

**FORMANDO O SER HUMANO
E EDUCANDO O ATLETA**

Da iniciação ao Atleta de elite

Prof. Orientador: Francisco Paulino de Abreu Neto

CARLOS ALEXANDRE MARINHO

DAVID CLEBER DE SOUZA

GIOVANA DE CASSIA GENARI

LEVY FLAMINI BARIONI

NICOLAS MISSACI

Introdução

Entendendo como o esporte no Brasil pode ser encarado de uma maneira diferente, desde a iniciação esportiva até a alta performance, sabendo que temos a necessidade em trabalhar com o jovem/atleta em todos os âmbitos do desenvolvimento intelectual, humano e esportivo.

Essa pesquisa explicará as atitudes e habilidades dos profissionais envolvidos neste processo, o treinador e o jovem/atleta, como será o desenvolvimento deste treinador e deste jovem respeitando seu processo de desenvolvimento humano e motor para que se torne um grande atleta.

Metodologia

Dividimos os temas apresentados e cada integrante pesquisou a sua parte, relatamos tudo que aprendemos sob os temas; Falamos sobre a importância do papel dos treinadores, qual tipo de conduta eles devem ter, quais os trabalhos de treinamento e prioridades para cada fase do atleta, quais as importâncias da ludicidade e recreação na vida desses atletas, quais as importâncias em respeitar os processos de desenvolvimento físico, hormonal e psicológico dos atletas, relatamos a importância dos membros multidisciplinar para a formação dos atletas, condutas positiva dos treinadores e as suas equipes em todas as fases do desenvolvimento, e por fim, opiniões de como e o que precisaria mudar para que nosso país se tornasse uma potência nos esportes.

Desenvolvimento

Um dos papéis fundamentais do treinador é o de ser professor. E como tal, é o responsável por ensinar o atleta acerca do que fazer, como fazer e o porquê de fazer. (HODGES & FRANKS, 2002).

O maior incentivador e motivador do atleta deve ser o treinador, pois ele já tem uma bagagem muito maior do que a do atleta em si. E seu maior papel é “criar” um campeão, independente se ele vai seguir carreira no esporte. Outra função do treinador, é abrir os “horizontes” para o atleta, seja ele iniciante, atletas em formação ou atletas de elite.

Tal exige por parte do treinador o entendimento de que mais de que existirem erros existe experiências de aprendizagem, que necessitam de ser interpretadas pelos praticantes, no sentido de estes compreenderem o que de fato necessita de ser melhorado. “Deste modo, as fragilidades são encaradas como algo natural, e que decorrem da própria prática, sendo conseqüentemente criadas condições para o desenvolvimento das competências desejadas” (MESQUITA, 2004).

O treinador pode motivar sua equipe de forma positiva ou negativa, fazendo com que seu time tenha ou não sucesso. Todos os atletas precisam de um motivo, algo que impulsionem eles a persistirem, sabemos que no Brasil essa realidade é um pouco distante, e é por isso que existem os treinadores, não só para ensinar como se faz um movimento direito, ou se está certo ou errado, mas para manter essa chama acesa no atleta, para que o mesmo não desista dos seus sonhos. O treinador é a ponte que vai ligar o atleta ao seu sonho.

O indivíduo motivado tende a consagrar mais tempo e cuidado para a atividade pela qual está motivado, melhorando o seu desempenho. A motivação é uma variável interveniente porque não pode ser vista, ouvida ou tocada: somente pode ser inferida por meio do comportamento. Em outras palavras, somente podemos julgar quão motivada está uma pessoa mediante a observação do seu comportamento. Não podemos medir diretamente a motivação, uma vez que ela não é passível de observação (BOCK, 1999).

O treinador devera saber agir, motivar e ensinar pessoas que são iniciantes (12 anos), atletas de formação (18 anos) e atletas de elite.

O treinador tem grande influência sobre os jovens. A partir do momento que os treinadores passam muito tempo com as crianças (fase de iniciante 12 anos), sua própria conduta e comportamento determinarão, invariavelmente, a atitude e a conduta das crianças. Por esta razão, o treinador deve sempre ter atitudes positivas e ser um exemplo de atitude para todos os participantes, tanto no seu aspecto físico como nas relações emocionais e sociais.

