



Universidade Federal de Ouro Preto – UFOP
Escola de Educação Física - EEF
Licenciatura em Educação Física



TCC em formato de artigo

**Características Antropométricas, Fisicomotoras, Psicossociais e
Maturacionais de Jovens Atletas de Futebol de um Colégio Militar**

Alan Jaques Martins

Ouro Preto - MG
Novembro/2019

Alan Jaques Martins

Características Antropométricas, Fisicomotoras, Psicossociais e Maturacionais de Jovens Atletas de Futebol de um Colégio Militar

Trabalho de Conclusão de Curso em formato de artigo formatado para Revista Brasileira de Futebol apresentado à disciplina Seminário de TCC (EFD - 381) do curso de Educação Física em Licenciatura da Universidade Federal de Ouro Preto, como requisito parcial para aprovação na mesma.

Orientador: Prof. Dr. Emerson Filipino Coelho

**Ouro Preto - MG
Novembro/2019**

M375c Martins, Alan Jaques.

Características antropométricas, fisicomotoras , psicossociais e maturacionais de jovens atletas de futebol de um Colégio Militar [manuscrito] / Alan Jaques Martins. - 2019.

37f.: il.: graf.

Orientador: Prof. Dr. Emerson Filipino Coelho.

Monografia (Graduação). Universidade Federal de Ouro Preto. Centro Desportivo da UFOP. Departamento de Educação Física.

1. Futebol. 2. Jovem Atleta. 3. Escolares. I. Coelho, Emerson Filipino. II. Universidade Federal de Ouro Preto. III. Título.

CDU: 796.33

Catálogo: ficha.sisbin@ufop.edu.br



FOLHA DE APROVAÇÃO

Alan Jaques Martins

Características antropométricas, fisicomotoras, psicossociais e maturacionais de jovens atletas de futebol de um colégio militar

Membros da banca

Emerson Filipino Coelho - Doutor - Universidade Federal de Ouro Preto
Francisco Zacaron Werneck - Doutor - Universidade Federal de Ouro Preto
Luciano Miranda - Mestre - Colégio Militar de Juiz de Fora

Versão final

Aprovado em 27 de novembro de 2019

De acordo

Emerson Filipino Coelho



Documento assinado eletronicamente por **Emerson Filipino Coelho, COORDENADOR DO CURSO DE BACHARELADO EM EDUCACAO FISICA**, em 06/12/2019, às 23:27, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0026616** e o código CRC **4CCD2C28**.

Referência: Caso responda este documento, indicar expressamente o Processo nº 23109.203742/2019-09

SEI nº
0026616

R. Diogo de Vasconcelos, 122, - Bairro Pilar Ouro Preto/MG, CEP 35400-000
Telefone: - www.ufop.br

Dedico esse trabalho à toda minha família e amigos

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, aos meus pais, minha irmã e a minha família querida pelo incentivo e ajuda que me deram em todos esses anos.

Aos meus tios-pais, Maria e Aristides (in memoriam), por todo carinho e afeto por toda minha vida.

Ao professor Dr. Emerson Filipino Coelho, o melhor orientador, por toda dedicação, compreensão, confiança, parceria, amizade e aprendizado.

Agradeço à todos os professores do corpo docente do EEF-UFOP, por todos os ensinamentos e aprendizados proporcionados por eles durante a minha formação. Em especial aos professores Dr. Francisco Zacaron Werneck, Dr. Renato Melo Ferreira, Dr. Emerson Cruz de Oliveira, Dr. Kelerson Mauro Pinto, Dr. Adailton Eustáquio Magalhães

Ao LABESPEE, pelo conhecimento e oportunidades adquiridas como participante desse laboratório.

Ao Colégio Militar de Juiz de Fora, por proporcionar vários aprendizados práticos, e pela parceria adquirida em todos esses anos

Por fim, agradeço aos meus amigos do curso, aos amigos de Ouro Preto-MG e Piranga-MG e amigos das Repúblicas durante todos esses anos, em especial à Masmorra, por proporcionarem os melhores anos da minha vida.

Só os loucos sabem...
(Charlie Brown Jr)

RESUMO

O futebol é um esporte coletivo que possui grande variedade e quantidade de movimentação associada à manipulação e domínio de bola e interação com outros atletas. É um esporte conhecido mundialmente, e é um sonho de profissão de grande parte da população, mas há critérios para formar e desenvolver novos praticantes de Futebol. O objetivo foi comparar o perfil antropométrico, funcional, psicológico, socioambiental e maturacional de jovens atletas de Futebol de um colégio militar com o perfil de não atletas. Participarão desse estudo escolares do sexo masculino de um Colégio Militar, com idade entre 10 e 17 anos. Foram divididos em dois grupos: Jovens Atletas de Futebol; e Não Atletas. As variáveis analisadas para caracterização do perfil multidimensional dos atletas vão ser: massa corporal, estatura, altura sentado, envergadura, dobras cutâneas, e comprimento de membros inferiores; teste de preensão manual e arremesso de Medicine Ball de 2kg, salto contramovimento, velocidade, resistência e flexibilidade; avaliação das habilidades de *Coping*, de motivação para Tarefa ou Ego e identificação do nível socioeconômico; maturação através do %EAP e idade do PVC. Os Resultados indicam que os jovens futebolistas apresentam maior força de pressão manual, no salto vertical, arremesso de Medicine Ball, velocidade na corrida de 10m e de 20m, distância no teste de resistência, Vo2máx, distância percorrida, nível de atividade física, competência percebida, motivação-ego, motivação-tarefa, lidar com adversidades, desempenho sob pressão, metas e preparo mental, concentração, confiança e motivação, treinabilidade e *Coping* em relação aos não atletas da modalidade. Estes resultados podem auxiliar os professores do CMJF no processo de formação e seleção de jovens futebolistas.

ABSTRACT

Football is a team sport that has great variety and amount of movement associated with ball handling and mastery and interaction with other athletes. It is a well-known sport worldwide, and it is a dream come true for most of the population, but there are criteria for training and developing new soccer players. The objective was to compare the anthropometric, functional, psychological, socioenvironmental and maturational profile of young soccer athletes from a military college with the non-athlete profile. This study will be attended by male students from a Military College, aged between 10 and 17 years. They were divided into two groups: Young Soccer Athletes; and not athletes. The variables analyzed to characterize the multidimensional profile of the athletes will be: body mass, height, seated height, wingspan, skin folds, and lower limb length; 2kg Medicine Ball handgrip and throw test, countermovement jump, speed, endurance and flexibility; assessment of coping skills, task or ego motivation and identification of socioeconomic status; maturation by % EAP and age of PVC. Results indicate that young soccer players have higher hand pressure strength, vertical jump, Medicine Ball throw, 10m and 20m running speed, endurance test distance, Vo2max, distance traveled, level of physical activity, perceived competence, ego-motivation, task-motivation, dealing with adversity, performance under pressure, goals and mental preparation, concentration, confidence and motivation, trainability and coping in relation to non-athletes of the modality. These results can assist CMJF teachers in the process of training and selecting young players.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Média $\pm$ desvio padrão de variáveis morfológicas de jogadores selecionados e não selecionados.	15
Tabela 2: Média $\pm$ desvio padrão de variáveis fisicomotoras de jogadores selecionados e não selecionados.....	16
Tabela 3: Média $\pm$ desvio padrão de variáveis psicossociais de jogadores selecionados e não selecionados.....	16
Tabela 4: Valores descritivos das variáveis maturacionais analisadas com média e desvio-padrão, entre os jovens atletas de futebol e não atletas.....	17

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
MÉTODOS	13
RESULTADOS	15
DISCUSSÃO	17
CONCLUSÃO.....	18
REFERÊNCIAS	20
ANEXO I	22
ANEXO II	23
ANEXO III	24
APÊNDICE I	25

**CARACTERÍSTICAS ANTROPOMÉTRICAS, FISICOMOTORAS, PSICOSSOCIAIS E
MATURACIONAIS DE JOVENS ATLETAS DE FUTEBOL DE UM COLÉGIO
MILITAR**

**ANTHROPOMETRIC, PHYSICOMOTOR, PSYCHOSOCIAL AND MATURATIONAL
CHARACTERISTICS OF YOUTH MILITARY COLLEGE SOCCER**

RESUMO

O futebol é um esporte coletivo que possui grande variedade e quantidade de movimentação associada à manipulação e domínio de bola e interação com outros atletas. É um esporte conhecido mundialmente, e é um sonho de profissão de grande parte da população, mas há critérios para formar e desenvolver novos praticantes de Futebol. O objetivo foi comparar o perfil antropométrico, funcional, psicológico, socioambiental e maturacional de jovens atletas de Futebol de um colégio militar com o perfil de não atletas. Participarão desse estudo escolares do sexo masculino de um Colégio Militar, com idade entre 10 e 17 anos. Foram divididos em dois grupos: Jovens Atletas de Futebol; e Não Atletas. As variáveis analisadas para caracterização do perfil multidimensional dos atletas vão ser: massa corporal, estatura, altura sentado, envergadura, dobras cutâneas, e comprimento de membros inferiores; teste de preensão manual e arremesso de Medicine Ball de 2kg, salto contramovimento, velocidade, resistência e flexibilidade; avaliação das habilidades de *Coping*, de motivação para Tarefa ou Ego e identificação do nível socioeconômico; maturação através do %EAP e idade do PVC. Os Resultados indicam que os jovens futebolistas apresentam maior força de pressão manual, no salto vertical, arremesso de Medicine Ball, velocidade na corrida de 10m e de 20m, distância no teste de resistência, Vo2máx, distância percorrida, nível de atividade física, competência percebida, motivação-ego, motivação-tarefa, lidar com adversidades, desempenho sob pressão, metas e preparo mental, concentração, confiança e motivação, treinabilidade e *Coping* em relação aos não atletas da modalidade. Estes resultados podem auxiliar os professores do CMJF no processo de formação e seleção de jovens futebolistas.

