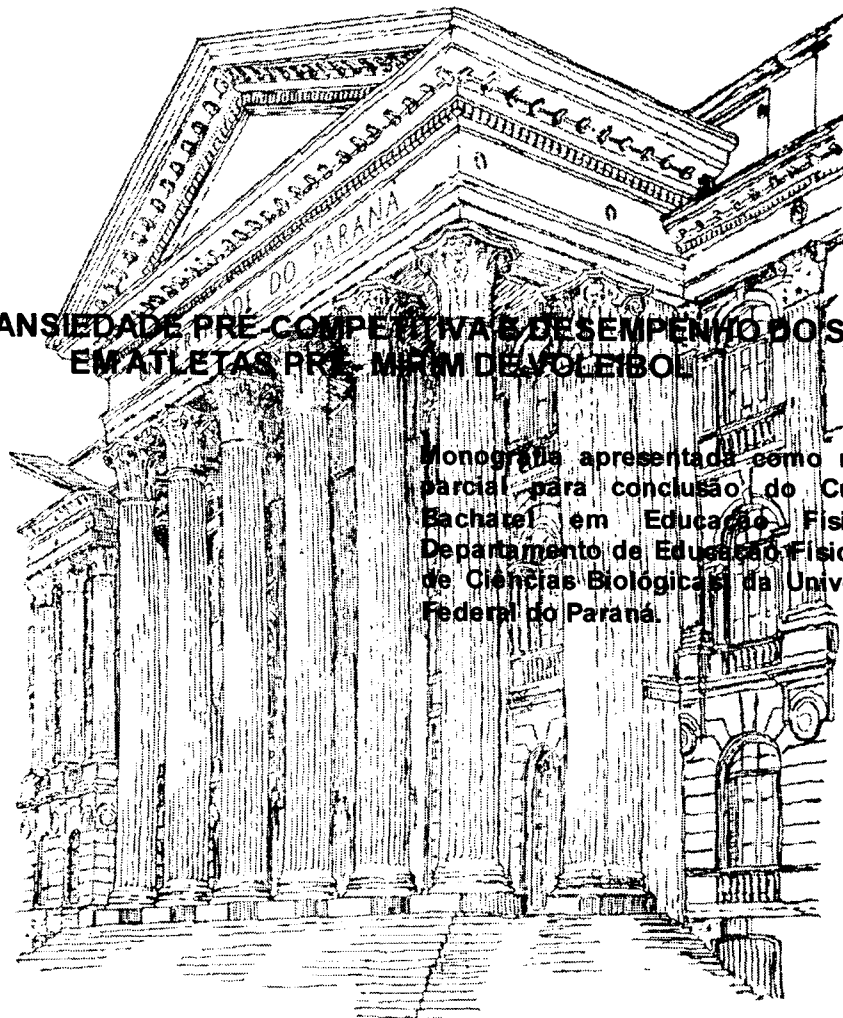


EDUARDO OWCZARZAK LINDNER

**NÍVEIS DE ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA E DESEMPENHO DO SAQUE
EM ATLETAS PRÉ-MIRIM DE VOLEIBOL**

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



CURITIBA

2009

EDUARDO OWCZARZAK LINDNER

**NÍVEIS DE ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA E DESEMPENHO DO SAQUE
EM ATLETAS PRÉ- MIRIM DE VOLEIBOL**

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

JOICE MARA FACCO STEFANELLO

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, a minha família, que sempre me apoiou principalmente nos momentos que mais necessitei, à todos os meus amigos que nestes anos de universidade conheci e que ficarão pra sempre guardados no coração e a todos os professores da UFPR que me ajudaram na formação acadêmica, além deles, agradeço a minha orientadora Joice Mara Faco Stefanello, pela confiança depositada. Por fim agradeço a todas as pessoas que de alguma forma me ajudaram na formação em Educação Física.

Obrigado Deus por este sonho realizado...

RESUMO

NÍVEIS DE ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA E DESEMPENHO DO SAQUE EM ATLETAS PRÉ- MIRIM DE VOLEIBOL

O presente estudo tem como objetivo verificar até que ponto os níveis de ansiedade pré-competitiva afetam o desempenho do fundamento saque em atletas pré-mirim de voleibol. Participaram do estudo 11 atletas, do sexo masculino, alunos do colégio Dom Bosco de Curitiba – Paraná, com idades variando entre 12 e 14 anos. Estes durante a competição 56º Jogos Colegiais do Paraná, responderam ao instrumento de análise de ansiedade pré-competitiva (SCAI-2), 1 hora antes de cada partida. No mesmo instrumento (SCAI-2) o atleta respondeu o nível de importância e de dificuldade do jogo para si. Para a análise do desempenho do fundamento saque, foi utilizado o instrumento *scout*, foi feita a coleta dos dados durante as partidas, onde de acordo com o rendimento do saque os atletas recebiam uma classificação e de acordo com o rendimento foi calculado o percentual de eficácia e eficiência. A equipe durante a competição possuiu uma média de eficácia de 40,5% e de eficiência de 50,3%. Verificou-se que os níveis de ansiedade pré-competitiva dos atletas ficaram classificados como nível médio, e que na partida final o nível de ansiedade foi acima da média da equipe em 13,5%. Através do teste ANOVA para dados não paramétricos verificamos a diferença significativa que ocorreu com um aumento no nível de ansiedade nas partidas semi-final e final. As correlações realizadas não apresentaram resultados significativos, foram correlacionadas às variáveis: ansiedade pré-competitiva, importância dos jogos, dificuldade dos jogos, % de eficácia e % de eficiência. Concluímos que no grupo de atletas estudados, não foi possível confirmar a hipótese de que atletas com um nível de ansiedade elevado estarão obtendo maior sucesso no fundamento saque. Nesse caso o desempenho do saque não foi afetado significativamente pela variável ansiedade pré-competitiva.

Palavras chaves: ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA, VOLEIBOL E SAQUE.

SUMÁRIO

RESUMO	iii
LISTA DE TABELAS	v
1 INTRODUÇÃO	1
1.1 O PROBLEMA E SUA IMPORTÂNCIA	1
1.2 OBJETIVO GERAL	3
1.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	3
2 REVISÃO DE LITERATURA	4
2.1 VOLEIBOL	4
2.1.1 História do voleibol	4
2.1.2 Caracterização da Modalidade	8
2.1.3 Saque.....	9
2.2 ANSIEDADE	11
2.2.1 Ansiedade traço	11
2.2.3 Ansiedade de estado.....	12
2.2.1 Ansiedade pré-competitiva e rendimento esportivo	13
3 METODOLOGIA	15
3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO	15
3.2 PARTICIPANTES DO ESTUDO	15
3.3 INSTRUMENTOS PARA COLETA DE DADOS	15
3.4 PROCEDIMENTOS PARA COLETA DE DADOS	17
3.5 TRATAMENTO DOS DADOS OU ANÁLISE ESTATÍSTICA	18
4 RESULTADOS	19
5 DISCUSSÃO	30
6 CONCLUSÃO	32
REFERÊNCIAS	33
ANEXOS	36

LISTA DE TABELAS

TABELA 1 – NÍVEL DA ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA DOS ATLETAS EM CADA JOGO	19
TABELA 2 – NÍVEL DA ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA DA EQUIPE POR JOGO	20
TABELA 3 – GRAU DA IMPORTÂNCIA DAS PARTIDAS DE CADA ATLETA DE VOLEIBOL POR JOGO	21
TABELA 4 – GRAU DA IMPORTÂNCIA DAS PARTIDAS DA EQUIPE POR JOGO	21
TABELA 5 – GRAU DE DIFICULDADE DAS PARTIDAS DE CADA ATLETA DE VOLEIBOL POR JOGO	22
TABELA 6 – GRAU DE DIFICULDADE DAS PARTIDAS DA EQUIPE POR JOGO	22
TABELA 7 –% DE EFICÁCIA OBTIDA DURANTE OS JOGOS	23
TABELA 8 –% DE EFICIÊNCIA OBTIDA DURANTE OS JOGOS	24
TABELA 9 – ANOVA ENTRE ANSIEDADE E PARTIDAS DE SEMI-FINAL (7) E FINAL (8)	25
TABELA 10 – CORRELAÇÕES ENTRE AS VARIÁVEIS	26

1 INTRODUÇÃO

1.1 O PROBLEMA E SUA IMPORTÂNCIA

O voleibol no cenário nacional está se tornando cada vez mais popular através dos resultados obtidos pelas nossas seleções masculina e feminina adulta em competições internacionais. As conquistas olímpicas e mundiais têm destacado o voleibol brasileiro como uma grande potência mundial no esporte, incentivando a prática de adolescentes e crianças motivadas pelos seus ídolos. O espaço fornecido ao voleibol na mídia nacional ainda é pequeno, comparando com outros esportes, porém tem ajudado a motivar os jovens à prática do esporte, devido à mídia o esporte vem sofrendo modificações ao passar dos anos, tentando tornar o voleibol um esporte mais atrativo para telespectadores e para futuro praticantes (JUNIOR, 2004).

O voleibol é um esporte dinâmico onde a primeira ação do jogo é o saque, que tem como objetivo dar início a partida e aos ralis. Nos últimos tempos, esse conceito tem mudado e o fundamento saque passou a ser entendido como o primeiro ataque da partida. “Com a nova contagem de pontos, o saque precisa ser forte, para que o levantador adversário tenha menos opções de ataque e, conseqüentemente, menores chances de vencer o rali em disputa. É importante, também, que o índice de erros seja menor, pois o desperdício do saque dará ponto ao adversário” (BIZZOCCHI, 2004, p. 114). Nas categorias de base, até 17 anos, o saque é em geral muito melhor do que a recepção (SHONDELL; REYNAUD, 2005). Portanto, o fundamento saque é um dos mais importantes para obterem vitórias, ou seja, se o atleta faz um bom saque, deixa o adversário com dificuldade elevada para a recepção, a bola é devolvida à quadra adversária sem perigo, as chances de a equipe sacadora ganhar o rali aumentam, ou até mesmo o sacador consegue fazer um ponto direto chamado *ace*, ajudando a sua equipe a conseguir a vitória na partida. “O saque condiciona os outros fundamentos de ponto, como o bloqueio e a defesa, mas não o determina, e importante afastar-se do preceito de que um saque fácil segue inevitavelmente o ponto do adversário” (NETO, 2003, p. 17).

