolvida para combate, fugindo um pouco das tradições (VIEIRA, 1998).

Hoje a capoeira contemporânea domina as academias e escolas. Em grupos mais tradicionais ainda são encontrados os estilos citados anteriormente, porém, com uma grande perda de tradição e técnica. A capoeira contemporânea é um misto da capoeira de Angola e Regional Baiana, com um ritmo de velocidade média e com muitos movimentos plásticos. Seu objetivo principal é a prática do Esporte, podendo ser utilizada como defesa pessoal.

2.2 METODOLOGIAS DE TREINAMENTO

As metodologias de treinamento são variadas e servem para manter a tradição e sequência no treinamento. Normalmente elas são maleáveis para melhor adaptação dos alunos e/ou turmas. As aulas variam de acordo com o objetivo (FETT E FEET, 2009): aprendizado técnico, ganho de força, resistência, potência, etc.

Nos esportes, é comum a utilização do método tradicional. Segundo Aleixo, Mesquita e Corte-Real (2012) o método tradicional tem o foco no professor, o qual cria situações problema e mostra as soluções. Segundo Martens (2012), essa metodologia ensina técnicas básicas utilizando de *drill*, que nada mais é do que apresentar a técnica mais próxima da perfeição possível (seja ela por vídeo, por um profissional, professor, técnico ou alguém qualificado o suficiente) e os alunos praticam, reproduzindo repetidamente (LAUNDER, 2001). Esta prática é feita em ordem de fila, onde um ou dois estudantes por vez executam o movimento.

Nas artes marciais, inclusive na capoeira, se leciona através de sequências as quais os mestres mostram e os alunos devem reproduzir, como por exemplos os *katas* (CARDOSO et al 2005). Muito semelhante ao método de *drill*, no qual é executado com um ou dois alunos por vez saindo de filas, executando os movimentos repetidamente e retornando ao final da fila. Existe, ainda, outro método utilizado nas artes marciais, no qual os alunos se espalham pela sala de treinamento e reproduzem o gesto técnico em sequência como uma coreografia (ALMEIDA et al, 2010), todos de

uma vez e de preferência de frente para um espelho, para facilitar a autocorreção. Os alunos mais graduados podem ficar transitando pela sala para auxiliar as possíveis correções, ou executam à frente da sala e de costas para os menos experientes, para que desse modo estes possam copiar conforme a ordem do professor.

A vantagem do método tradicional é a facilidade de correções, pelo fato de que são poucos os alunos executando. Porém, este método apresenta desvantagens significativas. A principal desvantagem seria o foco nas técnicas, que são utilizadas isoladamente, o que a afasta da realidade de jogo pela ausência de oposição (LAUNDER, 2001). Allemand (2004) cita a entediante espera de um aluno que executou a técnica ou sequência duas ou três vezes e deve ir até o final da fila e tem de esperar lá até chegar sua vez novamente. Enquanto essa situação está acontecendo os demais alunos estão olhando e aguardando sua vez.

2.2.1 Metodologia de *Games Approach*

A metodologia de *Games Approach* cresce cada vez mais no mundo todo. Isto se deve ao fato de que os métodos tradicionais de treinamento nas idades iniciais sobrevivem, mas sem mostrar grandes benefícios mesmo em jovens talentos (LAUNDER, 2001). O dinamismo dessa metodologia traz aprendizagem, conhecimento, desenvolvimento técnico e tático muito produtivo e enraizado de forma que os atletas conseguem aplicar os fundamentos aprendidos com mais frequência em jogos oficiais. Nos Estados Unidos é possível encontrar técnicos utilizando desta metodologia em esportes tais como tênis (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM e ANDERSON, 2009), basquetebol (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM e MCGEE, 2007) e futebol (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM e SNOW, 2011). Isso se deve ao fato do método ser um “solucionador de problemas” para questões como: o que fazer? Como fazer? Quando fazer? Onde fazer? Quando arriscar? Questões estas que são respondidas com a proximidade que o atleta tem com a realidade do jogo e com tomadas de decisões já treinadas taticamente, com fundamentos, momentos específicos para execução, local de execução e assumindo os riscos (GRIFFIN, MITCHELL e OSLIN, 2013).

Esse método consiste em nada mais que utilizar de jogos e jogos reduzidos para colocar atletas em situações de jogo e melhorar sua técnica para melhor performance. Não basta apenas colocar atletas em situações reais sem que ao menos esse saiba o básico. Para isto, é necessário “adaptar”, “focar” e “aperfeiçoar” (em tradução adaptada) as características do jogo, os atletas e as técnicas para ensinar (MARTENS, 2012).

A adaptação é focada nas regras do jogo, nas suas propriedades e formatação. Segundo Martens (2012), a adaptação pode ser feita de 4 maneiras: mudando as regras do jogo, número de jogadores, tamanho do espaço disponibilizado e mudando o objetivo. Essas adaptações podem e devem ser misturadas, por exemplo, no futebol pode-se utilizar campo reduzido, onde três jogadores jogam contra cinco, em um campo 10x10m cujo objetivo é atravessar uma linha imaginária. A fase de foco refere-se à atenção especial que deve ser dada às técnicas. Não se deve esperar que o atleta ou aluno aprenda por si mesmo o que deve ser feito. É necessário encontrar elementos-chave de cada técnica e durante os jogos sempre lembrar ao aluno o que deve ser feito. Correções devem ser constantemente realizadas, o jogo deve ser parado para tal ação. Martens (2012) ensina duas técnicas para este *feedback*. Uma delas é *Questioning*, quando o atleta não sabe o que está treinando deve-se passar as respostas, mas quando esse tem uma breve noção do que está fazendo, questionar sobre o exercício é um método muito bom para reter a atenção. A outra técnica é chamada de *Freeze*, que nada mais é do que dar o comando de congelar, pedir para o atleta repetir o movimento e questionar o que está errado, sempre utilizando de aspectos motivacionais para melhora. A terceira fase se resume basicamente em aperfeiçoar ou polir o movimento. Esta fase, nada mais é do que mostrar ao atleta o quanto ele se desenvolveu através do *feedback*, mostrando a técnica e tática naquele momento, e como era antes. Existe também a possibilidade de aperfeiçoar o movimento aumentando os desafios, assim, mostrando ao aluno o quanto melhorou e o quanto está preparado para novas etapas do treinamento. Para isso é necessário o conhecimento da modalidade e o respeito do atleta em relação a ela. Estes são fatores essenciais para adaptação das aulas, buscando que haja a melhora desejada.

Para Martens (2012) as vantagens do *games approach* sobre as metodologias tradicionais são a manutenção constante da motivação, pelo fato de que o atleta

sempre está em contato com a modalidade esportiva em situações reais de jogo. O atleta consegue ser mais independente das ordens do técnico, pois estão sempre sendo desafiados a encontrar soluções para seus problemas, como em uma competição oficial.

2.3 A AUTO-PERCEPÇÃO E AS DIMENSÕES AVALIADAS

Partindo da premissa de que a metodologia de *games approach* tem seu foco no aluno (MARTENS, 2012), se faz necessário utilizar de um método de avaliação no qual o aluno consiga expressar seu crescimento ou limitações a partir da própria vivência. A escolha da avaliação da auto-percepção na capoeira traz mais liberdade ao aluno para mostrar o quanto ele sente que se desenvolveu, em relação com as aulas anteriores realizadas. A utilização do questionário é um dos métodos que avaliam a auto-percepção. Esse contempla dimensões, tais como motivação, movimentos motores e táticas de luta/tomadas de decisão.

A escolha por essas dimensões é feita a partir do momento em que Martens (2012), em seu livro, afirma que a metodologia de *games approach* utiliza de jogos e brincadeiras que motivam e auxiliam o aprendizado dos alunos, fazendo com que fique mais enraizado. Desse modo, a comparação com a metodologia de *drills* é inevitável, partindo da afirmação que esta metodologia motiva mais os atletas. Em se tratando de motivação, Marzinek (2004) afirma que motivação é a base da conduta de uma pessoa, o motivo e a razão pela qual as pessoas buscam um objetivo. O que nada mais é do que um dos princípios da metodologia.

Tratando dos movimentos motores, também são citados no livro de Martens (2012), no qual ele diz que o conhecimento a médio e longo prazo se mostra mais eficiente, por mostrá-lo em situações reais de jogo. O desenvolvimento desses movimentos se relaciona com a genética e idade cronológica (FIGUEIREDO et al, 2013), sendo assim a especificidade de tal desenvolvimento está relacionada com o treino de acordo com o objetivo. A metodologia de *games approach* tenta trazer a prática de forma prazerosa, com repetições intrínsecas em jogos relacionados à modalidade esportiva.