Palavras-chave: Futebol; Jovem atleta; Escolares;

ABSTRACT

Football is a team sport that has great variety and amount of movement associated with ball handling and mastery and interaction with other athletes. It is a well-known sport worldwide, and it is a dream come true for most of the population, but there are criteria for training and developing new soccer players. The objective was to compare the anthropometric, functional, psychological, socioenvironmental and maturational profile of young soccer athletes from a military college with the non-athlete profile. This study will be attended by male students from a Military College, aged between 10 and 17 years. They were divided into two groups: Young Soccer Athletes; and not athletes. The variables analyzed to characterize the multidimensional profile of the athletes will be: body mass, height, seated height, wingspan, skin folds, and lower limb length; 2kg Medicine Ball handgrip and throw test, countermovement jump, speed, endurance and flexibility; assessment of coping skills, task or ego motivation and identification of socioeconomic status; maturation by% EAP and age of PVC. Results indicate that young soccer players have higher hand pressure strength, vertical jump, Medicine Ball throw, 10m and 20m running speed, endurance test distance, Vo2max, distance traveled, level of physical activity, perceived competence. , ego-motivation, task-motivation, dealing with adversity, performance under pressure, goals and mental preparation, concentration, confidence and motivation, trainability and coping in relation to non-athletes of the modality. These results can assist CMJF teachers in the process of training and selecting young players.

Key words: Soccer; Young athlete; Schoolchildren

INTRODUÇÃO

O futebol é um desportivo coletivo de invasão que por suas características individuais e dimensionais se diferenciam dos demais, sendo um dos esportes mais praticados no mundo. No alto rendimento é razão de emoção e popularidade de milhões de pessoas. O futebol possui grande variedade e quantidade de movimentação de habilidades motoras básicas, associada à habilidades específicas de manipulação e domínio de bola.

É fundamental que regularmente se formem e desenvolvam novos praticantes, para que os clubes e organizações esportivas mantenham suas equipes em atividade¹.

A demanda fisiológica do futebol é extremamente complexa e exige dos jogadores o desenvolvimento de várias qualidades físicas como a capacidade aeróbia, anaeróbia, força muscular, velocidade e agilidade. Esta diversidade de qualidades físicas exigida de forma simultânea faz com que a preparação atlética do jogador de futebol tenha que ser multifatorial, pois é assim que ele será exigido nas competições².

Cada vez mais pesquisadores têm focado seus estudos que implicam em conhecer e sistematizar informações sobre o processo de identificação, formação e treinamento de jovens praticantes^[3,4,1,2].

Jovens atletas tem sido objeto de estudos que afirmam que variações no tamanho corporal e no desempenho motor relacionado às diferenças interindividuais da maturação biológica são de grande valor dentro da prática esportiva para a população jovem⁵.

Dentro da prática esportiva, jovens em estágios maturacionais avançados em relação a indivíduos de um mesmo grupo de treinamento ou categoria com maturação atrasada, apresentam vantagens no desempenho físiomotor⁶.

Estudos apontam diferenças entre idade cronológica e idade biológica em jovens futebolistas, mostrando que jovens maturacionalmente avançados se sobressaem física e tecnicamente aos atrasados^[6-8]. Autores afirmam que as mesmas vantagens se evidenciam quando são comparados aos não praticantes ou aos praticantes de menor nível técnico ou competitivo⁶.

Os futebolistas avançados maturacionalmente tendem a dominar o jogo nas categorias de base devido ao maior tamanho corporal, força, velocidade, potência e resistência, mas não necessariamente manter esta vantagem em nível superior. O desempenho técnico tende a aumentar com o incremento da idade cronológica¹.

Ao estudar futebolistas de elite, das categorias sub 14, 15 e 16, objetivando verificar o desfecho do processo de formação, observou-se que avaliações antropométricas e de condicionamento físico destes jogadores podem contribuir para determinar suas reais chances de avançar para níveis mais altos de conquista⁴.

Em outro estudo com a mesma temática comparou a morfologia, capacidades física e habilidade técnicas da categoria sub 14, verificando também que os atletas de elite desta categoria obtiveram melhores resultados na maioria dos indicadores avaliados⁹.

Baseada em nossa revisão, surgiu a seguinte questão: Quais variáveis antropométricas, funcionais, psicológicas, socioambientais e maturacionais diferenciam jovens atletas de futebol de não atletas de um colégio militar?

Neste sentido, espera-se que o perfil multidimensional dos jovens atletas praticantes de futebol sejam diferentes dos demais alunos, e a partir desse conhecimento seja possível estabelecer critérios para identificar e desenvolver potenciais talentos esportivos. Diante do exposto, o estudo objetivou comparar o perfil antropométrico, fisicomotor, psicossocial e maturacional de jovens atletas de futebol de um colégio militar com o perfil de não atletas.

MÉTODOS

A amostra foi composta por 402 escolares do sexo masculino com idade entre 12 e 17 anos de um Colégio Militar de Minas Gerais, que pertence ao Sistema de Colégio Militar do Brasil (SCMB). Em seu projeto pedagógico a Educação Física objetiva estimular o aluno para a saudável prática da atividade física, buscando o seu desenvolvimento físico e incentivando a prática habitual do esporte¹⁰.

Com o objetivo de clarificação, jovens atletas são aqueles que, além das aulas de Educação Física escolar, praticam uma modalidade específica de forma sistematizada, com a presença de um treinador/professor e participa de competições regionais, nacionais ou internacionais durante uma temporada¹¹.

Os alunos foram divididos em dois grupos: Grupo 1) Jovens Atletas de futebol (n=37), aqueles que participam de duas aulas por semana de Educação Física escolar com duração de 45 min, realizam treinamento sistematizado de futebol durante 1 hora e 30 minutos em horário extracurricular 2 vezes por semana e participam de competições regionais e nacionais; Grupo 2) Não Atletas (n=365), aqueles que participam somente das aulas curriculares de Educação Física escolar. Foram excluídos do estudo os jovens atletas que participavam de treinamentos de outras modalidades esportivas, aqueles que treinam fora do ambiente escolar e os alunos que não apresentaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e o Termo de Assentimento devidamente assinados. Obteve-se aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Ouro Preto (Parecer de Aprovação: 817.671).

Os alunos foram submetidos a uma bateria de testes durante o horário de aula de Educação Física em três dias distintos, em 2018. A bateria de testes utilizada desse estudo está integrada como proposta pedagógica da Educação Física escolar deste colégio. Os testes foram realizados pelos membros do LABESPEE (Laboratório de Estudos e Pesquisas do Exercício e Esporte) da Universidade Federal de Ouro Preto, juntamente com os professores do próprio Colégio.

Foram avaliados os seguintes fatores e variáveis para caracterização do perfil multidimensional dos jovens atletas:

Antropométricos: massa corporal, estatura, altura sentado, envergadura e dobras cutâneas - tríceps, subescapular e perna, de acordo com Norton e Olds¹². O comprimento de membros inferiores foi calculado através da medida de estatura menos a altura sentado.

