

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

HELOISE KULIG

**COMPARATIVO DE CONCENTRAÇÃO ENTRE ATLETAS DE RUGBY E JIU
JITSU**

Monografia apresentada como requisito parcial para conclusão do Curso de Licenciatura em Educação física, do Departamento de Educação Física, Setor de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná.

ORIENTADOR: GUILHERME DA SILVA GASPAROTTO

Agradeço aos meus pais por todo apoio e compreensão nessa etapa da minha vida.

Aos meus amigos e colegas do Rugby e do Jiu Jitsu, que me auxiliaram com os testes, em especial a Vanessa Porto Bernardo que me ajudou com a aplicação dos mesmos.

E ao meu professor orientador, por toda paciência que teve comigo.

SUMÁRIO

AGRADECIMENTOS.....	ii
LISTA DE TABELA.....	iv
RESUMO.....	v
ABSTRACT.....	vi
1. INTRODUÇÃO.....	1
2. REVISÃO DE LITERATURA.....	3
2.1 – HISTÓRIA DO JIU JITSU.....	3
2.2 – HISTÓRIA DO RUGBY NO MUNDO.....	6
2.3 – HISTÓRIA DO RUGBY NO BRASIL.....	8
2.4 – ATENÇÃO E CONCENTRAÇÃO.....	13
3. METODOLOGIA.....	15
4. TESTE DE CONCENTRAÇÃO.....	16
5. RESULTADOS.....	16
6. DISCUSSÃO.....	17
7. CONCLUSÃO.....	18
8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	19
9. ANEXO.....	21

LISTA DE TABELA

Tabela 1. - Comparação do nível de concentração entre os grupos de esportes e controles.....	16
--	----

RESUMO

Esportes como o Rugby e o Jiu Jitsu necessitam de um fator psicológico muito importante para seu andamento: a concentração. Pensando qual modalidade encontraria indivíduos com o maior nível de concentração, foram feitos testes com atletas adultos do sexo masculino de ambas as modalidades. O teste de Grade foi aplicado em 30 atletas de Rugby e em 28 atletas de Jiu Jitsu. Também foi analisado um grupo controle com alunos da Universidade Federal do Paraná das áreas Humanas e Exatas, 45 indivíduos foram submetidos ao teste, sendo 22 alunos das ciências Exatas e 23 das ciências Humanas. Concluindo que não houve diferença significativa entre os esportes, mas no comparativo do grupo controle foi houve certa diferença, apontando superioridade no nível de concentração dos alunos de ciências Exatas.

PALAVRAS-CHAVE: Concentração, Rugby, Jiu Jitsu, Teste de Grade.

ABSTRACT

Sports like rugby and Jiu-Jitsu needs an important mental skills that is: concentration. Thinking about which modalite could find individual with more level of concentration, was applied tests to both sports with adults male athetics. The Grade's test was applied in 30 rugby's athetes and 28 jiu-jiutsu's athetes. Also was analyses a control group with students from Universidade Federal do Parana of Humanities and Science courses, 45 students made the Grade's test, 22 of Science courses and 23 of Humanities courses. There wasn't a significant difference between the sports groups. However comparing with the control group there was difference between Science students and the others groups. They have showed a higher level of concentration comparing to the others.

Keywords: Concentration, Rugby, Jiu jitsu, Grade's Test.

1. INTRODUÇÃO

A concentração é um dos aspectos mais importantes tratando-se de esporte, pois é a habilidade psicológica que permite a focalização da atenção, e pode depender dela o sucesso, ou não, do atleta. A atenção é o processo que direciona nossa vigília quando as informações são captadas pelos nossos sentidos, ela também pode ser vista como um mecanismo que consiste na estimulação da percepção seletiva e dirigida (SAMULSKI, 2002). Dentre seus diversos tipos destaca-se a concentração que pode ser definida como a focalização da atenção em um determinado objeto ou em uma ação (SAMULSKI, 2002).

Nos esportes coletivos a concentração é fundamental para o desenvolvimento tanto de treinos quanto de competições, pois um atleta dependerá do outro para conseguir dar andamento à ação do jogo. Se um jogador não estiver atento a equipe inteira irá se prejudicar, ou prejudicar a equipe. Um exemplo de esporte coletivo que exige grande concentração do jogador é o Rugby. Este é um esporte que necessita muito do apoio dentro de campo, e apresenta movimentos intensos e de curta duração, desta forma um atleta disperso prejudica imensamente o time.

Já nos esportes individuais a concentração é importante, pois o atleta depende somente dele para evoluir. Especialmente nas artes marciais, onde a maioria das que são ensinadas no Brasil têm origem oriental, que apresentam como característica a eficiência em movimentos sistemáticos e precisos, estas por sua vez demandam de concentração para seu desenvolvimento.