O treinador não deve ser visto apenas como um especialista ou técnico, mas deve ser visto, também, como um guia, um educador e um exemplo a ser seguido.

A criança deve ser o centro de interesse do treinador, o qual tem por principal e essencial missão assegurar o desenvolvimento da criança em diferentes âmbitos: educacional, psicológico, social e esportivo.

O treinador deve ter o maior zelo pelo atleta iniciante. Preparar o atleta para ser um ótimo profissional no futuro. O treinador deve saber que qualquer atitude dele, irá afetar diretamente o atleta e seu futuro.

Já com atletas de formação, o processo já pode ser um pouco diferente, já que o mesmo já tem base emocional e psicológica; porem o treinador não pode deixá-lo de lado só por que já é atleta de elite, o treinador tem que continuar sendo o maior motivador na vida do atleta, não deixando o sonho morrer.

Todos os professores e, em especial, os de Educação Física, com especiais responsabilidades no processo de formação dos jovens praticantes, devem: Encorajar os jovens a aprender e aperfeiçoar vários desempenhos motores. Criar oportunidades para ensinar regras de conduta desportiva adequadas, assim como os fundamentos de diferentes modalidades desportivas. Tenham prioridade sobre a prática e a competição desportiva estruturadas, de acordo com os padrões da competição dos adultos.

Comprometer-se na atualização permanente sobre os princípios fundamentais que regem o processo de crescimento e de desenvolvimento dos jovens. Ajudar os jovens a perceberem diferenças fundamentais entre as competições. Auxiliar os jovens a entenderem as responsabilidades e implicações da sua opção entre escolherem uma prática desportiva com correção e respeito por todos os intervenientes, ou uma prática

desportiva em que os adversários são inimigos e onde existam a violência e os excessos.

O treinador que está treinando um atleta em formação tem que ter em mente que, ele está formando o atleta para que, um campeão mundial? O melhor do país? O melhor da cidade? O treinador tem que estar alinhado com o pensamento do atleta e juntos trabalharem em um só propósito.

Agora com atletas de elite o indivíduo já está mais maduro, porém ele não pode viver independente, ele sempre vai precisar do auxílio e ajuda do treinador, o atleta tem que ter em mente que o treinador é seu maior tesouro e que é o treinador que vai fazer o atleta ser um destaque.

Alcançar objetivos requer confiança mútua e muita troca de informações, pois é essas trocas que fazem o seu treino avançar, estabilizar ou até regredir. Assim você se previne para não passar do ponto e aumenta as suas chances de extrair o máximo de si. E é isso que às vezes falta em atletas de elite, eles param no lugar e não saem mais dali, por não depositar confiança em seu treinador; geralmente os atletas de elite são mais “cabeça dura”, e é isso que faz eles não irem adiante.

Atletas de elite (profissional) continuam precisando da motivação e dos ensinamentos de seus treinadores, se quiserem se dar bem na carreira profissional. Confiar no trabalho do treinador é a essência para que tudo dê certo na vida do atleta (GUSTAVO LUZ & TIM NOAKES).

Iniciação no handebol: pré-mirim (11 e 12 anos) e mirim (13 e 14 anos).

Pré-mirim:

- . Praticar de forma natural e correta dos movimentos, gestos e deslocamentos individuais e em grupos, com e sem materiais.
- . Aplicar com destrezas de gestos, movimentos e deslocamentos nas atividades desportivas.

Mirim:

- . Fazer o atleta movimentar-se e localizar-se em espaços adequados em relação a bola, ao parceiro, ao adversário e ao objetivo, nas situações de jogos e atividades esportivas individuais desportivas.
- . Aplicar coletivamente a técnica com proveito tático nos jogos.

Zamberlam, 1997

Prioridades:

Nesse período de desenvolvimento motor, é de extrema importância que se pratique variadas atividades, para melhorar a articulação e o condicionamento físico, garante Sellmer. Essa diversidade também ajuda a criança a encontrar algum esporte que ela goste, para continuar praticando no futuro.

Outro aspecto importante é o social, já que muitos destes esportes precisam da interação com outras crianças. É neste momento que elas desenvolvem relações e aprendem a conviver em grupo. O preparador físico ressalta, ainda, que a rivalidade não deve ser colocada em primeiro lugar, ainda mais nestas atividades coletivas (AULUS SELLMER).