Em relação às táticas e tomadas de decisão, elas acabam atreladas a todo momento, por isso são avaliadas em conjunto. Para Costa e Nascimento (2004) as

táticas são a forma como o indivíduo ou grupo administra uma partida e a cada decisão tomada, acaba sendo uma decisão tática. Ambas, tática e tomada de decisão, são constantemente trabalhadas na metodologia, pelo fato de que as situações de treino simulam situações de jogo, ou seja, as situações que ocorrem no treino vão acontecer no momento da competição, ou na roda, como é na capoeira.

3 METODOLOGIA DE PESQUISA

3.1 TIPO DE ESTUDO

Este estudo apresenta uma pesquisa pré-experimental, com natureza qualitativa e quantitativa. É um estudo aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) com o parecer de número: 1.675.700. O estudo se enquadra como pré-experimental, em um delineamento de pré-teste e pós-teste em um grupo de alunos (THOMAS, NELSON e SILVERMAN, 2002), partindo do pressuposto de que os mesmos serão avaliados através de entrevistas aplicadas antes e após a intervenção, afim de verificar, de acordo com a percepção dos próprios alunos, se houve melhora nas seguintes dimensões: a) motivação, b) movimentos motores, c) táticas de luta e d) tomadas de decisão. As entrevistas serão realizadas por intermédio de questionários.

Segundo Fonseca (2002 apud GERHARDT E SILVEIRA 2009), a pesquisa quantitativa:

(...) se centra na objetividade. Influenciada pelo positivismo, considera que a realidade só pode ser compreendida com base na análise de dados brutos, recolhidos com o auxílio de instrumentos padronizados e neutros. A pesquisa quantitativa recorre à linguagem matemática para descrever as causas de um fenômeno, as relações entre variáveis, etc.

De acordo com Thomas, Nelson e Silverman (2007) o estudo experimental é o tipo de pesquisa que tenta relacionar causa e efeito de tratamentos através de sua manipulação, no caso, o método. A entrevista e o questionário, em sua essência são muito similares. O questionário, é um levantamento onde os participantes respondem às questões, ao invés de terem seu comportamento analisado.

A natureza qualitativa e quantitativa se se faz necessária partindo da premissa que é necessário dar o máximo de significado aos dados, produzindo informação significativa, mesmo que utilize de formas matemáticas para tal (THOMAS, NELSON E SILVERMAN 2007).

3.2 PARTICIPANTES

O número de participantes consiste em todos os alunos do Grupo Senzala de Capoeira em Curitiba que treinam às segundas, quartas e sextas no turno da noite, totalizando 10 alunos.

3.2.1 Critérios de Inclusão

O aluno deve ter no mínimo 18 anos de idade, no máximo 3 anos de treinamento. Esse pode ser de ambos os sexos e deve ter assinado o Termo De Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE – Apêndice 2).

3.2.2 Critérios de Exclusão

Alunos com menos de 75% de frequência na intervenção.

3.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS

3.3.1 Instrumentos

A Folha de Questionário (apêndice 1) representa um instrumento validado por doutores na área, o qual contemplará questões fechadas buscando analisar a auto-percepção dos alunos relacionadas à própria motivação, movimentação e táticas dentro da roda de capoeira, com o intuito de mensurar previamente e posteriormente à intervenção, analisando a melhora desses aspectos.

3.3.2 Procedimentos

Inicialmente foram escolhidos os alunos do Grupo Senzala de Capoeira que treinam à noite para participar da intervenção. Cerca de 20 alunos se dispuseram a participar, os quais alguns minutos antes de começar a primeira aula, receberam o Questionário e o TCLE, para assinatura.

Após essa etapa, uma intervenção de 12 aulas planejadas pelo autor utilizando a metodologia de *games approach*, adaptando a mesma para a modalidade da capoeira, foi aplicada, afim de melhorar as dimensões de motivação, movimentos motores, táticas de luta e tomada de decisão. Os alunos respondiam a chamada e iniciavam as aulas práticas. Após esse processo o mesmo questionário foi entregue, desse modo, foi possível encontrar os dados em momentos diferentes, afim de comparar o inicial com o final, verificando os resultados dessa nova metodologia.

Os alunos que se encaixavam nos critérios de inclusão, não se encaixavam no de exclusão, realizaram a intervenção e responderam os questionários ao qual foram submetidos fizeram parte do estudo, constando nos resultados.

3.4 VARIÁVEIS DE ESTUDO

Segundo Thomas, Nelson e Silverman (2007), as variáveis independentes são manipuladas pelo pesquisador. Logo, nesse estudo, se classificam como tal a metodologia *games approach* e o plano de intervenção, contendo 12 sessões de aula, nas quais se encaixam os exercícios, seus tempos de execução e correções.

As variáveis dependentes, para esta pesquisa são aquelas resultantes da aplicação do método *games approach* em 12 sessões. Ou seja, nesse caso, as variáveis dependentes são os resultados esperados, como a melhora da auto percepção, da motivação, dos movimentos motores, táticas de luta e tomadas de decisão.

3.5 ANÁLISE DE DADOS

A coleta de dados foi realizada em dois momentos: um antes de iniciar a intervenção, e outro após esta ter sido finalizada. Devido à quantidade de indivíduos aptos a estarem fazendo parte deste estudo, foi decidido por utilizar uma análise de dados proporcional. Um total de 10 alunos, que estava dentro dos critérios de inclusão e não foram retirados por nenhum critério de exclusão, participaram do estudo.

Thomas, Nelson e Silverman, (2007), afirmam que tabelas de frequência são comumente utilizadas em pesquisas qualitativas, que utilizam de objetos observacionais, afim de reduzir a quantidade de dados. Ressaltam também a

necessidade de conversão dos valores tabelados em porcentagem, afim de possibilitar afirmações de forma comparativa.

Todos os respectivos dados foram colocados em forma de tabelas, uma para cada aluno, como está disposto abaixo (TABELAS DE 1 – 10), afim de mostrar em detalhes cada dimensão. Foi separado o momento pré e pós intervenção, e numa terceira coluna a diferença de valores. Desse modo, foi possível analisar cada aluno, individualmente em cada dimensão, podendo assim chegar a uma conclusão mais precisa do processo. Nesse sentido, anteciparemos os resultados para uma melhor compreensão de como foi feita a análise dos dados.

TABELA 1 - AUTOPERCEPÇÃO NAS DIMENSÕES MOTIVAÇÃO, MOVIMENTOS MOTORES E TÁTICAS DE LUTA – ALUNO 1

ALUNO 1	MOTIVAÇÃO		
PERGUNTA	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA
1	5	5	0
2	5	5	0
3	5	4	-1
4	5	5	0
5	5	5	0
TOTAL	25	24	-1
	MOVIMENTO MOTORES		
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA
1	3	1	-2
2	1	2	1
3	1	2	1
4	3	2	-1
5	4	4	0
TOTAL	12	11	-1
	TÁTICAS DE LUTA		
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA
1	2	2	0
2	1	2	1
3	1	1	0
4	1	2	1
5	1	1	0
TOTAL	6	8	2

FONTE: O AUTOR (2017)

TABELA 2 - AUTOPERCEPÇÃO NAS DIMENSÕES MOTIVAÇÃO, MOVIMENTOS MOTORES E TÁTICAS DE LUTA – ALUNO 2

ALUNO 2		MOTIVAÇÃO		
PERGUNTA	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	5	5	0	
2	5	5	0	
3	5	5	0	
4	5	5	0	
5	5	5	0	
TOTAL	25	25	0	
MOVIMENTO MOTORES				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	4	4	0	
2	3	3	0	
3	3	3	0	
4	3	2	-1	
5	2	2	0	
TOTAL	15	14	-1	
TÁTICAS DE LUTA				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	2	2	0	
2	1	2	1	
3	2	2	0	
4	3	2	-1	
5	3	2	-1	
TOTAL	11	10	-1	

FONTE: O AUTOR (2017)

TABELA 3 - AUTOPERCEPÇÃO NAS DIMENSÕES MOTIVAÇÃO, MOVIMENTOS MOTORES E TÁTICAS DE LUTA – ALUNO 3

ALUNO 3		MOTIVAÇÃO		
PERGUNTA	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	4	5	1	
2	5	5	0	
3	4	5	1	
4	4	5	1	
5	4	4	0	
Total	21	24	3	
MOVIMENTO MOTORES				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	1	1	0	
2	1	2	1	
3	1	1	0	
4	3	3	0	
5	3	3	0	
Total	9	10	1	
TÁTICAS DE LUTA				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	1	3	2	
2	2	3	1	
3	1	3	2	
4	1	3	2	
5	3	3	0	
Total	8	15	7	

