

VARIÁVEIS NEUROMOTORAS DA APTIDÃO FÍSICA DE MENINAS PRATICANTES DE BASQUETEBOL E VOLEIBOL.

Rogério Doniseti Martins¹, Carlos Frederico de Brito D'Avila², Jorge Ferreira de Araújo Junior³, Pedro Henrique Ramos⁴

¹Faculdade de Educação Física do Clube Náutico Mogiano, Rua Cabo Diogo Oliver, 758 – Mogi das Cruzes
e-mail: martins_rd@yahoo.com.br

²Docente da Faculdade de Educação Física do Clube Náutico Mogiano - Rua Cabo Diogo Oliver, 758 – Mogi das Cruzes – SP - e-mail: clejacarei@sesisp.org.br

³Universidade do Vale do Paraíba/Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento, Avenida Shishima Hifumi, 2911 Urbanova – São José dos Campos – SP - e-mail: jorgepesquisa@yahoo.com.br

⁴Docente da Diretoria de Ensino da Região de Jacareí, Rua Barão de Jacareí, 910 – Jacareí – São Paulo – e-mail: pedrohramos@hotmail.com

Resumo: O objetivo desta pesquisa foi comparar as variáveis neuromotoras em meninas de 12 a 15 anos praticantes de voleibol e basquetebol do Programa Atleta do Futuro (P.A.F.), SESI/SP, em uma unidade no Vale do Paraíba. Foram avaliadas 66 meninas com média de idade (X) e desvio padrão (S±), para o voleibol de 13,5±1,2 e para o basquetebol de 13,2±1,00 anos respectivamente. Para a coleta de dados foi utilizado como referência, a bateria de testes de aptidão física descrita e padronizada pelo Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul - (CELAFISCS) - Matsudo, (1998). As variáveis neuromotoras analisadas foram: Flexibilidade (cm), Agilidade (segundos), Força Muscular Impulsão Vertical (cm) e Força Muscular Abdominal (repetições). A análise estatística utilizada foi a média aritmética (X) e desvio padrão (S±), para verificar diferenças entre os grupos foi utilizado o Teste de Hipótese "t" de Student para Amostras Independentes e adotado o Nível de Significância (p<0.05). Após a análise de dados verificou-se não existir diferenças significativas nas variáveis neuromotoras de meninas praticantes de basquetebol e voleibol.

Palavras-chave: Aptidão Física, Habilidade, Meninas.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

NEUROMOTORS VARIABLE OF THE PHYSICAL FITNESS OF PRACTICING GIRLS OF BASKETBALL AND VOLLEYBALL.

Abstract: The objective of this research was to compare the neuromotors skills in girls of 12 to 15 years old practicing of volleyball and basketball in the Program Atleta do Futuro (P.A.F.), SESI/SP, in a unit in the Vale do Paraíba. It had been evaluated 66 girls with average of age (x) and shunting line standard (S±), for volleyball of 13,5±1,2 and the basketball of 13,2±1,00 years respectively. The collection of data was used as reference, the battery of tests of described physical fitness and standardized for the Center of Studies of the Laboratory of Physical Fitness of Sao Caetano do Sul - (CELAFISCS) - Matsudo, (1998). The analyzed neuromotors variable had been: Flexibility (cm), Agility (seconds), Muscular Force Vertical Impulse (cm) and Abdominal Muscular Force (repetitions). The statistics analysis used was the arithmetic mean (x) and shunting line standard (S±), to verify differences between the groups was used the Test of Hypothesis "t" of Student for Independent Samples and adopted the Level of Significance (p<0.05). After the analysis of data was verified there are not significant differences in the neuromotors skills of practicing girls of basketball and volleyball.

Keyword: Physical Fitness, Skill, Girls.

Introdução

A literatura vem alertando para o fato de que crianças e adolescentes tem utilizado a maior parte do seu tempo diário em atividades sedentárias, conseqüentemente diminuindo seus níveis de aptidão física. Como exemplo podemos citar o estudo de Matsudo (1997) que demonstrou

aumento da adiposidade, e diminuição nos níveis de agilidade, força muscular e potência aeróbia de meninos e meninas.

Tendo em vista o crescimento do número de crianças e jovens engajados em modalidades esportivas e em face à poucas informações sobre aptidão física de adolescentes torna-se necessário o desenvolvimento de estudos dessas variáveis,

como forma de subsidiar e prescrever o treinamento desses adolescentes.