Tendo como objetivo a finalização no solo, o Jiu jitsu, assim como em outras artes marciais utiliza movimentos como chaves e estrangulamentos, e as técnicas devem ser muito bem aplicados para obter êxito na luta, o que requer grande nível de concentração. Um bom atleta consegue visualizar a técnica antes de aplicá-la, como em um jogo de xadrez, onde se deve pensar

no próximo passo, e em outros movimentos para continuidade de um ataque, como também em uma defesa e no contra ataque.

Pensando no desenvolvimento cognitivo e até mesmo na questão de saúde, estudar e comparar o nível de concentração em diferentes esportes possibilita compreender qual modalidade esportiva pode atender melhor um indivíduo, seja para manutenção física ou mental, como, por exemplo, pessoas com déficit de atenção.

Diante do exposto, este estudo pretende verificar a diferença entre o nível de concentração entre atletas de rugby e jiu jitsu, através do teste de Grade.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 . HISTÓRIA DO JIU JITSU

O Jiu jitsu tem seus primeiros registros na Índia, a mais de três mil anos, onde monges budistas, que por não poderem utilizar-se de armas – facas, lanças ou arco e flecha – por norma da religião, teriam desenvolvido técnicas de defesa pessoal na busca de se defender de saques, roubos e agressões muito comum nas peregrinações. Entretanto, essas técnicas não poderiam usar de violência com esses ladroes e agressores, para isto os monges estudaram vários movimentos que fossem compatíveis com seu biótipo franzino. A forma encontrada foi a luta de curta distancia, onde eram aplicadas técnicas de estrangulamentos e chaves de articulações, a fim de imobilizar o agressor. As vantagens desta técnica eram que os golpes não necessitavam de força, por usar a força do adversário contra ele mesmo, e principalmente por não se utilizar de socos e chutes não ia contra a religião dos monges, sendo estes então capacitados a se defender (GRACIE, 2008).

Devido às peregrinações dos monges estas técnicas foram levadas e ensinadas em outros países. Na China por sua vez as técnicas de Jiu jitsu somadas a outros estilos de artes marciais se tornaram uma importante arma bélica. Ele era praticado com um kimono curto, de mãos livres, e tinha grande importância no desarmamento do inimigo nas batalhas. Sua pratica chega ao auge na época dos “Reinos Combatentes” e na unificação da China por Chin Shih Huang Ti. Era também proibida a referencia, escrita ou falada, dessa forma de se defender, para evitar que ela caísse em mãos inimigas (CBJJE, 2013).

Contudo os ensinamentos dos monges chegaram ao Japão, por volta do século II depois de Cristo. Muitas lendas foram criadas em relação à chegada do Jiu jitsu ao Japão. A mais aceita diz que por volta do ano mil e seiscentos o monge chinês Chen Gen Pin teria ensinado a três samurais japoneses seus conhecimentos. Só que a cada um foi ensinado uma técnica

diferente: para um foi ensinado as projeções, a outro as chaves de articulações e ao ultimo os estrangulamentos (CBJJE,2013).

Estes três samurais difundiram suas técnicas pelo Japão, levando assim a criação de diversas técnicas de artes marciais fundamentadas no Jiu jitsu, algumas divergindo na parte técnica, outras extremamente semelhantes; tais como o Aikijitsu, o Tai- jitsu, o Yawara e o Kempô. E o próprio Jiu jitsu dividia-se em estilos: Kito Ryu, Shito Ryu e Tejin (CBJJE, 2013).

E foi no Japão feudal, cujo samurai era enaltecido pelas varias camadas sociais da época, que o Jiu jitsu mais se desenvolveu. O Jiu jitsu se tornou pratica fundamental para aprendizes de samurais junto a técnicas de esgrima, literatura, pintura, cavalaria, entre outros (FPJ,2013).

O Jiu jitsu (ou Ju jitsu, como também é denominado devido a procura da fonética mais correta), que em japonês significa arte suave, recebe este nome devido a sua origem junto a monges budistas que pregavam conceitos de paz. Porém, com o passar do tempo, esta arte marcial vai se tornando uma arma de guerra, perdendo totalmente a característica de autodefesa, sendo sua nomenclatura literal mal empregada (FPJ, 2013).

Com o passar dos anos o Jiu jitsu, que vinha figurando como uma pratica de guerra, começa a ser contestado devido ao momento pacifico no Japão. Surge para a historia Jigoro Kano e uma nova modalidade, o judô.