Algumas variáveis psicológicas tendem a influenciar os resultados ou as performances dos atletas em meios competitivos tais como a ansiedade pré-competitiva. Segundo Samulski (2002), os termos ansiedade e estresse têm sido considerados quase sempre sem uma distinção, mais como sinônimos. A ansiedade e o stress estão diretamente ligados, quanto maior o nível de estresse da pessoa maior o nível de ansiedade presente. Um estressor é percebido pelo atleta como perigoso ou ameaçante, provocando a ansiedade, que por sua vez provoca queda no rendimento do atleta. A ansiedade segundo Weinberg e Gould (2001), é um estado emocional negativo caracterizado pelo nervosismo.

A ansiedade pré-competitiva pode trazer resultados negativos ao esporte, o voleibol exige um controle elevado do nível de ansiedade, pois todas as ações do jogo estão envolvidas com a pontuação, ou seja, cada erro torna-se um ponto para equipe adversária. Se o atleta estiver com um nível de ansiedade acima do ideal, as chances de erros aumentam. Assim quanto maior o conhecimento que o atleta tem sobre si mesmo melhor este estará capacitado e orientado a alcançar o seu máximo potencial (FERREIRA, 2006).

O estresse e, conseqüentemente, o nível de ansiedade aumenta, ocorrem quando a criança atleta percebe sua incapacidade de atender com sucesso à demanda do desempenho exigida pela competição (CAMPOS; BRUM, 2004). A sensação de medo de não conseguir cumprir com o objetivo proposto ao atleta para o saque, pode prejudicar o seu desempenho até que ponto? Para que o atleta consiga cumprir sua função no fundamento saque é necessário manter o controle de sua ansiedade pré-competitiva.

1.2 OBJETIVO GERAL

Verificar até que ponto os níveis de ansiedade pré-competitiva afetam o desempenho do saque em atletas pré-mirim de voleibol.

1.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Avaliar os níveis de ansiedade pré-competitiva dos atletas de voleibol.
- b) Avaliar o desempenho do saque dos atletas durante os jogos por meio de *scout* técnico.
- c) Avaliar se os níveis de ansiedade dos atletas aumentam em partidas de caráter semi-final e final.
- d) Correlacionar os níveis de importância dos jogos com os níveis de ansiedade pré-competitiva.
- e) Correlacionar a importância dos jogos com os escores obtidos de desempenho técnico dos atletas de fundamento saque.
- f) Correlacionar os graus de dificuldade de cada jogo com os escores obtidos de desempenho técnico dos atletas de fundamento saque.
- g) Correlacionar os níveis de ansiedade pré-competitiva com os escores obtidos de desempenho técnico dos atletas de fundamento saque.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 VOLEIBOL

2.1.1 História do voleibol

O voleibol foi criado nos Estados Unidos da América pelo americano Willian

George Morgan, diretor de educação física da Associação Cristã de Moços (ACM) e Springfield, em 1895, derivado do *faust-ball* difundido na Alemanha em 1893 (BIZZOCCHI, 2004).

O *faust-ball* era jogado com os punhos e a bola podia tocar o solo duas vezes antes de ser golpeada. As características do voleibol são próprias e dinâmicas, mesmo sendo um esporte descendente do *faust-ball* (SHONDELL; REYNAUD, 2005).

Devido ao clima norte americano na estação inverno ser bem rigoroso, as pessoas não podiam praticar esportes, ou não possuíam coragem para “enfrentar o frio”. Pensando nessa questão o também norte americano James Naismith criou o basquetebol, que em pouco tempo era praticado por muitas ACMs dos Estados Unidos (NETO, 2003).

No ano de 1895 nascia então o voleibol. Willian G. Morgan foi encarregado por seu superior, o pastor Lawrence Rinder para que desenvolvesse um jogo menos vigoroso, onde os jogadores não possuíssem tanto contato físico como o basquetebol, e que fosse atrativo para práticas no inverno (BIZZOCCHI, 2004).

A base para o esporte foi adquirida em outros dois esportes, o tênis e o basquetebol. Uma rede de tênis foi esticada ao meio de ginásio a aproximadamente 1,98m, a câmara de uma bola de basquetebol foi utilizada e nascia ai o voleibol, originalmente batizado como *minonette*, com 10 regras básicas (SHONDELL; REYNAUD, 2005).

Em 1986 o nome foi mudado para *volley-ball*, voleio sobre a rede, com a bola. Rapidamente as ACMs mais próximas do país difundiram o esporte, tornando-o uma prática recreativa.

Morgan concentrava seus esforços em aperfeiçoar as habilidades técnicas e capacidades físicas envolvidas no jogo, enquanto isso seus amigos Frank Wood e John Lynch ficaram encarregados sobre as regras do novo esporte (BIZZOCCHI, 2004).

Durante alguns anos o voleibol foi difundido, porém não na mesma proporção que o basquetebol, futebol americano e beisebol, esportes que até hoje estão na frente do voleibol quando se fala em popularidade (BIZZOCCHI, 2004).

O governo norte americano em 1915 através de uma resolução recomendou que o voleibol fosse praticado nos programas de educação e assim o esporte se espalhou pelos EUA rapidamente, 1922 foi realizado o primeiro campeonato nacional americano, e em 1928, foi fundada a Associação de Voleibol dos Estados Unidos (SHONDELL; REYNAUD, 2005).

No Brasil, existe um relato através de uma fotografia de 1916, de um jogo de voleibol realizado na ACM de São Paulo, porém alguns autores relatam que a primeira exibição do esporte foi em Pernambuco. O primeiro campeonato nacional realizado foi em 1944 (BIZZOCCHI, 2004).

A Confederação Sul-Americana de Voleibol foi fundada em 12 de fevereiro de 1946, com sede no Brasil e tendo como primeiro presidente o brasileiro Célio Negreiros de Barros (NETO, 2003).

Em 1954, a Confederação Brasileira de Voleibol foi criada com o objetivo de difundir e desenvolver o voleibol no país. Dez anos mais tarde, o voleibol brasileiro marcou presença nos Jogos Olímpicos de Tóquio, quando o esporte fez sua estréia na competição. Assim com no futebol o Brasil é o único país que disputou todas as Copas do Mundo, os sextetos nacionais masculinos de voleibol participaram de todas as edições das olimpíadas (BIZZOCCHI, 2004).

O voleibol brasileiro estreou nos solos europeus em 1956 em Paris, na disputa do Campeonato Mundial de Paris, onde o Brasil não possuía nenhuma expressão no cenário voleibolístico até então, ficando abaixo dos países com maior tradição. A média de estatura da competição era 1,90m enquanto a do Brasil era de 1,80m, o sistema de jogo utilizado pelo Brasil era ultrapassado. A seleção brasileira fez uma boa partida contra a China, com duração de mais de 3 horas de jogo, o resultado foi que conquistaram o respeito dos adversários (BIZZOCCHI, 2004).

O voleibol brasileiro estreou nos solos europeus em 1956 em Paris, na disputa do Campeonato Mundial de Paris, onde o Brasil não possuía nenhuma expressão no cenário voleibolístico até então, ficando abaixo dos países com maior tradição. A média de estatura da competição era 1,90m enquanto a do Brasil era de 1,80m, o sistema de jogo utilizado pelo Brasil era ultrapassado. A seleção brasileira fez uma boa partida contra a China, com duração de mais de 3 horas de jogo, o resultado foi que conquistaram o respeito dos adversários (BIZZOCCHI, 2004).

“Os primeiros grandes resultados brasileiros foram as medalhas obtidas nos Mundiais Juvenis Masculinos de 1977 e 1981 (bronze e prata, respectivamente). Os atletas dessas conquistas formaram a base da equipe que se sagrou Vice- Campeã no Mundial Adulto Masculino de 1982, na Argentina, e, dois anos depois, conquistou a medalha de prata nos Jogos Olímpicos de Los Angeles. Em 1987, a Seleção Juvenil Feminina de Voleibol conquistou o primeiro título mundial em esporte coletivo feminino para o Brasil. Em 1992, o voleibol brasileiro alcançou sua maior glória até o momento, quando a seleção masculina conquistou a medalha do ouro nos Jogos Olímpicos de Barcelona. Após esse triunfo, os resultados positivos tornaram-se mais frequentes: hegemonia em todas as categorias na América do Sul, 13 títulos Mundiais das Seleções de Base (Infanto-Juvenis e Juvenis – masculinas e femininas), sete títulos da Liga Mundial (seleção masculina), seis do World Grand Prix (seleção feminina), Campeonato Mundial 2002 e 2006 e da Copa do Mundo 2003 (seleção masculina), duas medalhas de bronze da Seleção

Feminina nos Jogos Olímpicos de 1996 e 2000, e, mais recentemente o ouro pela Seleção Adulta Masculina nos Jogos Olímpicos de 2004 e ouro no Feminino nos Jogos Olímpicos de 2008. No voleibol de praia, destaque para 10 títulos no Circuito Mundial masculino, 9 títulos no feminino, medalhas nos Jogos Pan-Americanos de 1999, 2003 e 2007, 6 títulos nos Mundiais de Base (sub 21 e sub 18 – masculino e feminino), além de duas medalhas de ouro, 4 de prata e 1 de bronze, conquistadas por equipes masculinas e femininas, nos Jogos Olímpicos de 1996, 2000 e 2004” (SELEME, 2007).

Atualmente, o voleibol é considerado o segundo esporte mais popular no país, tendo mais de 100.000 atletas federados na Confederação Brasileira de Voleibol. Rotulado como uma das escolas mais fortes do cenário mundial o Brasil atual líder do ranking de seleções masculinas de voleibol de quadra da Federação Internacional de Voleibol FIBV, segundo no ranking feminino e possuindo diversas duplas entre as melhores do ranking de voleibol de praia (masculino e feminino) (SELEME, 2007).

O maior público da história do voleibol pertence ao duelo Brasil contra União Soviética ocorreu na data de 26 de julho de 1983, no estádio do Maracanã, onde o Brasil venceu por 3 sets a 1, chovia no dia do duelo e os próprios jogadores mostraram interesse em enxugar a quadra para que o espetáculo fosse realizado, totalizando 95.887 pessoas, esse número prova que voleibol brasileiro possui um carinho grandioso da população (SELEME, 2007).

Com a evolução do esporte ao passar dos anos, surgiram às escolas do voleibol mundial, onde o país que conquistava o título de uma competição importante era seguido pelos outros países (BIZZOCCHI, 2004). O Brasil nas olimpíadas de 1992 em Barcelona surpreendeu seus adversários inovando o voleibol mundial, com ataques potentes da linha do fundo com muita velocidade imposta pelo levantador Mauricio Lima, após essa competição outros países começaram a utilizar o ataque da linha do fundo com maior velocidade e potência.