Físicomotores: força de membros superiores através do teste de preensão manual utilizando o aparelho dinamômetro Jamar® conforme protocolo de avaliação¹³ e arremesso de Medicine Ball de 2kg, procedimento adotado pelo Projeto Esporte Brasil – PROESP¹⁴. A força de membros inferiores avaliou-se utilizando a plataforma (Ergojump) da CEFISE® por meio do salto contra movimento, respeitando o protocolo proposto por Bosco¹⁵. A velocidade foi avaliada a partir do tempo, em segundos, obtido em Sprint máximo nas distâncias de 10m e 20m, verificado por sistema de células fotoelétricas da marca CEFISE®. A resistência aeróbica foi avaliada pelo teste de corrida vai-e-vem de 20m, estimando assim o consumo máximo de oxigênio Vo2máx de acordo com Léger e Lambert¹⁶. A Flexibilidade foi analisada por meio do teste de Sentar e Alcançar banco de Wells e Dillon (1952), sugerido por Norton e Olds¹².

Psicossociais: Foi utilizada a versão brasileira do Athletic Coping Skills Inventory-28¹⁷. Para a avaliação das habilidades psicológicas de Coping e para avaliação da motivação foi utilizada a versão portuguesa do Questionário de Orientação para Tarefa ou Ego no Esporte^[18,19] já utilizada com atletas brasileiros. Para a identificação do nível socioeconômico foi utilizado o questionário proposto pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa²⁰.

Maturacionais: A maturação biológica foi avaliada por métodos indiretos e não invasivos através de indicadores de maturação somática: 1) Percentual alcançado da estatura adulta prevista, calculado a partir dos procedimentos propostos por Khamis e Roche²¹, que utiliza a idade cronológica, estatura atual e massa corporal do jovem e a média da estatura dos pais. A partir de dados de referência, utilizando escores Z, obtém-se a classificação do estágio maturacional (atrasado, normomature ou avançado); 2) Idade prevista do pico de velocidade de crescimento em estatura (PVC), estimada com base no cálculo do *maturity offset*, distância em anos em que o indivíduo se encontra do PVC, através do método proposto por Mirwald et al²² por meio de medidas antropométricas.

Os dados foram descritos como média e desvio-padrão. Para testar diferenças entre os jovens atletas de futebol e não atletas foi utilizado a ANCOVA, controlando o efeito da idade cronológica; e o teste do Qui-Quadrado, para testar a relação entre as variáveis qualitativas. O tamanho do efeito (TE) foi avaliado através do d de Cohen,

sendo adotada a seguinte classificação para interpretação: Pequeno: 0.20 – 0.49; Moderado: 0.50 – 0.79; Elevado: ≥ 0.80 (Cohen, 1992). O valor de $p \leq 0,05$ foi adotado para significância estatística, sendo utilizado o software IBM SPSS versão 24 (IBM Corp., Armonk, NY).

RESULTADOS

A média de idade dos atletas de futebol e dos não atletas foi de $14,5 \pm 1,8$ e $14,0 \pm 1,7$ anos ($p=0,88$) $TE=0,69$, respectivamente. Quanto às características antropométricas conforme Tabela 1, Não foram encontradas diferenças estatisticamente significantes entre atletas e não atletas nas variáveis massa corporal, estatura, altura sentado, IMC, comprimento de MMII, Envergadura, dobras cutâneas (subescapular, tricipital e perna), a soma das três dobras cutâneas e o percentual de gordura corporal ($p>0,05$). Também não houve relevância prática, sem tamanho de efeito elevado nas mesmas variáveis, ($d \geq 0,80$).

Tabela 1: Média $\pm$ desvio padrão de variáveis morfológicas de jogadores selecionados e não selecionados.

Varáveis	Atletas n=37	Não Atletas n=365	p	d
	Média $\pm$ DP	Média $\pm$ DP	p-valor	d-valor
Idade cronológica (anos)				
Massa corporal (kg)	$57,6 \pm 12,1$	$57,0 \pm 14,0$	0,81	0,04
Estatura (cm)	$165,6 \pm 11,1$	$164,3 \pm 11,1$	0,52	0,11
Altura sentado (cm)	$86,2 \pm 5,8$	$85,1 \pm 6,4$	0,28	0,18
IMC (kg/m^2)	$20,8 \pm 2,6$	$20,1 \pm 3,8$	0,83	0,03
Comprimento MMII(cm)	$79,3 \pm 6,0$	$79,2 \pm 5,8$	0,91	0,01
Envergadura (cm)	$169,3 \pm 12,3$	$168,0 \pm 12,0$	0,54	0,11
DC subescapular (mm)	$8,8 \pm 3,3$	$10,3 \pm 5,5$	0,13	0,25
DC Tricipital (mm)	$9,1 \pm 2,9$	$10,1 \pm 5,0$	0,31	0,36
DC perna (mm)	$9,6 \pm 3,4$	$11,9 \pm 5,4$	0,11	0,42
Soma 3DC (mm)	$27,6 \pm 7,5$	$33,2 \pm 14,6$	0,22	0,38
Gordura percentual (%)	$14,8 \pm 4,2$	$17,8 \pm 7,3$	0,13	0,41

*diferença estatisticamente significativa $p \leq 0,05$.

**relevância prática $d \geq 0,80$

Quanto às características físico-motoras de acordo com a Tabela 2, os atletas apresentaram maior força de pressão manual, no salto vertical, arremesso de Medicine Ball, velocidade na corrida de 10m e de 20m, distância no teste de resistência, $\text{VO}_2\text{máx}$, distância percorrida, nível de atividade física do que os não atletas. Não foram encontradas diferenças significativas na flexibilidade. Já em relação à relevância prática,

foram encontradas tamanho de efeito elevado nas variáveis de velocidade (Léger), Vo2 máximo, distância percorrida e nível de atividade física ($d \geq 0,80$).

Tabela 2: Média $\pm$ desvio padrão de variáveis fisicomotoras de jogadores selecionados e não selecionados.

Varáveis	Atletas n=37	Não Atletas n=365	p	d
	Média $\pm$ DP	Média $\pm$ DP	p-valor	d-valor
Preensão Manual (kgf)	33,8 $\pm$ 10,1	29,7 $\pm$ 9,7	0,02*	0,41
Salto Contramovimento (cm)	30,1 $\pm$ 6,6	27,4 $\pm$ 6,7	0,02*	0,41
Arremesso Medicineball (m)	4,7 $\pm$ 1,2	4,2 $\pm$ 1,0	0,01*	0,45
Velocidade 10m (s)	1,9 $\pm$ 0,1	2,0 $\pm$ 0,2	0,01*	0,61
Velocidade 20m (s)	3,4 $\pm$ 0,3	3,6 $\pm$ 0,3	0,00*	0,65
Legér Estágio (velocidade)	12,2 $\pm$ 1,0	11,1 $\pm$ 0,1	0,00*	1,13**
VO _{2max} (ml/kg/min)	50,5 $\pm$ 5,2	45,7 $\pm$ 4,7	0,00*	1,02**
Distância percorrida (m)	1428,6 $\pm$ 404,8	998,2 $\pm$ 358,1	0,00*	1,20**
Flexibilidade (cm)	22,8 $\pm$ 7,9	22,2 $\pm$ 8,2	0,77	0,06
Nível de Atividade Física	3,0 $\pm$ 0,5	2,3 $\pm$ 0,7	0,00*	0,93**

* diferença estatisticamente significativa $p \leq 0,05$.

**relevância prática $d \geq 0,80$

Quanto às características psicológicas e socioambientais apresentadas na Tabela 3, foram encontradas diferenças significativas entre os jovens nas variáveis: competência percebida, motivação-ego, motivação-tarefa, lidar com adversidades, desempenho sob pressão, metas e preparo mental, concentração, confiança e motivação, treinabilidade, Coping. Não foram observadas diferenças significativas entre os jovens nas variáveis livre de preocupação e nível socioeconômico. Quanto à relevância prática, foi encontrado tamanho de efeito elevado nas variáveis desempenho sob pressão, confiança e motivação e Coping.

Tabela 3: Média $\pm$ desvio padrão de variáveis psicossociais de jogadores selecionados e não selecionados.

Varáveis	Atletas n=37	Não Atletas n=365	p	d
	Média $\pm$ DP	Média $\pm$ DP	p-valor	d-valor
Apoio Familiar	28,5 $\pm$ 8,3	23,0 $\pm$ 8,2	0,00*	0,66
Competência Percebida	7,8 $\pm$ 1,3	6,7 $\pm$ 1,6	0,00*	0,74
Motivação Ego	2,7 $\pm$ 0,1	2,4 $\pm$ 0,9	0,02*	0,41
Motivação tarefa	4,2 $\pm$ 0,6	3,9 $\pm$ 0,8	0,01*	0,42
Lidar Adversidades	1,8 $\pm$ 0,8	1,5 $\pm$ 0,6	0,01*	0,45
Desempenho Pressão	1,8 $\pm$ 0,6	1,1 $\pm$ 0,8	0,00*	0,82**
Metas/Preparo Mental	1,7 $\pm$ 0,7	1,4 $\pm$ 0,8	0,03*	0,37
Concentração	2,1 $\pm$ 0,7	1,6 $\pm$ 0,6	0,00*	0,74
Livre Preocupação	1,4 $\pm$ 0,7	1,4 $\pm$ 0,7	0,93	0,01

Confiança Motivação	2,2 ± 0,5	1,7 ± 0,6	0,00*	0,80**
Treinabilidade	2,4 ± 0,5	2,1 ± 0,6	0,01*	0,55
Coping	13,4 ± 2,8	10,8 ± 2,7	0,00*	0,93**
Nível Socioeconômico	30,5 ± 5,3	32,6 ± 8,7	0,14	0,24

* diferença estatisticamente significativa $p \leq 0,05$.