Jigoro Kano (1860-1938) foi um grande estudioso do Jiu jitsu, mesmo com sua baixa estatura e porte físico era um exímio lutador. Membro de influente família japonesa Jigoro Kano viu no Jiu jitsu uma luta defasada para a época, com golpes muito violentos que não permitiam um treino real das técnicas, pois as mesmas levavam a inúmeros casos de lesões. Sabedor disto ele criou uma nova arte marcial fundamentada no Jiu jitsu. Esta arte trouxe novamente o significado de suavidade, perdido no período de guerras pelo Jiu jitsu (FPJ, 2013).

Em pouco tempo o judô conquistou grande credibilidade no Japão, sendo ensinado em todo país. Mas por causa da escassa veiculação em mídias, o jeito encontrado por Jigoro Kano para disseminar o judô no mundo foi

levar seus alunos mais experientes para diversos países, onde eles poderiam iniciar a transmissão dos conhecimentos de judô (FPJ, 2013).

Dentre estes discípulos estava Mitsuyo Maeda (1878-1941), popularmente conhecido como Conde Koma. Após passar por diversos países Conde Koma chegou ao Brasil, local onde ficou até o fim de sua vida. Nesse tempo ele procurou disseminar o seu conhecimento, mas para conseguir alunos se utilizou de demonstrações em desafios públicos, porém estas demonstrações feriam os princípios do judô. Por isso, e para não criar mais problemas com os seus superiores no judô, Maeda afirmava para todos que ele era um praticante de Jiu jitsu, arte marcial que não tinha a institucionalização e o rigor do judô, podendo então ser usada para representa-lo enquanto lutador e desafiante de outras modalidades (GRAICE, 2008).

Em 1921 Conde Koma fundou sua primeira academia na cidade de Belém, onde lecionava judô e Jiu jitsu. Foi em Belém que Conde Koma conheceu Gastão Gracie, influente empresário que o auxiliou no que foi necessário (GRACIE, 2008).

Gastão tinha cinco filhos, o mais velho chamado Carlos Gracie (1902-1994), que tinha um comportamento hiperativo, foi levado pelo pai para ver uma luta de Conde Koma. Carlos, deslumbrado pelo que tinha visto, pediu ao pai que deixasse aprender aquela luta, o pai sabendo que aquilo poderia melhorar o comportamento do filho foi falar com Conde Koma, que muito agradecido a Gastão aceitou seu filho como aprendiz (GRACIE, 2008).

Conde Koma se identificou com Carlos, que se tornou seu principal discípulo mesmo que por curto espaço de tempo. Carlos frequentava as aulas normalmente mas ao final da aula, quando seus colegas voltavam para casa, ele tinha mais lições com o mestre. Koma não ensinou apenas a arte do Jiu jitsu a Carlos, mas também toda uma filosofia acerca da natureza do combate, baseado nas suas viagens e na sua formação ao longo do tempo que uniu sua experiência com vários outros estilos que ele combateu, como pugilistas, lutadores de luta livre e estilo greco romano, caratecas, etc (GRACIE, 2008)

Ao se mudar para o Rio de Janeiro, Carlos ensinou Jiu jitsu aos irmãos Oswaldo, Gastão Junior, Jorge e Hélio. Os irmãos Gracie tiveram algumas vantagens que lhe permitiram avançar rapidamente na aprendizagem do Jiu jitsu, tais como dedicarem-se integralmente ao aprimoramento da arte marcial e o fato de não responderem a nenhum professor ou método limitador possibilitando a criação de novos golpes (GRACIE, 2008).

Claramente, a ênfase dos Gracie era na eficiência da luta em um combate real. Eles pensavam sempre no que era mais viável em uma luta real e não segundo métodos institucionalizados como era o judô. E por isso utilizavam a estratégia de levar a luta para o chão sempre que assim eles quisessem. Essa forma de lutar no chão era desconhecida para a maioria dos lutadores de outras artes marciais e era onde os lutadores de Jiu jitsu mais se sobressaiam (GRACIE, 2008).

Com o enorme crescimento da modalidade praticada pelos Gracie, que esta arte foi denominada Gracie Jiu jitsu ou mais recentemente, Brazilian Jiu jitsu.

2.2 . HISTÓRIA DO RUGBY NO MUNDO

A Inglaterra é um polo de criação de esportes, entre eles está o rugby. Acredita-se que o esporte surgiu de uma jogada irregular numa partida de futebol. E sua difusão deve ao modelo de práticas formativas das escolas inglesas no século XIX.

Em 1823, na cidade de Rugby, William Web Ellis um estudante da “Rugby School”, pegou com as mãos a bola no meio de uma partida de futebol e correu até o gol adversário, não deixando que ninguém o derrubasse, tendo este fato um pouco de fábula, o ocorrido na cidade inglesa foi um marco para a criação do esporte. O jovem que protagonizou este feito, hoje nomeia o troféu da copa do mundo de rugby, a Taça William Web Ellis.