2.1.2 Caracterização da modalidade

O voleibol é praticado em uma quadra retangular (18x9m), dividida ao meio por uma rede, que impede o contato corporal entre os adversários. A disputa é entre duas equipes compostas por 6 jogadores em quadra e no máximo, 6 reservas (SELEME, 2007). A altura da rede varia de acordo com a categoria e naipes, em questão do estudo temos a rede a 2,35m, utilizada na categoria pré-mirim pela Federação Paranaense de Volley-Ball (REGULAMENTO REGIONAIS 2009).

A modalidade é dinâmica onde é exigido um grau de qualidade técnica elevado para o desempenho dos fundamentos. As regras do esporte estão em constante adaptação, nos últimos tempos tivemos várias mudanças tornando o jogo mais dinâmico e comercial para sua venda (JÚNIOR, 2004). O jogo consiste em colocar a bola no chão da equipe adversária vencendo os *ralis*. Ganha a partida a equipe que vencer 3 *sets*, onde os 4 primeiros *sets* são pontuados até 25 pontos e o 5 *set*, chamado de *set* desempate, é jogado com pontuação final até 15 pontos. Em caso de empate nos 4 primeiros *sets* de 24 x 24, ou no 5 *set* 14 x 14, ganha o *set* a equipe que abrir 2 pontos de diferença sobre o seu adversário (SHONDELL; REYNAUD, 2005). Devido ao regulamento da competição estudada somente a partida de caráter final será disputada nesse sistema de disputa em melhor de 5 *sets*, as demais partidas serão disputadas em melhor de 3 *sets*, ou seja são disputados 2 *sets* até 25 pontos e caso a partida fique empatada o 3 *set* vira o *set* desempate até 15 pontos (REGULAMENTO, 2009).

2.1.3 Saque

O saque é considerado um fundamento básico (SHONDELL; REYNAULD, 2005), pois sem o domínio dessa técnica o jogo e os *ralis* não têm seu início. Existem alguns tipos de saque sustentados (por baixo, flutuante e asiático) e em suspensão (flutuante e viagem). Para se tornar um sacador eficaz, é preciso treinamento para automatizar o movimento. “O fundamento saque envolve às seguintes capacidades físicas: coordenação dinâmica geral, equilíbrio estático, coordenação viso-motora, agilidade, mobilidade de cintura escapular e peitoral, força isométrica de punho e dedos (saque), velocidade de deslocamento (retorno a quadra)” (BIZZOCCHI, 2004, p. 114).

Cada rali inicia por um saque, efetuado por um jogador postado atrás da linha de fundo da sua quadra. A bola deve passar por cima da rede no espaço delimitado, por entre as antenas e deverá atingir a quadra adversária.

O saque também pode ser considerado como primeira linha defesa. O adversário não possuirá um ataque tão eficiente se o saque for bem efetuado pela equipe sacadora, um saque bom ocasionará no adversário uma recepção ruim, que pode levar o adversário a um levantamento previsível. Como resultado, uma equipe pode controlar o jogo mesmo com o fundamento bloqueio sendo razoável, principalmente se tiver um saque eficaz. “Tudo começa pelo saque” (SHONDELL; REYNAULD, 2005, p. 173).

Existem algumas capacidades físicas básicas (BIZZOCCHI, 2004), para realizar um bom saque, para o saque ser uma arma eficaz, deve-se treinar através da repetição, para aprender a técnica correta para que a prática seja correta.

O saque deve ser realizado dentro da linha dos 9m do fundo da quadra, podendo variar no seu tipo. Saque sustentado por baixo: o atleta afasta as pernas mantendo a perna contrária a mão do golpe na bola mais a frente. Com uma das mãos segura a bola na altura do joelho e com a outra mão mantém o punho fechado que irá golpear a bola na direção da quadra adversária.

Saque sustentado por cima: é o saque onde os pés se mantêm afastados, dando o equilíbrio para o atleta, uma das mãos segura à bola como se fosse uma bandeja e a outra fica acima da cabeça aberta para golpear a bola, o lançamento da bola deverá ser feito com a mão contrária a mão do golpe na bola, sobre a cabeça e para frente, o golpe na direção da bola visando atingir a quadra adversária (BIZZOCCHI, 2004).

Saque flutuante, uma das mãos segura à bola como se fosse uma bandeja e a outra fica acima da cabeça aberta para golpear a bola, o lançamento da bola deverá ser feito com a mão contrária a mão do golpe na bola, sobre a cabeça e para frente, existe uma corrida de aproximação para a bola e uma fase de salto, o golpe na direção da bola visando atingir a quadra adversária.

Saque viagem envolve além de precisão maior potência. Inicia-se com um lançamento da bola à frente e alto o suficiente para que o jogador possa fazer o contato com a bola no ápice do salto e a frente da linha do tronco, como se fosse um ataque do fundo da quadra. Jogadores altos e com excelente impulsão levam vantagem, podendo pegar a bola mais alta tornando o saque uma verdadeira arma ofensiva (SHONDELL; REYNAULD, 2005).

O saque pode assumir trajetória regular ou irregular, dependendo da habilidade e do tipo do saque e do atleta que está efetuando o fundamento.

A tática individual e objetivo (alvo) a ser atingido podem ser determinantes para um bom saque, são alguns objetivos freqüentes sacar: no passador da rede, curto no central, nas infiltrações, nos pontos descobertos, nos atletas abalados emocionalmente durante o jogo e alguns pontos da quadra afetados por aspectos ambientais devido a quadras descobertas, ou com algum problema de iluminação por exemplo.

O risco para fazer um saque eficiente deve ser calculado antes das partidas pelo treinador, evitando assim um grande número de erros, o que tornaria mais difícil a vitória da equipe que possui o serviço.

Segundo Neto (2003), existem 5 regras básicas para se efetuar um saque eficiente, se deve errar poucos saques, o saque deve ser variado o máximo possível, não errar o saque após qualquer tipo de suspensão do jogo, não errar saque o saque do *set point* e jamais errar o saque se no rodízio anterior o companheiro da sua equipe errou o saque.

2.1 ANSIEDADE

A ansiedade é uma variável psicológica completamente ligada ao fenômeno estresse. O estresse é um estado de desequilíbrio, provocado pelo ambiente, é uma ameaça devido à avaliação individual da pessoa afetada sobre um possível perigo inerente a situação. Esse desequilíbrio gera ao organismo, algumas reações, como por exemplo, o medo, sentimentos de tensão, nervosismo, pensamentos negativos ou desagradáveis e mudanças na fisiologia do organismo (SAMULSKI, 2002).

A percepção de ameaça gera uma baixa na autoconfiança, e a interpretação cognitiva da ameaça pode ser modificada ao mesmo tempo em que ela vai se alterando (FERREIRA, 2006).

2.1.1 Ansiedade traço

A ansiedade do tipo traço é independente do tempo, é uma pré-disposição adquirida onde o organismo percebe situações não muito perigosas. O indivíduo que possui essa classificação de ansiedade torna-se uma pessoa de natureza ansiosa, ou seja, a personalidade da pessoa é caracterizada como ansiosa. O conceito de ansiedade de traço refere-se a diferenças individuais relativamente estáveis relacionadas com ansiedade (SPILBERGER, 1989). A personalidade do atleta através da dimensão esportiva está relacionada com o medo, fracasso, o desconhecido (SAMULSKI, 2002).

A ansiedade traço influencia de maneira significativa a ansiedade do tipo estado, atletas que possuem uma ansiedade traço, visam à competição esportiva como ameaçadora, isso significa que nas proximidades com os jogos, o atleta que já possui a ansiedade traço tende a ficar mais ansioso na parte do estado de ansiedade (FERREIRA, 2006).

2.1.2 Ansiedade de estado

A ansiedade de estado é considerada momentânea, a pessoa está ansiosa por algum motivo, devido a algum fato que irá acontecer no futuro breve. A ansiedade de estado se manifesta num aumento do nível de ativação (*arousal level*) (SAMULSKI, 2002). O organismo da pessoa envolvida percebe uma ameaça e provoca um nível de ativação acima da média, podendo prejudicar a resposta ao estímulo.

A ansiedade cognitiva é vista como as preocupações e expectativas negativas acerca do rendimento e auto-avaliação negativa. Segundo Martens et al. (1990), a ansiedade cognitiva consiste em pensamentos negativos e preocupações sobre a *performance*, incapacidade para se concentrar e atenção disruptiva.

A ansiedade somática ocorre através da ativação do sistema nervoso, é caracterizada por uma grande variedade de sintomas como hipertonia muscular, inquietação, boca seca, aumento na frequência cardíaca. Segundo Júnior (2004) apud Ferreira, (2006), a ansiedade somática refere-se a elementos fisiológicos e afetivos da ansiedade.

A autoconfiança é a inexistência ou controle dos níveis de ansiedade, para um alto nível de rendimento, exigido nas competições esportivas, é necessário o controle dos níveis de ansiedade, promovendo ao atleta uma maior confiança e conseqüentemente uma melhor *performance* durante a competição (MARTENS, 1990).

As chamadas zonas de ativação, são classificadas para assuntos esportivos em duas, ou o atleta está fora da zona de ativação perdendo assim rendimento esportivo, ou o atleta está dentro da zona de ativação conseguindo assim desenvolver uma alta *performance*. Esses níveis de ativação são individuais, existem atletas que estando em baixo nível de ansiedade possuem rendimento melhor ou abaixo da média, e atletas que possuem elevado nível de ansiedade que desempenham funções acima da média ou abaixo da média (SAMULSKI, 2002).

2.1.3 Ansiedade pré-competitiva e rendimento esportivo

O rendimento esportivo depende de várias fontes, entre elas a ansiedade pré-competitiva. A ansiedade pode ser considerada uma ação do organismo humano, uma emoção de outro fenômeno chamado estresse. Estímulos internos e externos são fontes para a ansiedade entrar em cena, esses estímulos acabam por sua vez prejudicando o desempenho dos atletas em competições (SAMULSKI, 2004). O emocional em um jogo de voleibol é muito importante para se manter o equilíbrio durante a partida, evitando ou favorecendo os erros.

Existem momentos que os atletas são submetidos à pressão competitiva para acertarem a jogada e marcarem o ponto, como no voleibol cada erro gera pontuação para equipe adversária, a ansiedade é determinante para o rendimento do atleta durante os jogos. Percebe-se que a situação competitiva implica sempre em um aumento dos níveis de ansiedade pré-competitivos e de *stress*, normalmente isso prejudica os atletas no seu rendimento, embora existam alguns atletas que a ansiedade em demasia ajude a melhorar seu rendimento.