FONTE: O AUTOR (2017)

TABELA 4 - AUTOPERCEPÇÃO NAS DIMENSÕES MOTIVAÇÃO, MOVIMENTOS MOTORES E TÁTICAS DE LUTA – ALUNO 4

ALUNO 4		MOTIVAÇÃO		
PERGUNTA	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	4	5	1	
2	5	5	0	
3	5	5	0	
4	5	5	0	
5	5	5	0	
TOTAL	24	25	1	
MOVIMENTO MOTORES				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	1	4	3	
2	3	2	-1	
3	4	4	0	
4	4	2	-2	
5	2	1	-1	
TOTAL	14	13	-1	
TÁTICAS DE LUTA				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	3	3	0	
2	3	4	1	
3	3	4	1	
4	2	2	0	
5	4	4	0	
TOTAL	15	17	2	

FONTE: O AUTOR (2017)

TABELA 5 - AUTOPERCEPÇÃO NAS DIMENSÕES MOTIVAÇÃO, MOVIMENTOS MOTORES E TÁTICAS DE LUTA – ALUNO 5

ALUNO 5		MOTIVAÇÃO		
PERGUNTA	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	5	5	0	
2	5	5	0	
3	5	5	0	
4	5	5	0	
5	5	5	0	
TOTAL	25	25	0	
MOVIMENTO MOTORES				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	2	3	1	
2	3	3	0	
3	3	3	0	
4	5	4	-1	
5	3	3	0	
TOTAL	16	16	0	
TÁTICAS DE LUTA				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	4	4	0	
2	2	4	2	
3	3	4	1	
4	2	3	1	
5	4	4	0	
TOTAL	15	19	4	

FONTE: O AUTOR (2017)

TABELA 6 - AUTO PERCEPÇÃO NAS DIMENSÕES MOTIVAÇÃO, MOVIMENTOS MOTORES E TÁTICAS DE LUTA – ALUNO 6

ALUNO 6		MOTIVAÇÃO		
PERGUNTA	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	4	4	0	
2	4	5	1	
3	4	4	0	
4	4	4	0	
5	3	4	1	
TOTAL	19	21	2	
MOVIMENTO MOTORES				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	2	3	1	
2	2	3	1	
3	3	4	1	
4	3	3	0	
5	2	3	1	
TOTAL	12	16	4	
TÁTICAS DE LUTA				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	3	4	1	
2	3	3	0	
3	3	3	0	
4	4	3	-1	
5	3	4	1	
TOTAL	16	17	1	

FONTE: O AUTOR (2017)

TABELA 7 - AUTO PERCEPÇÃO NAS DIMENSÕES MOTIVAÇÃO, MOVIMENTOS MOTORES E TÁTICAS DE LUTA – ALUNO 7

ALUNO 7		MOTIVAÇÃO		
PERGUNTA	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	4	4	0	
2	5	5	0	
3	5	5	0	
4	5	5	0	
5	5	5	0	
TOTAL	24	24	0	
MOVIMENTO MOTORES				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	2	3	1	
2	3	3	0	
3	4	3	-1	
4	4	4	0	
5	3	3	0	
TOTAL	16	16	0	
TÁTICAS DE LUTA				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	3	3	0	
2	3	2	-1	
3	3	3	0	
4	3	3	0	
5	3	3	0	
TOTAL	15	14	-1	

FONTE: O AUTOR (2017)

TABELA 8 - AUTOPERCEPÇÃO NAS DIMENSÕES MOTIVAÇÃO, MOVIMENTOS MOTORES E TÁTICAS DE LUTA – ALUNO 8

ALUNO 8		MOTIVAÇÃO		
PERGUNTA	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	4	4	0	
2	4	5	1	
3	4	4	0	
4	5	5	0	
5	4	4	0	
TOTAL	21	22	1	
MOVIMENTO MOTORES				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	1	4	3	
2	2	4	2	
3	2	2	0	
4	3	4	1	
5	1	4	3	
TOTAL	9	18	9	
TÁTICAS DE LUTA				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	2	3	1	
2	1	4	3	
3	2	3	1	
4	1	3	2	
5	1	3	2	
TOTAL	7	16	9	

FONTE: O AUTOR (2017)

TABELA 9 - AUTOPERCEPÇÃO NAS DIMENSÕES MOTIVAÇÃO, MOVIMENTOS MOTORES E TÁTICAS DE LUTA – ALUNO 9

ALUNO 9		MOTIVAÇÃO		
PERGUNTA	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	4	5	1	
2	5	5	0	
3	5	5	0	
4	5	5	0	
5	5	5	0	
TOTAL	24	25	1	
MOVIMENTO MOTORES				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	3	3	0	
2	3	4	1	
3	4	4	0	
4	5	5	0	
5	4	4	0	
TOTAL	19	20	1	
TÁTICAS DE LUTA				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	3	4	1	
2	3	3	0	
3	4	3	-1	
4	3	4	1	
5	3	4	1	
TOTAL	16	18	2	

FONTE: O AUTOR (2017)

TABELA 10 - AUTO-PERCEPÇÃO NAS DIMENSÕES MOTIVAÇÃO, MOVIMENTOS MOTORES E TÁTICAS DE LUTA – ALUNO 10

ALUNO 10		MOTIVAÇÃO		
PERGUNTA	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	4	5	1	
2	5	5	0	
3	4	4	0	
4	4	4	0	
5	5	5	0	
TOTAL	22	23	1	
MOVIMENTO MOTORES				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	2	2	0	
2	1	2	1	
3	2	4	2	
4	3	4	1	
5	2	2	0	
TOTAL	10	14	4	
TÁTICAS DE LUTA				
	PRÉ	PÓS	DIFERENÇA	
1	2	3	1	
2	3	3	0	
3	2	3	1	
4	2	2	0	
5	2	2	0	
TOTAL	11	13	2	

FONTE: O AUTOR (2017)

Para descobrir a proporção de alunos que obtiveram melhoras, foram construídas outras 3 tabelas (TABELAS 11 A 13), estas, por sua vez, separadas por dimensões. Os alunos, com seus respectivos números, foram classificados nas colunas de acordo com as repostas dadas nos questionários, separando aqueles que obtiveram resultados positivo, neutros ou negativos, afim de organizar os dados.

TABELA 11 – AUTO-PERCEPÇÃO DA MOTIVAÇÃO

Motivação					
Positivo		Neuto		Negativo	
Nº do Aluno	Valor final	Nº do Aluno	Valor final	Nº do Aluno	Valor final
3	3	2	0	1	-1
4	1	5	0		
6	1	7	0		
8	1				
9	1				
10	2				
Total de alunos = 6	Média Final = 1,5	Total de alunos = 3	Média Final = 0	Total de alunos = 1	Média Final = -1

FONTE: O AUTOR (2017)

TABELA 12 – AUTO-PERCEPÇÃO DOS MOVIMENTOS MOTORES

Movimentos Motores					
Positivo		Neuto		Negativo	
Nº do Aluno	Valor final	Nº do Aluno	Valor final	Nº do Aluno	Valor final
3	1	5	0	1	-1
6	9	7	0	2	-1
8	1			4	-1
9	4				
10	4				
Total de alunos = 5	Média Final = 3,8	Total de alunos = 2	Média Final = 0	Total de alunos = 3	Média Final = -1

FONTE: O AUTOR (2017)

TABELA 13 – AUTO-PERCEPÇÃO DAS TÁTICAS DE LUTA

Táticas de Luta					
Positivo		Neuto		Negativo	
Nº do Aluno	Valor final	Nº do Aluno	Valor final	Nº do Aluno	Valor final
1	2			2	-1
3	7			7	-1
4	2				
5	4				
6	9				
8	2				
9	2				
10	1				
Total de alunos = 8	Média Final = 3,6	Total de alunos = 0	Média Final = 0	Total de alunos = 2	Média Final = -1

FONTE: O AUTOR (2017)

A partir da média final supracitada nas tabelas, foi realizado um cálculo para encontrar a porcentagem proporcional dos dados. Esse foi realizado da seguinte maneira: Partindo da premissa que são 5 perguntas em cada dimensão, com a pontuação máxima possível de 5 em cada pergunta, o maior valor atingível em cada dimensão é de 25 pontos ($5 \text{ [pontos]} \times 5 \text{ [perguntas]} = 25$). Estes 25 pontos representam o todo, ou seja, 100% da pontuação máxima possível em cada dimensão. Para encontrar a porcentagem equivalente a 1 ponto, foi utilizado um cálculo proporcional representado pela expressão matemática: $[25x = 100]$, onde o resultado encontrado mostra que 1 ponto é equivalente à 4%.