No Leste Europeu o futebol já era jogado com regras diferentes, mas foi com o feito de William que o esporte ficou conhecido na Inglaterra, e com esse crescimento também criaram um regulamento, onde outras escolas inglesas também pudessem jogar, disseminando o rugby no país. Quase 40 anos depois, Alemanha, França e Irlanda também adotaram as regras da “Rugby School”, tornando os jogos entre escolas ainda mais frequentes. Já os alunos que se formavam iam formando clubes, para que não parassem de jogar, e com a construção de ferrovias e a revolução industrial, o rugby espalhou-se pela Europa.

O século XIX foi marcado não só pela Revolução Industrial, mas também pela ascensão da Inglaterra como a uma grande potência militar e econômica, e conseqüentemente a expansão de sua influência sobre os cinco continentes estendeu-se para a área cultural e esportiva (MAZZONI, 1950).

Marinheiros, empresários ingleses e trabalhadores praticavam esportes em suas horas vagas, como o “Cricket”, “Football”, “Rugby”, entre outros. Assim, o rugby foi levado para os quatro cantos do mundo, ganhando maior popularidade entre colônias e ex-colônias britânicas, como Austrália, Nova Zelândia e África do Sul, países que futuramente se tornariam as maiores potências mundiais desse esporte (MAZZONI, 1950).

Na América do Norte, existem relatos de que as primeiras partidas aconteceram por volta de 1860, no Canadá, onde os jogadores eram marinheiros britânicos. Com o desenvolvimento do rugby nesse país, criaram-se clubes e em 1889, a primeira entidade organizadora, a British Columbia Rugby Union.

Já nos Estados Unidos, o *football* era praticado de diferentes maneiras, onde em alguns lugares era mais parecido com rugby. A primeira partida ocorreu em 1874, e nos anos seguintes as regras da *Rugby School* foram mais aceitas para a prática do esporte que eles chamavam apenas de *football*, mas o presidente Theodore Roosevelt obrigou a reformulação de algumas regras em função de mortes e lesões ocorridas em algumas partidas, criando no início do século XX o “*american football*”, e que atualmente é um dos esportes mais populares e mais praticados no país (MAZZONI, 1950).

Na América do Sul o futebol ou *football association*, como era chamado na época, se tornou muito popular. Porém, ainda assim o rugby ganhou adeptos, se tornando mais popular na Argentina, onde foi fundada a primeira União do continente, em 1899, chamada de “River Plate Rugby Football Union” (PERASSO, 2009).

Na atualidade o rugby se tornou um dos esportes coletivos com maior número de praticantes no mundo, além de possuir um enorme valor comercial agregado, através de clubes e torneios altamente profissionais. A inclusão do esporte nos Jogos Olímpicos gera uma expectativa grande com relação ao desenvolvimento do rugby e aumento no número de praticantes e clubes.

Na América do Sul, as expectativas com relação à década que se inicia são altas, em virtude das Olimpíadas de 2016 no Rio de Janeiro, onde o rugby voltará ao programa olímpico e devido ao ingresso da Argentina no grupo de países que disputam o “Tri-nations”, trazendo para o continente sul-americano uma competição de excelente nível internacional.

2.3 . HISTÓRIA DO RUGBY NO BRASIL

No final do século XIX, o Brasil passava por grandes mudanças, com a chegada de inúmeros imigrantes ingleses, como consequência do processo de desenvolvimento industrial vivido pelo país (PRIORE e VENÂNCIO, 2001). Os engenheiros e funcionários britânicos traziam consigo também os costumes da juventude, entre os quais a prática de esportes, como o futebol, hóquei, críquete e rugby, que eram praticados durante seus momentos de lazer.

Com o objetivo de se reunir em um local apropriado para a prática de esportes, os ingleses passaram a fundar clubes, possibilitando assim a participação de pessoas que não estivessem ligadas às empresas. Alguns desses clubes tiveram grande importância na história do rugby. Em 1872, foi fundado o Rio Cricket A. A., de onde saíram muitos jogadores para compor as primeiras seleções estaduais nas primeiras décadas do século XX. Em 1888,

foi fundado na capital de São Paulo, o SPAC (São Paulo Athletic Club), até hoje um dos clubes mais tradicionais da cidade e uma das grandes potências do rugby nacional (NOGUEIRA, 2007). Em 1891 foi fundado no Rio de Janeiro o Clube Brasileiro de Futebol Rugby, onde por iniciativa de Luiz Leonel Moura o rugby foi introduzido em terras cariocas (MAZZONI, 1950).