A *performance* esportiva fica diretamente ligada a ansiedade, observamos essa situação através da teoria de ativação do "U" invertido, o atleta que está com seu nível de ativação acima do seu ideal (SAMULSKI, 2002).

O desempenho é dependente da ansiedade dos atletas, pode-se existir essa variação devido ao tipo de esporte, a tarefa imposta, o traço de personalidade do atleta, o público, o ambiente, os pais, etc. (FERREIRA, 2006).

Na década de 50 e 60 começaram a serem desenvolvidos alguns instrumentos para análise da ansiedade. Spielberger (1989) e outros pesquisadores desenvolveram alguns instrumentos para possível avaliação. Mas os resultados ainda não eram satisfatórios, não conseguiam prever a ansiedade em modelos competitivos. Martens (1990) percebeu essa “falha” e desenvolveu o questionário (CSAI-2), o qual utilizará esse estudo.

Ansiedade é diretamente ligado a sensações fisiológicas de medo, gerando algumas pessoas reagem com: tremura, hipertonia muscular, inquietação, hiperventilação, sudorese, palpitações. No meio esportivo é uma situação que favorece o adversário, que através de um simples olhar pode perceber que seu oponente está perdendo o controle emocional, e poderá utilizar de táticas coletivas fazendo o jogo ocorrer de maneira que, esse atleta ansioso visível tenha que assumir uma responsabilidade maior (FERREIRA, 2006).

3 METODOLOGIA

3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

Esse estudo é do tipo causal comparativo, pois pretende verificar até que ponto os níveis de ansiedade pré-competitiva afetam o desempenho do saque em atletas pré-mirim de voleibol.

Os estudos causais comparativos referem-se a quando não é possível fazer uma abordagem experimental, é possível estudar uma grande quantidade de hipóteses. A relação causa e efeito pode ou não ser determinante. (HENRIQUES, A.; NEVES, C.; PESQUITA, I. 2004).

3.2 PARTICIPANTES DO ESTUDO

Participaram do estudo 11 atletas de voleibol, entre 12 e 14 anos, que integram uma equipe masculina da categoria B. Esta foi escolhida intencionalmente por representar a cidade de Curitiba no campeonato estadual colegial.

3.3 INSTRUMENTOS PARA COLETA DE DADOS

A avaliação do fundamento saque foi feita por meio do *scout* técnico (anexo 1), com as seguintes pontuações: 0 (erro); 1 (saque que não dificultou a recepção adversária); 2 (saque que dificulta a recepção adversária, mas ainda é possível amar ataque ofensivo); 3 (saque com dificuldade elevada para a recepção, obrigando o adversário a devolver a bola sem perigo para a equipe sacadora) e 4 (sem possibilidade de recepção).

A partir do *scout* técnico foram calculados o total de erros e percentuais de eficácia e eficiência do saque executados pelos atletas, tal como demonstrado na figura 1.

$$\text{Total de erros} = (\text{N}^\circ \text{ de erros} \times 100) \div \text{total de ações}$$

$$\text{Percentual de eficácia} = [(\text{escore 4} + \text{escore 3}) \times 100] \div \text{total de ações}$$

$$\text{Percentual de eficiência} = [(4 \times \text{total do escore 4}) + (3 \times \text{total do escore 3}) + (2 \times \text{total do escore 2}) + (\text{total do escore 1}) - \text{N}^\circ \text{ total de erros}] \times 100 \div 4 \times \text{total de ações}$$

Figura 1 - Cálculos utilizados para o total de erros, percentual de eficácia e eficiência

O questionário pré-competitivo versão traduzida e validada por Raposo (1995) do questionário *Competitive Sport Anxiety Inventory – CSAI – 2* (MARTENS, 1990), foi utilizado para avaliação do nível de ansiedade, estado pré-competitivo dos atletas (anexo 2).

Este questionário inicialmente, concebido por Martens et al. (1983) era constituído por apenas duas dimensões da ansiedade: ansiedade cognitiva e ansiedade somática (CSAI). O CSAI-2 apresenta características multidimensionais do estado de ansiedade no esporte, englobando 27 itens distribuídos em três dimensões da ansiedade: Ansiedade Cognitiva (9 itens), Ansiedade Somática (9 itens) e Autoconfiança (9 itens). Cada item, composto por 4 pontos, pode ser respondido numa escala tipo *Likert*, que varia entre “Nada”= 1 e “Muito”= 4. Os atletas só podem optar por uma alternativa (Cruz, 1996).

Os níveis de ansiedade estado pré-competitiva podem variar em uma escala de 27 a 108 pontos, conforme representado na Figura 2. No presente estudo, foram classificados com baixa ansiedade os atletas que atingiram a pontuação entre 27 e 54 pontos, moderada ansiedade os atletas que atingiram a pontuação de 54 a 81 pontos e alta ansiedade os atletas que atingiram a pontuação de 81 a 108 pontos.

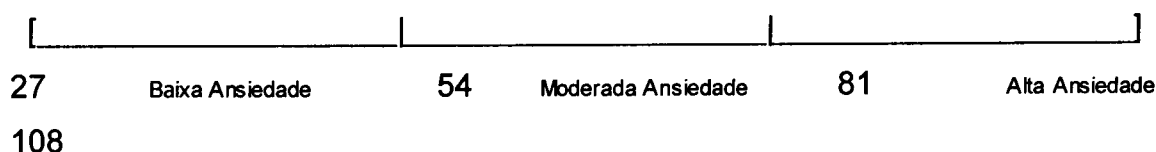


Figura 2: Escala dos níveis de ansiedade pré-competitiva.

A avaliação da importância dos jogos variam de 1 a 9 pontos, conforme representado na Figura 3. Para o presente estudo, as partidas foram classificadas como pouca importante para os atletas que atingiram a pontuação entre 1 e 4 pontos; como importante para os atletas que atingiram a pontuação de 4 a 7 pontos e como muito importante para os atletas que atingiram a pontuação de 7 a 9 pontos.

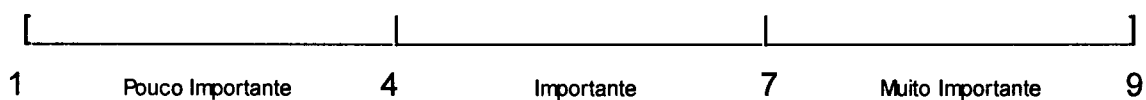


Figura 3: Escala dos níveis de importância dos jogos.

O grau de dificuldade dos jogos variam em uma escala de 1 a 9 pontos, conforme representado na Figura 4. As partidas foram classificadas como fáceis para os atletas que atingiram a pontuação entre 1 e 4 pontos; com dificuldade intermediária para os atletas que atingiram a pontuação de 4 a 7 pontos e difícil para os atletas que atingiram a pontuação de 7 a 9 pontos.



Figura 4: Escala dos níveis de importância dos jogos.

3.4 PROCEDIMENTOS PARA COLETA DE DADOS

A coleta de dados foi realizada durante o período de 4 de julho à 11 de julho de 2009, tempo de duração da competição Jogos Colegiais do Paraná.

Para a coleta dos dados relativos à ansiedade pré-competitiva foi aplicado o questionário CSAI – 2 uma hora antes de cada partida nos locais de competição.

Para a coleta dos dados relativos ao desempenho do fundamento saque foi aplicado, durante as partidas pelo avaliador, o mecanismo de *scout*. O avaliador ficou na parte de atrás da quadra da equipe avaliada, de onde tinha visão suficiente e facilitada para praticar a avaliação.

3.5 TRATAMENTO DOS DADOS OU ANÁLISE ESTATÍSTICA

Para a análise dos dados fez-se usada estatística descritiva com análise de alguns parâmetros de tendência central (média) e dispersão (desvio-padrão) para as variáveis comportamentais pré-competitivas (somática, cognitiva e de autoconfiança). A correlação entre as variáveis ansiedade pré-competitiva e rendimento no fundamento saque, foi verificada através do coeficiente de correlação de *Spermann*, para dados não paramétricos, através do *software statistic 7.0*.

4 RESULTADOS

Tabela 1: Nível da ansiedade pré-competitiva dos atletas em cada jogo

Sujeitos	Jogos								Média por atleta	Desvio Padrão
	1	2	3	4	5	6	7	8		
1	57	54	49	63	58	56	57	64	57,3	4,8
2	63	66	46	74	68	64	61	73	64,4	8,7
3	-	58	59	65	52	53	44	77	58,3	10,5
4	49	50	46	44	38	52	49	64	49,0	7,5
5	46	54	48	54	51	56	58	54	52,6	4,0
6	48	46	69	69	51	48	55	59	55,6	9,3
7	57	56	48	45	49	51	52	56	51,8	4,3
8	40	35	28	34	37	39	31	39	35,4	4,2
9	75	77	62	78	75	77	77	80	75,1	5,5
10	68	49	50	58	69	55	71	75	61,9	10,1
11	58	63	55	58	56	56	-	62	58,3	3,1

Os dados indicados na Tabela 1 mostram que em média os níveis de ansiedade pré-competitiva dos atletas durante a competição, foram classificados como ansiedade moderada, entre 54 e 81 pontos. Apenas quatro elementos da amostra apresentaram valores médios abaixo do nível moderado, entre 27 e 54 pontos, tornando-se assim classificados como baixa ansiedade. É possível notar também que para o jogo final de número 8 na tabela, os níveis de ansiedade aumentaram em média, tornando a média mais alta de todos os jogos.

Tabela 2: Nível da ansiedade pré-competitiva da equipe por jogo

Equipe	Jogos								Média da Competição	Desvio Padrão da Competição
	1	2	3	4	5	6	7	8		
Média	56,1	55,3	50,9	58,4	54,9	55,2	55,5	63,9	56,3	3,7
Desvio Padrão	10,7	11,1	10,6	13,4	12,1	9,5	13,0	12,0	11,6	1,3

A equipe, com exceção do jogo de número 3 manteve o nível de ansiedade moderado, tendo uma leve alta de 13,5% em relação à média obtida durante a competição. No jogo de número 3 observa-se que em relação a média geral da equipe o nível de ansiedade baixou 9,6%. No gráfico Figura 5 isso se torna mais visível.

