

ANÁLISE DA AUTO AVALIAÇÃO DE JOVENS TENISTAS NAS HABILIDADES DE CONCENTRAÇÃO EM AMBIENTE DE COMPETIÇÃO

WANDERLEI PACHECO 009528 G/RJ, ALEXSANDRA OLIVEIRA RODRIGUES, ADDLER MENDES FREITAS, WALTER JACINTO NUNES.
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro – RJ. Brasil
pachecowanderlei@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO

O tênis de campo interliga aspectos técnicos, táticos, físicos e psicológicos, que avalizam a performance do jogador. O jogo em geral coloca o indivíduo em alto grau de ansiedade. Por isso, o fator psicológico torna-se imprescindível para o sucesso.

OBJETIVO

O estudo analisou a auto avaliação de juvenis federados nas habilidades de concentração em ambiente de competição.

METODOLOGIA

A pesquisa pertence à natureza aplicada, de abordagem qualitativa, do tipo analítico com objetivo descritivo. A amostra foi composta por 33 sujeitos voluntários de ambos os gêneros num universo de 48 sujeitos. Todos filiados a uma Federação Estadual e classificados pela Confederação Brasileira de Tênis CBT como competidores juvenis na categoria 15/16 anos. O instrumento foi um questionário de auto avaliação nas habilidades de concentração, composto por 10 perguntas fechadas e avaliadas em uma escala do tipo Likert com cinco opções de resposta: *nunca* = 1, *raramente* = 2, *algumas vezes* = 3, *muitas vezes* = 4 e *sempre* = 5. O sujeito desconhecia os valores acima e assinalava a resposta que mais se aproximava da sua percepção. A adição dos valores qualificava o sujeito em graus: *excelente* = 44 a 50 pontos; *bom* = 35 a 43 pontos; *regular* = 25 a 34 pontos e *fraco* = < 25 pontos. Os sujeitos que não quiseram participar da pesquisa justificavam brevemente os motivos.

RESULTADOS

10 sujeitos eram do gênero feminino na idade inicial da categoria e todas foram qualificadas no grau **regular**. 23 sujeitos eram do gênero masculino, 16 na idade inicial e 7 na idade final da categoria. Dos sujeitos na idade inicial, 14 foram qualificados no grau **regular** e 2 no grau **bom**. Dos sujeitos na idade final, 1 foi qualificado no grau **excelente**, 4 qualificados no grau **bom** e 2 qualificados no grau **regular**. Os 15 sujeitos não participantes usaram as seguintes justificativas: vou falar com o meu treinador, pais ou similar 7 sujeitos; posso responder mais tarde ou similar, 3 sujeitos. Não tenho interesse ou similar, 5 sujeitos.

CONCLUSÃO

A análise da auto avaliação nas habilidades de concentração pode favorecer a elaboração de um programa mais adequado à necessidade do atleta.

A sistematização do treinamento mental com base na auto avaliação poderá beneficiar a transição para a categoria posterior.

As justificativas apresentadas pelos sujeitos não participantes nos revelaram um descredito no método, pelo fato de não ser algo habitual em seus treinos.

REFERÊNCIA

- Nunes, W.J.; (2012) Tênis: a arte, o jogo, o esporte: um manual prático e indispensável no contexto escolar e em praça pública. Rio de Janeiro: Ed. Letra Capital.
Crespo, M.; Quinn, A.; Reid, M.; (2006) Tennis psychology: 200 + practical drills and the latest research, The International Tennis Federation ITF Ltd.
Samulki, D.; (2011) Treinamento mental no tênis: como desenvolver as habilidades mentais. Barueri SP: Manole.