**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

AMÓS GUSTAVO LOPES DE QUEIROZ

**MOTIVAÇÃO E ESTRESSE: PONTOS QUE COMPROMETEM O
RENDIMENTO DE ATLETAS DE VOLEIBOL PRÉ-COMPETIÇÃO**

**JOÃO PESSOA – PB
2008**

AMÓS GUSTAVO LOPES DE QUEIROZ

**MOTIVAÇÃO E ESTRESSE: PONTOS QUE COMPROMETEM O
REDIMENTO DE ATLETAS DE VOLEIBOL PÓS-COMPETIÇÃO.**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Educação
Física do Centro de Ciências da Saúde
da Universidade Federal da Paraíba
como requisito parcial para a obtenção
do grau de Licenciatura Plena.

Prof. Dr. Marcelo Fernando Bulhões Martins
Orientador

**JOÃO PESSOA – PB
2008**

AMÓS GUSTAVO LOPES DE QUEIROZ

**MOTIVAÇÃO E ESTRESSE: PONTOS QUE COMPROMETEM O
DESEMPENHO DE ATLETAS DE VOLEIBOL PÓS-COMPETIÇÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Educação
Física do Centro de Ciências da Saúde
da Universidade Federal da Paraíba
como requisito parcial para a obtenção
do grau de Licenciatura Plena.

Aprovada em ___ de _____ de _____

BANCA EXAMINADORA

Orientador - Prof. Dr. Marcelo Fernando Bulhões Martins
(Universidade Federal da Paraíba - UFPB)

Membro - Prof. Jorge Carvalho de Oliveira Junior
(Centro Federal Tecnológico da Paraíba- CEFET - PB)

Membro - Prof. Idebaldo Grisi
(Universidade Federal da Paraíba - UFPB)

**JOÃO PESSOA – PB
2008**

***"NUNCA DEVEMOS DESITIR APÓS
TER PERDIDO UMA BATALHA,
POIS A GUERRA CONTINUA".
(AUTOR DESCONHECIDO)***

A minha mãe Maria Lucia Lopes por ser esta grande mulher, cheia de amor e garra para lutar pelos seus filhos, por nunca deixar de acreditar em mim e por ser minha MÃE, as minhas amadas irmãs Ravena e Priscila por serem especiais para mim e me darem tantas alegrias com Pedro Henrique (sobrinho) e pelo grande homem que me inspirou Justiniano Dantas de Queiroz meu pai que hoje não pode partilhar desta alegria, mas sei que olha por mim.

Dedico

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente **a Deus** por ter me dado paz, saúde, espírito de paz nas horas de maior dificuldade na construção deste trabalho, por sempre estar ao meu lado me dando força.

A minha **mãe Maria Lucia** por ser esta mulher guerreira, batalhadora e determinada a querer sempre proporcionar a mim coisas boas e me mostrar o caminho da verdade, por ser minha MÃE. **Minhas irmãs Ravena e Priscila** por sempre estar ao meu lado nas horas de tristeza e de alegria por terem a paciência comigo nos momentos de brigas e por serem acima de tudo minhas IRMÃS. **Minha tia Lourdes** por ter me incentivado a prestar vestibular aqui em João Pessoa.

Ao meu orientador **professor Marcelo Fernando Bulhões Martins** por ter a paciência e disponibilidades para me ajudar a concluir meu trabalho.

Aos **professores das disciplinas de dança e ginástica de academia**, mostrando como um profissional deve ter amor por aquilo que faz e que só assim as coisas funcionam.

Aos **meus colegas de sala** por tudo que passamos juntos ou momentos de desespero ou de alegrias durante esses 4 anos de curso, enfrentamos muitas coisas juntos nunca me esquecerei de vocês.

Aos **professores da banca examinadora** que contribuíram para uma melhoria deste trabalho, com seus conhecimentos e opiniões.

A **todos os treinadores** que contribuem para o crescimento do esporte tanto na parte técnica como psicológica, fazendo assim um esporte saudável e bonito de se ver.

A **minha grande amiga Jaynara e sua mãe Virginia** pela disposição e paciência por eu estar todos os dias fazendo o meu trabalho na sua casa, pelo apoio moral.

Aos **meus amigos (Enéas, Rafael, Natan, Diego, César, Damásio, Vitor, Jeca e outros que foram lembrados mais se eu for mencioná-los não vai caber)** que sempre estiveram do meu lado nos momentos em que pensei em desistir.

Agradeço!

RESUMO

A presente pesquisa buscou investigar os aspectos relacionados com a motivação e estresse em atletas infanto-juvenil durante as olimpíadas escolares realizada na cidade de João Pessoa/PB. Através de uma abordagem qualitativa do tipo descritiva, utilizou se de análise de discursos feitos a partir de um questionário no qual estavam contidas 14 perguntas para identificação e interpretação das categorias e códigos. Foram entrevistados 45 atletas do sexo masculino de cinco estados (PB, RJ, AM, MG e ES). Com relação à motivação os códigos com maior percentual foram ser campeões com 68,88% da pesquisa e a união do grupo com 42,22% da mesma. Já em relação ao estresse os códigos mais citados foram os erros com 48,88% desse estudo e a autoconfiança com 20% dos casos e por ultimo a insatisfação dos indivíduos detectou apenas dois códigos que foram à desmotivação com 15,55% e a covardia de alguns atletas nas horas decisivas com 4,44%.

Palavras – chaves: motivação, voleibol, estresse

ABSTRACT

The present research searched to investigate the aspects related with the motivation and stress in infant-youthful athlete during the pertaining to school Olympiads ones carried through in the city of João Pessoa/PB. Through a qualitative boarding of the descriptive type, it used if of analysis of speeches made from a questionnaire in which 14 questions for identification and interpretation of the categories and codes were contained. 45 athletes of the masculine sex of five states had been interviewed (PB, RJ, AM, MG and ES). With regard to the motivation the codes with percentile greater had been to be champion with 68,88% of the research and the union of the group with 42,22% of the same one. Already in relation to it stress the cited codes more had been the errors with 48,88% of this study and the self-confidence with 20% of the cases and finally the dissatisfaction of the individuals detected only two codes that had been to the discourage with 15,55% and the cowardice of some athletes in the decisive hours with 4,44%.

Keys - word: motivation, volleyball, stress

1. INTRODUÇÃO

O voleibol caracteriza-se como um esporte coletivo com alta dependência, esporte criado meados 1896 por uma grande necessidade de uma prática esportiva menos cansativa, o voleibol ganhou espaço com o passar dos anos e tornou-se um dos esportes mais procurados tanto no amador com no alto rendimento. No Brasil este esporte vai crescendo a cada dia, isto por que começou um investimento com as categorias de base visando um futuro bem promissor, hoje em dia o voleibol do Brasil é o melhor do mundo, o Brasil possui o melhor centro de treinamento de voleibol, com atendimento aos atletas em todas as áreas necessárias para que estes atletas tenham o melhor desempenho durante as competições.

Ultimamente o que anda dando preocupação aos atletas e treinadores é a forma em que estes atletas se comportam diante de situações de estresse e motivacionais, isto é os treinamentos não estão apenas direcionados à parte técnica e tática como também a parte psicológica desses varias são as equipes que busca um acompanhamento psicológico, visto que hoje em dia se comprova cientificamente que o rendimento dos atletas está interligado ao seu componente psicológico. Assim toda equipe necessita de um acompanhamento psicológico.

A psicologia caracteriza-se como ciências da alma humana e o seu papel principal é o trabalho da mente, os aspectos psicológicos com estresse, ansiedade, pressão são capazes de atrapalhar toda uma performance de atletas, nos quais possuem uma mente comprometida com outros tipos de problemas e este não foram devidamente trabalhados. Segundo o psicólogo especialista em esportistas João Barreto, os dirigentes acham que psicologia é emergencial. Tem de ser feito um trabalho em longo prazo. Tanto atletas amadores como atletas profissionais sofrem como tudo isso, é o pode ter

acontecido com as duplas masculinas/feminina do Brasil , o peso da responsabilidade pelo favoritismo peso na reta final, levando essas duplas a resultados negativos.

Diante disso comenta a psicóloga do esporte Dra. Sandra Hallage Figueiredo “Estudos científicos comprovam que algumas variáveis como motivação, estresse, ansiedade, coesão de grupo, interferem no desempenho do atleta. Entretanto, parece que a importância dessas variáveis só é considerada quando algo dá errado. Geralmente a falta de conhecimento dos autores acaba, muitas vezes, simplificando um problema e colocando a culpa no psicólogo” a função do psicólogo é de observar o comportamento dos atletas e o ambiente em que este está envolvido, para desta forma ajudar no desempenho destes atletas.

De acordo com FRISCHNECHT (1990), ressalta que todas as atividades musculares intensas estabelecem relações de vivências emocionais, com isso, pode-se dizer que a tensão nas reações emocionais atinge sua máxima intensidade em situações de competições. Por isso que a preparação psicológica ganha um âmbito maior no período próximo ou até mesmo na competição. Já com atletas amadores isso não acontece, eles próprios que devem procurar soluções junto com os treinadores para um melhor desempenho.

Outra coisa que coloca medo entre outros fatores psicológicos é a mídia, pois através dela o atleta adquire sua fama ou seu fracasso, neste caso os atletas pressionados pela mídia, desenvolvem fatores psicológicos que prejudicam a sua imagem e o seu desempenho durante os eventos esportivos. É importante saber que quanto mais aumenta o estado de preocupação maior também será a tensão nervosa. Infelizmente, a excessiva preocupação a respeito da preparação para os treinos, mas apenas provoca ansiedade em elevado grau. Sendo assim, até mesmo o fato do atleta se preocupar com

as causas da ansiedade para sua performance, pode se tornar um a fonte adicional desta mesma ansiedade.