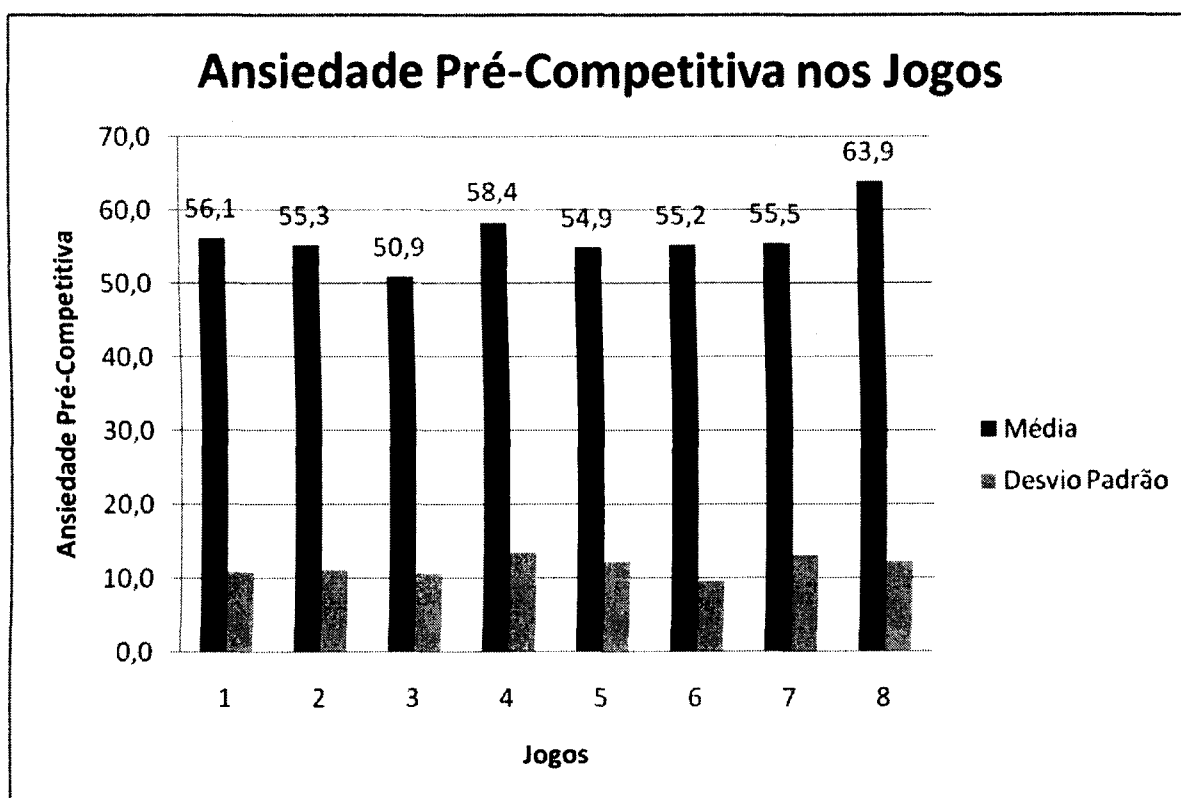


Figura 5: Ansiedade pré-competitiva nos jogos

Tabela 3: Grau da importância das partidas de cada atleta de voleibol por jogo

Sujeitos	Jogos								Média por atleta	Desvio Padrão
	1	2	3	4	5	6	7	8		
1	7	6	5	9	7	7	7	9	7,1	1,4
2	7	7	5	9	7	7	7	9	7,3	1,3
3	-	9	8	9	8	8	7	9	8,3	0,8
4	9	9	9	9	8	8	8	9	8,6	0,5
5	8	8	7	8	8	8	9	9	8,1	0,6
6	8	8	9	7	8	9	9	9	8,4	0,7
7	5	8	8	8	7	8	9	9	7,8	1,3
8	8	9	9	8	8	9	9	9	8,6	0,5
9	9	8	7	9	8	8	9	9	8,4	0,7
10	7	9	8	9	8	9	9	9	8,5	0,8
11	6	6	7	8	7	7	-	9	7,1	1,1

Nos valores obtidos na Tabela 3 temos a partida de número 8, a final com um o grau máximo de importância obtido por todos os atletas.

Tabela 4: Grau da importância das partidas da equipe por jogo

Equipe	Jogos								Média da Competição	Desvio Padrão da Competição
	1	2	3	4	5	6	7	8		
Média	7,4	7,9	7,5	8,5	7,6	8,0	8,3	9,0	8,0	0,5
Desvio Padrão	1,3	1,1	1,4	0,7	0,5	0,8	0,9	0,0	0,8	0,5

A média obtida pela equipe na competição foi de 8 pontos, significando que consideram a competição, como muito importante. A partidas de número 7 e 8 caracterizadas como semi-final e final respectivamente apresentam valores acima da média da competição da equipe, na final a média encontrada é o valor máximo possível, 100% dos atletas colocaram a partida final com o grau máximo de importância. A partida de número 4 obteve um grau de importância acima da média.

Tabela 5: Grau de dificuldade das partidas de cada atleta de voleibol por jogo

Sujeitos	Jogos								Média	Desvio Padrão
	1	2	3	4	5	6	7	8		
1	5	4	2	4	4	4	7	9	4,9	2,2
2	4	4	4	6	6	7	8	8	5,9	1,7
3	-	7	3	3	3	3	2	3	3,4	1,6
4	7	6	5	5	4	5	8	9	6,1	1,7
5	8	7	6	7	8	8	9	9	7,8	1,0
6	5	4	8	7	4	5	8	9	6,3	2,0
7	5	6	6	5	5	6	7	8	6,0	1,1
8	9	6	6	5	7	8	9	9	7,4	1,6
9	7	8	7	6	8	7	7	8	7,3	0,7
10	8	9	7	8	8	8	8	9	8,1	0,6
11	6	8	7	7	7	7	-	8	7,1	0,7

Na Tabela 5 fica extremamente visível o grau de dificuldade indicado pela maioria dos atletas nas partidas de caráter semifinal e final. 8 atletas dos 11 envolvidos colocaram o grau de dificuldade dos jogos nas partidas de semi-final (7) e final (8) maiores do que suas médias da competição.

Tabela 6: Grau de dificuldade das partidas da equipe por jogo

Equipe	Jogos								Média da Competição	Desvio Padrão da Competição
	1	2	3	4	5	6	7	8		
Média	6,4	6,3	5,5	5,7	5,8	6,2	7,3	8,1	6,4	0,9
Desvio Padrão	1,6	1,7	1,9	1,5	1,9	1,7	2,0	1,8	1,8	0,2

A equipe obteve nas partidas 7 e 8 valores de dificuldade dos jogos acima da média, na partida semi-final de número 7 a equipe obteve classificação 14% acima da média geral da competição já na partida de número 8, a final, a classificação foi 26,6% acima da média geral da equipe durante a competição.

Tabela 7: % de Eficácia obtida durante os jogos

Variação de escala entre 0 a 100%										
Sujeitos	Jogos								Média por atleta	Desvio Padrão por Atleta
	1	2	3	4	5	6	7	8		
1	66,7	-	0	60	50	71,4	50	36,4	47,8	24,1
2	0	-	75	0	50	22,2	63,6	25	33,7	29,9
3	-	0	50	33,3	-	-	-	-	27,8	25,5
4	0	50	50	0	-	-	-	-	25,0	28,9
5	66,7	50	50	30	44,4	30	62,5	40	46,7	13,5
6	61,9	0	100	42,9	40	63,6	33,3	37,5	47,4	28,9
7	25	50	66,7	-	-	-	-	-	47,2	21,0
8	40	71,4	50	50	44,4	25	66,7	31,6	47,4	15,9
9	50	81,8	60	44,4	40	28,6	66,7	10	47,7	22,5
10	33,3	50	0	0	-	0	-	-	16,7	23,6
11	20	0	0	100	-	-	-	-	30,0	47,6

Equipe	Jogos								Média da Competição	Desvio Padrão da Competição
	1	2	3	4	5	6	7	8		
Média	36,4	39,2	45,6	36,1	44,8	34,4	57,1	30,1	40,5	8,5
Desvio Padrão	25,3	31,5	32,8	31,5	4,5	24,8	13,2	11,2	21,8	10,8

Na Tabela 7 encontramos somente dois atletas que obtiveram a classificação máxima obtida, sujeitos 6 e 11. A média da equipe foi 40,5%, isso significa que a equipe não possui um saque eficaz, pois está abaixo de 50% de acerto. O desvio padrão dos atletas é altíssimo, confirmando que a equipe não possui um saque constante. Podemos observar melhor no gráfico da Figura 6.

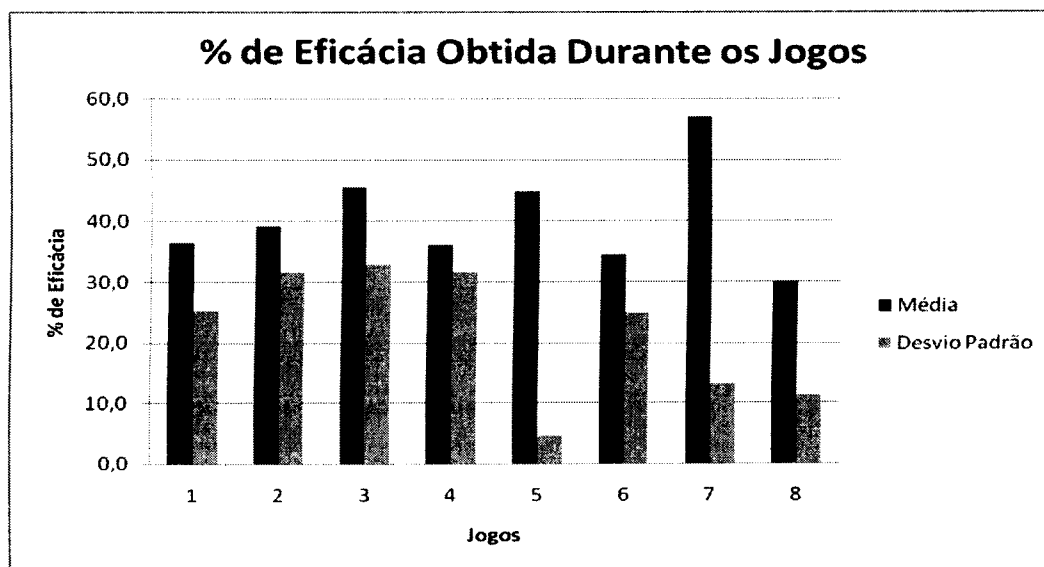


Figura 6: % de eficácia durante os jogos

Tabela 8: % de Eficiência obtida durante os jogos

Sujeitos	Jogos								Média por atleta	Desvio Padrão por Atleta
	1	2	3	4	5	6	7	8		
1	75	-	50	65	62,5	53,6	50	50	58,0	9,7
2	25	-	75	25	62,5	36,1	63,6	39,1	46,6	20,2
3	-	37,5	62,5	58,3	-	-	-	-	52,8	13,4
4	0	62,5	66,7	50	-	-	-	-	44,8	30,7
5	50	62,5	60,4	50	58,3	45	56,3	48,8	53,9	6,3
6	70,2	25	75	50	56,7	65,9	41,7	50	54,3	16,4
7	56,3	43,8	58,3	-	-	-	-	-	52,8	7,9
8	60	60,7	57,5	54,2	55,6	50	68,8	48,7	56,9	6,4
9	62,5	77,3	70	44,4	57,5	46,4	66,7	32,5	57,2	15,0
10	50	54,2	16,7	-25	-	50	-	-	29,2	33,9
11	15	-25	25	75	-	-	-	-	22,5	41,1