De acordo com Daiuto (1983), o basquetebol “é uma sucessão de esforços intensos e breves, realizados em ritmos diferentes”. O mesmo autor diz: “Como em outras modalidades, o Basquetebol pode ser praticado ou conduzido com finalidades diversas, os objetivos a serem alcançados podem ser diferentes”.

Já o Voleibol, tem como objetivo, que seus educandos aprendam as habilidades motoras que o compõem, de maneira que consigam aplicá-las na dinâmica do jogo Bojikian (1999).

Domingues Filho (1998), diz que a avaliação física ou a aptidão física tem como objetivo aprimorar as forças e dar segurança às atividades físicas e comparar o progresso à evolução do aluno / cliente.

Sendo assim e considerando que ambas modalidades se diferem em suas habilidades motoras e possivelmente favoreçam diferentes níveis de aptidão física, este estudo teve como objetivo comparar variáveis neuromotoras da aptidão física de meninas praticantes de voleibol e basquetebol e buscar um referencial para prescrição da modalidade em função das valências físicas do praticante.

Materiais e Métodos

Esta pesquisa teve como participantes 66 meninas do Programa Atleta do Futuro (PAF), SESI – SP, em uma Unidade do Vale do Paraíba, as participantes de ambas modalidades têm duas aulas (treinamento), por semana com duração de 60 minutos por aula. Para coleta de dados foram selecionadas de forma aleatória, sendo 16 meninas de 12/13 anos para cada modalidade e 17 meninas de 14/15 anos para cada modalidade, totalizando assim, 33 meninas praticantes de voleibol e 33 meninas praticantes de basquetebol. A média (X) e desvio padrão (S±), da idade das meninas praticantes de voleibol foi 13,5±1,2 e das meninas praticantes de basquetebol foi de 13,2±1,00.

Para o presente estudo foram utilizados testes de avaliação da aptidão física padronizados pelo Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul – CELAFISCS - Matsudo, (1998), e para medida de flexibilidade foi utilizado o protocolo descrito por Guedes, (1994). As variáveis neuromotoras da aptidão física medidas e avaliadas foram: Flexibilidade, agilidade, força muscular; abdominal e impulsão vertical. Foi solicitada uma autorização ao responsável pela instituição. Em seguida foi enviado um Termo de Consentimento Informado para os pais ou responsáveis pelas crianças.

Os objetivos da pesquisa foram explicados

aos participantes e o sigilo da informação prestada foi garantido a todos, assim como a possibilidade de abandonar o estudo a qualquer momento.

Tabela 1 - média e desvio padrão das variáveis neuromotoras flexibilidade e agilidade.

Modalidades Variáveis	Voleibol (X) / (S±)	Basquetebol (X) / (S±)
Flexibilidade (cm)	24,0 ± 5,6	22,8 ± 6,4
Agilidade (segundos)	12,7 ± 0,8	12,5 ± 0,7

Após a análise de dados descrito na tabela I, pode-se verificar que as participantes do voleibol apresentaram valores superiores em relação as meninas do basquetebol, para a variável flexibilidade, quando analisada a agilidade as meninas do basquetebol apresentaram melhores resultados, este resultados podem ser explicados pelas diferenças de movimentos características de cada modalidade. Vale salientar que a agilidade é avaliada por segundos, sendo assim quanto menor o tempo melhor o desempenho.

Para a variável agilidade as meninas do voleibol também apresentaram resultados maiores, que as meninas do basquetebol, talvez pela característica da modalidade, onde o voleibol utiliza velocidade de reação para saltos e trocas rápidas de movimentos, já o basquetebol utiliza explosão para corridas e mudanças de direção.

Tabela 2 - Média e desvio padrão das variáveis de força muscular impulsão vertical e abdominal.

Modalidades Variáveis	Voleibol (X) / (S±)	Basquetebol (X) / (S±)
Impulsão vertical (cm)	25,9 ± 5,3	26,5 ± 5,3
Abdominal (repetições)	28,0 ± 7,0	27,0 ± 5,2

Quando avaliamos a impulsão vertical (tabela II), observamos que participantes do voleibol apresentaram valores inferiores, embora essas diferenças não foram significativas, embora quando comparadas às voluntárias do basquetebol na variável abdominal seus resultados são superiores.