4 RESULTADOS

Para entender os resultados, é necessário primeiramente entender as dimensões e como elas foram trabalhadas aula a aula. A motivação, como dimensão principal, engloba as outras, pelo fato de que sempre estava presente em aula seja com palavras de incentivo ou com a expectativa e curiosidade em relação às atividades da próxima aula. Há também uma expectativa em relação a melhora da técnica, tática e a utilização do esporte como treinamento, fazendo com que os alunos se sintam mais motivados a praticar e treinar.

No entanto, tratando das respostas do questionário analisando em um primeiro momento a motivação, foi possível notar que 60% dos alunos tiveram suas respostas alteradas de forma positiva em pelo menos uma questão dessa dimensão no questionário com melhora média de 6% em relação ao primeiro questionário. Apenas um indivíduo apresentou um decréscimo na motivação após os treinamentos, uma redução de 4%. Os demais não apresentaram mudanças em suas respostas.

Em se tratando dos Movimentos Motores, no estudo foi possível relatar que esta dimensão, apresentou divergências. Cerca de 50% dos alunos obtiveram melhoras em suas respostas apresentando uma melhora média de 15%. Entretanto, os demais 50% não obtiveram diferença alguma ou tiveram uma diferença negativa, sendo que obtiveram o percentual médio de 4% de “redução”. Ou seja, variáveis como tempo de treinamento, tempo de intervenção, individualidade biológica e até a subjetividade no aprendizado da técnica, faz com que haja essas discrepâncias no aprendizado motor.

Ao tratar sobre as táticas de luta, foi relatado nessa dimensão que 80% dos alunos apresentaram melhora em suas respostas, utilizando de sua auto percepção como parâmetro. Desses 80%, a média de melhora de acordo com o questionário foi de aproximadamente 15%. Os alunos que representam os demais 20% obtiveram uma redução média de 4% nas respostas do questionário em relação ao período pré intervenção. Isso pode ser resultado de uma maior percepção do espaço, de como utilizá-lo e como um adversário pode se portar em situações reais de jogo a partir de situações modificadas.

5 DISCUSSÃO

Na capoeira os ensinamentos desde seus primórdios foram lecionados através da repetição como foi citado no Capítulo 2. O maior desafio ao ensinar movimentos técnicos através da metodologia de *Games Approach* era planejar treinamentos que estivessem fora desse paradigma dos esportes em geral. Partindo da premissa de que os alunos eram, no ponto de vista da modalidade, iniciantes, ensinar movimentos técnicos, evitando o tradicional passo a passo em frente ao espelho, possuía uma dificuldade considerável.

Foi necessário criar aulas que envolvessem os alunos, com jogos e brincadeiras desportivas levando ao aprendizado das técnicas. Inicialmente gerou estranhamento e um certo bloqueio, no entanto, com o passar do tempo, os alunos foram se sentindo mais à vontade permitindo o trabalho e aperfeiçoamento da técnica.

Martens (2012) enfatiza que o método de *Games Approach* tem seu foco no aluno, e não no técnico e suas instruções. Ou seja, é focado para que os alunos consigam pensar e entender melhor o esporte, fazendo com que assim tenham melhores tomadas de decisões em situações reais de jogo, já que estão praticando em situações corriqueiras da modalidade com modificações para a prática.

A motivação sempre esteve atrelada aos fatores, pelo fato de que cada treino era uma novidade, logo, gerava uma curiosidade e atenção maior aos exercícios. De fato, os temas, atividades e objetivos, de cada aula geraram uma variável que é a qualidade da aula. Esta era julgada a partir de pontos de vista diferentes e analisadas de acordo com as experiências pessoais, não só na modalidade, como experiência de vida dos alunos.

Com relação aos movimentos motores específicos das modalidades, Vickers (2007) ressalta que a curto prazo método tradicional tende a trazer maiores benefícios na aprendizagem de novas técnicas. Porém, atletas com este tipo de treinamento durante toda sua vida tendem a se tornar ineficientes e imprecisos. Lauder (2012) afirma que com o passar do tempo, atletas ensinados através do *Games Approach*, tendem a atingir e superar as técnicas de atletas ensinados via método tradicional.

As táticas de luta foram trabalhadas quase que constantemente, pelo fato de que a todo momento os alunos estavam realizando as atividades em duplas, trios ou grupos, e dificilmente trabalhando individualmente. Devido à utilização de jogos e

brincadeiras que tratam o jogo da capoeira diretamente, alterando as regras, espaço e/ou oposição, como determina a metodologia, a dimensão das táticas de luta trouxe resultados promissores.

Martens (2012) mostra os pontos fortes e fracos de ambas metodologias, trazendo como ponto fraco principal do método tradicional, seus entediantes *drills*, que fazem com que o aluno tenha que esperar sua vez para realizar a atividade. Fato que não ocorre com a utilização do *Games Approach*, e que se espera como resultado uma maior independência dos alunos em relação ao professor, entendendo com mais profundidade como funciona a modalidade, se sentindo mais preparados para praticar o esporte.

6 CONCLUSÃO

As áreas das lutas e artes marciais, como dito anteriormente, tem seus métodos e tradições muito enraizados, logo, a implementação de novas ideias, ou no caso, propor uma nova metodologia mais atualizada, acaba se tornando um desafio à parte da realização do trabalho. Pelo fato de que há um bloqueio em relação às novidades ou então pelo medo de que a cultura da modalidade se perca em meio às atualizações.

É possível concluir, a partir dos dados analisados, que a mudança de estímulo gerou resultados positivos. Porém, as diferenças de valores, em média, não sofreram grandes alterações nas dimensões avaliadas da auto-percepção dos alunos. A dimensão das táticas de luta foi a que obteve valores com a maior proporção de melhora após a intervenção. Partindo do resultado obtido ao final do estudo, é possível inferir que houve influências positivas após a intervenção nas dimensões avaliadas. A metodologia de *games approach* como proposta pedagógica no processo de ensino-aprendizagem da capoeira se mostrou eficiente.

Para estudos futuros, sugere-se que haja um período maior de intervenção, um grupo de indivíduos maior e/ou a utilização de um método de análise diferente, tal como questionário aberto, utilização de vídeo, entrevistas, etc. Com uma análise mais qualitativa do assunto, acredita-se que a utilização de uma ou mais sugestões deste conjunto, poderia trazer resultados mais promissores. Além do fato de que é possível mesclar as metodologias, buscando utilizar o que há de mais vantajoso em ambas, afim de buscar um treinamento com maior qualidade visando um aprendizado mais consistente dos alunos.

REFERÊNCIAS

ALEIXO, Ivana, MESQUITA Isabel, CORTE-REAL, Alda. **Impacto da aplicação de um modelo de ensino híbrido no desenvolvimento de elementos técnicos na Ginástica Artística.** Revista Portuguesa de Ciências do Desporto. Porto, Vol. 12 Issue 2, p12-27. 2012

ALLEMAND, Mark. **Practice, Practice, Practice: Too Repetitive?** Human Kinetics. Coach Educational Center. Nov. 2004 <<http://www.asep.com/news/ShowArticle.cfm?ID=50>> Acesso em: 31 de Maio de 2016.

ALMEIDA, José Júlio G. et al. **Ensino das lutas: dos princípios condicionais aos grupos situacionais.** Revista Movimento, Porto Alegre, vol 16, n. 02, p. 207-227, Jun. de 2010.

AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM, ANDERSON, Kirk. **Coaching Tennis Technical and Tactical Skills.** Estados Unidos da América: Human Kinetics, 2009.

AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM, MCGEE, Kathy. **Coaching Basketball Technical and Tactical Skills.** Estados Unidos da América: Human Kinetics, 2007.

AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM, SNOW, Sam. **Coaching Youth Soccer.** 5. Ed. Estados Unidos da América: Human Kinetics, 2011.

BRASIL. Decreto N. 847 de 11 De Outubro De 1890. **Código Penal Dos Estados Unidos Do Brazil.** Capítulo XIII, Art. 402 a 404. 1890.