Nos atletas mais novos isso acontece com frequência, devido não passar por muitas experiências no âmbito esportivo, estes atletas sofrem por às vezes não saberem sair de determinadas situações na qual um jogador mais experiente e trabalhado saberia o que fazer. Focando especificamente em jovens atletas VIANA (1989), comenta que os pais podem ter uma influência importante na qualidade das experiências competitivas de seus filhos, no desenvolvimento do auto-conceito e do controle emocional. Por outro lado, podem pressionar os mesmos demasiadamente ao definirem seu prestígio e auto-imagem de adultos, em função dos êxitos e fracassos dos seus jovens atletas.

Estes jovens atletas demonstram sinais de grande ansiedade e se descontrolam com facilidade. Tais descontroles e sinais de ansiedade são evidências de que algumas etapas não se desenvolveram em suas respectivas épocas. Muitos são os casos de jovens atletas que mesmo ainda em fase inicial de aprendizagem, ainda que apresentem um crescimento acelerado, são incluídos entre os que estão a disputar um campeonato de alto nível, sem que efetivamente atingissem uma fase maturacional idéia para tanto, muitas vezes nem mesmo atingiram um nível adequado de aprendizado da modalidade para comporem quadros competitivos (DAMÁZIO, 1997).

1.2 PROBLEMATIZAÇÃO

Os aspectos psicológicos no esporte do alto rendimento são trabalhados tanto na parte de treinamento visando à competição com também na própria competição em si. Algumas vezes determinados atletas têm dificuldades nesta parte do treinamento, o que ocorre com freqüência nas equipes amadoras que não possuem acompanhamento de um psicólogo e geralmente quem realiza esta parte é o treinador/técnico que senão possuir conhecimentos adequados a cada caso, pode agravar em novos problemas sem ter solucionado os antigos. Assim quais os níveis de estresse e motivação que podem chegar a comprometer o rendimento de atletas de voleibol masculino, durante as olimpíadas escolares do ano de 2007?

1.3 OBJETIVO GERAL

Analisar a influência dos aspectos motivacionais e de estresse no rendimento de atletas de voleibol durante as olimpíadas escolares.

1.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar o perfil social dos praticantes de voleibol que participaram da pesquisa.
- Verificar os fatores positivos e negativos relacionados com a motivação e estresse
- Averiguar os fatores de insatisfação relacionados com os desempenhos desses atletas

2. REVISÃO LITERARIA

2.1 ASPECTOS HISTÓRICOS DO VOLEIBOL

Segundo fontes fornecidas pelo site da Confederação Brasileira de Voleibol(CBV), o voleibol teve origem em 1895, na cidade de Holyoke no estado de Massachusets, este esporte foi criado pelo diretor da ACM, devido uma necessidade da

época, já que naquele momento o esporte praticado por estes como atividade era o basquetebol, como este esporte era muito desgastante e um pouco perigoso, pois havia muito contato físico, houve a necessidade de encontrar um esporte menos cansativo e sem muito contato físico, então surgiu o voleibol.

O diretor da ACM (associação cristão de moços), Morgan criou minonette, este esporte que no futuro daria origem ao voleibol atual era praticado com uma camara de basquete e os praticantes separados por uma rede, esta estava a uma altura de 1,83 cm. Devido a bola praticada ser muito pesada, Morgan sugeriu uma bola menos pesada para o esporte, porque o minonette fazia o uso do braço e com uma bola muito pesada poderia acarretar em lesões.

O minonette até então estava restrito apenas a cidade em que foi criado, após uma conferencia entre professores de educação física, houve uma demonstração de como era jogado o novo esporte e a partir daí o minonette mudou de nome para voleibol, uma vez que a finalidade do esporte era lançar a bola por cima da rede de um lado para o outro e com as mãos. Após essa demonstração foram criadas algumas regras que sofreram modificações ao longo dos anos, afim de transformar o esporte mais atrativo.

De acordo com o histórico da CBV, o primeiro artigo surgiu em 1896, pela revista americana Physical Educacion e seu autor foi J.Y Cameron, neste artigo ele falava sobre o esporte e de como é praticado “O voleibol é um esporte novo, exatamente apropriado para o ginásio ou quadra coberta, mais que também pode ser praticado ao ar livre, pode ser jogado por qualquer número de pessoas. O jogo consiste em conservar a bola em movimento sobre a rede alta, de um lado para o outro”. Percebe-se através desse artigo que não existia regras para o limite de atletas participante, que não acontece

atualmente, devido o numero de atletas participante serem 12 e apenas 6 entram em quadra.

Outra questão que é observada com relação as regras do inicio é as medições da quadra, as primeira medidas era de 15,35m de comprimento por 7,65 de largura. A rede tinha uma altura de 1,98m para ambos os sexos, a bola tinha sofrido uma pequena modificação era feita de uma material de borracha menos pesado que a camara de basquete e possuía uma circunferência de 6,75cm com peso igual a 255 a 340g. Com toda essa evolução o voleibol começou a ser disseminado por outros países, na America do sul chegou em 1910 no Peru, através de uma missão para organizar a instrução primaria deste país.

Mesmo com esse intercambio no peru, não foi suficiente para espalhar o esporte por outros países da America do sul, foi então através de um incentivo no Uruguai que foi introduzido a semente para no futuro ver o crescimento do esporte por todo o mundo. No Brasil o voleibol ficou conhecido segundo alguns arquivos, através do Colégio Marista do Recife no ano de 1915, mas outros arquivos comentam que surgiu mesmo através da ACM de São Paulo por volta de 1917.

Outros acontecimentos vieram na sequência, foi realizado o primeiro campeonato sul-americano em que o Brasil foi campeão tanto no masculino como também no feminino, este evento foi realizado pela Confederação Brasileira de Desportos que era a entidade que estava a frente do voleibol brasileiro na época, a federação internacional foi criada a partir de 1947 na cidade de Paris. Em setembro de 1962, foi realizado o congresso de Sofia, este foi de fundamental importância para a inclusão do voleibol no programa olímpico de Tóquio, o Brasil fez sua participação no masculino apenas, o feminino só participaria da olimpíada em 1980, na antiga URSS.

2.2 EVOLUÇÃO DO VOLEIBOL NO BRASIL

O voleibol no Brasil teve início em 1915 em Recife segundo alguns autores e em 1917 de acordo com outros em São Paulo, o voleibol no Brasil apareceu de forma precária, devido ser um esporte novo e também por que a grande paixão nacional era o futebol, o voleibol enfrentou diversas barreiras até chegar ao patamar de hoje. Com início bastante conturbado devido a falta de investimento e de patrocinadores o Brasil só participou de sua primeira olimpíada em 1964. Os atletas brasileiros viajavam para participar de competições em condições difíceis, uma vez que tinham que abandonar os seus trabalhos para competir devido o voleibol da época não ser profissionalizante.

Com o surgimento de competições nacionais o voleibol brasileiro começou a ser difundido por os demais estados e em 16 de agosto de 1954 foi fundada a confederação brasileira de voleibol, a confederação em junção com as demais federações ficou responsável por planejar e realizar competições e os calendários esportivos. Segundo a CBV, o primeiro campeonato brasileiro de voleibol foi realizado em 1944, com a participação de seis equipes masculinas e seis femininas, sendo Minas campeão no feminino e São Paulo no masculino.

O Brasil passa a ser reconhecido internacionalmente quando no mundialito realizado no Brasil, os brasileiros conseguem vencer a equipe da Rússia e ficar com o título, a partir desse episódio, o voleibol só teve crescimento, nas olimpíadas de 1984 Los Angeles o Brasil conseguiu fazer a final contra os Estados Unidos, ficando com a inédita medalha de prata, depois desse acontecimento a confederação começou uma incansável luta por investimentos ainda maiores, como cursos para treinadores, viagens internacionais. Depois o Brasil conseguiu repetir a sua boa atuação em Barcelona 92 e provou que só com o investimento é que se possui o sucesso.

Hoje o voleibol brasileiro é referência mundial, depois da fundação do Centro de Desenvolvimento de Voleibol, criado na cidade de Saquarema onde possui todas as

áreas de atendimento aos atletas, o Brasil tem sido visto de maneira diferente, com realização de campeonatos importantes, com foi o Panamericano e a liga Mundial, o Brasil passou a liderar o Rankin Mundial , tudo por que começou a analisar e dar mais atenção as categorias iniciantes.

A TÉCNICA DO VOLEIBOL: FUNDAMENTOS

Os jogos desportivos coletivos são tipo de destreza que se relacionam com atos motores utilizados na busca de solucionar problemas durante a prática de determinados esportes. Essas habilidades são utilizadas de acordo com as necessidades apresentadas por seus praticantes, o que caracteriza-se como adaptativas, já que com o período estes praticantes vão conhecendo o que é necessário para a prática do esporte, esta adaptação tem que estar em harmonia com o tempo e espaço devido a parte técnica vim sofrendo as alterações e tornando o esporte mais atrativo.

No processo de formação é necessário que esses atletas dominem essas habilidades, já que os mesmo passaram por determinadas situações em que ele mesmo tem que encontrar as respostas para determinadas situações. No voleibol existem seis técnicas que são elas: Saque, Passe, Levantamento, Ataque, Bloqueio e Defesa.