Equipe	Jogos								Média da Competição	Desvio Padrão da Competição
	1	2	3	4	5	6	7	8		
Média	46,4	44,3	56,1	44,7	58,8	49,6	57,8	44,8	50,3	6,3
Desvio Padrão	24,8	30,3	19,1	27,8	3,0	9,1	10,5	7,3	16,5	10,4

Observa-se na Tabela 8 que a partida final (número 8), a final teve um valor de eficiência abaixo da média da competição.

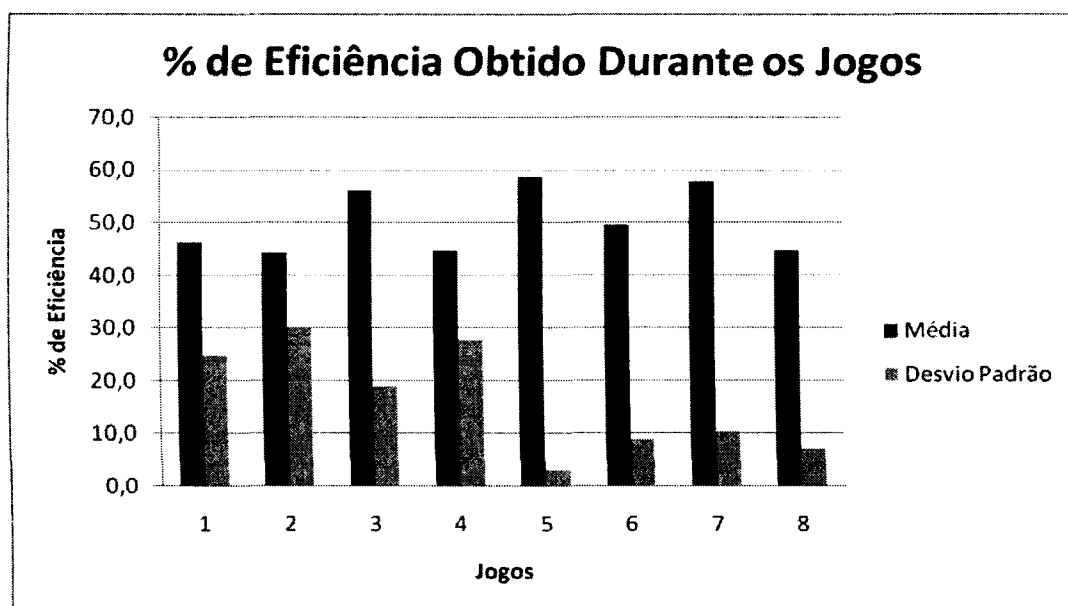


Figura 7: % de eficiência durante os jogos

Tabela 9: Anova entre ansiedade e partidas de semi-final (7) e final (8)

Jogos	Ranking	Soma	Média	Desvio Padrão
1	4.333333	39.00000	55.88889	11.31862
2	3.944444	35.50000	54.11111	11.95245
3	2.277778	20.50000	49.55556	11.33701
4	4.944444	44.50000	57.66667	14.82397
5	4.055556	36.50000	55.11111	13.48559
6	4.666667	42.00000	55.33333	10.58301
7	4.777778	43.00000	56.77778	13.14133
8	7.000000	63.00000	62.66667	12.52996

ANOVA significativa para $p < 0,05$

Na Tabela 9, gerada pelo programa *statistic 7.0*, temos significância entre a variável ansiedade pré-competitiva e as partidas de semi-final e final, pois temos $p = 0.01028$.

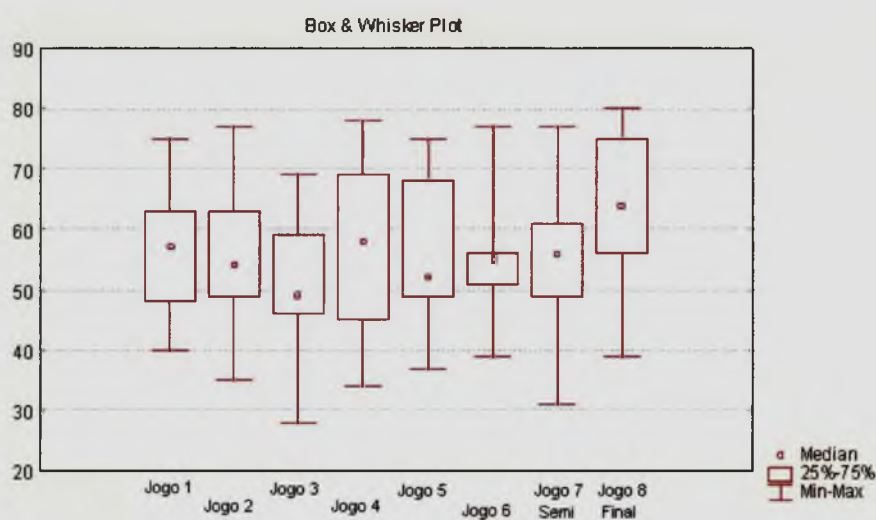


Figura 8: Ansiedade pré-competitiva nas partidas

Na partida final (número 8) observamos como a variável ansiedade é mais alta.

Tabela 10: Correlações entre as variáveis

	Ansiedade	Importância	Dificuldade	Eficácia	Eficiência
Ansiedade	1.000000	-0.324944	-0.054670	-0.059226	-0.125571
Importância	-0.324944	1.000000	0.474891	-0.269409	-0.018307
Dificuldade	-0.054670	0.474891	1.000000	-0.118182	-0.104784
Eficácia	-0.059226	-0.269409	-0.118182	1.000000	0.892941
Eficiência	-0.125571	-0.018307	-0.104784	0.892941	1.000000

Correlação significativa para $p > 0,05$

Correlacionando as variáveis observam-se a correlação significativa entre a variável eficácia e eficiência, pois temos $p > 0,05$. Nas demais variáveis não foi possível constatar correlação significativa.

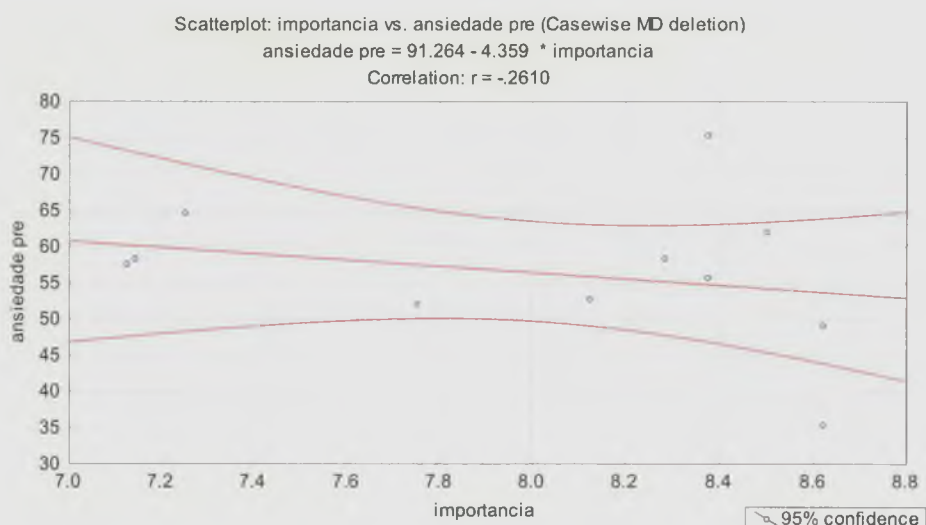


Figura 9: Correlação entre importância e os níveis de ansiedade pré-competitiva

A Figura 9 mostra atletas que classificam os jogos como importantes e possuem níveis de ansiedade baixa e outros classificam os jogos como importantes e possuem níveis de ansiedade média.

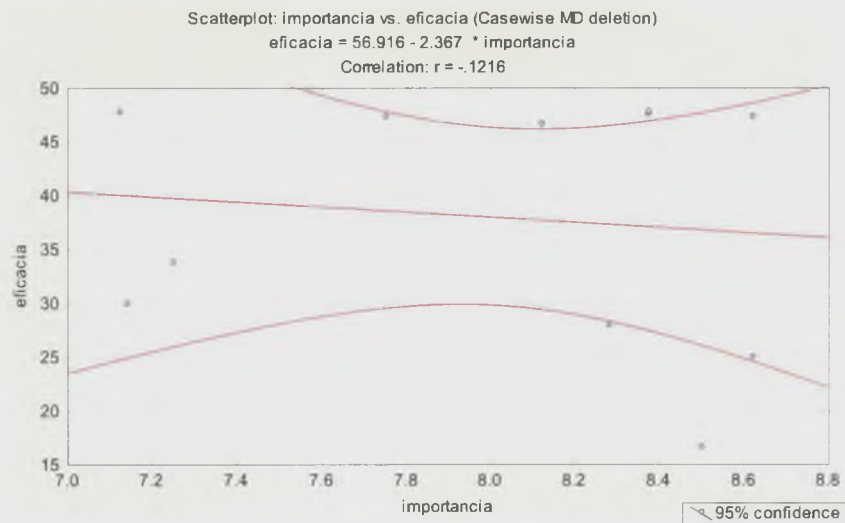


Figura 10: Correlação entre importância e o desempenho técnico

A Figura 10 mostra atletas que classificam os jogos como importantes e possuem níveis de eficácia baixa e outros classificam os jogos como importantes e possuem níveis de eficácia alta.