**relevância prática $d \geq 0,80$

Quanto às características maturacionais conforme Tabela 4, não foram observadas diferenças significativas entre os atletas e não atletas nas variáveis: estatura adulta prevista, percentual da estatura adulta atingida, *maturity offset* e idade do PVC.

Tabela 4: Valores descritivos das variáveis maturacionais analisadas com média e desvio-padrão, entre os jovens atletas de futebol e não atletas.

Varáveis	Atletas n=37		Não Atletas n=365		p
	Média	DP	Média	DP	p-valor
Estatura Adulta Prevista (cm)	176,8	±6,9	178,2	±6,2	0,2
Percentual Atingido EAP (%)	93,4	±5,6	92,1	±5,7	0,2
Maturity Offset (anos)	0,6	±1,5	0,2	±1,6	0,1
Idade prevista PVC (anos)	13,9	±0,6	13,9	±0,6	0,4

DISCUSSÃO

O objetivo desse estudo foi comparar o perfil antropométrico, funcional, psicológico, socioambiental e maturacional de jovens atletas de futebol de um colégio militar com o perfil de não atletas.

Quanto às características físicas os atletas apresentaram maior força de pressão manual, no salto vertical, arremesso de Medicine Ball, maior velocidade de corrida de 10m e de 20m, maior distância no teste de resistência, $Vo_{2máx}$, distância percorrida, nível de atividade física do que os não atletas e em relação à relevância prática foram encontradas tamanho de efeito elevado nas variáveis de velocidade (Léger), Vo_2 máximo, distância percorrida e nível de atividade física. O que entra em acordo com um estudo de Marcos A, Garlipp D. e Gaya A.²³ com atletas de futsal, que mostraram que o grupo de atletas da modalidade atingiram resultados superiores nas variáveis de altura, resistência abdominal e força explosiva dos membros inferiores, agilidade e velocidade. Estas são as variáveis que mais se relacionam com a distinção de escolares e atletas deste esporte em um mesmo estágio de desenvolvimento, sendo possíveis indicadores para seleção de potenciais talentos futuros no futebol.

Nas variáveis morfológicas não foram observadas diferenças significativas entre os grupos, e sem tamanho de efeito elevados, logo sem relevância prática. O que corrobora com o estudo de Matta¹ et al que nos mostraram que até 13-14 anos de idade a relação entre estatura e a massa corporal dos futebolistas tende ser semelhante à observada na população em geral. Após esta idade a massa corporal tende a valores superiores, aumentando o componente mesomorfo em ambos os grupos, mas que entra em conflito quando se trata de um nível competitivo maior, como em categorias de bases e nas diferenças entre posições, onde um estudo de Coelho et al⁹, nos apresentam valores morfológicos de selecionados maturacionalmente avançados, eram mais pesados e mais altos dos não selecionados.

O presente estudo demonstrou que não foram encontradas diferenças significativas na flexibilidade, o que vai de encontro a vários estudos sobre flexibilidade e Futebol, onde tudo indica que a flexibilidade não é um componente decisivo no futebol, corroborando com os estudos de Farinatti²⁴ que conclui que a flexibilidade não é fundamental para desempenhos de alto nível em várias modalidades esportivas, ou associando-a negativamente à economia de movimentos durante a corrida, como no caso do Futebol.

Quanto as características psicológicas e socioambientais, os atletas apresentaram maior apoio dos seus familiares, maior competência percebida, maior motivação tarefa e ego, sabem melhor como lidar com adversidades, melhor desempenho sobre pressão, maiores metas/preparo mental, mais concentrados, mais confiantes e motivados, tem maior treinabilidade e possuem maiores habilidades de *coping* do que os não atletas, quanto à relevância prática, foi encontrado tamanho de efeito elevado nas variáveis desempenho sob pressão, confiança e motivação e *Coping*.. Sobre essa temática, Miranda²⁵ et al. descrevem que para se otimizar e desenvolver as habilidades motoras psicofísicas de jovens atletas, faz-se necessário competir regularmente. O que pode ser uma justificativa, para que os jovens atletas do Colégio Militar atuem melhor sobre tais características, pois eles participam de várias competições, tendo a podendo assim enfrentar adversários de diferentes níveis competitivos, levando-os a desenvolver novas habilidades ou aprimorar outras já conquistadas. Nas demais variáveis psicológicas e socioambientais não foram observadas diferenças significativas.

CONCLUSÃO

Concluiu-se que os jovens atletas do futebol do Colégio Militar não apresentaram diferenças significativas nas variáveis morfológicas, porém apresentaram maior força de pressão manual, no salto vertical, arremesso de Medicine Ball, velocidade de corrida de 10m e 20m, maior distância no teste de resistência/ $Vo_{2máx}$, maior nível de atividade física, competência percebida, motivação-ego, motivação-tarefa, lidar com adversidades, desempenho sob pressão, metas e preparo mental, concentração, confiança e motivação, treinabilidade e *Coping*. Nas demais variáveis não foram observadas diferenças significativas.

Destacamos a maturação como uma variável importante a ser avaliada em grupos de jovens atletas. As variáveis discriminantes encontradas podem ser utilizadas pelos professores do colégio para identificar e desenvolver os atletas da equipe de Futebol. Sugerimos que novos estudos devem ser desenvolvidos aplicando testes táticos e técnicos específicos, tendo uma abordagem multidimensional.

REFERÊNCIAS

1. Matta, MO; Figueiredo, AJB; Garcia, ES; Seabra, AFT. Crescimento, maturação biológica e aptidão física e técnica de jovens futebolistas: uma revisão. Rev Bras Fut. 2013 Jan-Jun; 06(1): 85-99
2. Silva, AG; Marins, JCB. *Proposta de bateria de testes físicos para jovens jogadores de futebol e dados normativos*, Rev Bras Fut. 2014; Jan-Jun; 06(2): 13-29
3. Bozza, R; Michelin, A; Ladewig, I; Campos, W. Comportamento das capacidades físicas durante a puberdade em meninos participantes de iniciação desportiva. R. da Edu. Físi. /UEM Maringá, 2009; 20(2): 197-203.
4. Gall, F; Carling, C; Williams, M; Reilly, T. Anthropometric and fitness characteristics of international, professional and amateur male graduate soccer players from an elite youth academy, Jou. of Sci. and Med.in Sport, 2010; 13(1):90-5.
5. Dellagrana RA, Silva MP, Smolarek AC, Bozza R, Neto AS, Campos W. Composição corporal, maturação sexual e desempenho motor de jovens praticantes de handebol. Motriz 2010;16(4):880-88.
6. Malina, R.; et al. Maturity Status of Youth Football Players: A Noninvasive Estimate. Medicine and Science in Sports and Exercise, EUA, 2005; 37(6): 1044–52.
7. Seabra,A, Maia JA, Garganta R. Crescimento, Maturação, aptidão física, força explosiva e habilidades motoras específicas. Estudos em jovens futebolistas e não futebolistas do sexo masculino dos 12 aos 16 anos de idade. Revista Portuguesa de ciência e Desporto. Port 2001; 1(2): 22-35.
8. Malina RM, Dompier TP, Powell JW, Barron MJ, Moore MT. Validation of a noninvasive maturity estimate relative to skeletal age in youth football players. Clin J Sport Med 2007;17(5):362-68
9. Coelho e Silva, MJ; Figueiredo AJ; Simões F; Seabra A; Natal A; Phillippaerts, R; et al. Discrimination of u-14 soccer players by level and position. Int J Sports med 2010; 21: 790-6.
10. Projeto pedagógico do sistema colégio militar do Brasil (PP/SCMB). DEPA: Brasil. 2015; Disponível em: <http://www.cmpa.eb.mil.br/component/phocadownload/category/232-projeto-pedagogico?download=701:projeto-pedagogico>. Acesso em: 28 Jul. 2018
11. Malina, RM; Bouchard, C; Bar-Or, O. Crescimento, maturação e atividade física. São Paulo: Phorte, 2009. 784 p.
12. Norton K; Olds T. Antropométrica. Porto Alegre: Artmed, 2005.
13. Fernandes AE, Marins JCB. Teste de força de preensão manual: análise

metodológica e dados normativos em atletas. *Fisioter Mov* 2011;24(3):567-78.