Atletas em formação (15 aos 18).

O jovem já possui discernimento para entender os fundamentos do handebol. Com a apresentação, é possível entender melhor as posições e suas funções em cada jogo, além dos tipos de táticas e estratégias que podem ser utilizadas.

Dentre os principais fundamentos, é importante mostrar e desenvolver exemplos como:

- . Empunhadura.
- . Recepção.
- . Arremesso.
- . Passe.
- . Dribles.
- . Fintas.
- . Táticas de ataque e táticas defensivas.

Prioridades:

Nessa fase, alguma de suas prioridades, são: aprender a cuidar da saúde, cuidado com suas coisas, começam a lidar com a pressão, erros e escolhas. Outro fator positivo é a socialização que, na adolescência, ajuda a reduzir o estresse e equilibrar o emocional nessa fase de alterações hormonais, picos de crescimento e identificação da personalidade (ROBERTO WESCHER).

Atletas de Elite (adultos)

. Treinamentos desportivos, visando alcançar um grande rendimento com características fisiológicas, técnicas, psicológicas.

. Treinamentos táticos defensivos e táticos ofensivos.

. Treinamentos de fundamentos.

Prioridades:

Na fase adulta, o atleta profissional precisará colocar prioridades necessárias na sua carreira de atleta, como por exemplo: a sua saúde física, para prevenir lesões e ter um desempenho físico em quadra de alta qualidade. Sua saúde mental é de extrema importância para não deixar a pressão externa interferir no seu rendimento. Saber e conseguir deixar os problemas pessoais e sociais de lado, para que isso também não atrapalhe o seu desempenho esportivo.

Iniciação

Essas atividades podem ser decisivas no processo de formação do desenvolvimento e aprendizagem dos alunos. O desenvolvimento deles acontece através do lúdico. Ela precisa do brincar para crescer, precisa do jogo como equilíbrio para o mundo. Que Segundo Piaget (WADSWORTH, 1996), a teoria do equilíbrio, de uma maneira geral, trata de um ponto de equilíbrio entre a assimilação e a acomodação, e assim, é considerada como um mecanismo auto regulador, necessária para assegurar à criança uma interação eficiente dela com o meio-ambiente.

Os gestos lúdicos encontrados nas atividades recreativas permitem à criança a capacidade de se adaptar a novos desafios, aumentando sua integração física e social, melhora de valores éticos e morais, desbloqueando sua timidez, além de descobrir suas habilidades através da ludicidade, aumentando com isso sua capacidade mental de raciocínio. O brincar implica uma dimensão evolutiva.

A ludicidade como ferramenta pedagógica é extremamente valiosa, uma vez que traz inúmeros benefícios para o desenvolvimento da criança, por estimular a criança a crescer na linha de socialização, aumentando sua criatividade, expressão corporal, e participação no processo de aprendizagem.

Adolescência

A importância da prática dessas ferramentas nessa fase da vida é de extrema importância pois está relacionada com o desenvolvimento humano, tais como:

- . Auxílio no crescimento esquelético, que está terminando de se complementar.
- . Melhorias nas condições motoras, alcançando o seu máximo.

- . Auxílio como problemas de aceitação em grupos; preocupação com a aparência e crises emocionais gerais, comuns da idade.
- . Maior interação social dos indivíduos.
- . Desenvolvimentos de habilidades, como atividades de maior força, resistência e coragem para meninos e de mais habilidades, raciocínio e concentração para meninas.
- . Valorização da natureza e do meio em que se passam as atividades.
- . Estimular o lúdico, o imaginário e a competição saudável.
- . O bem-estar físico e o direito de prazer e lazer.

Adultos

A prática dessas ferramentas faz com que a pessoa tenha uma qualidade de vida muito boa. O lazer e a recreação estão sempre presentes na vida das pessoas, mas nem todas sabem a importância dessas atividades, que são muito benéficas para a nossa qualidade de vida. Entre seus benefícios podemos citar: o combate ao estresse, facilita a circulação do sangue promovendo assim uma homeostase, ou seja, um equilíbrio no meio interno do corpo, colaborando na manutenção da saúde.