Em 1874, nascia o brasileiro Charles William Miller, filho de pai escocês e mãe brasileira com origem inglesa. Aos nove anos de idade o garoto foi enviado para a Inglaterra com o objetivo de estudar. Lá, aprendeu sobre o idioma, sobre os costumes ingleses e também sobre os esportes, muito praticados nas escolas de Hampshire, cidade onde viveu. O jovem se destacou como excelente jogador de futebol, tendo participado inúmeras vezes do selecionado de Hampshire, onde defendia a equipe do Suthampton Football Club. Mas durante sua estadia na Europa, Miller também foi excelente jogador em esportes como o rugby e o críquete (MAZZONI, 1950).

Aos vinte anos de idade, em 1894, o jovem Charles Miller voltava ao Brasil trazendo em sua bagagem alguns objetos curiosos, como bolas, chuteiras e outros materiais esportivos. Nos seus momentos de lazer, ele passou a se dedicar ao seu esporte favorito, o futebol. E assim, auxiliou a fundar clubes e difundir essa modalidade no Brasil, entrando para a história como o “pai do futebol” brasileiro, apesar de ter sido também um dos responsáveis pela introdução do rugby no país.

Algumas partidas de rugby foram jogadas também entre funcionários de diferentes empresas britânicas instaladas no país e marinheiros mercantes durante suas estadias no Brasil, em especial no porto de Santos. E assim, através de partidas esporádicas durante o final do século XIX e início do século XX, o rugby começava a se desenvolver lentamente no Brasil (NOGUEIRA, 2007).

Por volta de 1920, surgem os clubes São Paulo Rugby Football Club e Britânia Football Club, que junto com o clube SPAC, começam a realizar partidas de rugby em campos emprestados pelo clube Societá Palestra Itália e pela empresa São Paulo Railway Company. Ainda na década de 20, são realizados os primeiros jogos interestaduais de rugby entre paulistas e fluminenses, cuja maioria dos jogadores saíam do Clube Rio Cricket. As partidas eram acompanhadas sempre por grandes celebrações entre os

jogadores, seguindo os costumes ingleses, que chamavam essa confraternização de terceiro tempo (NOGUEIRA, 2007).

A década seguinte foi marcada pelo crescimento no número de praticantes e na quantidade de partidas, inclusive partidas internacionais como o amistoso com a seleção da África do Sul em 1932 e com a Inglaterra em 1936 (NOGUEIRA, 2007; CBRU, 2013).

A Segunda Guerra Mundial, a exemplo do que ocorreu na Europa, marcou um período muito pobre para o rugby brasileiro, em virtude da grande quantidade de jogadores que se alistaram no exército (DUARTE, 2000).

Durante a década de 50, o rugby brasileiro começou a se reestruturar apesar das baixas sofridas com a guerra. Os jogos estaduais e interestaduais voltaram a ser corriqueiros e novos adeptos do esporte começaram a aparecer.

Na década de 60, o maior marco do crescimento do rugby no Brasil foi a criação da União de Rugby do Brasil, em 6 de outubro de 1963, que viria a ser reconhecida pela International Rugby Board no final da década (CBRU, 2013). No ano seguinte, a recém criada entidade, organizou o III Campeonato Sul-americano de Rugby, no qual o Brasil terminou com a segunda colocação. Jogando com uma equipe formada quase exclusivamente por estrangeiros, a seleção brasileira perdeu apenas para a campeã Argentina, e alcançou o resultado que até os dias atuais nunca mais foi igualado (NOGUEIRA, 2007).

Em 1972, a URB passa a ser reconhecida pelo Conselho Nacional de Desportos, mas por determinações dessa instituição passa a se chamar Associação Brasileira de Rugby, ou ABR. No ano seguinte o Brasil é novamente sede do Campeonato Sul-americano de Rugby, dessa vez não alcançando um resultado tão expressivo quanto na ocasião anterior (NOGUEIRA, 2007).

Apesar do início da popularização do rugby no país, durante a década de 80 o Brasil passava por uma grande crise econômica, que acabou repercutindo no rugby brasileiro, na medida em que os clubes e seleções reduziram a quantidade de viagens para o exterior (NOGUEIRA, 2007), o que influenciou no desenvolvimento técnico dos jogadores brasileiros durante esse período. Um indício de que o nível técnico dos jogadores foi afetado pela falta de jogos internacionais, é o primeiro torneio disputado, em 1989, após quase

uma década sem esse tipo de disputa, onde segundo Nogueira (2007), o Brasil terminou na quarta colocação, conquistando apenas uma vitória frente ao selecionado do Paraguai.

No âmbito internacional, em 1996 o Brasil disputa pela primeira vez um torneio eliminatório para a Copa do Mundo, que seria realizada em 1999. Em virtude da falta de dinheiro por parte da ABR, os jogadores financiam todos os gastos da seleção, que não conquista o direito de disputar a principal competição mundial. Apesar da não classificação, após as eliminatórias a IRB passa a reconhecer o Brasil como um país em desenvolvimento, e assim inicia uma relação entre as duas entidades, resultando no aporte de verbas por parte da IRB a partir do ano 2000 (NOGUEIRA, 2007).