14. Gaya A. PROESP-BR Projeto Esporte Brasil: Indicadores de saúde e fatores de prestação esportiva em crianças e jovens. 2005; Disponível em: <https://www.proesp.com.br>. Acesso em: 19 Out. 2019.
15. Bosco C. La valoración de la fuerza com el teste de Bosco. Barcelona: Paidotribo; 1994.
16. Léger LA, Lambert J. A maximal multistage 20-m shuttle run test to predict $\dot{V}O_{2\max}$. *Eur J Appl Physiol* 1982; 49(1):1-12.
17. Coimbra DR, Bara Filho M, Andrade A, Miranda R. Habilidades psicológicas de coping em atletas brasileiros. *Motri* 2013; 9(1): 95-106.
18. Duda JL. Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes. *J Sport Exerc Psychol* 1989; 11(3): 318-35.
19. Hirota VB. Motivação para aprendizagem esportiva no futebol de campo: um estudo com o questionário de orientação para orientação para tarefa ou ego (TEOSQ). [Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências da Saúde]. Piracicaba (SP): Universidade Metodista de Piracicaba; 2006.
20. ABEP. Critério Padrão de Classificação Econômica Brasil/2008. Disponível em: <http://www.viverbem.fmb.unesp.br/docs/classificacaobrasil.pdf> [2008 out 23], Acesso em: 18 Out. 2019.
21. Khamis H, Roche A. Predicting Adult stature without using skeletal age: The Khamis Roche method. *Pediatrics* 1994; 4(1): 504-07.
22. Mirwald RL, Baxter-Jones ADG, Bailey DA Beunen GP. An assessment of maturity from anthropometric measurements. *Med Sci Sports Exerc* 2002; 34(4): 689-94.
23. MARCOS A., GARLIPP D. e GAYA A. Comparação de variáveis morfológicas e motoras em atletas e não atletas do sexo masculino de 10 e 11 anos de idade. *Revista perfil*, RS, 2005; 7(7): 73-7.
24. Farinatti, PTV. Flexibilidade e Esporte: Uma Revisão de Literatura. *Revista Paulista de Educação Física*, SP, 2000; 14(1): 85-96
25. Miranda R, Coimbra DR, Miranda Junior V, Russo AF, Andrade A, Bara Filho M. Habilidades de coping em atletas escolares brasileiros. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 2015; 13(1): 31-38.

ANEXO I

Senhores Pais ou Responsáveis Legais,

O seu filho (a) está participando de uma pesquisa que visa caracterizar o perfil antropométrico, fisicomotor e maturacional dos escolares do Colégio Militar de Juiz de Fora. Esse estudo irá colaborar para a melhoria da qualidade da Educação Física e dos treinamentos esportivos oferecidos pelo CMJF. Para isso, precisamos que vocês respondam algumas perguntas bem simples.

- 1) Qual é a altura da mãe biológica? _____ m
- 2) Qual é a altura do pai biológico? _____ m
- 3) O pai pratica algum esporte atualmente?
☐ Não ☐ Sim Qual esporte? _____
- 4) A mãe pratica algum esporte atualmente?
☐ Não ☐ Sim Qual esporte? _____
- 5) Possui alguém na família que é ou que já foi atleta?
☐ Não ☐ Sim Qual esporte? _____
- 6) Agora vou fazer algumas perguntas sobre itens do domicílio para efeito de classificação econômica. Todos os itens de eletroeletrônicos que vou citar devem estar funcionando, incluindo os que estão guardados. Caso não estejam funcionando, considere apenas se tiver intenção de consertar ou repor nos próximos seis meses.

ITENS DE CONFORTO	NÃO POSSUI	QUANTIDADE DE ITENS POSSUI			
		1	2	3	4+
Quantidade de automóveis de passeio exclusivamente para uso particular					
Quantidade de empregados mensais, considerando apenas os que trabalham pelo menos cinco dias por semana					
Quantidade de máquinas de lavar roupa, excluindo tanquinho					
Quantidade de bonheiras					
DVD, incluindo qualquer dispositivo que leia DVD e desconsiderando DVD de automóvel					
Quantidade de geladeiras					
Quantidade de freezers independentes ou parte da geladeira duplex					
Quantidade de microcomputadores, considerando computadores de mesa, laptops, notebooks e netbooks e desconsiderando tablets, palmes ou smartphones					
Quantidade de lavadora de louças					
Quantidade de ferros de micro-ondas					
Quantidade de motocicletas, desconsiderando as usadas exclusivamente para uso profissional					
Quantidade de máquinas secadoras de roupas, considerando lava e seca					

A água utilizada neste domicílio é proveniente de?	
1	Sistema geral de distribuição
2	Poço ou nascente
3	Outra fonte

Considerando o trecho da rua do seu domicílio, você diria que a rua é:	
1	Asfaltada/implementada
2	Terra/Carroço

- 7) Qual é o grau de instrução do chefe da família? Considere como chefe da família a pessoa que contribui com a maior parte da renda do domicílio.

Escolaridade da pessoa de referência	
Analfabeto / Fundamental I incompleto	
Fundamental I completo / Fundamental II incompleto	
Fundamental II completo / Médio incompleto	
Médio completo / Superior incompleto	
Superior completo	

APÊNDICE I



PROJETO ATLETAS DE OURO

**QUESTIONÁRIO DE COLETA DE DADOS
VERSÃO – ESCOLAR – FUTEBOL**

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

O menor _____, sob sua responsabilidade, está sendo convidado (a) a participar da pesquisa intitulada “Comparação do perfil antropométrico e físico-motor de alunos praticantes e não praticantes de futebol de uma Escola Militar”, parte integrante do “Projeto Atletas de Ouro: Avaliação Multidimensional e Longitudinal do Potencial Esportivo de Jovens Atletas”, coordenado pelo Prof. Dr. Francisco Zaccaron Werneck e sob responsabilidade do Prof. Dr. Emerson Filipino Coelho. Nesta pesquisa, iremos mapear o perfil morfológico, psicomotor, maturacional, socioeconômico, e de habilidades esportivas de jovens alunos e atletas, com a finalidade de diagnosticar a aptidão física atual dos mesmos. Essas informações servirão de base para o acompanhamento do desenvolvimento dos jovens, para se conhecer os efeitos da prática de exercícios e esportes, para uma prescrição de treinamento mais individualizado e para identificar potenciais talentos esportivos. Para esta pesquisa será aplicada uma bateria de testes durante as aulas de Educação Física do CMJF, sendo composta pelos seguintes testes: Medidas Antropométricas (peso, altura, envergadura e percentual de gordura), aplicação de questionários para avaliar a motivação do jovem para o esporte, seu perfil de habilidades psicológicas (confiança, capacidade de lidar com o estresse, treinabilidade) e sua percepção de competência. Os demais testes incluem: teste de velocidade (corrida de 20m), salto vertical, teste de agilidade e corrida vai-e-vem de 20m para avaliar a resistência aeróbica. Os professores-treinadores também farão uma avaliação minuciosa do potencial atlético dos alunos. Essa bateria de testes será aplicada anualmente como atividade de avaliação da disciplina de Educação Física do CMJF. Você receberá um questionário com as informações relativas à estatura dos pais biológicos do menor, para podermos calcular qual será a estatura final adulta que o menor irá alcançar e como está o seu processo de desenvolvimento. Para participar desta pesquisa, o menor, sob sua responsabilidade, não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Ele será esclarecido (a) em qualquer aspecto que desejar e estará livre para participar ou recusar-se a participar. Você, como responsável pelo menor, poderá retirar seu consentimento ou interromper a participação dele a qualquer momento. A participação dele é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido (a) pelo pesquisador e pelos professores do CMJF. Os dados desta pesquisa serão utilizados para fins científicos e os pesquisadores irão tratar a identidade do menor com padrões profissionais de sigilo, mas fica autorizada a utilização das imagens do menor para efeitos de apresentação visual da participação do mesmo na bateria de testes, bem como em materiais acadêmicos-científicos de divulgação do projeto. Esta pesquisa apresenta risco mínimo por propor a aplicação de questionários e de testes físico-motores os quais os alunos já estão acostumados a fazer nas aulas de Educação Física. Apesar disso, no caso de quaisquer danos eventualmente produzidos pela pesquisa, será prestada assistência adequada. O resultado estarão à sua disposição quando finalizada a pesquisa. Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão arquivados com o pesquisador responsável por cinco (5) anos, e após esse tempo serão destruídos. Todas as despesas relacionadas com este estudo serão de responsabilidade do pesquisador. Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa, CCAE 32959814.4.1001.5150 parecer de aprovação 817.671 da Universidade Federal de Ouro Preto (Tel.:(31) 3551-1368 / E-mail: cep@propp.ufop.br) Em caso de qualquer dúvida, contatar o Prof. Dr. Emerson Filipino Coelho (32) 999884202.