Saque

O saque consiste na primeira forma de uma equipe conquistar o ponto, o saque tem por finalidade provocar o erro da recepção das equipes adversária e conquistar o ponto sem muita resistência, este fundamento tornou-se a principal arma das equipes devido a sua evolução uma vez que um saque bem efetuado pode evoluir para um ponto direto ou ate pode obrigar a equipe a não trabalhar jogadas de forma eficiente. Segundo CRISÓSTOMO (2005), com a evolução do saque obrigou as equipes a treinarem mais a recepção, hoje o que se observa durante jogos de voleibol, é equipes sempre forçando o

saque para que seja oferecido mais trabalhos aos adversário e menos a equipe que realizou o fundamento.

Hoje em dia existem diversas técnicas de saque:

Saque por baixo: determina a forma de como o praticante vai realiza-lo, com a bola abaixo da cintura, este tipo de saque é muito comum para iniciantes por não possuir lançamento, o que torna o controle da bola mais fácil. Existem quatro fases importantes.

Apoio do corpo no pé de trás: A perna que esta atrás dará ao atleta a base necessária, já que esta será a perna de apoio, fundamental para um saque bem realizado.

Balanço do braço para entrar em conto com a bola: este balanço é feito para o atleta adquirir certa distancia da bola, proporcionando assim certa velocidade ate o contato com a mesma.

Abaixamento da mão não dominante: A mão que não tocara a bola no momento do saque é caracterizada de mão não dominante do atleta, esta terá a função apenas de segurar a bola ate o momento do contato da mão que realizara o saque(mão dominante), então momentaneamente a outra que segurava a bola recuara para baixo.

Continuação do movimento: Ao final do movimento do saque o pé e a mão dominante devem estar em total extensão, assim proporcionando direção da bola e caracterizando o movimento.

Saque flutuante: saque sem peso, no qual a bola que aparentemente vem de forma acessível ao passe, devido a resistência cai rapidamente e caso o passador não perceba isso pode acarretar em erro.

Saque viagem: saque que possui mais velocidade e pequeno tempo de reação do passador, este tipo de saque é feito com o lançamento da bola a frente do sacador e um salto para tocar a bola o mais rápido possível.

Manchete:

A manchete é na teoria o segundo fundamento realizado, após o saque numa partida de voleibol, a manchete ou recepção é considerado um fundamento bastante essencial para a formação de uma jogada, uma vez que com uma recepção bem feita o levantador tem a capacidade de fazer com que o ataque de sua equipe, seja feito com muito mais eficiência e transforme-se em ponto.

A manchete é bem realizada em posição agachada com os joelhos num ângulo de 90 graus e os braços em extensão, este fundamento tem recebido bastante atenção dos técnicos das equipes, pois com a evolução do saque, será necessário um maior domínio da recepção afim de que esta seja a mais perfeita possível com a finalidade de retirar o saque da equipe adversária.

O técnico da seleção brasileira infanto-feminina ANTÔNIO RIZZOLA (2003), afirma que o sucesso do ataque está interligada a recepção do saque o que definirá o ataque da equipe e a velocidade do jogo, isto quer dizer que com uma recepção bem realizada torna-se mais fácil a equipe definir o que vai fazer em relação à velocidade das jogadas e até mesmo as próprias jogadas, o que não aconteceria com uma recepção sem muita precisão que deixa o levantador sem opções de jogadas, facilitando o bloqueio adversário.

A manchete ganhou muito espaço com a evolução do esporte, antes vista apenas como foi defensiva, pois os tipos de saque não eram tão eficientes como em dias atuais, hoje em dia a manchete é considerada um fundamento básico e específica que merece uma atenção maior em partes nos estudos por ter uma maior solicitação durante as partidas e por ser parte que integra o desenvolvimento motor dos atletas. Segundo VELASCO (1996), o receptor deve ter como principal característica uma superfície de apoio, colocando e enfatizando a habilidade espaço-temporal, mas o problema não é tanto pelo deslocamento e sim entender e avaliar bem a trajetória da bola. observam-se

que, o importante para a realização de uma manchete não é apenas a percepção de espaço e tempo, como também a trajetória da bola, o atleta que tem essa visão consegue realizar uma recepção como melhor qualidade.

Toque

O toque é o fundamento responsável para a realização do ataque, pois através do levantamento, o jogador do ataque, consegue realizar esta função com maior e melhor precisão. O levantador tem a função de proporcionar a melhor forma para que o atacante fique livre de barreiras adversárias, como o bloqueio e a defesa. O toque se faz da seguinte maneira, com as mãos acima da cabeça, os dedos abertos, com os braços e joelhos semi-flexionados. O levantador é considerado um dos elementos principais da equipe, pois é através dele que saem todas as jogadas. O protagonista da construção do ataque é o levantador, que coordena o jogo ofensivo (Moutinho, 1993).

Existem diversos tipos de levantamentos, desde dos mais simples até os mais complexos:

Levantamento de toque: o levantamento de toque é o mais comum, pois o levantador tem mais domínio sobre a bola e determina a velocidade com que se trabalha as jogadas.

Levantamento de manchete: levantamento mais utilizado, quando o passe não chega em boas condições para o levantador trabalhar da melhor forma possível.

Levantamento em suspensão: esse tipo de levantamento é o que se vê com mais frequência em equipes de alto rendimento, por ser um tipo de levantamento mais preciso, esta técnica permite o levantador ludibriar com o bloqueio adversário, devido o contato com a bola ser feito ainda no ar.

Bola de segunda: utilizada pelo levantador para surpreender a defesa adversária, momento em que os levantadores mais pontuam. Segundo José Roberto (2004), o levantador é a alma de uma equipe.

Ataque

O ataque é o terceiro fundamento realizado numa disputa de pontos normal, parte ofensiva das equipes tem por finalidade por a bola em quadra adversária e conquista o ponto sem a maior resistência, é a forma mais agressiva de conseguir um ponto direto, fundamento plástico no qual o atacante mostra todas as etapas necessárias para realizar este fundamento de forma bem sucedida.

Bloqueio

Consiste na primeira forma defensiva das equipes, já que a função do bloqueio é parar o ataque adversário assim evitando o ponto. O bloqueio pode se tornar ofensivo quando o mesmo faz com que a bola volte e caia na quadra do adversário que realizou o ataque. Segundo CRISÓSTOMO (2005), o bloqueio possui três fases que são:

Fase preparatória: Em pé frente a rede com os braços levantados na linha dos ombros e semiflexionados, com as palmas das mãos viradas para a rede, com os pés ligeiramente afastados na linha do ombro e joelhos retos.

Fase de execução: no momento do ataque o bloqueador salta com as pernas e braços em extensão, e espera o impacto da bola nas mãos, pois caso o bloqueador toque na bola antes do atacante é considerado uma infração, para assim flexionar as mãos evitando assim que seja explorado.

Fase de aterrissagem: após ter sido realizado o bloqueio, o jogador volta ao solo de forma equilibrada, amortecida e sempre de olho na bola a fim de evitar que esta caia no seu campo.

O bloqueio passou a ser trabalhado com muito frequência devido a evolução das jogadas e dos saque, este fundamento tem um fator decisivo em equipes de alto rendimento, devido a sintonia que se faz com relação a defesa.

Defesa

A defesa segundo CRISÓSTOMO (2005), consiste em um conjunto de técnicas que tem por objetivo evitar que a bola caia na quadra após o ataque do adversário. Existem algumas ações específicas que caracteriza este tipo de fundamento:

Rolamentos: Os rolamentos são realizados para evitar as possibilidades de contusão, os rolamentos são realizados com o braço que ira evitar que a bola toque o chã em extensão e o corpo será lançado por cima do ombro. Os rolamentos são mais observados em equipes femininas, pois este tipo de defesa não prejudica a parte superior das mulheres.

Peixinhos: O jogador lança-se no ar, para evitar que a bola toque a quadra e termina a fase de queda com o abdômen no chão, é mais comum no masculino, por terminar o movimento usando todo o apoio do abdômen.

2.4 HABILIDADES TÁTICAS

São partes estratégicas criadas para o desenvolvimento das equipes durante um jogo ou uma competição na busca pela vitória, a equipes que tiver melhor habilidade tática sairá com a vitória.

Para RIZOLA (2003) a parte tática de uma equipe é criada em função das outras equipes, sendo avaliados os pontos fracos e fortes de determinada equipe, uma tática pode ser usada novamente em outro jogo desde que a equipe adversária possuía as mesmas características da equipe em que esta tática foi usada. No voleibol atualmente as equipes possuem mais tecnologias, sendo possível determinar as características de

um jogador no momento em que este entra em quadra, facilitando a vida de técnicos e atletas, uma vez que os treinos serem direcionados a tal equipe. Os sistemas táticos no voleibol variam de equipe para equipe:

Contra equipes asiáticas, a maioria das equipes joga com meio avançado e paciência, devido elas não serem tão altas então não vai existir muito as bolas exploradas e defenderem muito. O bloqueio ofensivo, pois a maioria das bolas estas equipes exploram e saque curtos a fim de tirar a agilidade destas jogadoras.

Contra equipes européias por terem características físicas mais avantajadas, as equipes adversária usa-se como táticas trabalho de ataque com bolas rápidas, evitando o forte bloqueio destas equipes, saques forçados, bloqueio defensivo, pois se caso use o bloqueio ofensivo, algumas bolas serão atacadas por cima do mesmo.