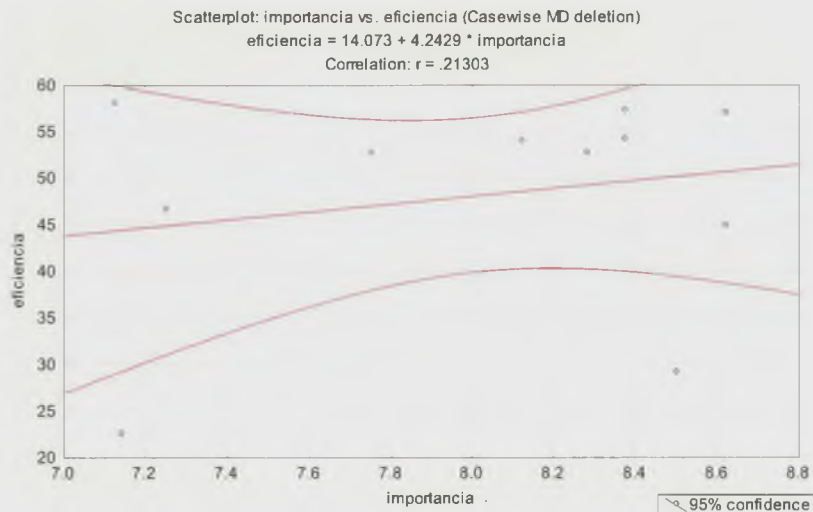


Figura 11: Correlação entre importância e o desempenho técnico

A Figura 11 mostra atletas que classificam os jogos como importantes e possuem níveis de eficiência baixa e outros classificam os jogos como importantes e possuem níveis de eficiência alta.

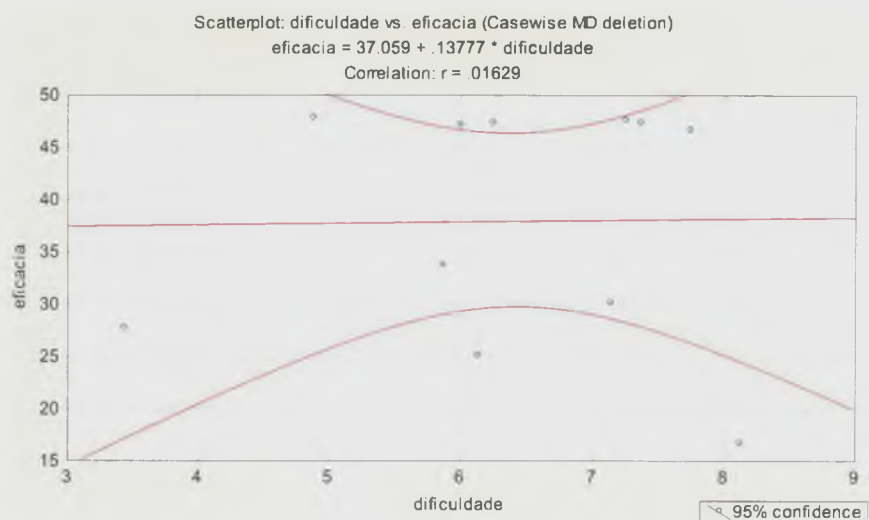


Figura 12: Correlação entre dificuldade dos jogos e o desempenho técnico

A Figura 12 mostra atletas que classificam os jogos como difíceis e possuem níveis de eficácia baixa e outros classificam os jogos como menos difíceis e possuem níveis de eficácia alta.

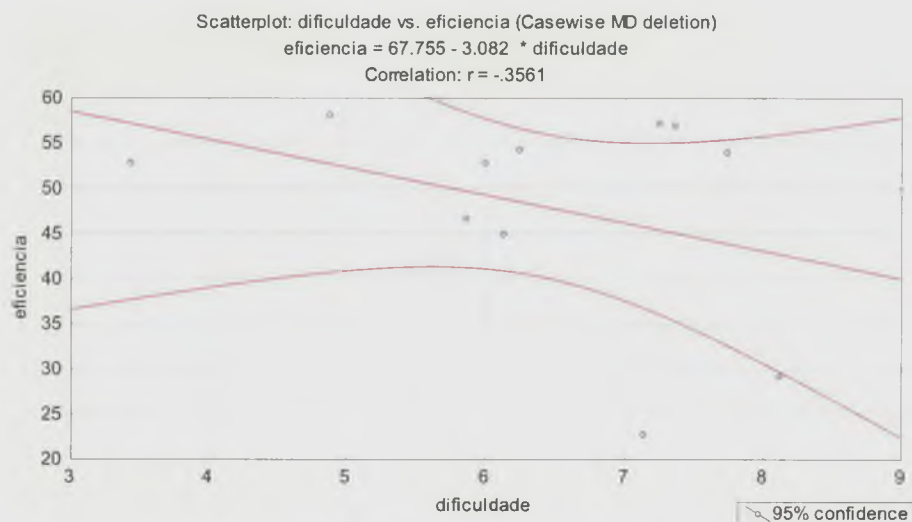


Figura 13: Correlação entre dificuldade dos jogos e o desempenho da equipe

A Figura 13 mostra atletas que classificam os jogos como difíceis e possuem níveis de eficiência baixa e outros classificam os jogos como menos difíceis e possuem níveis de eficiência alta.

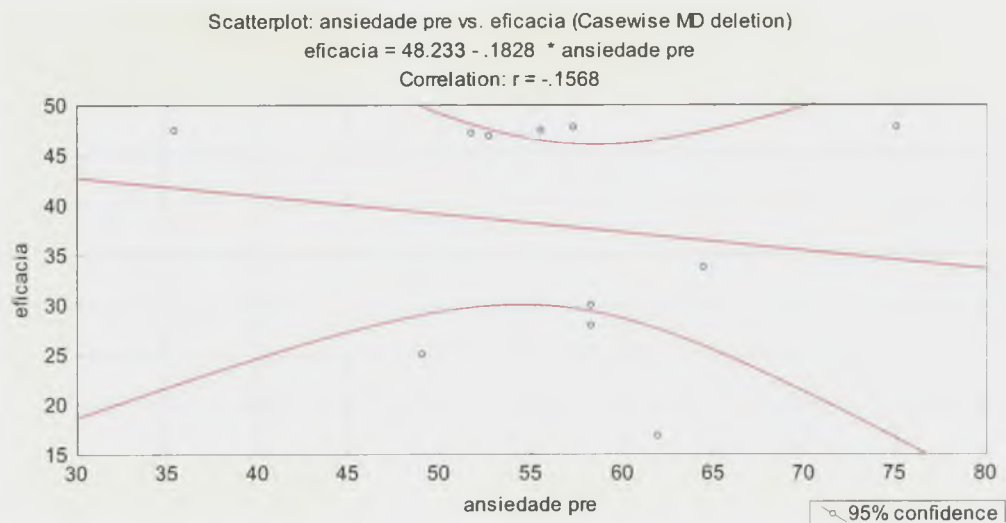


Figura 14: Correlação entre níveis de ansiedade pré-competitiva e o desempenho técnico

A Figura 14 mostra atletas que são classificados como médios ansiosos e possuem níveis de eficácia baixa e outros são classificados como pouco ansiosos e possuem níveis de eficácia alta.

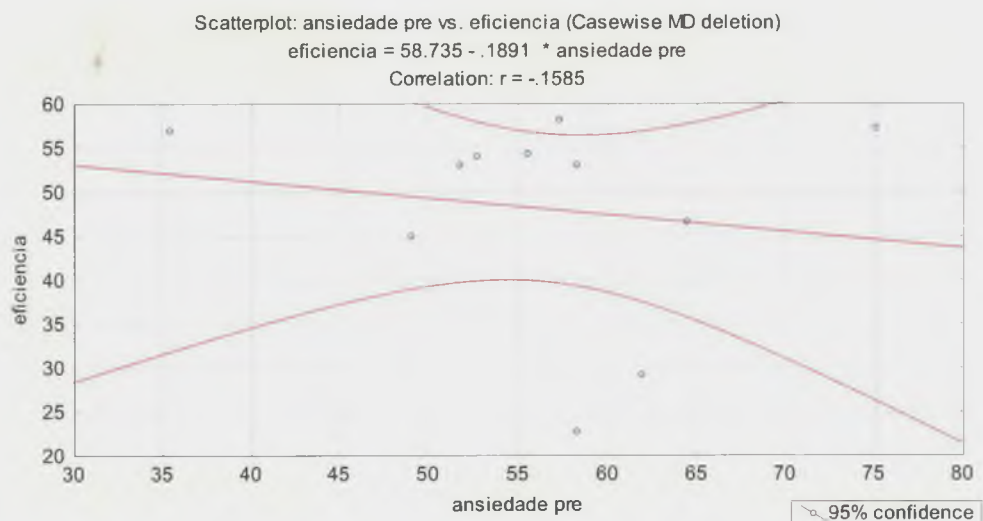


Figura 15: Correlação entre níveis de ansiedade pré-competitiva e o desempenho técnico

A Figura 15 mostra atletas que são classificados como médios ansiosos e possuem níveis de eficiência baixa e outros são classificados como pouco ansiosos e possuem níveis de eficiência alta.

5 DISCUSSÃO

A equipe se mostrou com nível de ansiedade pré-competitivo médio. A sensação de autoconfiança aliada à habilidade individual, um passado vencedor, o nível dos treinamentos, ajudam a diminuir a ansiedade pré-competitiva dos atletas. Em estudo realizado em Ponta Grossa, por Aplewicz, J., Ecave, C., Gomes, H., Lima, H., Laurindo, M. e Junior, G, (2009), foi encontrado que na maioria dos atletas, entre 15 e 17 anos, escolares, o nível de ansiedade pré-competitiva é entre média e média alta. Outro estudo, realizado por Ferreira (2006), foi encontrado em jogadores de hóquei adultos, equipe amadora, um nível de ansiedade médio. No presente estudo encontramos o mesmo resultado para nível de ansiedade.

Segundo Martens (1990), índices baixos de autoconfiança poderão aumentar as suas dúvidas e incertezas acerca das suas capacidades, gerando assim um aumento nos níveis de ansiedade, podemos observar esse fato para a partida final onde o nível de ansiedade pré-competitiva foi o maior do que nas outras partidas em média.