BRASIL. Resolução nº 44, de 16 de fevereiro de 2016. **Diário Oficial União.** Ministério do Esporte – Conselho Nacional do Esporte, Brasília, DF, 5 mai. 2016. Sessão 1 p. 92.

CAPOEIRA, Nestor. **Capoeira: pequeno manual do jogador.** 4. ed. Rio de Janeiro: Record, 1998.

CARDOSO, Luiz C. et al. **As artes marciais no caminho do guerreiro: novas possibilidades para o karatê-do.** Práticas Corporais, vol 3, Florianópolis, 2005.

COSTA, Luciane C. A.; NASCIMENTO, Juarez .V. **O ensino da técnica e da tática: novas abordagens metodológicas**. Revista da Educação Física, Maringá, v. 15, n. 2, p. 49-56, 2004.

DOSSAR, Kenneth. **Capoeira: an African based tradition in United States**. Joperd, Reston, v. 62, no. 2, p. 42-44, Fevereiro 1991.

FETT, Carlos A.; FETT, Waléria C. R. **Filosofia, ciência e a formação do profissional de artes marciais**. Motriz, Rio Claro, v.15 n.1 p.173-184, mar. 2009

FIGUEIREDO, Alan P. et al. **Desenvolvimento motor: padrões motores fundamentais de movimento em crianças de 4 e 5 anos de idade**. Revista Digital, Buenos Aires, Ano 18, Nº 186, Nov. de 2013.

FIGUERÔA, Katiúscia M. **Comparative study between the practice of Capoeira in Brazil (Curitiba) and in Spain (Autonomous Community of Castilla and León)**. In: 26º Congresso Internacional de Educação Física - FIEP, 2011, Foz do Iguaçu. The FIEP Bulletin. Foz do Iguaçu: New World Gráfica LTDA, 2011. v. 81. p. 667-670.

FONSECA, João J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

FONTOURA, Adriana R. R., GUIMARÃES, Adriana C. de A. **História da Capoeira**. Maringá, v. 13, n. 2 p. 141-150, 2002.

FREITAS, Jorge Luiz de. **A Prática Pedagógica Da Disciplina De Capoeira Na Educação Superior E A Sua Contribuição Para A Formação Do Futuro Docente**. Pontifícia universidade católica do paraná. Curitiba, 2006.

FRIGERIO, Alejandro. **Capoeira: De Arte Negra a Esporte Branco**. Revista brasileira de Ciências Sociais v.4 n.10 Rio de Janeiro jun. 1989

GERHARDT, Tatiana E., SILVEIRA, Denise T. **Métodos de Pesquisa**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. 1ª ed. 2009

INSTITUTO DE PATRIMÔNIO HISTÓRICO E ARTÍSTICO NACIONAL. **Roda de Capoeira**. 2014 <<http://portal.iphan.gov.br/pagina/detalhes/66>> Acesso em: 30 de Maio de 2016.

INSTITUTO DE PESQUISA ECONÔMICA APLICADA. **Reconhecimento à cultura negra.** <<http://www.ipea.gov.br/agencia/images/stories/PDFs/rd62not04.pdf>> Acesso em: 30 de Maio de 2016.

JUNIOR, Tácito Pessoa de S., SANTOS, Luiz Carlos dos. **Jogos de oposição: nova metodologia de ensino dos esportes de combate.** Revista Digital - Buenos Aires - Ano 14 - Nº 141 – Fev. de 2010. <<http://www.efdeportes.com>>. Acesso em 02/06/2017

LAUNDER, Alan G. Play Practice: **The Games Approach to Teaching and Coaching Sports.** Estados Unidos da América: Human Kinetics, 2001.

GRIFFIN, Linda L., MITCHELL, Stephen A., OSLIN, Judith L. **Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach for Ages 7 to 18.** 3. Ed. Estados Unidos da América: Human Kinetics, 2013.

LOBO, Carol. **Capoeira vira patrimônio cultural brasileiro.** Fundação Cultural Palmares. Jul. 2008 <<http://www.palmares.gov.br/?p=2744&lang=es>> Acesso em: 30 de Maio de 2016.

MARTENS, Rainer. **Successful Coaching.** 4 ed. Champaign: Human Kinetics, 2012.

MARZINEK, Adriano. **A motivação de adolescentes nas aulas de educação física.** 2004. 89 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2004.

MELLO, André da S. **Esse nego é o diabo, ele é capoeira ou da motricidade brasileira.** Revista Discorpo, São Paulo, n. 6, p. 29-39, 1996.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. **Roda de Capoeira é declarada Patrimônio Imaterial da Humanidade.** Disponível em <<http://nacoesunidas.org/roda-de-capoeira-e-declarada-patrimonio-imaterial-da-humanidade/>> Acesso em: 5 de Abril de 2014.

PRODANOV, Cleber C.; FREITAS, Ernani C. de. **Metodologia do trabalho científico: Métodos e Técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico.** 2 ed. Universidade FEEVALE, Novo Hamburgo, Rio Grande do Sul. 2013.

REGO, Waldeloir. **Capoeira angola: ensaio sócioetnográfico.** Salvador: Itapuã, 1968.

REIS, Letícia V. S. **O mundo de pernas para o ar: a capoeira no Brasil**. São Paulo: Publisher Brasil, 2000.

THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K., SILVERMAN, Stephen J. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física**. Tradução de Denise Regina de Sales, Márcia dos Santos Dornelles. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007. Título original: Research Methods in Physical Activity.

THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física**. Tradução de Ricardo D. S. Petersen et al. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002. Título original: Research Methods in Physical Activity

UNITED NATIONS EDUCATIONAL, SCIENTIFIC AND CULTURAL ORGANIZATION. **Decision of the Intergovernmental Committee**: 9.COM 10.8. Paris, Nov. 2014 <<http://www.unesco.org/culture/ich/en/decisions/9.COM/10.8>> Acesso em: 30 de Maio de 2016



VIEIRA, Luiz R. **O jogo da capoeira: corpo e cultura popular no Brasil**. Rio de Janeiro: Editora Sprint, 1995.

VIEIRA, Luiz R. **O jogo de capoeira**. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.

VICKERS, Joan. **Perception, Cognition, and Decision Training: The Quiet Eye in Action**. Canadá: Human Kinetics, 2017.

APÊNDICES

APÊNDICE 1: QUESTIONÁRIO.....	35
APÊNDICE 2: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	36
APÊNDICE 3: PLANOS DE AULA.....	39

	Ministério da Educação Universidade Tecnológica Federal do Paraná Departamento Acadêmico de Educação Física – DAEFI Curso de Bacharelado em Educação Física	
---	--	---

APÊNDICE 1: QUESTIONÁRIO

Validação de conteúdo

Questionário – QMEC (Questionário de Metodologia do Ensino da Capoeira)

Objetivos:

Analisar a auto-percepção dos alunos nas seguintes dimensões:

1) Motivação

2) Movimentos motores

3) Táticas de luta e Tomadas de decisão

Nome: _____ Sexo: _____

Data de nascimento: ____ / ____ / ____

Há quanto tempo pratica capoeira: _____.

Quantos dias na semana pratica: _____.

Quantas horas por dia: _____.

Escala				
1	2	3	4	5
Discordo totalmente	Discordo	Nem discordo nem concordo	Concordo	Concordo totalmente

1- Motivação

A- As aulas me desafiam fisicamente e psicologicamente ()

B- As aulas são divertidas e estimulantes ()

C- Gosto de praticar Capoeira ()

D- Praticar me faz feliz ()

E- Me sinto bem praticando ()

2- Movimentos Motores

A- Realizo meus movimentos na capoeira da maneira como queria ()

B- Minha movimentação na roda de capoeira está fluída e coerente ()

C- Meus movimentos de esquivas estão favoráveis ao golpe adversário ()

D- Meus golpes passam por cima da esquiva de meu adversário ()

E- Meus movimentos condizem com meu tempo de treinamento ()

3- Táticas de Luta e Tomada de decisão

Durante o jogo na roda de Capoeira:



A- Eu consigo antecipar os prováveis movimentos adversários ()

B- Escolho o movimento certo para esquivar e/ou contra-atacar ()

C- Consigo realizar o contragolpe com rapidez e precisão ()

D- Ao surgir uma situação nova, consigo me adaptar sem alterar meu desempenho. ()

E- Ao perceber uma alteração repentina no movimento adversário, consigo alterar minha trajetória (velocidade de reação) ()

	Ministério da Educação Universidade Tecnológica Federal do Paraná Departamento Acadêmico de Educação Física – DAEFI Curso de Bacharelado em Educação Física	
---	--	---

APÊNDICE 2: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Termo de consentimento livre e esclarecido

Título da pesquisa: A PERCEPÇÃO DOS ALUNOS DE CAPOEIRA EM RELAÇÃO À METODOLOGIA DE *GAMES APPROACH*

Pesquisador: Thiago Weigert Stachevski – (41) 9924-3675 – thiagok93@gmail.com

Responsável: Prof. Dr. Gilmar Francisco Afonso – (41) 9825-3071 – gildoxyz@hotmail.com

Você está sendo convidado (a) para participar da pesquisa intitulada “A PERCEPÇÃO DOS ALUNOS DE CAPOEIRA EM RELAÇÃO À METODOLOGIA DE *GAMES APPROACH*”, sob responsabilidade do pesquisador THIAGO WEIGERT STACHEVSKI orientado pelo professor DR. GILMAR FRANCISCO AFONSO.