Também trazendo outros benefícios como; ajudar a te tirar da rotina, traz novas experiências, desenvolve novos interesses e habilidades, aumenta a expectativa de vida, podendo prevenir também alguns problemas de saúde como a estafa, estresse, transtornos psicológicos, problemas cardiovasculares, doenças crônicas e a perda de memória.

O processo de crescimento, maturação e desenvolvimento humano interfere diretamente nas relações afetivas, sociais e motoras dos jovens; conseqüentemente, é necessário adequar os estímulos ambientais em função desses fatores. Primeiramente, é necessário esclarecer que o crescimento inclui aspectos biológicos quantitativos (dimensionais), relacionados com a hipertrofia e a hiperplasia celular.

Por sua vez, o desenvolvimento é entendido como uma interação entre as características biológicas individuais (crescimento e maturação) com o meio ambiente ao qual o sujeito é exposto durante a vida (Frisancho, 2009; Gallahue & Ozmun, 2006; Malina et al., 2009; Papalia & Olds, 2000; Rogoff, 2005). Crescimento, maturação e desenvolvimento humano são processos altamente relacionados que ocorrem continuamente durante todo o ciclo de vida.

Na fase de crescimento, entre 6 e 12 anos, a criança entra na idade escolar, que é o melhor período para inculcar o estilo de vida mais ativo e para desenvolver a aptidão física, o que contribui inclusive para melhor desempenho acadêmico. Nessa fase, torna-se possível estabelecer uma rotina de atividades, uma vez que todos os atos motores já são dominados.

A partir dos 12 anos, entra a fase de desenvolvimento. O pré-adolescente já tem maior noção de qual modalidade seguir e “encarna” um espírito competitivo. Nessa idade, ele já é capaz de decidir se prefere atividade para sua recreação ou para competição.

Nessa fase, caso escolha a competição, que exige uma rotina de treinos mais pesada, os pais devem prestar especial atenção. Além disso, o excesso de atividade física pode ocasionar lesões e desenvolvimento anormal de músculos, análises recentes na literatura científica indicam que, na especialização precoce, o trabalho muscular intenso excessivo e o estresse emocional provocado pelas competições podem ser prejudiciais ao desenvolvimento normal da criança.

E isso acaba tendo influência principalmente nas funções intelectuais e no crescimento em altura, assim como no desenvolvimento dos tecidos muscular, ósseo e de órgãos internos.

Além disso, não raro o alto nível de exigência do acompanhamento da carreira esportiva também é responsável por uma formação escolar deficiente, assim como por privar a criança das atividades e brincadeiras infantis, que são fundamentais ao seu desenvolvimento e relacionamento social.

Além disso, em vez de um amadurecimento humano plural, promove-se um estímulo unilateral em termos de capacidades comunicativas e afetivas, por exemplo.

Assim, o excesso de competitividade pode causar um estresse que se manifesta em forma de insegurança, medo e baixa autoestima, ou ainda de outros traumas psicológicos irreparáveis.

Em casos mais extremos, essa pressão pode até culminar na saturação esportiva, ou seja, a criança passa a manifestar desânimo e desinteresse com relação ao esporte, sentindo vontade de abandonar a prática.

Portanto, se compararmos o acervo de possibilidades motoras de uma criança submetida, desde cedo, ao sistema de superespecialização de uma escolinha àquele de um atleta-mirim que foi estimulado multilateralmente, este demonstrará habilidades estratégicas, intelectuais, sociais e morais muito mais amplas. O esporte competitivo

ou de rendimento é a prática esportiva com a finalidade de alcançar a vitória, buscando o movimento mais correto tecnicamente, realizando muitas repetições para o aperfeiçoamento da técnica o que leva o praticante a vencer o adversário (BLÁZQUEZ SÁNCHEZ, 1999).

Essa forma de lidar com o esporte requer muito cuidado, visto que esta pode se tornar uma réplica do esporte de alto rendimento adulto, no qual a criança é tratada como um adulto em miniatura. Isso faz com que esta dimensão do esporte tenha um forte impacto social por exigir uma rede de organizações complexas, envolvendo investimentos financeiros, mesmo em se tratando de um público infantil (TUBINO, 2001).