Eu, _____, portador (a) do documento de identidade _____, responsável pelo menor _____, fui informado (a) dos objetivos do presente estudo de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar mais informações e modificar a decisão do menor sob minha responsabilidade de participar, se assim o desejar.

Juiz de fora, ____ de ____ de 2018

Assinatura do (a) Responsável

Assinatura do (a) Menor

Assinatura do Pesquisador



INFORMAÇÕES DOS PAIS

1) Altura da **MÃE** biológica: _____m 2) Altura do **PAI** biológico: _____m

NÍVEL SOCIOECONÔMICO (ABEP, 2019)

Marque abaixo os itens que têm na sua casa e a respectiva quantidade.

ITENS DE CONFORTO		Não Possu	QUANTIDADE			
			1	2	3	4+
1	Quantidade de automóveis de passeio exclusivamente para uso particular.	0	1	2	3	4
2	Quantidade de empregados mensalistas, considerando apenas os que trabalham pelo menos 5 dias por semana.	0	1	2	3	4
3	Quantidade de máquinas de lavar roupa, excluindo tanquinho.	0	1	2	3	4
4	Quantidade de banheiros.	0	1	2	3	4
5	DVD, incluindo qualquer dispositivo que leia DVD e desconsiderando DVD de automóvel.	0	1	2	3	4
6	Quantidade de geladeiras.	0	1	2	3	4
7	Quantidade de freezers independentes ou parte da geladeira duplex.	0	1	2	3	4
8	Quantidade de microcomputadores, considerando computadores de mesa, laptops, notebooks e netbooks e desconsiderando tablets, palms ou smartphones.	0	1	2	3	4
9	Quantidade de lavadora de louças.	0	1	2	3	4
10	Quantidade de fornos de micro-ondas.	0	1	2	3	4
11	Quantidade de motocicletas, desconsiderando as usadas exclusivamente para uso profissional.	0	1	2	3	4
12	Quantidade máquinas secadoras de roupas, considerando lava e seca.	0	1	2	3	4

13 A água utilizada na sua casa é proveniente de:

- | | |
|---|----------------------------|
| 1 | Rede geral de distribuição |
| 2 | Poço ou nascente |
| 3 | Outro meio |

14 Considerando o trecho da rua da sua casa, você diria que a rua é:

- | | |
|---|-----------------------|
| 1 | Asfaltada/Pavimentada |
| 2 | Terra/Cascalho |

Qual é o grau de instrução do chefe da família? Considere como chefe da família a pessoa que contribui com a maior parte da renda da sua casa.

15 Escolaridade da pessoa de referência

- | | |
|---|--|
| 0 | Analfabeto / Fundamental I incompleto |
| 1 | Fundamental I completo / Fundamental II incompleto |
| 2 | Fundamental II completo / Médio incompleto |
| 4 | Médio completo / Superior incompleto |
| 7 | Superior completo |



INFORMAÇÕES DOS ALUNOS

Data Avaliação: ____/____/____

Nome: _____ Data de Nascimento: ____/____/____

Sexo: ☐Feminino ☐Masculino Telefone() _____ Facebook _____

Onde você mora? Cidade: _____ Estado: _____

Escola: ☐Pública ☐Particular Nome: _____

Qual é a sua escolaridade? ____º ano Turma: _____. Já repetiu o ano? ☐Não ☐Sim

Você possui alguma deficiência? ☐Não ☐Sim Qual: _____

Possui algum problema de saúde? ☐Não ☐Sim Qual: _____

Usa regularmente algum medicamento? ☐Não ☐Sim Qual: _____

Como você avalia a qualidade do seu sono, nos últimos dias?

☐Muito Ruim ☐Ruim ☐Normal ☐Bom ☐Excelente

Como você se sente recuperado quando acorda, sendo 1 (nada) a 10 (totalmente) ____

Com as Mãos você é: ☐ Destro ☐ Canhoto ☐ Ambidestro

Com os Pés você é: ☐ Destro ☐ Canhoto ☐ Ambidestro

Esta questão, apenas as MENINAS devem responder:

Você já teve a menarca (primeira menstruação)? ☐Não ☐Sim Com que Idade: ____ anos

EXPERIÊNCIA ESPORTIVA

Você **TREINA** algum esporte **com orientação de um treinador**? ☐Não ☐Sim

Se você respondeu Sim, preencha o quadro abaixo.

Qual (is) esporte (s) você treina?	Há quanto tempo você treina?	Quantas vezes por semana?	Duração de cada treino
1	____ anos ____ meses	____ x/sem	____ horas
2	____ anos ____ meses	____ x/sem	____ horas

Onde você treina? Instituição: _____

Com que idade você começou a treinar (Idade de Início)? ____ anos

Qual é o seu esporte preferido? (*apenas 1*) _____

Você participa de competições esportivas, pelo menos 2x/ano? ☐Não ☐Sim

Qual é o **maior nível** de competição **que você já DISPUTOU**?

☐Nunca disputou ☐Municipal/Regional ☐Estadual ☐Nacional ☐Internacional

Nome da Competição: _____

Qual é o **maior nível** de competição **que você já VENCEU**? (*foi medalhista ou campeão*)

☐Nunca venceu ☐Municipal/Regional ☐Estadual ☐Nacional ☐Internacional

Nome da Competição: _____

Você quer ser um atleta no futuro? ☐Não ☐Sim Qual modalidade? _____



NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA (NAF)
(GUEDES e GUEDES, 2015)

1. Atividade física no tempo livre: Você realizou alguma dessas atividades **nos últimos 7 dias (última semana)** – Considere uma **Semana Típica**. Se a resposta for sim, quantas vezes foi realizada? (Marcar uma única resposta por atividade).

Atividade Física	Não	1-2x	3-4x	5-6x	≥ 7x
Pular corda	☐	☐	☐	☐	☐
Andar de patins	☐	☐	☐	☐	☐
Brincar de pega-pega	☐	☐	☐	☐	☐
Andar de bicicleta	☐	☐	☐	☐	☐
Caminhar como exercício físico	☐	☐	☐	☐	☐
Correr	☐	☐	☐	☐	☐
Nadar	☐	☐	☐	☐	☐
Dançar	☐	☐	☐	☐	☐
Fazer exercício em academias de ginástica	☐	☐	☐	☐	☐
Fazer musculação	☐	☐	☐	☐	☐
Jogar basquetebol	☐	☐	☐	☐	☐
Jogar futebol/futsal	☐	☐	☐	☐	☐
Jogar voleibol	☐	☐	☐	☐	☐
Jogar handebol	☐	☐	☐	☐	☐
Jogar tênis de campo/tênis de mesa	☐	☐	☐	☐	☐
Lutar judô, karate, etc.	☐	☐	☐	☐	☐
Outros: _____	☐	☐	☐	☐	☐
Outros: _____	☐	☐	☐	☐	☐

2. Nos últimos 7 dias, durante as **aulas de educação física**, quantas vezes Você permaneceu muito ativo fisicamente: jogando intensamente, correndo, saltando, fazendo lançamentos, etc.?

- ☐ Não tenho aula de educação física
☐ Quase nunca
☐ Algumas vezes
☐ Muitas vezes
☐ Sempre

3. Nos últimos 7 dias, o que você normalmente fez no horário do **recreio escolar**?

- ☐ Fiquei sentado (conversando, lendo, fazendo tarefas de aula, etc.)
☐ Fiquei passeando pelas dependências da escola
☐ Fiquei correndo ou jogando um pouco
☐ Fiquei correndo ou jogando bastante
☐ Fiquei correndo ou jogando durante todo o recreio

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA (NAF)** *continuação*

4. Nos últimos 7 dias, **fora da escola, no período da manhã**, quantas vezes você brincou, praticou esporte, realizou exercício físico ou dançou de tal forma que ficou muito ativo fisicamente?

- ☐ Nenhuma vez
- ☐ Um vez na última semana
- ☐ 2 – 3 vezes na última semana
- ☐ 4 – 5 vezes na última semana
- ☐ 6 ou mais vezes na última semana

5. Nos últimos 7 dias, **fora da escola, no período da tarde**, quantas vezes você brincou, praticou esporte, realizou exercício físico ou dançou de tal forma que ficou muito ativo fisicamente?