A primeira década do século XXI foi marcada pelo aumento expressivo no número de clubes, jogadores e pela expansão do esporte pelo território nacional, influenciados pela fundação das primeiras federações regionais. Segundo Brentano (2002), no ano de 2002 existiam no Brasil cerca de 20 clubes, distribuídos em apenas 8 estados. Já em 2009, de acordo com censo realizado, o número de equipes passou para cerca de 280, entre clubes e times universitários, espalhados entre 23 dos 27 estados que compõem o país. Atualmente a Confederação Brasileira de Rugby conta com quase dez mil associados, porém estima-se que existam no total cerca de trinta mil jogadores de rugby no país, entre federados e jogadores “casuais”, que praticam o esporte apenas por lazer (CBRU, 2013).

O rugby feminino foi uma modalidade que se desenvolveu muito rapidamente durante a primeira década do século. Em pouco tempo a seleção brasileira feminina se tornou a maior potência sul americana da modalidade, conquistando nove entre nove torneios disputados e conquistando a oportunidade de representar o país pela primeira vez uma Copa do Mundo de Rugby, em 2009 terminaram na décima colocação, e no ano de 2013 conquistaram a segunda oportunidade em uma Copa do Mundo, agora na Rússia.

Outro ramo de crescimento do rugby no Brasil iniciado nessa década é o chamado “rugby social”, projetos sociais utilizados por clubes e pessoas ligadas ao rugby como ferramenta para educação e integração social. (NOGUEIRA, 2007).

Em função da inclusão do rugby nas Olimpíadas, a Associação Brasileira de Rugby se transformou em Confederação Brasileira de Rugby (CBRu), por 38 determinação do Comitê Olímpico Brasileiro. Com a mudança, a CBRu passou a receber maiores incentivos através de leis governamentais e iniciou o trabalho focada no desenvolvimento do rugby brasileiro para a Olimpíada de 2016.

A década atual se inicia com grandes perspectivas com relação ao futuro do rugby brasileiro. O investimento por parte de grandes empresas surge como um estímulo para que os clubes aprimorem a estrutura administrativa e desenvolvam as categorias de base. Algumas leis recém-criadas oferecem melhores condições para a estruturação de clubes e federações. A oportunidade da bolsa atleta e da participação nos Jogos Olímpicos serve de estímulo para os jogadores e treinadores brasileiros, o que gera a perspectiva para o início do profissionalismo no Brasil.

2.4 . ATENÇÃO E CONCENTRAÇÃO

Considera-se a atenção como um processo psicológico mediante o qual o ser humano é capaz de concentrar a atividade psíquica sobre o estímulo que a solicita, seja este uma sensação, percepção, representação, afeto ou desejo, a fim de fixar, definir e selecionar as percepções, as representações, os conceitos e elaborar o pensamento. A atenção é o processo que direciona nossa vigília quando as informações são captadas pelos nossos sentidos, ela também pode ser vista como um mecanismo que consiste na estimulação da percepção seletiva e dirigida (GUALLAR & PONS, 1994; MARTENS, 1987; SAMULSKI, 2002). Dentre seus diversos tipos destaca-se a concentração que pode ser definida como a focalização da atenção em um determinado objeto ou em uma ação (SAMULSKI, 2002). No esporte ela é a habilidade de focalizar em estímulos relevantes do ambiente e de manter esse foco ao longo do evento esportivo (WEINBERG, 1988; WEINBERG & GOULD, 2001) e ela pode ser dividida em três partes: concentração em sinais relevantes, manutenção do foco de atenção todo o tempo e consciência da situação.

De uma forma geral, a atenção é entendida por Samulski (2002), “como um estado seletivo, intensivo e dirigido da percepção”. Sendo que por percepção entendemos que é “o processo de apreciar a realidade, como também da vivência dos sentidos ao receber, perceber, transmitir as informações e, conseqüentemente, os conhecimentos sobre si e seu determinado meio ambiente”.

Para Schmidt (1993) o conceito de atenção relaciona-se às “capacidades de processamento de informação que colocam limites sobre o desempenho humano habilidoso”, definido atenção com as seguintes características:

- A atenção é seriada, mudando de uma fonte para outra ao longo do tempo.
- A atenção é limitada em capacidades.

- A atenção requer esforço e está relacionada com a excitação.

- A atenção limita a capacidade de fazer certas partes da tarefa ao mesmo tempo.

Magill(1984) conceitua a atenção de três formas:

- A atenção inclui o estado de alerta que implica preparar-se para a informação sensorial e manter o estado de alerta.