O objetivo desta pesquisa é comparar as metodologias de treinamento tradicional e “*games approach*” em alunos de capoeira.

A minha participação no referido estudo será no sentido de:



1. Realizar os exercícios propostos: treinamentos de capoeira.
2. Os exercícios serão: sequências de movimentos pré-determinados e descritos em plano de aula.
3. Você não terá nenhum gasto, e nem ganho financeiro por participar desta pesquisa.
4. Você terá de responder um questionário antes de iniciar as sessões, e um ao término das sessões de treinamento.

Confidencialidade: Em nenhum momento você será identificado. Os resultados da pesquisa serão publicados e ainda assim a sua identidade será preservada.

Entretanto, tendo como compromisso assumir a responsabilidade da utilização dos dados coletados, que serão destinados apenas para esta pesquisa. Os pesquisadores desta mesma forma assumem o compromisso da utilização dos dados conforme prescreve a ética profissional.

Riscos: Ainda que mínimo, o risco a que estarão sujeitos será de lesões, hematomas e luxações por se tratar de um treinamento. Na eventualidade de alguma ocorrência de acidentes, profissionais de Educação Física realizarão os primeiros socorros e encaminharão o aluno para o atendimento médico mais próximo (via SUS ou Convênio particular se houver).

Benefícios: De acordo com os resultados, a melhoria nas aptidões físicas serão notáveis ao final do processo. Desde aumento da flexibilidade, de força

	Ministério da Educação Universidade Tecnológica Federal do Paraná Departamento Acadêmico de Educação Física – DAEFI Curso de Bacharelado em Educação Física	
---	--	---

muscular e capacidades cardiorrespiratórias, até melhorias na memória, na saúde e redução de peso.

Critérios de inclusão:

- > Ter no mínimo 18 anos de idade
- > Ter no máximo 3 anos de treinamento, podendo ser de ambos os sexos
- > Assinar o Termo de consentimento livre e esclarecido.

Critério de exclusão: Serão excluídos os sujeitos que incorrerem nas seguintes situações:

- > Ao final, apresentar menos de 75% de frequência na intervenção

Você pode deixar de participar da pesquisa a qualquer momento sem nenhum prejuízo ou coação.

Uma cópia deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido ficará com você e qualquer dúvida poderá ser esclarecida pelo telefone (41) 9924-3675 ou e-mail: (thiagok93@gmail.com) a qualquer momento. Entrar em contato com (Thiago Weigert Stachevski).

Declaro que li este termo e todas as minhas dúvidas com relação a minha participação me foram esclarecidas.

Eu declaro ter conhecimento das informações contidas neste documento e ter recebido respostas claras às minhas dúvidas a fim da minha participação direta (ou indireta) na pesquisa e, adicionalmente, declaro ter compreendido o objetivo, a natureza, os riscos e benefícios deste estudo.

Após reflexão e um tempo razoável, eu decidi, livre e voluntariamente, participar deste estudo. Estou consciente que posso deixar o projeto a qualquer momento, sem nenhum prejuízo.

Nome completo: _____



RG: _____ Data de Nascimento: ____/____/____ Telefone: () _____

Endereço: _____

CEP: _____ Cidade: _____ Estado: _____

Assinatura do entrevistado: _____

Data: ____/____/____

	Ministério da Educação Universidade Tecnológica Federal do Paraná Departamento Acadêmico de Educação Física – DAEFI Curso de Bacharelado em Educação Física	 UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ
---	--	---

Eu THIAGO WEIGERT STACHEVSKI declaro ter apresentado o estudo, explicado seus objetivos, natureza, riscos e benefícios e ter respondido da melhor forma possível às dúvidas formuladas.

Assinatura do pesquisador: _____

Data: ____/____/____

Para todas as questões relativas ao estudo ou para se retirar do mesmo, poderão se comunicar com THIAGO WEIGERT STACHEVSKI ou via e-mail: thiagok93@gmail.com ou telefone: (41) 9924-3675.

Endereço do Comitê de Ética em Pesquisa para recurso ou reclamações do sujeito pesquisado: Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (CEP/UTFPR). REITORIA: Av. Sete de Setembro, 3165, Rebouças, CEP 80230-901, Curitiba-PR, telefone: 3310-4943, e-mail: coep@utfpr.edu.br

APÊNDICE 3: PLANOS DE AULA

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 1

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): “Não pode tirar uma mão do chão” – O objetivo desta aula é mudar as regras para que os alunos melhorem o tempo de reação e tomada de decisão.

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento 10' Andar utilizando 4 apoios pela sala aleatoriamente, depois brincadeira “pega-pega” com quatro apoios 5' Alongamento		
Parte Principal	30'	10' em duplas, os alunos jogam capoeira normalmente, porém, a todo momento uma mão deve estar no chão. Trocar duplas a cada 2-3 minutos 5' feedback, utilização do “questioning” e correções 10' volta a ser realizada a atividade com utilização das correções 5' feedback novamente		
Parte Final	15'	10' roda de capoeira com as regras impostas na parte principal. Ao retirar ambas mãos do chão, outra pessoa compra o jogo no lugar dela. 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar uma queda de rendimento técnico, pela dificuldade imposta

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 2

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): “2 contra 1” – O objetivo desta aula é mudar as regras para que os alunos melhorem o tempo de reação e tomada de decisão, além da melhor utilização do espaço.

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento geral 10' 5' Alongamento		
Parte Principal	30'	10' em trios e em fila, 2 dos alunos jogam capoeira normalmente. Inicia-se com o jogador do meio virado para um colega, ao comando quem estava no meio passa para a ponta, e quem estava na ponta passa para o meio e joga com a terceira pessoa e assim sucessivamente. 5' feedback, utilização do “questioning” e correções 10' volta a ser realizada a atividade com utilização das correções e com a dificuldade de quem está na ponta deve passar por debaixo do golpe e vir ao centro 5' feedback novamente		
Parte Final	15'	10' roda de capoeira jogando 2 contra 1, ao comando uma pessoa compra o jogo. Quem estava defendendo sai, e a pessoa que estava a mais tempo atacando, se defende. 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar diferentes estratégias, sejam de fuga, de golpes, ou de desvio de atenção, ou evitar um dos adversários.

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 3

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): “Movimentos pré estabelecidos” – O objetivo desta aula é mudar as regras para que os alunos melhorem a tomada de decisão e qualidade técnica dos movimentos

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento 10' Jogar capoeira sem realizar golpes, utilizando somente movimentação de roda, esquivas e fintas 5' Alongamento		
Parte Principal	30'	10' em duplas, vão jogar capoeira normalmente com esquivas liberadas, mas apenas com golpes rodados e suas variações. 5' feedback, utilização do “questioning” e correções 10' volta a ser realizada a atividade com a utilização de golpes livres, porém, pré-estabelecendo esquivas 5' feedback novamente		
Parte Final	15'	10' roda de capoeira jogando com apenas 3 golpes e 3 esquivas (com suas variações) determinados pelos alunos, de forma aleatória. Quem utilizasse de golpes ou esquivas que não estavam pré-determinadas, saem do jogo e outra pessoa compra. 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar uma maior atenção com a técnica dos movimentos no treino, mas na roda, a preocupação passou a ser para não errar

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 4

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): “Tirar lenço da cintura” - O objetivo desta aula é mudar o objetivo da capoeira, para que os alunos melhorem a tomada de decisão

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento 15' com movimentos e brincadeiras de agilidade, com e sem lenço na cintura		
Parte Principal	30'	10' em duplas, vão jogar capoeira normalmente buscando fazer movimentos de passagem para as costas 5' feedback, utilização do “questioning” e correções		
Parte Final	30'	25' Roda realizada com o objetivo de tomar o lenço do oponente. Ao perder o lenço, este dá a vez para quem está fora e com lenço comprar o jogo contra o “Vencedor” e assim sucessivamente 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar uma maior preocupação em relação ao lenço, e buscando jogar, mas sem se expor.