- ☐ Nenhuma vez
- ☐ Um vez na última semana
- ☐ 2 – 3 vezes na última semana
- ☐ 4 – 5 vezes na última semana
- ☐ 6 ou mais vezes na última semana

6. Nos últimos 7 dias, **fora da escola, no período da noite**, quantas vezes você brincou, praticou esporte, realizou exercício físico ou dançou de tal forma que ficou muito ativo fisicamente?

- ☐ Nenhuma vez
- ☐ Um vez na última semana
- ☐ 2 – 3 vezes na última semana
- ☐ 4 – 5 vezes na última semana
- ☐ 6 ou mais vezes na última semana

7. **No último final de semana**, quantas vezes você brincou, praticou esporte, realizou exercício físico ou dançou de tal forma que ficou muito ativo fisicamente?

- ☐ Nenhuma vez
- ☐ Uma vez
- ☐ 2–3 vezes
- ☐ 4–5 vezes
- ☐ 6 ou mais vezes



NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA (NAF) *continuação*

8. Qual das seguintes situações melhor descreve **seus últimos 7 dias**? Leia as opções antes de decidir por uma resposta que melhor descreve sua última semana.

- () Todo ou a maioria do tempo livre eu me dediquei a atividades que exige pouco ou nenhum esforço físico.
 () Algumas vezes (1-2 vezes na última semana) o aluno realizou atividade física no seu tempo livre (por exemplo, praticou esporte, jogou bola, correu, nadou, dançou, andou de bicicleta, fez exercício físico, etc.)
 () Frequentemente (3-4 vezes na última semana) o aluno realizou atividade física no seu tempo livre
 () Bastante frequentemente (5-6 vezes na última semana) o aluno realizou atividade física no seu tempo livre
 () Muito frequentemente (7 ou mais vezes na última semana) o aluno realizou atividade física no seu tempo livre.

9. Assinale com que frequência Você realizou atividade física (por exemplo, praticou esporte, jogou bola, correu, nadou, dançou, andou de bicicleta, fez exercício físico, etc.) **em cada dia da semana**.

	Nenhuma	Pouco	Médio	Bastante	Muito
2ª Feira	()	()	()	()	()
3ª Feira	()	()	()	()	()
4ª Feira	()	()	()	()	()
5ª Feira	()	()	()	()	()
6ª Feira	()	()	()	()	()
Sábado	()	()	()	()	()
Domingo	()	()	()	()	()

10. Você esteve doente nesta última semana, ou apresentou alguma situação que o impediu de realizar normalmente atividade física?

- () Sim () Não

COMPETÊNCIA PERCEBIDA (SHELDON & ECCLES, 2005)

1- Considerando todos os fatores físicos, sociais, mentais e habilidades envolvidas na modalidade esportiva que você pratica, como você classifica o seu **DESEMPENHO ATUAL**?

Fraco	Razoável	Bom	Muito Bom	Excelente
1	2	3	4	5

2- Como você classifica o seu desempenho na sua modalidade **EM COMPARAÇÃO COM OUTROS ALUNOS-ATLETAS** que disputam competições com você?

Fraco	Razoável	Bom	Muito Bom	Excelente
1	2	3	4	5



ORIENTAÇÃO MOTIVACIONAL (SOQ) (GALLEGOS *et al.*, 2001)

As afirmativas abaixo descrevem reações e situações esportivas. Queremos saber como você se sente, normalmente, em relação aos esportes e à competição. Leia cada afirmativa e marque a letra que indica o grau de concordância ou discordância de cada uma delas.

**A = concordo totalmente; B = Concordo em parte; C = Indiferente;
D = Discordo em parte; E = Discordo totalmente**

1	Eu sou um competidor determinado	A	B	C	D	E
2	Vencer é importante	A	B	C	D	E
3	Eu sou uma pessoa competitiva	A	B	C	D	E
4	Eu estabeleço objetivos próprios quando estou competindo	A	B	C	D	E
5	Eu tento vencer com muito empenho	A	B	C	D	E
6	Marcar mais pontos que o adversário é muito importante para mim	A	B	C	D	E
7	Eu fico na expectativa para competir	A	B	C	D	E
8	Eu sou mais competitivo quando estabeleço objetivos pessoais	A	B	C	D	E
9	Eu gosto de competir contra os outros	A	B	C	D	E
10	Eu odeio perder	A	B	C	D	E
11	Eu me supero nas competições	A	B	C	D	E
12	Eu tento o máximo quando tenho um objetivo específico	A	B	C	D	E
13	Meu objetivo é ser o melhor atleta possível	A	B	C	D	E
14	Só me sinto satisfeito quando venço	A	B	C	D	E
15	Eu quero ter sucesso no esporte	A	B	C	D	E
16	Desempenhar da melhor maneira é muito importante para mim	A	B	C	D	E
17	Eu trabalho duro para ter sucesso no esporte	A	B	C	D	E
18	Perder me deixa aborrecido	A	B	C	D	E
19	O melhor teste para minha capacidade é competir contra os outros	A	B	C	D	E
20	Alcançar objetivos de desempenho pessoal é muito importante para mim	A	B	C	D	E
21	Eu fico na expectativa de ter oportunidade de testar minha habilidade em competição	A	B	C	D	E
22	Eu sinto a maior alegria quando venço	A	B	C	D	E
23	Eu tenho meu melhor desempenho quando estou competindo contra os outros	A	B	C	D	E
24	A melhor maneira de determinar a minha capacidade é estabelecer um objetivo e tentar alcançá-lo	A	B	C	D	E
25	Eu quero ser o melhor toda vez que estou competindo	A	B	C	D	E



APOIO FAMILIAR

Você tem na sua família alguém que é ou que já foi atleta?

☐ Não ☐ Sim Qual esporte? _____

Seu pai ou a sua mãe praticam esportes? ☐ Não ☐ Sim

(Fator 1 do IFATE adaptado de SILVA & FLEITH, 2010)

Leia atentamente cada item abaixo e marque um número de 1 a 4, com base na **frequência com que seus pais realizam as práticas apontadas por cada item.**

		Quase Nunca	Algumas Vezes	Muitas Vezes	Quase Sempre
1	Meus pais comparecem às minhas competições.	1	2	3	4
2	Meus pais modificam a rotina deles devido a minha prática esportiva.	1	2	3	4
3	Meus pais me ajudam a conciliar os meus treinamentos com minhas outras obrigações.	1	2	3	4
4	Meus pais conversam com meus treinadores sobre o meu desempenho no esporte.	1	2	3	4
5	Meus pais me incentivam a participar de competições	1	2	3	4
6	Meus pais me ajudam a superar momentos de dificuldade, devido a treinamentos intensos, cansaço e contusões.	1	2	3	4
7	Meus pais incentivam a minha busca por um desempenho cada vez melhor no esporte.	1	2	3	4
8	Meus pais me cobram dedicação aos treinamentos	1	2	3	4
9	Meus pais financiam os meus gastos com esporte.	1	2	3	4
10	Meus pais se informam sobre o meu esporte.	1	2	3	4



HABILIDADES DE COPING (ACSI)
(COIMBRA, 2011; MIRANDA *et al.*, 2018)

Os itens abaixo se referem às indicações que os atletas descrevem suas experiências de como lidar com o estresse.

Por favor, leia cada frase cuidadosamente e tente recordar **com que frequência você experimenta as situações abaixo** tão exatamente quanto possível.

		Quase Nunca	Às Vezes	Frequentemente	Quase Sempre
1	Diariamente ou semanalmente eu estabeleço metas muito específicas que me guiam no que fazer.	0	1	2	3
2	Eu tiro o maior proveito dos meus talentos e habilidades.	0	1	2	3
3	Quando o professor ou treinador me diz como corrigir um erro que eu tenha cometido eu tenho tendência a ficar aborrecido/incomodado.	0	1	2	3
4	Quando estou praticando esportes, eu consigo focar minha atenção e bloquear distrações.	0	1	2	3
5	Eu permaneço positivo e entusiasmado durante a competição, não importa quão ruim a situação esteja.	0	1	2	3
6	Minha tendência é competir melhor sob pressão, pois eu penso mais claramente.	0	1	2	3
7	Eu me preocupo um pouco sobre o que as pessoas pensam sobre meu desempenho.	0	1	2	3
8	Tenho tendência a fazer muitos planos sobre como atingir minhas metas.	0	1	2	3
9	Eu sinto confiante de que eu irei competir bem.	0	1	2	3
10	Quando um professor ou treinador me critica, eu fico aborrecido/incomodado ao invés de me sentir ajudado.	0	1	2	3
11	É fácil me manter concentrado em uma tarefa mesmo quando estou assistindo ou ouvindo algo.	0	1	2	3
12	Eu me pressiono muito ao me preocupar como será meu desempenho.	0	1	2	3
13	Eu estabeleço minhas próprias metas de desempenho para cada prática.	0	1	2	3
14	Eu não necessito que me recomendem a praticar ou competir duro; eu dou 100%.	0	1	2	3



HABILIDADES DE COPING (ACSI)

Continuação...