- A atenção está relacionada à ideia de que nós temos uma capacidade limitada de processar a informação.

- O desempenho bem sucedido de habilidades motoras requer a capacidade de selecionar e prestar atenção a sinais ou informações significativas oriundos de uma grande variedade de sinais.

Concentração, que segundo Weinberg & Gould (1999:326) “é a capacidade de manter o foco da atenção sobre os estímulos relevantes do meio ambiente”.

Para Martin (1996) apud Rubio (2000), na concentração existem dois processos comportamentais distintos: o primeiro seria o comportamento de orientação, ou seja, aquele que coloca o atleta em contato com o estímulo discriminativo relevante para a resposta futura (por exemplo, virar a cabeça em direção a torcida – fonte sonora). O segundo processo refere-se as variáveis que controlam a habilidade a ser desempenhada. Por exemplo: em uma competição entre corredores fundistas, o atleta que se distrai com o ambiente externo e não foca sua atenção no controle de suas passadas e da própria frequência tem dificuldade em manter o ritmo e concentrar-se na prova.

Quando o ambiente muda rapidamente, conseqüentemente o foco de atenção precisa ser mudado também. Pensamentos sobre aspectos irrelevantes podem aumentar a frequência de erros durante a competição.

3. METODOLOGIA

Para este estudo, foram realizados testes em 103 indivíduos, sendo todos do sexo masculino e adultos, com idade entre 18 e 47 anos. Destes 103 indivíduos, 30 praticam rugby e 28 praticam Jiu jitsu a pelo menos 12 meses. Esses 58 atletas treinavam no mínimo três vezes por semana seus devidos esportes, e os que praticavam rugby, não praticavam outro esporte individual, como os que praticavam Jiu jitsu, não praticavam outro esporte coletivo. Os outros 45 indivíduos não praticam esporte algum, podendo dividi-los em dois grupos controle, pois 22 testes foram aplicados em estudantes de ciências exatas e 23 testes foram aplicados em estudantes de ciências humanas.

Os atletas de rugby foram de distintos clubes do Brasil, são eles: São José Rugby, Curitiba Rugby, Urutau Rugby, SPAC, Corinthians Rugby, Rio Branco Rugby. Já os atletas de Jiu jitsu foram todos da cidade de Curitiba, da academia Arena e da Integração UFPR Jiu jitsu. E o grupo controle foi constituído unicamente por alunos da Universidade Federal do Paraná.

O teste utilizado foi o de grade, como já visto em outros estudos (ADRIANO, N. Avaliando o nível de concentração e atenção de atletas de futsal através de testes pré e pós-treinamentos. Blumenau, 2003.) (CALOMENI, M. R. Estimulação fótica e auditiva: Efeitos em criança hiperativa. Rio de Janeiro, 2008). Antes de iniciar, cada indivíduo foi abordado e informado da natureza do estudo, e conforme o interesse foi dado continuidade ao teste. Após a realização do teste eles preenchem o cabeçalho, com nome, idade, tempo de prática (para os que praticam algum esporte) e se treinavam outro esporte.

4. TESTE DE CONCENTRAÇÃO

O teste de concentração do tipo grade com números distribuídos aleatoriamente de 00 a 99, onde o sujeito teve um espaço de tempo de 1 minuto para interligar os números em sequência, partindo do 00. Foi considerado como resultado o último número assinalado pelos atletas.

5. RESULTADOS

A normalidade dos dados foi verificada por meio do teste de Kolmogorov Smirnov. O teste de comparação do número de acertos por tempo apontou diferença entre os grupos avaliados ($F = 3,18$; $p = 0,27$). O teste de *post hoc* mostrou que o nível de concentração foi superior entre os alunos de ciências Exatas, comparado aos de Humanas. A tabela 1 abaixo apresenta os dados descritivos bem como o resultado do teste de comparação.

Tabela 1. Comparação do nível de concentração entre os grupos de esportes e controles

Grupo	N	Média	DP
Rugby	30	9,3	3,4
Jiu-Jitsu	28	8,8	3,1
Alunos Exatas	22	10,2*	3,9
Alunos Humanas	23	7,3	3,4

DP= Desvio padrão; * = Alunos de Exatas superior aos de Humanas

6. DISCUSSÃO

A partir dos resultados, podemos verificar que o nível de concentração entre os atletas de rugby e de Jiu jitsu não apresentaram diferença estatística, já em relação ao grupo controle os alunos das Exatas tiveram uma diferença significativa sobre os alunos das Humanas. Podemos considerar essa diferença pelo fato da familiarização dos alunos de Exatas com números, o que pode ter facilitado na execução do teste.