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 5

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): “Não encostar no companheiro/ou outra pessoa fora da roda” - O objetivo desta aula é mudar as regras tenham melhor noção do espaço da roda

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento 10' Jogar capoeira sem realizar golpes, utilizando somente movimentação de roda, esquivas e fintas 5' Alongamento		
Parte Principal	30'	10' em trios nos cantos das salas, duas pessoas jogam em um quadrado reduzido, enquanto o terceiro compra 5' feedback, utilização do “questioning”, correções e troca dos trios. 10' volta a ser realizada a atividade 5' feedback novamente		
Parte Final	15'	10' roda de capoeira com o espaço reduzindo conforme o tempo passa, com o objetivo de não encostar em ninguém. Ao encostar, dá a vez para quem está fora esperando para jogar 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar uma maior atenção com a técnica dos movimentos e muito cuidado para não tocar no oponente.

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 6

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): “Jogar 2x2 e 1x1 com 1x1” – O objetivo desta aula é mudar as regras para que os alunos ocupem o espaço da roda com mais eficácia

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento 10' Jogar capoeira sem realizar golpes, utilizando somente movimentação de roda, esquivas e fintas 5' Alongamento		
Parte Principal	30'	10' em quartetos, jogam capoeira normalmente com movimentos liberados, utilizando o mesmo espaço. 5' feedback, utilização do “questioning” e correções 10' volta a ser realizada a atividade com a utilização de golpes livres, porém, determinando “equipes” e jogando 2 contra 2. 5' feedback novamente		
Parte Final	15'	10' roda de capoeira jogando 2 contra 2 na mesma roda. Depois 4 jogando na mesma roda, porém, 1 contra 1 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar uma maior atenção com a movimentação e atenção nas esquivas

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 7

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): “Utilizar e não utilizar apenas as marcações no chão” - O objetivo desta aula é mudar as regras para que os alunos melhorem a tomada de decisão

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento 10' Utilizar das marcações para caminhar, saltar, correr e etc. 5' Alongamento		
Parte Principal	30'	10' vários pontos de fita crepe são colados na sala. O objetivo é jogar capoeira, sem tocar nesses pontos. 5' feedback, utilização do “questioning” e correções 10' volta a ser realizada a atividade.		
Parte Final	15'	10' roda de capoeira jogando sem encostar nas marcações. 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar que a atenção se volta muito aos pés, e pouco aos movimentos. Também é possível notar a uma “execução inversa”, ou seja, quando não se deve encostar nas marcações, os alunos as tocam e vice-versa.

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 8

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): 2 jogar em um quadrado/triângulo (aula 8 03/10)
 “Movimentos pré estabelecidos” – O objetivo desta aula é mudar as regras para que os alunos melhorem a tomada de decisão e qualidade técnica dos movimentos

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento 10' Jogar capoeira com variação de espaço e ritmo. 5' Alongamento		
Parte Principal	30'	10' Jogar capoeira utilizando de espaços disformes (sem a presença do círculo) 5' feedback, utilização do “questioning” e correções 10' utiliza-se de quadrados e triângulos para jogar 5' feedback novamente		
Parte Final	15'	10' “roda” de capoeira jogando dentro de um quadrado e/ou triângulo feitos dentro da roda 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar uma facilidade maior ao jogar em um triângulo, comparado ao quadrado.

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 9

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): “Golpeia quem tem o objeto” - O objetivo desta aula é mudar as regras para que os alunos melhorem a qualidade técnica dos movimentos e tomada de decisão

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento 10' Jogar capoeira com um aluno apenas golpeando e o outro apenas esquivando, alternando as funções 5' Alongamento		
Parte Principal	30'	10' em trios, dois jogam enquanto um terceiro joga um objeto no meio dos dois. Quem possuir o objeto tem o direito de golpear, enquanto o outro apenas defende, trocando as funções ao comando do professor. 5' feedback, utilização do “questioning” e correções 10' volta a ser realizada a atividade com a utilização da compra de jogo pelo terceiro componente. 5' feedback novamente		
Parte Final	15'	10' roda de capoeira com dois alunos jogando. E o objeto jogado no meio da roda pelo professor, utilizando da mesma regra da aula. Após é feito uma roda com compra, e quem entra pode golpear, enquanto o outro só defende. 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar certa confusão na hora de saber quem ataca e quem defende, se ajustando durante o jogo.

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 10

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): 3 Estações/Pontos (Bancos) – O objetivo desta aula é mudar as regras para que os alunos melhorem a tomada de decisão e qualidade técnica dos movimentos

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento 10' Jogar capoeira sem realizar golpes, utilizando somente movimentação de roda, esquivas e fintas 5' Alongamento		
Parte Principal	30'	10' em torno da roda possuem 3 bancos. Os alunos gingham em sentido horário, e ao passar em frente ao banco devem executar o movimento proposto. 5' feedback, utilização do "questioning" e correções 10' volta a ser realizada a atividade em duplas onde um realiza o movimento e o outro "defende" o banco. 5' feedback novamente		
Parte Final	15'	10' roda de capoeira jogando 2 contra 2 onde um deve fazer o movimento nos 3 bancos e outro deve impedir. Alternando as funções. Podendo ser inserida uma terceira pessoa para defender os bancos. 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar uma maior atenção aos bancos do que com movimentação. Se fazia necessária aumentar a movimentação para atrair os "adversários"

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 11

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): “4 setores” – O objetivo desta aula é mudar as regras para que os alunos melhorem a tomada de decisão e qualidade técnica dos movimentos

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento 10' Jogar capoeira em um espaço reduzido 5' Alongamento		
Parte Principal	30'	10' em duplas, cada uma é responsável por jogar utilizando um dos treinamentos realizados anteriormente. 5' feedback, utilização do “questioning” e correções 10' volta a ser realizada a atividade alternando os treinamentos, separando por setores na sala. 5' feedback novamente		
Parte Final	15'	10' roda de capoeira dividida em 4 setores. Onde os setores eram os temas das aulas 1,3 7 e 9 e com os princípios da 8. Ao comando, deve-se rotacionar para a próxima estação. Finalizando retorna ao final da fila, troca o parceiro e assim por diante. 8 pessoas jogam ao mesmo tempo. 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar grande prazer na feição dos alunos em lembrar os treinos melhores aceitos pela turma, em uma aula só. Uma atividade feita com muita atenção e dedicação para que tudo funcionasse.

PLANO DE SESSÃO

I. Modalidade: Capoeira

II. Aula: 12

III. Professor: Thiago Weigert Stachevski

IV. Tempo: 1 hora

Objetivo(s): “Disputa para pegar objeto e comprar o jogo” – O objetivo desta aula é mudar as regras para que os alunos melhorem a tomada de decisão e qualidade técnica dos movimentos

Parte Aula	Tempo	Atividade	Recursos Didáticos	Avaliação/ Observação
Parte Inicial	15'	Aquecimento 10' Com corridas e movimentos da capoeira aleatórios pela sala 5' Alongamento		
Parte Principal	30'	10' 2 pessoas jogam, enquanto uma faz um circuito de corrida antes de comprar. 5' feedback, utilização do “questioning” e correções 10' volta a ser realizada a atividade com a disputa entre 2 pessoas para decidir quem compra o jogo. 5' feedback novamente		
Parte Final	15'	10' roda de capoeira comum, no entanto, para decidir quem compra o jogo, é feita uma disputa fora da roda através de circuito. Pode ser feito circuito intelectual, de obstáculos ou mescla. 5' Feedback e volta calma/alongamento		Foi possível notar atenção às instruções e pesar pelo encerramento da intervenção.