Discussão

Comparando os resultados achados neste estudo com a pesquisa realizada por Matsudo (1992), que analisou 5.760 escolares do município de São Caetano do Sul, na faixa etária de 7 a 18 anos, verificou-se que as voluntárias participantes

do Programa Atleta do Futuro (P.A.F), das modalidades voleibol e basquetebol apresentam resultados inferiores aos adolescentes de São Caetano do Sul, na variável agilidade, onde os valores encontrados por Matsudo (1992), variaram de 12,1 a 12,4 (segundos) em sua média aritmética. Já as participantes desta pesquisa obtiveram como resultados em valores médios que variaram de 12,5 a 12,7 (segundos). Vale salientar que nesta variável é analisado o tempo em segundos, portanto quanto menor seu tempo melhor seu desempenho.

Para a variável de Força Muscular; Impulsão Vertical, quando comparado com o estudo de Matsudo (1992), verificou-se que as participantes do (P.A.F.), SESI/SP, apresentam resultados inferiores. Onde os valores apresentados por Matsudo (1992), em adolescentes de São Caetano do Sul, variaram de 28,1 a 32,0 (cm) em sua média aritmética, e os resultados desta pesquisa apresentaram uma média aritmética que variou de 25,8 a 26,8 (cm).

Ao compararmos os resultados desta pesquisa, aos resultados obtidos por Guedes (1994), onde analisou 4.289 escolares de 7 a 17 anos no município de Londrina (PR), na variável de Força Muscular; Abdominal, verificou-se que as participantes do (P.A.F.), SESI/SP, obtiveram resultados superiores aos adolescentes de Londrina (PR), na variável de Força Muscular; Abdominal (repetições), onde os resultados encontrados por Guedes (1994), variaram em sua média aritmética de 26,2 a 27,6 (repetições), e as participantes desta pesquisa obtiveram uma média aritmética de resultados que variaram de 27,5 a 28,6 (repetições).

Para a variável neuromotora flexibilidade, quando comparado ao estudo de Guedes (1994), verificou-se que as participantes do (P.A.F.), apresentam resultados muito inferiores as adolescentes de Londrina (PR), onde os resultados encontrados por Guedes (1994), nesta variável, flexibilidade (cm), variaram de 27,8 a 31,3 (cm), em sua média aritmética (X). Já as participantes desta pesquisa obtiveram resultados que variaram de 22,9 a 24,0 (cm) em valores médios.

Conclusão

Os resultados obtidos nesta pesquisa demonstraram não existir diferenças significativas nas variáveis neuromotoras de meninas praticantes de voleibol e basquetebol. Podemos concluir que independente das exigências da modalidade, o importante para crianças e adolescentes que estão procurando iniciar uma atividade esportiva, seria criar oportunidades para que as mesmas possam praticar com alegria e prazer diferentes modalidades esportivas como

forma de melhorar seu repertório motor e futuramente optar por uma modalidade específica.

Referências

BOJIKIAN, J.C.M. (1999) Ensinando Voleibol. Guarulhos, SP Editora: Phorte

DAIUTO, M. (1983) Basquetebol: Metodologia do Ensino. São Paulo, SP Editora: Companhia Brasil.

FILHO, D.L.A. (1998) Manual do Personal Trainer brasileiro. São Paulo, SP Editora: Ícone.

GUEDES, D.P. (1994) Crescimento, Composição Corporal e Desenvolvimento Motor em Crianças e Adolescentes do Município de Londrina (PR), Brasil. Tese de Doutorado, EEF/USP: São Paulo-SP

Manual de Procedimentos e Protocolos de Certificação (2003) Programas de Esportes. São Paulo, SP D.E.L/SESI-SP

MATSUDO, S.M.M. et al. Physical fitness and time spent watching TV in children from low socio-economic region (abstract). Med. Sci. Sports and Exercise, v.29.n.5, p.237, 1997.

MATSUDO, V. K. R. (1992) Critérios Biológicos para Diagnóstico e prognóstico de Aptidão Física em Escolares de 7 a 18 anos. Tese apresentada a livre docência na Universidade Gama Filho.

MATSUDO, V.K.R. (1998) Testes em Ciência do Esporte. São Caetano do Sul, SP Gráfica Buriti.