Outras táticas utilizadas são relações bloqueio – defesa esta relação tem que estar sempre em harmonia, a fim de deixar o menor espaço possível para a bola não cair e neutralizar o ataque adversário. Saques forçados, curtos, longos, sem peso. Levantamentos rápidos, só em suspensão, invertidos. Em um jogo um dos jogos da final da superliga feminina de 2001/2002 a equipe de Osasco, decidiu usa de uma tática de saques curtos, eliminando assim a maioria das jogadas rápidas do Minas, já que estas jogadas eram o ponto forte de minas, terminando assim o Osasco com a vitória e levando a decisão para o terceiro jogo.

2.5 MOTIVAÇÃO

Para iniciamos o conteúdo sobre motivação é necessário sabermos o significado desta palavra. Segundo Bergamini (1997), a origem da etimologia do termo motivação deriva da palavra movere, que significa mover, ou seja, denota a ação. Este assunto é

bastante complexo na psicologia do esporte. Para Birch e Veroff (1970), menciona a motivação como um complexo estudo em busca de explicações dos mais intrincados mistério do ser humano.

2.5.1 ASPECTOS CONCEITUAIS DA MOTIVAÇÃO

A psicologia do esporte tem como papel investigar, como estudo científico, as causas e efeitos dos processos psíquicos que acontecem com o indivíduo mediante uma atividade física. Portanto, a psicologia tem como objetivo estabelecer critérios básicos da relação entre o psíquico e o meio ambiente. A motivação é um destes aspectos a ser investigado (MACHADO, 1997).

No nosso cotidiano é necessário e importante termos estímulos para realizarmos algo. Nos esportes coletivos não é diferente, especificamente no voleibol não é diferente, pois precisamos de subsídios que nos estimule a procurá-lo e, em seguida, manter-nos treinando. Esses estímulos são designados de motivo, que levam o indivíduo a realizar determinada atividade. Segundo Vaneke e Cratty apud Machado (1997), o motivo é definido como um fator interno, que dá início, dirige e integra o comportamento de uma pessoa é a motivação, permitindo um maior envolvimento ou uma simples participação.

A motivação é definida como um processo que leva os indivíduos a uma ação ou inércia em diversas situações. Este processo pode ser ainda o exame das razões pelas quais se escolhe fazer algo, e executar algumas tarefas com maior empenho que outras (CRATTY, 1984). Entretanto MAGILL (1984) menciona a motivação como causa de

um comportamento. O mesmo conceitua motivação como uma determinada força interior, impulso ou uma intenção que leva uma pessoa a fazer algo ou agir de certa forma.

Para SAMULSKI (2002), a motivação é entendida como sendo a totalidade daqueles fatores, que impõe a atualização de formas de comportamento dirigida a uma determinada finalidade, ou seja, objetivo. O mesmo autor, ainda ressalta que “a motivação é caracterizada como um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, o qual depende dos fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos)” (2002, p. 103).

É importante mencionar que os indivíduos escolhem suas atividades físicas e esporte de tal modo, que participa deste com determinado grau de competição sendo influenciadas por experiências primitivas ou acontecimentos, situações e pessoas mais recentes (CRATTY, 1984).

Segundo Maslow apud Bulhões (2005), pode-se considerar que a motivação está relacionada com a existência de alguma necessidade. As necessidades estão inseridas em duas categorias: motivos primários (inatos) sendo este de caráter orgânico e fisiológico e motivos secundários (adquiridos) de caráter pessoal e social. Essa diferenciação é fundamental para entender a psicologia da motivação em toda sua extensão. Pode-se dizer que os motivos primários são comuns a todas as espécies e os secundários, embora também presentes em muitas espécies inferiores, parece ser patrimônio da espécie humana.

2.5.2 TEORIAS DA MOTIVAÇÃO

Dentre varias teorias do comportamento humano, certamente uma das mais abordadas seja a do psicólogo Abrahm Maslow, conceituado como um dos maiores estudiosos a respeito da motivação.

Os psicólogos reconhecem que a necessidade tem uma determinada prioridade, de maneira que as necessidades primarias são satisfeitas, e os indivíduos buscam satisfazer as necessidades secundarias de maior nível. Portanto, Maslow apud Bulhões (2005), dividiu a hierarquia das necessidades em cinco níveis:

Necessidades físicas básicas (primarias): Relacionada à sobrevivência. O individuo necessita de alimentos, água e abrigo que são essenciais para a sobrevivência e assumem um papel importante para a satisfação destas necessidades.

Necessidades de proteção e segurança (primarias): fundamentalmente, está relacionado com a necessidade de proteção, ou seja, está livre do medo do perigo.

Necessidades sociais: o individuo tem a necessidade de participar de grupos socialmente constituídos e de ser reconhecido por estes.

Necessidades de estima e status: as pessoas precisam ter receber e transmitir sentimentos, e necessita-se de sentir interiormente que é uma pessoa valiosa. Está necessidade é baseada na busca da autoconfiança e status social.

Necessidades de atualização de si mesmo: é a potencialidade de cada individuo de fazer o que é capaz e o que deve ser feito. Está necessidade é a mais complicada de determinar, pois, são poucas as pessoas que se dedicam a pensar o que deve ser feito. Na medida em que se formam as pessoas jovens e o conhecimento de si mesmo e de suas capacidades, estes encontram suas vidas desafiantes e eternamente satisfatórias.

2.5.3 MOTIVAÇÃO INTRINSECA E EXTRINSECA

Como já foi dito anteriormente, a motivação depende dos fatores pessoais e situacionais. Segundo Samulski (2002), os fatores pessoais caracterizam-se pelos determinantes internos (intrínsecos), ou seja, desempenho estimulado pelo interesse na própria tarefa. Os determinantes externos ou extrínsecos, que são fatores situacionais, são compostos de incentivos (elogios, dinheiro e reconhecimento social) e dificuldades (sendo tarefas muito fáceis ou tarefas difíceis).

2.5.4 MOTIVAÇÃO E ATIVIDADE FÍSICA

A educação física como pratica educativa, tem um papel importante em relação ao desenvolvimento pessoal e sobre o aspecto social. Esta tem como objetivo a formação da personalidade do aluno através da atividade física. Esta educação física atua na parte mais profunda da personalidade onde se formam os interesses e pensamentos (MACHADO, 1997)

Cratty (1984), em seus estudos, colaborou distinguindo dois tipos de efeitos da motivação, sendo um positivo e outro negativo. O negativo é caracterizado quando se apresenta de forma não-educativa, ocasionando perturbações á personalidade da pessoa, devido a castigos ou ameaças, levando os indivíduos a se tornarem violentos, covardes, tímidos e outros aspectos. E o efeito positivo da motivação está relacionado com os recursos que incentivam a potencialidade do ser humano, despertando para o crescimento mediante aos elogios, palavras de apoio e demonstração de encorajamento.

2.6 ESTRESSE

Estresse é um termo que demonstra irritação ou sensação de desconforto, mas estresse tem o seu lado positivo e negativo, o estresse pode ser responsável pelo bom desempenho de um atleta durante sua fase de treinamento. Mais o que significa realmente a palavra estresse. O estresse pode ser fator da falta de vontade de treinar e da redução da motivação pelos mesmos, pois uma vez que um treinamento não é planejado devidamente este pode se torna exaustivo gerando sensação de cansaço.

Para Munomura e Caruso (1999), o termo em si quer dizer pressão, insistência, e estar estressado quer dizer que estar sob pressão, ou estar sobre a ação de estímulos insistentes do próprio estresse.

Segundo Coelho e Coelho (1999), mais importante que a preocupação com os efeitos do estresse, em competição desportiva é a desistência dos participantes e a rejeição de se envolverem em qualquer atividade física futura.

2.6.1 ESTRESSE NO ESPORTE

O estresse no esporte está relacionado às situações de treinamento, isto porque, para ser ter sucesso e/ou reconhecimento, o atleta terá que alcançar uma performance satisfatória e com isso fazer parte de uma equipe. Mas para que ele possa mostrar o que treinou, ele terá que estar jogando e para isso é preciso que ele treine ainda mais, cada vez mais melhorando sua performance.

Com isso este atleta conviverá com mais situações de estresse do que o normal. Estas situações dependendo do grau de intensidade podem diminuir ou aumentar o seu rendimento. Saber lidar com tais situações é um dos atributos fundamentais para o atleta obter o desempenho desejado.

Jones e Hardy (1990) citado por Rose Jr. (1997), afirmou que o esporte competitivo, não é simplesmente o produto de fatores fisiológicos e biomecânicos, mas também de aspectos psicológicos e que estes tem um papel fundamental no desempenho do atleta.

Já Levi (1981), é entendido como a totalidade das reações de adaptações orgânicas, as quais objetivam a manutenção ou restabelecimento do equilíbrio interno e/ou externo. Do ponto de vista psicológico, o estresse é relacionado com a ativação das funções cognitivas e é compreendido em geral no sentido de uma exigência psíquica ou uma atividade mental.

3. METODOLOGIA

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

A presente pesquisa trata-se de uma abordagem qualitativa, em que Richardson (1999), ressalta que este método de investigação é caracterizado como tentativa de um entendimento detalhado dos significados e características situacionais apresentados pelos entrevistados, onde o pesquisador é a ferramenta chave.

Esta pesquisa é do tipo descritivo onde se utilizou a análise do discurso para a inferência e interpretação dos dados coletados. Neste aspecto o discurso é abordado por Chamarelli (2007) como a utilização do uso da língua presente no texto, materialmente pertinente às intenções dos falantes, por isso, a intencionalidade não existe como uma condição “psicológica pura” para a existência do discurso.