ANEXOS

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: A PERCEPÇÃO DOS ALUNOS DE CAPOEIRA EM RELAÇÃO À METODOLOGIA DE "GAMES APPROACH"

Pesquisador: Gilmar Francisco Afonso

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 57342916.2.0000.5547

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.675.700

Apresentação do Projeto:

O presente projeto "A percepção dos alunos de capoeira em relação à metodologia de Games Approach" de orientação do professor Gilmar Francisco Afonso, tem como finalidade TCC do acadêmico Thiago Weigert Stachevski, visa utilizar a capoeira é um esporte cuja origem histórica é permeada por muitas dúvidas. Isso se deve ao fato de que há um déficit em evidências e muitas especulações sem embasamento teórico e científico. Um dos primeiros registros da capoeira oficializou a sua proibição e foi indicado no Código Penal brasileiro de 1890. Naquela época, a prática da capoeira, além de proibida, era muito marginalizada, o que explica, em parte, o preconceito que esta modalidade esportiva carrega, até os dias atuais (CÓDIGO PENAL DOS ESTADOS UNIDOS DO BRAZIL, 1890) A capoeira, como esporte, somente veio a ser legalizado em 1935, quando foi apresentada por Manoel dos Reis Machado, conhecido como Mestre Bimba, ao Presidente da República da época, Getúlio Vargas. Este legalizou a prática da capoeira em academias e derrubou o decreto do antigo Código Penal, citado anteriormente. Hoje, a capoeira representa o Brasil no mundo todo (MELLO, 2011) e é reconhecida internacionalmente pela Organização Mundial Das Nações Unidas como Patrimônio Imaterial Da Humanidade (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DAS NAÇÕES UNIDAS, 2014) o que a torna conhecida e praticada por pessoas do mundo todo. O processo de reconhecimento internacional, pela ONU,

Continuação do Parecer: 1.675.700

teve início em 15 de Julho de 2008, quando o Instituto de Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan) reconheceu a capoeira como Patrimônio Cultural Brasileiro e a tornou um Bem Cultural de Natureza Imaterial (LOBO, 2008) inscrevendo-a nos Livros dos Saberes e das Formas de Expressão (INSTITUTO DE PATRIMÔNIO HISTÓRICO E ARTÍSTICO NACIONAL, 2014). Seis anos se passaram, e a United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (Unesco), reconheceu, em Paris, no dia 26 de Novembro de 2014 a capoeira como Patrimônio Imaterial Da Humanidade (UNITED NATIONS EDUCATIONAL, SCIENTIFIC AND CULTURAL ORGANIZATION, 2014). O Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada prevê, com essas mudanças, melhorias não só na preservação e desenvolvimento da capoeira, mas também um maior respeito e melhores condições de trabalho aos profissionais da capoeira através da instituição de um Plano de Previdência para mestres com maior idade, o que incentiva a adesão de novos profissionais que pretendem trabalhar com a capoeira (INSTITUTO DE PESQUISA ECONÔMICA APLICADA, 2010). Inicialmente, a capoeira era ensinada exclusivamente em academias e era transmitida com metodologias muito similares, onde o professor é o centro do processo de ensino. Esse tipo de método de ensino se mostra muito comum na educação física e esportes como um todo como um todo e são passados de mestres para os alunos de forma natural (FREITAS, 2006). Aplicada na capoeira, essa metodologia se define, basicamente, em sequências de golpes pré-determinados pelo professor. Uma das sequências é demonstrada pelo professor, que, logo em seguida, é realizada pelos alunos de 4 a 6 vezes para ambos os lados. As correções são feitas a partir da auto-percepção que o aluno tem ao realizar em frente a um espelho (autocorreções e percepção do movimento) e com o feedback do professor. A utilização desse método para alunos iniciantes, em um primeiro contato, apresenta a modalidade de forma mais simples e amena. Em resumo, é como Behrens (2005) se refere à abordagem tradicional de ensino, a qual é baseada em: escutar, ler, decorar e repetir. Ou então como Freitas (2006) infere, que o cotidiano de muitos profissionais do esporte nada mais é do que a transmissão da informação e a repetição por parte dos alunos. Basta uma visita a algumas academias ou escolas de capoeira, para se notar dentro do processo de ensino e aprendizagem da capoeira a falta de um planejamento pedagógico de treinamento e didática (FREITAS, 2006). Dentro desse cenário, o que pode ser melhorado? Já que há diferentes metodologias de ensino e aprendizagem para a capoeira. Uma sugestão de mudança interessante para a modalidade é o games approach. Esta metodologia tem demonstrado ser muito eficiente em modalidades esportivas como o tênis (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM; ANDERSON, 2009), basquetebol (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM e MCGEE, 2007) e de futebol (AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM e SNOW, 2011), devido ao seu dinamismo e capacidade de adaptação.

Continuação do Parecer: 1.675.700

Trata-se de um método que coloca o aluno em situações reais de prática. Na expectativa de melhorar o processo de ensino e aprendizagem da capoeira, esta metodologia poderia ser muito bem aproveitada e poderia trazer bons resultados porque as sequências de movimentos são realizadas junto de um colega, o que facilitaria o aprendizado e desenvolvimento mútuo.

Hipótese:

Como hipótese, acredita-se que a metodologia do “games approach” melhore a auto-percepção os movimentos motores, as táticas de luta e a tomada de decisão, além de uma maior motivação dos participantes, partindo das respostas dos alunos.

Critério de Inclusão:

O aluno deve ter no mínimo 18 anos de idade, no máximo 3 anos de treinamento. Esse pode ser de ambos os sexos e deve ter assinado o Termo De Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE – Apêndice 1).

Critério de Exclusão:

Alunos com menos de 75% de frequência na intervenção.

Objetivo da Pesquisa:

Os autores colocam que:

O objetivo desta pesquisa é comparar as metodologias de treinamento tradicional e “games approach” em alunos de capoeira.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Os Autores colocam que:

Riscos: Ainda que mínimo, o risco a que estarão sujeitos será de lesões, hematomas e luxações por se tratar de um treinamento. Na eventualidade de alguma ocorrência de acidentes, profissionais de Educação Física realizarão os primeiros socorros e encaminharão o aluno para o atendimento médico mais próximo (via SUS ou Convênio particular se houver).

Benefícios: De acordo com os resultados, a melhoria nas aptidões físicas serão notáveis ao final do processo. Desde aumento da flexibilidade, de força muscular e capacidades cardiorrespiratórias, até melhorias na memória, na saúde e redução de peso.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Se apresenta relevante para área da Educação Física, subárea treinamento desportivo.

Endereço: SETE DE SETEMBRO 3165

Bairro: CENTRO

CEP: 80.230-901

UF: PR **Município:** CURITIBA

Telefone: (41)3310-4494

E-mail: coep@utfpr.edu.br

Continuação do Parecer: 1.675.700

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

O projeto atende as recomendações da Resolução 466/12.

Recomendações:

Não se aplica.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não se aplica.

Considerações Finais a critério do CEP:

Lembramos aos senhores pesquisadores que, no cumprimento das atribuições definidas na Resolução CNS nº 466 de 2012 e na Norma Operacional nº 001 de 2013 do CNS, o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) deverá receber relatórios anuais sobre o andamento do estudo, bem como a qualquer tempo e a critério do pesquisador nos casos de relevância, além do envio dos relatos de eventos adversos, para conhecimento deste Comitê. Salientamos ainda, a necessidade de relatório completo ao final do estudo. Eventuais modificações ou emendas ao protocolo devem ser apresentadas ao CEP-UTFPR de forma clara e sucinta, identificando a parte do protocolo a ser modificado e as suas justificativas.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_745795.pdf	23/07/2016 13:57:39		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	thiago_tcc.docx	23/07/2016 13:57:11	Gilmar Francisco Afonso	Aceito
Outros	thiago_tai.pdf	23/07/2016 13:55:43	Gilmar Francisco Afonso	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	thiago_tcle.docx	23/07/2016 13:54:42	Gilmar Francisco Afonso	Aceito
Outros	thiago_entrevista.docx	24/06/2016 17:47:17	Gilmar Francisco Afonso	Aceito
Outros	thiago_t cud.docx	24/06/2016 17:44:26	Gilmar Francisco Afonso	Aceito
Folha de Rosto	thiago_folha.pdf	24/06/2016 17:42:21	Gilmar Francisco Afonso	Aceito

Situação do Parecer:

Endereço: SETE DE SETEMBRO 3165

Bairro: CENTRO

CEP: 80.230-901

UF: PR Município: CURITIBA

Telefone: (41)3310-4494

E-mail: coep@utfpr.edu.br

Continuação do Parecer: 1.675.700

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

CURITIBA, 12 de
Agosto de 2016

**Assinado por: Frieda Saicla
Barros (Coordenador)**

Endereço: SETE DE SETEMBRO 3165

Bairro: CENTRO

CEP: 80.230-901

UF: PR **Município:** CURITIBA

Telefone: (41)3310-4494

E-mail: coep@utfpr.edu.br