

## RELAÇÃO ENTRE TREINAMENTO ESPORTIVO E DESEMPENHO ESCOLAR EM UM GRUPO DE CRIANÇAS DE CURITIBA

Eric Gomes da Silva

ericgds@hotmail.com

Eduardo Bilaqui Zukovski

duditenis@hotmail.com

Mariana Xavier e Silva

marianaxaviermx@gmail.com

**PALAVRAS-CHAVE:** treinamento esportivo; iniciação esportiva; desempenho escolar

### **RESUMO:**

O treinamento esportivo é definido como um processo de adaptação a estímulos externos organizado para alcançar um objetivo definido. No contexto do desenvolvimento, a competição no esporte auxilia no processo de individualização, promotora de aprendizado de habilidades de disputa e o desenvolvimento de autocontrole, necessárias no trabalho em equipe. O esporte é atualmente considerado uma das principais formas de transformação social, podendo ser abordado de diversas maneiras: política, econômica, social e cultural. A prática esportiva escolar pode ser desenvolvida em qualquer dos três ciclos de ensino, fundamental, médio e superior, seja como conteúdo curricular da disciplina de Educação Física, seja como atividade extracurricular. O planejamento deve sempre cumprir todos os requisitos do projeto político e pedagógico da instituição escolar, de conformidade com o que determina a Lei das Diretrizes e Bases (LDB) da Educação Nacional, qual seja, a Lei Federal número (nº) 9.394, de 20 de dezembro de 1996. O treinamento esportivo é definido por: atividade esportiva graduada de forma progressiva, sistemática e de duração variável, cujo objetivo é preparar as funções humanas, psicológicas e fisiológicas para superar as tarefas mais exigentes. O principal objetivo do treinamento esportivo é, pois, direcionar a evolução do desportista, a qual é alcançada baseada em exercícios sistemáticos organizados pedagogicamente. Quanto ao reconhecimento das vantagens da prática do treinamento esportivo para a obtenção e a manutenção da saúde, há uma certa unanimidade, que se explica, em razão da aptidão física: estado dinâmico de energia e vitalidade, que permite a cada um não apenas realizar tarefas do cotidiano, mas, também, evitar o aparecimento das funções hipocinéticas, enquanto funcionando no pico da capacidade intelectual. No âmbito da Pediatria, o conteúdo e os métodos de treinamento esportivo devem-se adequar à faixa etária dos praticantes da atividade física, devendo-se dar prioridade à diversidade de movimentos

realizados e, igualmente, ao condicionamento físico em geral, deixando-se, para fases posteriores do desenvolvimento esportivo do indivíduo, a concentração do seu treinamento em determinada modalidade do esporte. Fenômeno complexo e multideterminado, o desempenho escolar tem seus fatores intervenientes amplamente debatidos na atualidade, ao contrário do que ocorria até relativamente pouco tempo atrás, quando então prevalecia uma visão simplista, a qual, tal como se dava nos anos 70 do século XX, atribuía a não aprendizagem, por parte do aluno, unicamente à sua própria falta de dedicação aos estudos.

**Objetivo:** avaliar a influência do treinamento esportivo no desempenho escolar de crianças de 7 a 11 anos em uma escola de tênis na região de Curitiba.

**Método:** Estudo descritivo quantitativo com corte transversal. O estudo foi realizado em um instituto de treinamento tênis do município de Curitiba (PR), no qual o treinamento físico tem como objetivo as competições interescolares. Foram coletados dados epidemiológicos, do desempenho escolar e do treinamento esportivo. Foi emitida carta de autorização para a escola de treinamento esportivo solicitando a realização da pesquisa. Resultados: mensurar a influência do treinamento esportivo no desempenho escolar em uma escola esportiva de Curitiba.

**Resultados:** De acordo com os dados epidemiológicos coletados nos questionários, observa-se que em relação a idade foi evidenciado dois picos: 7 (33%) e 11 anos (33%). O sexo masculino foi mais prevalente (66%). O sexto ano foi a série mais prevalente. As aulas de educação física completaram duração média de 50 minutos e totalizaram em 126 minutos por semana. A maioria dos entrevistados pratica atividade física regular além da aula de educação física. Esses referiram realizar exercícios com intensidade intensa (treino para condicionamento físico, artes marciais natação, futebol e futsa) complementado por atividades leves. Entre os períodos que os estudantes não fazem atividade física, o tempo médio assistindo (televisão, vídeo ou DVD) foi de 66 minutos por dia e aproximadamente 8 horas por semana, o tempo médio em jogos eletrônicos (computador ou videogame) foi de 45 minutos por dia e aproximadamente 8 horas por semana. Poucos relataram conversar ao telefone, e a média foi de 9 minutos por dia e de 1,6 hora por semana. Quanto ao desempenho escolar, 91% não apresentou episódio de reprovação, 79% negou problemas com relação a frequência. Em relação as notas, 95% das crianças entrevistadas alegaram não ter tido nenhuma nota abaixo da média em Português e Matemática. Os alunos entrevistados referiram ter bom rendimento escolar (95%). Todos relatam ter bom relacionamento com os docentes, além de gostarem das aulas de educação física.

**Conclusão:** No presente estudo, foi possível concluir que crianças praticantes de treinamento esportivo possuem bom relacionamento com seus professores, frequência mínima de 75% nas aulas e desempenho escolar satisfatório. Dessa forma, a prática de treinamento físico por parte desses escolares não foi um fator prejudicial ao seu desempenho escolar, tanto no aspecto relacionado às notas escolares quanto no convívio social dentro do ambiente escolar e esportivo. Sendo assim, é fundamental a realização de estudos

complementares futuros para uma melhor compreensão das relações apresentadas, visando a ampliação da população e a faixa etária analisada para a possibilidade de maiores debates a respeito do tema.

#### **REFERÊNCIAS:**

AARON, D. J, et al. The epidemiology of leisure physical activity in an adolescent population. **Medicine and Science in Sports and Exercise**. v.25, p.847-53, 1993.

BARBANTI, V. J.; TRICOLI, V.; UGRINOWITSCH, C. Relevância do Conhecimento Científico na Prática do Treinamento Físico. **Revista Paulista de Educação Física**. v. 18, p. 101–109, 2004.

BOMPA, T. **Treinamento total para jovens campeões**. 1. ed. São Paulo: Manoele, 2002.