A partida considerada mais importante foi a de número 8, a partida final, devido à qualidade do adversário e ansiedade para medir as forças, encontramos todos os atletas do grupo sem exceção respondendo o questionário com o grau máximo. Esse estado de ansiedade pré-competitiva, pelo ponto de vista psicológico significa que o atleta quer antecipar as oportunidades, não consegue se controlar, podendo assim perder rendimento durante a partida (SAMULSKI, 2002).

Pela teoria do U invertido de Weinberg e Gould, (1999), existe uma zona de ativação fisiológica ideal para o bom desempenho esportivo, onde cada pessoa possui a sua, a queda da média de rendimento na eficiência do saque na partida de número 8 (final), pode ser explicada por essa teoria, devido ao nível de ansiedade mais elevado do que nas outras partidas tivemos um grau de eficiência tão elevado como na partida de número 7 (semi-final).

A competição esportiva titula alguns atletas como padrões ideais para servirem como modelos de comparação, são atletas bem sucedidos no mundo esportivo que através de alguma competição conquistaram o sucesso. Essa tentativa de chegar ao sucesso como algum de seu ídolo leva a criança ou adolescente esportivo a um aumento no grau de ansiedade pré-competitiva (GONÇALVES; BELO, 2007).

Não foram encontradas diferenças significativas entre o grau de importância dos jogos e o nível de ansiedade durante os jogos, ou seja, nem sempre nos jogos considerados mais importantes, o atleta estava mais ansioso, por não conhecerem seus adversários o nível de ansiedade pré-competitivo pode ser alto para uma equipe que desempenhe uma qualidade técnica inferior a outros adversários que possuam qualidade técnica superior.

Não foram encontradas diferenças significativas entre o grau de importância dos jogos dados pelos atletas aos jogos e o desempenho técnico do fundamento saque durante essas partidas.

Não foram encontradas diferenças significativas entre o grau de dificuldade imposto por cada atleta, em cada jogo com os escores obtidos de desempenho técnico dos atletas no fundamento saque.

Não foram encontradas diferenças significativas entre o nível de ansiedade avaliado em cada partida com os escores obtidos de desempenho técnico dos atletas no fundamento saque. O nível de ansiedade pré-competitiva poderia ter atingido valores maiores, em estudo realizado com atletas de várias modalidades esportivas, dentre elas o voleibol, em atletas com faixa etária de 10 a 16 anos, Junior e Vasconcellos (1997), encontraram valores considerados elevados aos padrões dos níveis de ansiedade. Esses valores podem estar relacionados com a pouca experiência, medos (adversário, torcida, pais, técnicos, etc.), elevado grau de responsabilidade e falta de habilidade específica apurada dos atletas.

6 CONCLUSÃO

Neste estudo, pode-se concluir que o nível de ansiedade dos atletas aumentou na partida final e o rendimento (eficácia do fundamento saque) diminuiu. O que não ocorreu na partida de semi-final.

As correlações realizadas entre às variáveis ansiedade pré-competitiva, o desempenho técnico, a importância do jogo e o grau de dificuldade não foram significativas.

O grupo estudado não perdeu o desempenho significativo no fundamento saque não pareceu sofrer influências dos níveis de ansiedade.

Espera-se com este estudo auxiliar para profissionais da área de Educação Física e para melhorar o desempenho esportivo de atletas de categorias de base. E também para que estimule outros pesquisadores a fazerem estudos sobre as categorias de base do voleibol brasileiro.

Como limitações do estudo, considere-se um número de participantes baixo devido a dificuldade de avaliar outras equipes durante a mesma competição e a ansiedade traço não ter sido avaliada.

REFÊRENCIAS

Aplewicz, J., Ecave, C., Gomes, H., Lima, H., Laurindo, M., Junior, G. *Níveis de ansiedade em atletas escolares de voleibol de faixa etária de 15 a 17 anos*. Revista de Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida – CPAqv – n.1, v.1, 2009.

Barbacena, M. M., Grisi, R. N. F. *Nível de ansiedade pré-competitiva em atletas de natação*. Conexões, Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 6, n. 1. 2008.

Bizzocchi, C. (2004). *O voleibol de alto nível da iniciação à competição*. Barueri: Editora Manole.

Campos, W., Brum, V. (2004). *Criança no esporte*. Curitiba: Editora Primapress.

Cruz, J. (1996). *Stress e ansiedade na competição desportiva: natureza, efeitos e avaliação*. Universidade do Minho. Instituto de Educação e Psicologia.

Donegá, A. L. (2007). *Análise do processo de ensino-aprendizagem-treinamento do voleibol mirim masculino catarinense: um estudo de casos*. Dissertação Mestrado, Centro de Desportos, UFSC, Florianópolis.

Federação Paranaense de Volley-Ball. (2009). *Regulamento campeonatos regionais*.

Federação Paranaense de Volley-Ball. (2009). *Regulamento campeonatos estaduais*.

Ferreira, E. (2006). *O estado de ansiedade pré-competitiva e autoconfiança*. Faculdade de desporto: Universidade do Porto.

Gonçalves, M. P., Belo, R. P. *Ansiedade-traço competitiva: diferenças quanto ao gênero, faixa etária, experiência em competições e modalidade esportiva em jovens atletas*. Psico-USF, v.12, n. 2, p. 301-307, jul./dez. 2007.

Guilherme, A. (2001). *Voleibol à beira da quadra*. Belo Horizonte: Editora Minas Tênis Clube.

Henrique, A.; Neves. C.; Pesquita, I.; (2004). *Estudos correlacionais e estudo causal-comparativos*. DEFCUL.

Junior, D., Vasconcellos, E. *Ansiedade-traço competitiva e atletismo: um estudo com atletas infanto-juvenis*. Ver. Paul. Educ. Fís., São Paulo, 11(2): 148-54, jul./dez. 1997.

Júnior, W. M. (2004). *“Sacando” o voleibol*. Editora Hucitec.

Martens, R.; Vealey, R.; Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, Human Kinetics.

Neto, R. N. (2003). *Uma proposta de preparação para equipes jovens de voleibol feminino*. Dissertação Mestrado, Unicamp, Campinas.

Paraná Esportes. (2009). *Regulamento dos 56º jogos colegiais do Paraná*.

Ramos, M. H. K. P. (2007). *Avaliação do desenvolvimento das capacidades técnico-táticas em equipes de voleibol infantil masculino catarinense*. Dissertação Mestrado, Centro de Desportos, UFSC, Florianópolis.

Rubio, K. (2000). *Psicologia do Esporte: interfaces, pesquisa e intervenção*. São Paulo: Editora Casa do Psicólogo.

Samulski, D. (2002). *Psicologia do esporte*. Barueri: Editora Manole.

Seleme, F. (2007). *Perfil antropométrico de atletas de voleibol feminino pré-mirim, uma análise por posição de jogo*. Monografia, UFPR, Curitiba.

Shondell, D. & Reynaud, C. (2005). *A bíblia do treinador de voleibol*. Porto Alegre: Editora Artmed.

Spielberger, C. D. (1989). *Stait-trait anxiety inventory*. Palo Alto.

Stefanello, J. M. (1990). *Ansiedade competitiva e os fatores de personalidade de adolescentes que praticam voleibol: um estudo causal – comparativo*. Dissertação de Mestrado, UFSM, Santa Maria.

Stefanello, J. M. (2007). *Treinamento de competências psicológicas em busca da excelência esportiva*. Curitiba: Editora Manole.

Weiberg, R. S.; Gould, D. (2001). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. Tradução Maria Cristina Monteiro. Porto Alegre, Editora Artmed.

Site: <http://www.voleibol.org.br/voleibrasil/>. Acesso em 17/06/2009 às 20h 36min.

ANEXOS

ANEXO 1

QUESTIONÁRIO PRÉ-COMPETITIVO (ATLETAS)

ATLETA: _____ DATA DE HOJE: ___/___/___
 CLUBE: _____ JOGO: _____ X _____

As questões que se seguem, procuram avaliar a **opinião e percepção que tem relativamente ao jogo que vai realizar**. Responda honestamente aquilo que sente **neste momento**, assinalando o número que melhor indicar a sua opinião relativamente a cada um dos aspectos a seguir mencionados.

1. Qual o grau de **importância** que tem para si este jogo?

NENHUMA										MUITA
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	

2. Qual o grau de **dificuldade** que tem para si este jogo?

NENHUMA										MUITA
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	

A seguir transcrevem-se algumas informações que os atletas usam para descrever os seus sentimentos antes da competição. Leia cada uma delas e assinale com um círculo, para cada afirmação, o número que melhor indicar **como se sente agora – neste momento**. Não há respostas certas nem erradas. Assinale o número que melhor indicar **o que sente agora**.

	NADA			MUITO
1. Estou preocupado com este jogo	1	2	3	4
2. Sinto-me nervoso	1	2	3	4
3. Sinto-me à vontade	1	2	3	4
4. Tenho dúvidas acerca de mim próprio	1	2	3	4
5. Sinto-me agitado.....	1	2	3	4
6. Sinto-me confortável	1	2	3	4
7. Estou preocupado porque posso não jogar tão bem como poderia neste jogo.....	1	2	3	4
8. Sinto o meu corpo tenso	1	2	3	4
9. Sinto-me auto-confiante	1	2	3	4
10. Estou preparado pelo facto de poder perder	1	2	3	4
11. Sinto tensão no meu estômago	1	2	3	4
12. Sinto-me seguro	1	2	3	4
13. Estou preocupado pelo facto de poder falhar sob a pressão da competição.....	1	2	3	4
14. Sinto o meu corpo relaxado	1	2	3	4
15. Estou confiante de que posso corresponder ao desafio que me é colocado	1	2	3	4
16. Estou preocupado pelo facto de poder ter um mau rendimento	1	2	3	4
17. O meu coração está a bater muito depressa.....	1	2	3	4
18. Estou confiante de que vou ter um bom rendimento	1	2	3	4
19. Estou preocupado pelo facto de poder não atingir o meu objectivo	1	2	3	4
20. Sinto o meu estômago "às voltas"	1	2	3	4
21. Sinto-me mentalmente relaxado	1	2	3	4
22. Estou preocupado pelo facto de os outros puderem ficar desapontados com o meu rendimento	1	2	3	4
23. As minhas mãos estão frias e húmidas	1	2	3	4
24. Estou confiante porque me imagino, mentalmente, a atingir o meu objectivo	1	2	3	4
25. Estou preocupado pelo facto de poder não ser capaz de me concentrar	1	2	3	4
26. Sinto o meu corpo rígido	1	2	3	4
27. Estou confiante em conseguir ultrapassar os obstáculos sob a pressão da competição	1	2	3	4