Assim, a especialização precoce é apontada como um grande risco do esporte competitivo durante a iniciação esportiva infantil. A busca incessante pelo prestígio conduz professores e familiares a exporem as crianças a situações de grande exigência e tensão, de treinamentos intensivos e precoces em busca de altos rendimentos. É importante ressaltar que poucas dessas crianças que iniciam treinamentos e competições precoces alcançam a vitória e o sucesso. O que prevalece é uma maioria denominada derrotados, que irão se frustrar com os resultados, além do elevado percentual de praticantes que acabam por desenvolver problemas de saúde e transformar o esporte em atividade laboral (BLÁZQUEZ SÁNCHEZ, 1999).

Em relação aos aspectos de risco à saúde, Becker (2000) cita as lesões e o estresse, sendo que este último pode chegar a acarretar o Burnout nos atletas

infantis. Burnout é uma resposta psicofisiológica exaustiva que se manifesta como um resultado de uma frequência, muitas vezes excessiva, e geralmente com esforços ineficazes na tentativa de conciliar um excesso de treinamento com exigências da competição.

Equipe Multidisciplinar é o conjunto de profissionais de áreas diversas, que se complementam e trabalham para o sucesso de um indivíduo ou time.

A intervenção do educador físico é peça chave de um treinamento esportivo, pois é esse profissional que atuará na orientação relativa aos exercícios mais indicados caso a caso. Ademais, este possui conhecimento específico das modalidades do esporte contribuindo para a capacitação e reestabelecimento do desempenho e condicionamento físico.

O psicólogo colabora minimizando os efeitos causados pelo estresse esportivo, esse profissional atua tanto no treinamento do atleta quanto a superação, capacidade de persistência, motivação entre outros que influem no rendimento.

O fisioterapeuta promove a qualidade de processos de reabilitação, além disso, atua nas correções posturais eventualmente prejudiciais na rotina do exercício, trabalhando não só no tratamento de lesões como também na prevenção.

A medicina esportiva viabiliza o suporte médico em atenção primária e também casos mais complexos. Atua também na prevenção solicitando exames e outras avaliações necessárias.

O nutricionista possibilita a adequada nutrição do indivíduo atleta, visando o contexto específico em que este atua, oferecendo subsídio para a incremento da capacidade física do mesmo, permitindo a melhora da saúde pela promoção do adequado funcionamento das funções fisiológicas corporais, como o ciclo hormonal natural do organismo, favorecendo a recuperação após cada treino, diminuição do estresse, etc. O treinamento de uma equipe requer uma compreensão correta de todas as vertentes envolvidas, pois se trata de uma estrutura complexa que demanda o trabalho especializado de profissionais como médico, fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos e educadores físicos em especial. O benefício trazido pelo treinamento acompanhado por equipes multidisciplinares possibilita o diagnóstico de pontos relevantes em distintas especialidades. Além disso, verifica-se que esses

profissionais atuando conjuntamente promovem um aumento no rendimento esportivo.

O treinador tem grande influência sobre os jovens/atletas principalmente na fase de iniciação. A partir do momento que os treinadores educadores passam muito tempo com as crianças, sua própria conduta e comportamento determinará a atitude e a conduta das crianças. Por esta razão, o treinador-educador deve sempre ter atitudes positivas e ser um exemplo para todos os participantes, tanto no seu aspecto físico como nas relações emocionais e sociais.

O treinador-educador não deve ser visto somente como um especialista ou técnico, deve ser visto também, como um guia, um educador e um exemplo a ser seguido.

O principal tema para se trabalhar na fase de iniciação é a motivação, este componente psicológico é considerado a área mais importante na que o treinador deverá ter especial cuidado. Motivar os jovens, falar-lhe sobre o esporte desde uma

perspectiva lúdica, onde o importante é passá-la bem, e apreender, minimizando as rivalidades e os resultados, são tarefas que o treinador tem que enfrentar.

Os trabalhos sobre a motivação dos jovens concluem que, a maioria deles, tem mais de um motivo para fazer esporte e o que, mas cometam são (Cervelló, 2002): “melhorar as próprias habilidades e aprender outras novas”, “divertir-se”, “demonstrar habilidades esportivas ao comparar-se com outros”, “ficar com os amigos e fazer novas amizades”, “a emoção e o sentido próprio do esporte”, “ganhar” e “estar em forma”.