3.2 SUJEITO DA PESQUISA

Este estudo foi realizado com 45 atletas da categoria infanto-juvenil, com idades entre 15 à 17 anos, durante as olimpíadas escolares, foram escolhidos cinco estados (PB, RJ, AM, ES e MG), de diferentes regiões para ter uma base da forma em que são trabalhados os atletas. Os sujeitos da pesquisa foram selecionados de acordo com a sua classificação na edição anterior da mesma competição.

3.3 INSTRUMENTO DE INVESTIGAÇÃO

O instrumento utilizado nesta pesquisa foi a técnica da entrevista, utilizando-se de um questionário que foi aplicado após os jogos das equipes entrevistadas elaborado pelo próprio pesquisador. Segundo Gil (1994) apud Queiroga (2007), a entrevista é uma forma de interação social, onde é estabelecido um diálogo, em que uma das partes busca coletar as informações necessárias, e a outra se apresenta como fonte de informações.

Com relação ao questionário, este era composto por 14 questões que envolvia aspectos motivacionais, estressante e de insatisfação.

3.4 PROCEDIMENTOS PARA COLETA DE DADOS

Os procedimentos para as coletas dos dados foram realizados em um período de 4 dias (14 a 18 de novembro de 2007) no ginásio de esporte do SESC centro, os dados eram coletados após o jogo e uma equipe era escolhida para responder as perguntas. Primeiramente era pedida autorização dos técnicos para que seus atletas fossem liberados. A participação dos entrevistados foi de forma voluntária, onde os alunos optavam em participar ou não da pesquisa. Os atletas ficavam um pouco distante do outro para que não houvesse influência nas respostas e assim não haveria uma alteração nos resultados.

Os materiais utilizados no decorrer da pesquisa foram 10 pranchetas para que não sujassem ou amassassem o questionário, 10 canetas para que os atletas pudessem responder o questionário de forma mais rápida, uma vez que estes teriam que voltar para o hotel assim que acabará o jogo. Ao terminar a entrevista agradecia-se aos treinadores pela compreensão de liberarem os seus atletas para realização desta pesquisa.

3.5 ANÁLISE DOS DADOS

Os dados foram coletados por meio de instrumentos de investigação e analisados por dados, utilizando de referência teórica da pesquisa qualitativa com base na análise do discurso. A pesquisa qualitativa busca desvelar os valores, as crenças, as representações, as opiniões, hábitos, atitudes, e usualmente é empregada para que o pesquisador compreenda os fenômenos caracterizados por um alto grau de complexidade interna do fenômeno pesquisado (MARQUES apud QUEIROGA, 2007). A análise do discurso é uma técnica da pesquisa qualitativa que permite observar a variedade de interpretações que somos capazes de fazer, graças aos recursos da linguagem. Através da dinamicidade do discurso e da sua relação intertextual com outros discursos, somos capazes de identificar códigos, e de reformular, produzir ou formular idéias relacionadas com aspectos sociais, históricos e culturais (SOARES apud QUEIROGA, 2007).

Neste discurso procuramos destacar as categorias e códigos que se relacionam com os aspectos motivacionais, estressante e insatisfatório que levam ao comprometimento do rendimento desses atletas de voleibol durante a competição em questão.

4. ANÁLISE E DISCURÇÃO

PERFIL SOCIAL

A categoria *perfil social* neste estudo tratou em pesquisar a idade, estado de residência dos sujeitos a fim de obter uma melhor caracterização dos atletas e analisar com isso o nível de motivação e estresse que podem ser desenvolvidos por estes.

Idade dos praticantes

QUADRO 1

IDADE	QUANTIDADE DE PARTICIPANTES	PORCENTAGEM (%)
15	2	4,44%
16	14	31%
17	29	64,44%

Fonte: questionário/2007

A partir da análise dos dados inerentes a esse quadro, podemos observar que a maioria dos praticantes encontrava-se nas faixas etárias de 17 anos. Desta forma podemos dizer que as olimpíadas escolares possuíam atletas na maioria infanto-juvenil, com apenas dois atletas infantis (15 anos).

Estado dos participantes

QUADRO 2

Estados	Números de participantes	Porcentagem (%)
Paraíba	9	90%
Rio de Janeiro	10	100%
Amapá	9	90%

Espírito santo	8	80%
Minas gerais	9	90%

O gráfico acima representa os estados dos indivíduos entrevistados, assim tomar como base de como é o apoio dos colégios participantes das olimpíadas escolares, uma vez que o máximo de jogadores foi trazido pelo estado do rio de janeiro com 100%.

2. ESTRESSE

Os códigos referentes ao *estresse* têm a finalidade de mostrar como os atletas se comportam antes durante e após uma partida de voleibol durante as olimpíadas escolares (2007). Para Samuski et al (1996) citado por Munomura & Caruso (1999) da mesma forma que ocorre com os aspectos físicos, o bem-estar psicológico pode variar de acordo com os fatores envolvidos na prática, como o ambiente, o instrutor e com o próprio sujeito.

QUADRO 3: ESTRESSE.

Códigos	Número de ocorrências	Porcentagem (%)
Erros	22	48,88%
Nervosismo	3	6,66%
Inculcado por outrem	2	4,44%
Falta de atenção	8	17,77%

Fonte: Questionário/2007

Os códigos acima estão relacionados com o estresse, onde podemos observar que as duas maiores causas relacionadas a este fator são os *erros* com 48,88% dos casos e encontramos a *falta de atenção* com 17,77% dos resultados da experiência. Assim com um estudo recorrente pode-se perceber a influência deste gênero no desempenho dos atletas. Podemos notar que os fatores de estresse pré-competitivo foram realmente os

mais citados na experiência pelos atletas isso mostra uma preocupação dos mesmos nas competições.

2.2 ERROS

O código referente ao desenvolvimento dos *erros* no esporte (com 48,88% de ocorrências) é caracterizado por uma insegurança do atleta, durante o jogo ou campeonato ou ainda por um medo de ariscar algo e dar errado, acarretando em uma bronca do técnico. Para Miller et all (1990) citado por Rose Jr. (1997), atletas sob muita pressão tendem a ter menor controle sobre suas próprias ações e atividade, incluindo o seu desempenho esportivo. Desta forma os relatos dizem que:

“Quando ninguém quer jogar” (Suj. 23).

“Quando erra uma coisa em que treinamos mais, ou por bolas fáceis que caem” (Suj. 21).

“Ver o time apático e não querendo competir”. (Suj. 22).

“Erros por displicência” (Suj. 34).

“O time não conseguir mostrar todo seu potencial” (Suj.). (35).

Nos discursos apresentados as vozes reforçam que as principais causas que os levam ao erro, é a displicência, atleta desmotivado e falta de atenção, são os principais motivos de estresse nesses atletas.

NERVOSISMO

A respeito do *nervosismo* com um percentual de 6,66% pode-se dizer que é bastante abrangente, pois o mesmo tem diversos conceitos possíveis. O nervosismo neste trabalho é tratado como um dos fatores psicológicos mais presentes nas competições, devido ao alto grau de estresse, acarreta uma série de fatores que compromete o desempenho do atleta, uma vez que em uma situação não tão estressante tal atleta não cometeria estas falhas. O que leva os atletas a essa mudança de comportamento pode ser que seja a influencia de fatores extrínsecos (como a torcida adversária) e por fatores intrínsecos (o atleta em determinadas horas não consegue mais ter regularidade e precisão na execução dos seus fundamentos).

De acordo com Samulski (2002) e Weinberg e Gould (2001), são primordiais, neste tipo de estudo, a descrição, a explicação e o prognóstico de comportamentos, com a finalidade de aplicar e desenvolver programas de intervenção que visam o melhor rendimento e bem-estar dos atletas. Neste sentido os discursos falam que:

“A falta de regularidade dos companheiros” (Suj.12).

“O nervosismo presente no jogo” (Suj.13).

“O erro na hora decisiva” (Suj. 30).

De acordo com os discursos acima se nota certo receio de alguns, que em determinado momento do jogo haverá falha, devido o nervosismo existente na partida, e que este momento se aproxima do final do jogo devido às tensões ser maiores nesta situação, visto que um deslize (erros nas horas decisivas) pode provocar uma mudança nos resultados.

INCULPADO POR OUTREM

O código *inculpado por outrem* apresentou um resultado de 4,44%, deste estudo é tratada por uma irritabilidade apresentada por determinados atletas de uma mesma

equipe por terem sido culpados injustamente por outros e também por terem tentado realizar uma função que não era de sua responsabilidade. Desta forma os discursos dos indivíduos dizem que:

“Ter levado a culpa por uma bola que não era minha” (Suj. 24 e 25).

As falas mostram que a culpa injusta gera uma sensação de desconforto interno dentro do atleta e uma insatisfação com aquele que lhe julgou injustamente, gerando uma situação de desentendimento entre os próprios companheiros de equipe, levando ao comprometimento da mesma.

FALTA DE ATENÇÃO

O código referente à *falta de atenção* apresentou na pesquisa um percentual de 17,77%, sendo caracterizada por momento de displicência na partida devido ao nível de estresse em que decorre o jogo, ou por uma falta percepção com determinada ação durante o jogo, os atletas ficam tão tensos que as por varias vezes esquecem ate o que vão fazer ou ate mesmo que estão no jogo. Podemos dizer assim que a falta de atenção é um subcódigo do estresse. Samulski, Chagas & Agapito, 1993 apontam a existência de diferenças tanto no comportamento quanto nas situações críticas durante um jogo.

“A falta de atenção da equipe” (Suj. 9).

“Erros nos quais nossa equipe não comete mais” (Suj.15).

“Quando erro uma coisa muito fácil, ou que eu já treinei” (Suj.17).