		Quase Nunca	Às Vezes	Frequentemente	Quase Sempre
15	Se um treinador me criticar ou gritar comigo, eu corrijo o erro sem ficar aborrecido/incomodado com isso.	0	1	2	3
16	Eu lido com situações inesperadas no meu esporte muito bem.	0	1	2	3
17	Quando as coisas estão ruins, eu digo a mim mesmo para ficar calmo e isso funciona para mim.	0	1	2	3
18	Quando mais pressão houver na competição, mais eu gosto.	0	1	2	3
19	Durante as competições eu me preocupo se vou cometer erros ou não vou conseguir ir até o fim.	0	1	2	3
20	Eu tenho meu plano de competição completamente estruturado na minha mente muito antes de começar.	0	1	2	3
21	Quando eu sinto que estou ficando muito tenso, eu posso rapidamente relaxar meu corpo e me acalmar.	0	1	2	3
22	Para mim, situações sobre pressão são desafios que eu recebo bem.	0	1	2	3
23	Eu penso e imagino sobre o que irá acontecer se eu falhar ou estragar tudo.	0	1	2	3
24	Eu mantenho o controle emocional, não importa como as coisas estão indo comigo.	0	1	2	3
25	Para mim é fácil direcionar minha atenção e focar em um único objeto ou pessoa.	0	1	2	3
26	Quando falho em minhas metas, isso me faz tentar mais ainda.	0	1	2	3
27	Eu aperfeiçoo minhas habilidades escutando cuidadosamente aos conselhos e instruções dos técnicos e treinadores.	0	1	2	3
28	Eu cometo menos erros quando estou sob pressão porque me concentro melhor.	0	1	2	3

Responda as questões a seguir considerando os itens classificados em uma escala de 6 pontos, sendo 1 = muito fraco, e o 6 = excelente, ou 1 = quase nunca e 6 = sempre, **comparando a sua resposta com a do melhor jogador (a) da mesma categoria e faixa etária**. Não pense muito para responder, não existem respostas certas ou erradas, seja sincero nas respostas e assinale o número que melhor descreva suas características neste momento.

INVENTÁRIO DE HABILIDADES TÁTICAS PARA ESPORTES – TACSIS		Muito Fraco → Excelente Quase nunca → Sempre					
1	As decisões que eu tomo sobre minhas ações durante uma partida são geralmente	1	2	3	4	5	6
2	Eu sei como me desmarcar durante a partida	1	2	3	4	5	6
3	Minha interceptação da jogada do adversário é	1	2	3	4	5	6
4	Meu posicionamento durante a partida é geralmente	1	2	3	4	5	6
5	Minha visão geral (quando tenho a posse da bola ou quando meu time tem a posse da bola) é	1	2	3	4	5	6
6	Minha antecipação (quanto às ações a serem realizadas) é	1	2	3	4	5	6
7	Sou bom em tomar as decisões certas nos momentos certos	1	2	3	4	5	6
8	Na opinião do meu treinador, o meu entendimento do jogo é	1	2	3	4	5	6
9	Minha desmarcação e meu posicionamento é	1	2	3	4	5	6
10	Na opinião do meu treinador, meu posicionamento é	1	2	3	4	5	6
11	Minha avaliação da jogada do adversário é	1	2	3	4	5	6
12	Minha interceptação da bola é	1	2	3	4	5	6
13	Se nosso time perde a bola, eu rapidamente assumo minha função de defensor	1	2	3	4	5	6
14	Eu rapidamente reajo a mudanças, como quando recuperamos a posse de bola	1	2	3	4	5	6
15	Eu percebo rapidamente como o adversário está jogando	1	2	3	4	5	6
16	Eu sei exatamente quando passar a bola a um companheiro ou quando não passar	1	2	3	4	5	6
18	Se meu time ganha a posse de bola, eu sei exatamente o que fazer	1	2	3	4	5	6
19	Enquanto executo uma ação no jogo, eu sei exatamente o que fazer em seguida	1	2	3	4	5	6
20	Se eu estou com a bola, sei exatamente para quem devo passá-la	1	2	3	4	5	6
21	Mesmo sem ver meus adversários, eu sei para onde eles estão indo	1	2	3	4	5	6
22	Sem ver meus companheiros, eu sei para onde eles estão indo	1	2	3	4	5	6
23	Se o adversário recebe a bola, eu sei exatamente o que ele irá fazer.	1	2	3	4	5	6
24	Eu sei em que posição devo estar durante as partidas	1	2	3	4	5	6
25	Eu sei exatamente meus pontos fortes e fracos	1	2	3	4	5	6
26	Eu aplico as regras do jogo com inteligência durante as partidas	1	2	3	4	5	6
27	Durante os jogos, eu tomo decisões rapidamente	1	2	3	4	5	6
28	Durante as partidas, não olho apenas para a bola, mas tenho uma visão completa da quadra.	1	2	3	4	5	6
29	Eu sei o que fazer para vencer uma partida rapidamente	1	2	3	4	5	6
30	Eu vejo os pontos fracos do meu adversário rapidamente	1	2	3	4	5	6
31	Eu reajo para corrigir os erros de meus companheiros rapidamente	1	2	3	4	5	6
32	Enquanto estou recebendo a bola, eu não preciso olhar para onde estão meus companheiros; eu já sei	1	2	3	4	5	6
33	Se nosso time perde a posse de bola, eu sei exatamente o que fazer	1	2	3	4	5	6
34	Se eu recebo a bola de um companheiro eu já sei para onde devo passar a seguir	1	2	3	4	5	6



Nome: _____

AValiação ANTROPOMÉTRICA E FISICOMOTORA

			Tentativa 1	Tentativa 2	Tentativa 3
Massa corporal		Flexibilidade			---
Estatuta		Preensão Manual			
Altura sentado		Salto Vertical			
Envergadura		Arremesso 2kg			---
DC tricipital		Velocidade 20m			---
DC perna		Agilidade			---
Circunf. Braquial		Drible			---
Circunf. Perna					
Diam. Umeral					
Diam. Femoral					
Mão					
Pé					

Corrida Vai-e-Vem de 20m (LÉGER *et al.*, 1988)

ESTÁGIO	VOLTA														
1	1	2	3	4	5	6	7								
2	1	2	3	4	5	6	7	8							
3	1	2	3	4	5	6	7	8							
4	1	2	3	4	5	6	7	8							
5	1	2	3	4	5	6	7	8	9						
6	1	2	3	4	5	6	7	8	9						
7	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					
8	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					
9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					
10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11				
11	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11				
12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
13	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
14	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
16	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
17	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
18	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
19	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
20	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15



Nome: _____

AVALIAÇÃO DO POTENCIAL ESPORTIVO - TREINADOR

Caro Professor/Treinador,

1- Avalie o potencial esportivo deste aluno-atleta para **desempenho no FUTURO**:

Fraco	Razoável	Bom	Muito Bom	Excelente
1	2	3	4	5

2- Para qual modalidade esportiva este aluno-atleta teria **maior chance de ser bem sucedido no futuro?**

Esporte	Posição de Jogo ou Prova

AVALIAÇÃO DOS ASPECTOS INTANGÍVEIS

(WERNECK *et al.*, 2016)

Avalie seu aluno-atleta com base nas características abaixo.

Atualmente, seu aluno-atleta...

	Fraco	Razoável	Bom	Muito Bom	Excelente
1) Compensa suas deficiências pela sua grande determinação	1	2	3	4	5
2) Influencia positivamente a equipe/grupo	1	2	3	4	5
3) Conhece os atalhos para a vitória	1	2	3	4	5
4) É um atleta que decide as partidas/competições	1	2	3	4	5
5) Extrai o melhor do (s) companheiro (s)	1	2	3	4	5
6) Antecipa-se às situações	1	2	3	4	5
7) É treinável	1	2	3	4	5
8) Tem capacidade de adaptação às situações	1	2	3	4	5
9) Melhora a cada vez que é submetido a novas exigências/desafios	1	2	3	4	5
10) Possui "fome de vitória", "instinto matador"	1	2	3	4	5

Obrigado pela colaboração!



**PROJETO
ATLETAS DE OURO**

Universidade Federal de Ouro Preto - UFOP
Escola de Educação Física
Laboratório de Estudos e Pesquisas do Exercício e Esporte – LABESPEE
Grupo de Estudos do Jovem Atleta – GEJA

Contato:

Prof. Dr. Emerson Filipino Coelho
emersoncoelho@hotmail.com
<https://labespee.ufop.br>