Portanto, o treinador deverá conseguir que os jovens fiquem alegres nos treinamentos e, ao mesmo tempo, apreendam as habilidades básicas que requerem na disciplina esportiva.

Marques (2003) afirma que a motivação é o combustível do atleta. Por isso, não pode prescindir sem ela. É através desse elemento que os atletas vão conseguir empenhar-se, dedicar-se e até superar obstáculos dentro do meio esportivo.

O papel do treinador com adolescentes e adultos é desenvolver não só a boa performance, mas também a satisfação pessoal, a qualidade de vida, o desenvolvimento socioeducativo e da personalidade por meio da participação no esporte.

Serpa (2002), o treinador é uma figura central, quando o assunto é esporte, já que pode gozar de uma perigosa sensação de poder, onde ele é quem decide, ele modifica comportamentos. Seu papel é de extrema importância, podendo gerar autonomia e criatividade ao seu grupo, mas também pode ser uma figura ameaçadora e limitadora, provocando problemas em sua relação com os atletas. O treinador só conseguirá o rendimento máximo de seus atletas se eles confiarem em seu treinador, acreditarem em sua liderança e captarem o que ele está dizendo, passando para seus ordenados.

A relação treinador-atleta, segundo Renée Vanfraechem-Raway (2002) não pode desenvolver-se sem o respeito mútuo. O treinador deve aprender e conhecer muito bem seus atletas e escutá-los da melhor maneira possível para uma orientação mais eficaz. Sendo assim, o treinador precisa obter um vínculo forte com seu atleta, conhecê-lo a fundo, para assim conseguir extrair deste o seu empenho, sua motivação, sua autoestima. Seu conhecimento sobre a pessoa pode influenciar em sua intervenção, ajudando no controle emocional do atleta.

Todas essas qualidades encontradas no treinador para o atleta de formação ou de elite é muito bom, mas se ambas as partes entenderem que o respeito e o coleguismo entre atleta/treinador são o mais importante, a certeza de uma equipe unida e forte é muito maior.

Para um país se tornar referência em alguma coisa precisa de investimentos e saber onde investir. Sabemos que para isso o governo tem que auxiliar nesse investimento no esporte, mas, se tem presente alguns critérios que nosso governo deixa muito a desejar, como na saúde, educação e segurança, não será o esporte o primeiro receber esse investimento.

Importante ressaltar uma das primeiras iniciativas é enxergar a importância de todos os esportes e não destacar uma só. Nosso país é rico em várias modalidades praticadas (atletismo, judô, surfe, skate, capoeira, handebol, basquete, futsal, natação, tênis de mesa, vôlei, futebol...) entre tantos esportes alguns nem são tão vistos por destacar apenas um.

Brasil, quais iniciativas tomar quando falamos sobre nosso país se tornar uma potência no esporte?

**PROJETO INTEGRADO 3º MÓDULO 2020
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**



Vejam alguns pontos que se fosse feito o Brasil se tornaria um destaque nos esportes;

- Ter uma boa estrutura para realização de um bom trabalho com os jovens/atletas.
- Construir um vínculo maior entre os jogadores para não os tornar tão individuais. Realizar treinos juntos, estudar e jogar juntos. Um bom coleguismo faz com que os atletas se dediquem mais pensando em sua equipe e um trabalho feito assim fará que sua equipe ganhe destaque nas disputas.
- Como citado no texto apresentado no projeto, esse vínculo entre os atletas se torna impossível aqui no Brasil porque os jovens pertencem à Clubes e não para Seleções
- Encontra-se um ponto negativo. A falta de incentivo em qualquer esporte quando o jovem está lá na sua fase de iniciação, isso faz que tenha uma desistência e perca de grandes jovens/atletas.
- Os jovens/atletas tem que ser treinado para serem um profissional por completo e não ser só mais um(a) jovem jogador(a) que vai ficar famoso. Ter seus valores e saber atuar como ser humano em sua carreira.