As falas mostram um desvio de atenção dos atletas durante a competição, uma vez que a maioria da ênfase aos erros que eles cometem por falta de atenção ou ate mesmo por displicência. Estes erros são gerados de acordo com NOCE, F. & SAMULSKI, D.M (1997) por o voleibol ser um esporte extremamente dinâmico e que vem sofrendo atualmente constantes modificações nas suas regras, esta caracterizando

por ser uma modalidade que exigem do atleta habilidade, precisão, regularidade e atenção.

QUADRO 2: ESTRESSE

Códigos	Números de ocorrências	Porcentagem
Autoconfiança	9	20%
Cansaço físico	9	20%
Estado emocional	3	6,66%
Insegurança	7	15,55%
Pressão	9	20%
Descontração	4	8,88%
Satisfação pessoal	4	8,88%

Fonte: questionário/2008

O resultado obtido acima referente novamente ao estresse mostra que os maiores índices deste fator psicológico, nos atletas são causados pela *autoconfiança* com um total de 20% da pesquisa e pela *insegurança*, com 15,55%, de outros relacionados com o próprio desempenho ao final da partida. O *cansaço físico* aparece em com 8,88% desta pesquisa sendo destacado em virtude de uma partida muito disputada. A *pressão*, a *descontração* e a *satisfação pessoal* todas com 6,66% apresentam uma lado oposto dos fatores relacionados com o estresse, mais isto se caracteriza como sendo relacionado ao desempenho do atleta na partida e que se for o esperado pode levar ao estresse. O *estado emocional* com o menor índice de 4,44% deste estudo.

AUTOCONFIANÇA

O código *autoconfiança* aparece com 20% desta amostra, no esporte caracteriza-se como sendo algo que o individuo sabe que realmente realizara com perfeição, esta surge como uma etapa de superação da insegurança é parte da personalidade humana.

A personalidade "é o modo habitual pelo qual o indivíduo pensa, sente, fala e atua para satisfazer suas necessidades no meio físico e social." (KERTESZ, 1987, p. 23). Para BERNE (1957, citado por KERTESZ, 1987, p. 27) ela é formada pelos estados de ego Pai, Adulto e Criança. Como estado de ego compreende-se "um sistema de emoções e pensamentos, que segue determinados padrões de comportamento." Os relatos abaixo dizem que:

“Na maioria das vezes melhora, pois eu tendo a crescer no desenrolar do jogo” (Suj.22).

“Melhor por que é a hora que me concentro mais” (Suj.37).

“Melhor por que são pontos de decisão” (Suj. 41).

Nos comentários feitos acima mostra um grau de autoconfiança dos atletas, no que diz respeito ao melhoramento de seu desempenho chegando próximo do final da partida, mostrando que os pontos finais requerem certa concentração.

CANSAÇO FÍSICO

O código respectivo ao *cansaço físico* citado acima apresenta 8,88% do resultado é caracterizado por forçar o corpo e organismo ao um trabalho exaustivo, sem ter passado uma preparação adequada para aquele tipo de atividade ou ate mesmo pelo desenrola da atividade. O cansaço físico pode comprometer um desempenho de determinado individuo numa competição se este não for bem cuidado. O cansaço físico é compreendido como um fenômeno que ocorre no organismo, provocado por agentes estressantes dos programas de treinamento aplicado. Pode apresentar-se como cansaço físico geral e cansaço físico local. O correto conhecimento das qualidades físicas solicitadas dentro do voleibol é imprescindível na hora de se planificar os treinamentos em relação aos parâmetros de tipo, intensidade, numero de repetições, freqüência e o intervalo dos estímulos aplicados na modalidade (RODACKI, 1997).

Cansaço físico geral: resultado de um trabalho intenso e prolongado (geralmente consequência de esforços aeróbios e anaeróbios intensos). O cansaço físico geral atinge vários grupos musculares utilizados no esforço.

Cansaço físico local: ocorre em grupos musculares isolados e definidos. Geralmente causados pela falta ou insuficiência de resistência muscular localizada e desequilíbrio de força entre os músculos agonistas e antagonistas. A incidência deste tipo de cansaço deve ser levada em consideração pelo fato de a musculatura apresentar fatores que, se negligenciados, levarão a lesões musculares. As falas abaixo mostram o que foi conceituado.

“Depende do jogo, pois pode estar emocionante e desgastante” (Suj.5).

“Depende do jogo, mas chegando ao final da partida ocorre um desgaste físico” (Suj. 18).

“Se sente cansado, mas faz parte” (Suj.21).

Os discursos acima apresentado pelos atletas, depara com certo despreparo físico por parte de alguns, por apresentarem certo cansaço que este pode ser causa de pequeno tempo de descanso.

ESTADO EMOCIONAL

O *estado emocional* mostrou uma decorrência de 4,44% da análise, A relação pensamento-sentimento-ação no esporte é evidente e marcante, e qualquer problema que ocorra tanto a nível cognitivo quanto a nível emocional terá consequências no comportamento do atleta. Para Frost (1971) a conduta é causada e direcionada por combinações de motivos e emoções, alguns internos e outros externos, alguns genéticos

e outros ambientais, alguns conscientes e outros inconscientes, alguns individuais e outros sociais.

Normalmente observam-se dificuldades cognitivas, justamente no que diz respeito a um planejamento racional de ações, e também com relação à forma de lidar com o fator emocional, com as emoções que surgem no decorrer das competições. O que regula o comportamento é justamente o pensamento, e quando não tem essa regulação cognitiva, ele é considerado perturbador e não planejado, e o que acompanha o processo do raciocínio são as ocorrências emocionais (sentimentos) que também são atuantes sobre o comportamento (THOMAS, 1983). As falas a seguir mostram isso.

“Depende do jogo, conta muito o estado emocional” (Suj.4).

“Depende do jogo, pois este pode ser emocionante” (Suj.5).

Os relatos acima mostram como as ocorrências emocionais podem ser atuantes de forma decisivas no comportamento dos atletas durante as competições, visto que este aspecto estressante atua diretamente no desempenho desses atletas.

INSEGURANÇA

A insegurança detectada com um percentual de 15,55% dos casos nesta pesquisa é definida como sendo medo de realizar determinada tarefa que para este atleta foi colocada como sendo impossível. O atleta perde a coragem por ter passado por algum trauma tanto por parte dos próprios companheiros e por parte de treinador (em ambos os por falta de incentivo). Os relatos abaixo fazem uma menção sobre isso.

“Depende do jogo, às vezes ocorre certa insegurança” (Suj.7).

“Depende do jogo, não é todo dia que acordamos com o pé direito”
(Suj.9).

Nos diálogos acima os atletas se mostram inseguros em determinados momentos do jogo, em vista que neste momento a situação de estresse pode vir a ser grande ou pela finalização do jogo, a insegurança desenvolvida por alguns atletas são frutos de situações não resolvidas de estresse.

PRESSÃO

O código *pressão* apresentada na pesquisa obteve um percentual de 6,66% visto que este é um estado psicológico provocado pelo estresse, pode ser desenvolvido em atletas que não se mostra preparado, este fator situacional compreende as situações geradas pelo meio competitivas e que são comuns ao processo: local e material dos jogos, situações específicas do jogo, torcida entre outros. As frases abaixo dizem:

“Depende do jogo, por causa da pressão” (Suj.23).

“Se a vantagem é nossa, tento melhorar” (Suj.40).

Nas falas acima os indivíduos tem seu desempenho afetado devido algum tipo de pressão, seja ela o técnico, seus próprios companheiros, pais e torcida estes fatores sempre meche de alguma forma com a performance do atleta.

DESCONTRAÇÃO

O código *descontração* citada nesta pesquisa teve um percentual de 6,66%, esta parte da motivação foi citada como um agente estressante, este tem por características uma situação confortável e tranquilidade em situações mais agitadas. A descontração é

uma forma de descartar a pressão posta em determinadas situações. Desta forma os relatos dizem que:

“Melhor fico mais agitado enérgico com a partida” (Suj.14).

“Depende do jogo e do espírito da equipe” (Suj.27).

Os discursos acima refletem um pouco da descontração dos atletas que participaram do evento esportivo uma vez que nenhum deles demonstrou certa insegurança nem intranqüilidade.

SATISFAÇÃO PESSOAL

O código *satisfação pessoal* representou 6,66% do estudo, este código representa o prazer pelas próprias atitudes uma realização pessoal, isto se torna muito positivo na pratica desportiva, um atleta com auto estima sempre é capaz de realiza uma tarefa bem feita.

A auto estima começa a se forma na infância, a partir de como as pessoas nos tratam. Ou seja, as experiências passadas exercem influências significativas na auto-estima quando adultos (CLEMES, 1995). Desta forma os discursos dos entrevistados dizem que:

“Melhor por que é a hora que eu preciso me dedicar mais” (Suj.33).

“Melhor, fico com mais vontade de ganhar” (Suj. 38).

Os discursos adiante mostram certo grau de confiança desses atletas durante a fase de competição, esta confiança aparece devido auto-estima desses atletas pela vitória ser maior, uma vez que nos discursos eles falam muito que neste momento eles ficam com mais vontade de vencer e que se dedicam mais.

QUANDO 3: ESTRESSE

Códigos	Número de repetições	Porcentagem (%)
Sim	27	60%
Não	12	40%

Os valores acima foram retirados de acordo com a pesquisa realizada, com o propósito de analisar o grau de estresse na partida final, com 60% dos casos os atletas revelaram que quanto mais próximo das finais mais apreensivos eles ficavam e com 40% da pesquisa outros mostraram se mais calmo ao revelarem que a partida final seria igual à outra qualquer.