Em relação aos atletas, até a idade adulta o nível de atenção pode evoluir, fato associado ao desenvolvimento das estruturas cognitivas e melhoria das estratégias no processamento de informação (SINGER, 1986). Porém não foram encontrados estudos confirmando sobre o fim da maturação cognitiva, logo, os esportes, tanto individual quanto coletivo, podem auxiliar no desenvolvimento da atenção e concentração na vida adulta.

Podemos considerar também que ambos os esportes são amadores, e havendo certa diferença nos níveis de concentração entre atletas de nível amador e profissional. Também não foram encontrados estudos que confirmem esta diferença, mas ao considerar um esporte profissional, o comprometimento com treinos e competições é muito maior, por fatores externos muito fortes, como mídia, patrocínio, etc.

Talvez com um número maior de amostra, tanto de atletas de esportes individuais como coletivos, quanto do grupo controle, o resultado aponte alguma diferença significativa para estudos futuros.

Sugere-se que este mesmo teste, ou outro similar para comparar níveis de concentração, seja aplicado em crianças que pratiquem atividade esportiva coletiva ou individual, para então avaliar se existe realmente uma diferença entre os esportes, e indicar qual a melhor modalidade para indivíduos com déficit de atenção.

7. CONCLUSÃO

Este estudo teve como objetivo comparar os níveis de concentração em indivíduos adultos do sexo masculino que praticassem rugby ou Jiu jitsu, comparando-os também a um grupo controle, onde todos os indivíduos eram acadêmicos da Universidade Federal do Paraná, de diversos cursos do campus Reitoria (alunos de ciências humanas) e campus Politécnico (alunos de ciências exatas).

Os resultados indicaram que não houve uma diferença significativa entre os níveis de concentração, tendo os atletas de rugby uma média de 9,3 e os atletas de Jiu jitsu 8,8. Já no grupo controle os alunos do campus Politécnico tiveram uma média elevada em relação aos demais, sendo de 10,2, e os alunos da Reitoria com uma média 7,2.

Com esta pesquisa conclui-se que não houve grande diferença nos níveis de concentração relacionada aos esportes, não podendo afirmar qual modalidade é mais indicada para indivíduos com déficit atenção.

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRENTANO, F. Sim, nós temos rugby. Revista Terceiro Tempo, São Paulo, v.1, n.1, p. 10-12, out. 2002.

CBJJ. Confederação brasileira de Jiu-Jitsu. [Online] [Citado em: 06 de Janeiro de 2013.] <http://www.cbjj.com.br/home.htm>.

CBJJE. Confederação Brasileira de Jiu-Jitsu Esportivo [Online] [Citado em: 06 de Janeiro de 2013.] <http://www.cbjje.com.br/>.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY. [Online] [Citado em: 14 de janeiro de 2013.] <http://www.brasilrugby.com.br/> .

DUARTE, O. História dos esportes. São Paulo: MAKRON Books, 2000.

FPJ. Federação Paulista de Judô. [Online] [Citado em: 06 de janeiro de 2013.] <http://www.fpj.com.br/home.php>.

GRACIE, R. Carlos Gracie: o criador de uma dinastia. Rio de Janeiro: Record, 2008. ISBN 978-85-01-08075-2

MAGILL, R. A. Aprendizagem motora: Conceito e aplicação. São Paulo: Editora Edgard Blucher, 1984.

MARTIN, G. L. Consultoria em psicologia do esporte: emoções e desempenho esportivo. Campinas: Instituto de Análise do Comportamento, 2001.

MAZZONI, T. História do Futebol no Brasil 1894-1950. Vitória: Edições Leia, 1950.

NOGUEIRA, J. Apostila rugby para todos. Curso de capacitação de monitores. São Paulo: FS Digital Printing, 2007.

PERASSO, S.E. Rugby Didático 2: El Entrenador. Buenos Aires: Editorial Dunken, 2008. PRIORE, M.D.; VENÂNCIO, R.P. O Livro de Ouro da História do Brasil. 3ª Edição. Rio de Janeiro: Ediouro, 2001.

SAMULSKI, D. Treinamento psicológico de atletas de alto nível. In.: K. Rubio (org.) Encontros e desencontros: descobrindo a psicologia do esporte. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

SCHIMDT, R. A. Aprendizagem e performance motora: Dos Princípios à Prática. São Paulo: Editora Movimento, 1993.

SINGER, R. *El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte*. Barcelona: Editorial Hispano Europea, 1986.

WEINBERG, R. S. & GOULD, D. Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício. (M. C. Monteiro, trad.). Porto Alegre: Artmed. (2aEd.) 2001.

ANEXO

Teste de Grade

Nome: _____

Idade: _____

Tempo de prática: _____

Treina outro esporte? _____ Qual? _____

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	65	39	80	77	49	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63