Entendemos que conciliar carreira pessoal com profissional não é tão simples e fácil assim. Uma alternativa para essa melhora no Brasil seria conciliar uma universidade com as atividades do atleta já que são raras as faculdades que dão algum tipo de bolsa. Dificultando isso a maioria dos atletas tem que ir em busca de outro meio (trabalho) pagar seu estudo universitário e dessa forma acabam abandonando a carreira no esporte.

As universidades são chave para evolução do atleta. Nos Estados Unidos alunos atletas podem ganhar até 100% de bolsa (alimentação, dormitório e materiais esportivos). Para isso algumas exigências devem ser atendidas como o aluno ter terminado o ensino médio com notas boas.

Dessas universidades já saíram muitos atletas olímpicos e o mais incrível disso é a preparação dos alunos, pois as universidades não têm como objetivo formá-los atletas profissionais, mas sim prepará-los melhor para carreira.

Nas olimpíadas ficou claro que algumas potências têm vários atletas em uma única modalidade, assim o investimento é distribuído e a pressão também. No Brasil, geralmente temos um único atleta que carrega sozinho a pressão de trazer a

**PROJETO INTEGRADO 3º MÓDULO 2020
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**



medalha e concorrer contra os melhores do mundo, o que torna a missão ainda mais difícil.

A cada modalidade fosse apresentado mais atletas, poderia já ser um diferencial para se tornar referência, como já citado o que falta para o nosso país ser uma potência nos esportes é o incentivo e os investimentos, tanto no pessoal quanto no profissional.

A natureza indica que as crianças devem ser crianças antes de se tornarem adultos. Se tentarmos alterar esta ordem natural, elas alcançarão a idade adulta prematuramente, mas sem substância ou força. Jean-Jacques Rousseau

Referências

http://www.desportosembullying.pt/files/uploads/2017/11/Codigo_conduta_agentes_d_esportivos.pdf

<https://www.efdeportes.com/efd145/o-treinador-no-desenvolvimento-pessoal-dos-atletas.htm>

https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/120629/polettini_jl_tcc_rcla.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://soraiamachado.wordpress.com/tema-motivacao-do-treinador/>

<https://grassroots.fifa.com/pt/para-treinadores-educadores/treinando-grassroots/o-treinador-educador/seguranca-e-prevencao-de-acidentes-dez-tarefas-importantes-para-os-treinadores-educadores.html>

PROJETO INTEGRADO 3º MÓDULO 2020
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA



<https://www.colegiosantamonica.com.br/wp-content/uploads/2012/12/regras-de-conduta-e-farplay.pdf>

<http://globoesporte.globo.com/eu-atleta/treinos/noticia/2014/03/o-papel-do-treinador-e-como-ele-pode-te-ajudar-alcancar-metas-desejadas.html>

<https://emails.estadao.com.br/noticias/bem-estar,a-importancia-da-pratica-de-esportes-na-infancia>

<https://blog.unisportbrasil.com.br/treino-de-handebol>

<https://globoesporte.globo.com/pr/mudarevivermelhor/noticia/criancas-e-adolescentes>

<https://openrit.grupotiradentes.com/xmlui/handle/set/800>

<https://www.efdeportes.com/efd175/recreacao-e-o-desenvolvimento>

<http://www.cerebromente.org.br/n08/mente/construtivismo>

<https://prezi.com/rhbao9mwnmnr/recreacao-e-lazer>

<http://viva.rituaali.com.br/bem-estar/o-lazer>

<https://hapvidaplanos.com.br/blog/a-importancia-da-atividade-fisica-para-o-desenvolvimento-infantil/>

http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2011000300008

<http://repositorio.faema.edu.br/bitstream>

<https://grassroots.fifa.com/pt/para-treinadores-educadores/treinando-grassroots/o-treinador-educador/codigos-de-conduta.html#c637>

<https://www.efdeportes.com/efd155/a-motivacao-para-a-pratica-do-futebol-de-criancas.htm>

<https://www.efdeportes.com/efd160/a-psicologia-aplicada-a-iniciacao-esportiva.htm>

<https://revistas.unoeste.br/index.php/ch/article/download/586/861/>

<https://horadotreino.com.br/brasil-como-potencia-olimpica/>

PROJETO INTEGRADO 3º MÓDULO 2020
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA



<https://horadotreino.com.br/brasil-como-potencia-olimpica/>