MOTIVAÇÃO

A categoria motivação é uma parte da psicologia que interfere no desempenho dos indivíduos, no esporte a motivação é dirigida pela vontade inerente ao indivíduo na busca da auto-realização, na conquista de vitórias e pelo reconhecimento profissional. Segundo Singer (1977) descreve a motivação como sendo a insistência em caminhar em direção a um objetivo. BERNADINHO comenta que a motivação é sustentada por dois pilares: o primeiro deles é a necessidade, se é preciso o atleta “corre atrás” e se dedica ao máximo por aquilo que necessita, e o segundo é paixão se o atleta ama o que faz vai querer sempre melhorar, na busca pela perfeição.

A motivação é um fator fundamental para se alcançarem os resultados, figurando ao lado de outros determinantes para o sucesso no esporte, como as condições técnicas, táticas, individuais e coletivas, a preparação física, sua personalidade, além das condições de trabalho a nível estrutural. Já dizia SAMULSKI (1996) nos estados de excitação e tensão, pode-se observar que os sintomas psíquicos do estresse, como as

modificações do bem-estar, a ansiedade-traco elevada e a baixa autoconfiança, podem causar danos aos atletas, favorecendo o aparecimento do estresse psicológico.

MOTIVAÇÃO EXTRÍNSECA

A motivação extrínseca segundo Samulski (2002) é definida como os aspectos motivacionais externos do indivíduo que o levaram a praticar esta modalidade esportiva. Estes fatores são decorrentes de incentivos (elogios, dinheiro, reconhecimento social) e dificuldades (sendo tarefas muito fáceis ou tarefas difíceis). A partir da análise dos discursos apresentados pelos indivíduos buscamos desvelar estes motivos e classificamos as respostas como códigos.

QUADRO 4: MOTIVAÇÃO

Códigos	Número de ocorrências	Porcentagem (%)
Ser campeão	19	42,22%
União	19	42,22%
Conselhos	8	17,77%
Determinação	3	4,44%
Boa colocação	3	4,44%

Os resultados acima mostram que o grande objetivo da maioria dos atletas nesta competição era o de vencer, já que este código apresentou um percentual de 68,88% do estudo, e com uma pequena porcentagem 6,66% apresenta como boa classificação e determinação, isto afirma que estes indivíduos na sua maioria vieram para a competição, já motivados a vencer e os outros querem apenas uma boa classificação, já que por algum motivo acham que não podem vencer.

SER CAMPEÃO

O código acima com um 68,88% da pesquisa, reflete num desejo da grande maioria de atletas em situação de competição, este prazer em ser campeão é importante tanto para compensar o período de treinamentos, como também para o atleta se consagrar profissionalmente numa coisa em gosta de fazer. Segundo Becker (2000), Samulski (1995); Gould & Petlichkoff (1988), se o atleta se encontra motivado a obter uma medalha para seu estado ou país, sua motivação é classificada como social e direta. Abaixo apresenta algumas falas dos atletas em relação ao que foi citado.

“Sim, ser campeão, sair com orgulho de ter ganhado” (Suj. 4).

“Sim, chegar ao ponto máximo da competição” (Suj.16).

“Sim, em qualquer competição o meu objetivo é o título” (Suj.36).

As vozes acima mostram a importância e motivação que os atletas têm pela vitória, pode ser que seja, pela própria satisfação pessoal ou pelo incentivo dos treinadores, mostrando aos seus atletas o lado bom da vitória e o que ela proporciona.

UNIÃO

O código união apresenta um índice de 42,22% desse estudo e tem como, a união citada pelos indivíduos na pesquisa foi uma forma de motivar mais o grupo, eles avaliaram que este fator era de fundamental importância para o sucesso da equipe durante a competição. Reforçando este código, as falas dizem:

“A equipe está sempre unida, na busca da vitória” (Suj.5).

“Um grupo unido e concentrado” (Suj.16).

“A nossa equipe sempre unida independente do resultado” (Suj.18).

O que mostra os discursos acima é que a complexidade de companheirismo é muito trabalhada pelos técnicos com os atletas, os atletas tomam como base a união para alcançar o sucesso nas competições.

BOA CLASSIFICAÇÃO

O código acima com 6,66% de ocorrências mostra que uma pequena parte desses indivíduos procura apenas uma boa colocação no campeonato, esta opinião pode ter sido tomada por estes atletas não obter boas chances de medalhas, mas sim uma chance de conseguir uma boa colocação na competição, o ego destes atletas se satisfaz com este objetivo. A motivação de um atleta para o rendimento ou para sobressair-se dependerá não somente de seus motivos de rendimento (de seu desejo de se sobressair), mas também da reputação de seus adversários e do interesse público da competição. Entretanto, diferentes motivos podem mostrar-se ativos simultaneamente. Em certos casos, podem ser antagônicos e estabelecer juntos a força da motivação do momento (Bakker, Whiting, & Van der Brug, 1983). As falas seguem abaixo

“Sim, ter uma boa classificação” (Suj.5).

“Sim, conseguir uma boa colocação” (Suj.20).

“Sim, ficar entre os três primeiros colocados na competição” (Suj.28).

Como podemos ver os discursos dos entrevistados, os indivíduos mostram que o desejo de ter uma boa colocação é como conseguisse ganhar o campeonato, esta boa colocação pode gerar uma satisfação para o próprio técnico devido às condições da equipe na competição.

INSATISFAÇÃO

A categoria insatisfação com 11,11% das ocorrências se caracteriza com sendo a parte negativa desta modalidade. A insatisfação é abordada neste estudo como sendo o oposto da satisfação (BULHÕES 2005). Esta categoria tem como finalidade investigar os principais aspectos descritos como elementos de insatisfação presentes na prática dessa modalidade esportiva.

“Os erros da arbitragem” (Suj.11 e 31).

“O outro time fica rindo da sua cara ou de seu outro companheiro” (Suj. 19).

“O time não conseguir mostra todo seu potencial” (Suj. 39).

Apesar da baixa incidência os indivíduos apresentam a insatisfação, devido ao desrespeito de uma equipe com a sua e com erros externos que podem prejudicar a equipe no final da partida.

QUADRO 5

Códigos	Numero de ocorrências	Porcentagem (%)
Desmotivação	7	15,55%
Covardia	2	4,44%

DESMOTIVAÇÃO

O código que representa a desmotivação corresponde a 15,55% no total deste estudo, relacionam-se com os estímulos motivacionais que acarretam no comprometimento do desempenho do atleta durante a competição. Este código, por sua vez, envolve variadas manifestações, englobando sentimentos e emoções. Esta desmotivação pode ser provocada por alguns estímulos internos (brigas na própria equipe faltam de coletivismo entre outros). No que diz respeito à motivação, ela se caracteriza por um processo ativo, que é dirigido a uma meta, e depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos).

Portanto, neste modelo, a motivação tem um determinante energético (nível de ativação) e um determinante de direção do comportamento (intenções, interesses, motivos e metas) Segundo SAMULSKI (1992). Confirmando este tópico encontramos.

“Não participar ativamente da partida e ver o time sem motivação” (Suj. 14).

“Falta de empenho ou apatia de alguns jogadores” (Suj. 18).

“Ver o time apático e não querendo competir” (Suj. 22).

Os indivíduos demonstram uma grande irritação diante de algumas reações que seus colegas de equipes apresentam durante o jogo, ver seu companheiro de equipe apático sabendo que ele já passou por outras experiências com estas ou até mesmo presenciá-lo desmotivado, analisando que foi tudo treinado com a meta de conquistas.

COVARDIA

O código relacionado à covardia obteve uma porcentagem de 4,44%, este código refere-se ao medo de realizar determinada tarefa, por receio de concluir-la errada ou por não saber realizar esta tarefa, este fato costuma ocorrer em partidas de voleibol, quando o atleta não teve nenhuma experiência prévia e o técnico o coloca numa situação nova e conclusiva. As experiências é que vão determinar a maturidade dos atletas, visto que estes vão vivenciar situações semelhantes o tempo todo. Neste aspecto, os discursos dos praticantes relatam que:

“Quando algum jogador afrouxa” (Suj. 4).

“Jogador frouxo” (Suj.6).

Os relatos acima mostram a indignação dos demais atletas da equipe quando ocorre um fracasso devido ao seu companheiro de equipe não executar a ação adequada à situação de jogo, ou por que entrou sem o mesmo ritmo dos outros e errou num momento delicado da partida.

- Algumas tabelas apresentaram no final uma contagem acima ou abaixo de 45 alunos entrevistados, em vista que alguns opinaram mais de uma opção e outros não obtiveram respostas, respectivamente.

5. CONCLUSÃO

Dando validade aos aspectos históricos abordados nos inícios desta pesquisa, o voleibol iniciou-se nos Estados Unidos para suprir uma necessidade na época, já que o basquetebol era muito cansativo, no Brasil chegou por volta de 1915 no colégio Marista do Recife. Ao longo destes anos o voleibol sofreu muitas modificações a fim de melhorar sua forma de disputa e até mesmo por uma adaptação a mídia.

O voleibol é caracterizado como um esporte coletivo, no qual um jogador depende do outro, esporte este que exige muito dos seus atletas tanto na parte técnica/tática como também na parte psicológica. Sabemos hoje em dia que o fator psicológico afeta muito a performance de um atleta durante treinamentos e principalmente em competições em que será exigido muito do atleta, neste caso aparece muito fatores estressantes.

Procuramos nesta pesquisa averiguar os aspectos motivacionais e estressantes que aparecem em atletas da categoria infanto-juvenil masculino durante as olimpíadas escolares, como se comporta o seu rendimento. A motivação se caracteriza como sendo um processo prazeroso que se dirige a uma meta, isto é o atleta tem gosto pelo o que faz. A motivação pode ser influenciada por fatores pessoais (intrínseca) ou por fatores ambientais (extrínseca). Já o estresse distinguiu-se como sendo uma condição adaptativa do organismo e do psíquico humano funcionando a sua maneira, na qual possíveis doenças psicossomáticas podem ser desenvolvidas como consequência de um modo errado de viver (OITICICA & GOMES, 2004).

A satisfação refere-se à vontade ou gosto que se experimenta uma vez cumprido o desejo e a insatisfação é o oposto da satisfação. Pode-se inferir então que a motivação é anterior ao resultado e a satisfação e insatisfação são posteriores ao resultado.

Em relação à categoria perfil social verificamos que a maioria dos atletas participante das olimpíadas escolares possui a idade 17 anos, com um percentual de 64,44% da pesquisa, os de 16 anos obtiveram uma porcentagem de 31% da mesma e com uma pequena percentual de 4,44% os atletas apresentavam idade referente há 15 anos. Esta pode ser uma opção dos treinadores em deixar na equipe atletas mais velhos, por terem um pouco mais de experiência e maturidade do que um atleta de 15 anos.

Já na categoria estresse notamos que os códigos que obtiveram uma maior incidência foram: os erros da equipe e autoconfiança com percentuais de 48,88% e 20% deste trabalho respectivamente. Desta forma notamos que os atletas despertam um nível de estresse devido aos seus próprios erros ou erros promovidos pelos seus companheiros de equipe, levando a um comprometimento dos seus desempenhos e da própria equipe.

Na categoria motivação extrínsecas verificou-se uma boa margem no que se referem os códigos ser campeão e união do grupo, com percentuais de 68,88% e 42,22% da análise respectivamente. Daí se pode afirma que os atletas nesta competição têm ver neste tipo de motivação uma fonte de inspiração para as conquistas e sucesso nesta competição, assim como também buscar a união do grupo para se chegar a esse triunfo.

Com relação aos códigos inerentes a categoria insatisfação os discursos analisados apresentaram, a desmotivação com 15,55% é a causa da insatisfação dos atletas para com os outros e que propícia a um baixo desempenho podendo chegar à derrota. E com 4,44% aparece à covardia desses atletas em não conseguir resolver uma determinada jogada ou ate mesmo por não tentar fazer uma coisa que a principio era fácil, ou melhor, em outras circunstâncias.

Podemos destacar que são vários os motivos que faz com que os atletas tenham força para lutar em busca de um objetivo ou que leve estes atletas a situações de estresse

e insatisfação, estes aspectos devem ser considerados pelos treinadores, já que nem todo indivíduo é igual, é preciso conhecer melhor cada um dos atletas e passar de forma clara e suscita o que melhor eles podem fazer para realizar seus desejos e objetivos.

6 REFERÊNCIAS

BYERNE A., BYRNE, D. the effect of exercise on depression, anxiety and other mood states: a review. *Journal of Psychosomatic Research*, Londre, v.6 p. 565-574, 1993.

CORAZZA, D. I influência da prática regular de atividades físicas sobre sintomas depressivos em idosos institucionalizados. 103fls Dissertação (mestrado)- instituto Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2005.

Noce, F. & Samulski, D. (2002a). Análise do estresse psíquico em atacantes no voleibol de alto nível. *Revista Paulista de Educação Física*, 16, 113-129.

Noce, F. & Samulski, D. (2002b). Análisis del estrés psíquico en colocadores brasileños de voleibol de alto nivel. *Revista de Psicología del Deporte*, 11, 137-155.

RODACKI, A. L. F. O nº de saltos verticais realizados durante partidas de voleibol como indicador da prescrição do treinamento. *Revista Treinamento Desportivo*, Londrina: v.2, n.1, p. 31-39. 1997.

Samulski, D. (1996). Equilíbrio psicológico pode definir equipe vencedora. *Revista Vôlei Técnico*, 07, 19-27.

Samulski, D. (2002). *Psicologia do Esporte*. São Paulo: Manole. Kertesz, R. (1987) *Análise transaccional ao vivo*. São Paulo: Summus.

Thomas, A. (1983) *Introdução à psicologia*. Rio de Janeiro: Livro Técnico.

Clemes, h. crianças segura: como aumentar a auto estima das crinças; herris clemes reynold bean são paulo editora gente 1995

SAMULSKI, Dietmar. *Psicologia Do Esporte*. São Paulo: Editora Manole Ltda, 2002.

BECKER JUNIOR, Benno. Manual de Psicologia do Esporte & Exercício. Editoração Eletrônica: Abel / Nova Prova, 2000.

Weinberg.R.& Gould, D. (1999). Foundations of Sport and Exercise Psychology.Champaign:Human Kinetics.

BAKKER, F. C.; WHITING, H. T. A.; VAN DER BRUG, H. *Psicologia deldeporte*. Madrid: Morata, 1983

SINGER, N.R. *Psicologia dos esportes - mitos e verdades*. 2.ed. São Paulo: Harbra, 1977.

FROST, R.B. *Psychological Concepts Applied to Physical Education and Coaching USA, Reading Massachusetts*. Menlo Park, California. London. Don Mills, Ontario, 1971

□ MESQUITA, I. & FERREIRA, P. *A qualidade de execução e o sucesso obtido na manchete na recepção do serviço: estudo realizado no voleibol, no escalão seniores da "A1"*. In: JANEIRA, M. A. & BRANDÃO, E. ESTUDOS 3. 1º ed. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto. 2002. Art. 21, p. 199-204.

MESQUITA, I. *A instrução e a estruturação das tarefas no treino de voleibol*. Tese doutorado Educação Física - FCDEF - Universidade do Porto, Portugal, 1998

MURPHY, P.. *Trends and future development of top level women's volleyball*. International VolleyTech (1): 13. Federation Internationale de Volleyball, 1991

LBERTA, J.. *Side Out - Regain the serve to score point*. The coach, (3) - Federation Internationale de Volleyball.1998

BULHÕES, M. F. Signos motivacionales em classes de capoeira de La comunidad valenciana. Tese de doutorado, Universidade de Alicante – Espanha, 2005.

CRATTY, B.J. *Psicologia do Esporte*. 2º Ed. Rio de Janeiro: Prentice Hall do Brasil, 1984

MACHADO, A. A. *Psicologia do esporte: temas emergentes I*. 1 Ed. São Paulo: Ápice, 1997. 191 p.

DAMÁZIO, W. A ansiedade no voleibol. 1997. trabalho de conclusão de curso – Instituto de Biociências- Universidade Paulista, Rio Claro, 1997.

MACHADO, A. A. *Psicologia do esporte: temas emergentes*. Jundiaí: Ápice, 1997.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Relatório sobre a saúde no mundo – saúde mental: nova concepção, nova esperança. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2001. 173 p.

SPIELBERGER, C. D. Theory and research on anxiety. In: *Anxiety and behavior*. New York: Academic Press, 1996.

VIANA, M. Competição, ansiedade e auto-confiança: implicações na preparação do jovem desportista para a competição. *Treino Desportivo*. Lisboa: II série, n.13, p.52-61,1989.

LEVI, L. *Stress and distress in response to psychological stimuli*. Oxford: Pergamon Press, 1972.

ROSE JR, Dante de. Sintomas de estresse no esporte infanto-juvenil. In: *Treinamento Desportivo*, nº 03, vol 02, Guarulhos - Sp, 1997.

MUNOMURA, Myrian; TEIXERA, Luiz Antonio Céspedes; CARUSO, Maria Regina Fernandes. Nível de estresse, qualidade de vida e atividade física: uma comparação

entre praticantes regulares e praticantes sedentários. In: *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*. Vol 04 nº 03 Londrina- PR 1999.

COELHO, Ricardo Weigert; COELHO, Yara Bedusch. Estudo comparativo entre o nível de estresse de crianças envolvidas em diferentes esportes organizados e em atividades físicas competitivas informais. In: *Treinamento Desportivo*, vol 04, nº 03, Guarulhos -Sp, 1999.

ANEXOS

QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DE ESTRESSE E MOTIVAÇÃO PÓS-COMPETIÇÃO

1. Como se sente após o final da partida?

2. O resultado obtido no jogo era o esperado?

3. Como você analisa seu desempenho durante o jogo?

4. O seu treinador sempre os motiva durante a partida? De que forma isso acontece?

5. O que lhe deixa mais irritado durante a partida?

6. À medida que o jogo vai chegando ao final, seu desempenho se mostra melhor, pior ou depende do jogo? Explique.

7. Se o resultado obtido ao final do jogo for negativo como você se comportará no próximo jogo?

8. Como é trabalhado a parte psicológica da sua equipe? Você já teve algum acompanhamento psicológico?

9. Você tem um objetivo nesta competição?

10. Como é a interação da equipe na concentração ou no próprio jogo?

11. Como é sua relação com os companheiros de equipe e comissão técnica?

12. O rendimento da sua equipe caiu, o que acontece com o seu rendimento? Como seu treinador encara isso (de que forma ele conversa com vocês durante os pedidos de tempo) ?

13. Após uma derrota inesperada como vocês se comportam na partida seguinte, sendo esta de fundamental importância para a equipe? Como o seu treinador os orientam?

14. O jogo da final do campeonato lhe deixa mais apreensivo do que os jogos classificatórios?