

IMPORTÂNCIA DO BASQUETEBOL NO DESENVOLVIMENTO DA AGILIDADE EM CRIANÇAS/ADOLESCENTES DO ENSINO FUNDAMENTAL

CARLOS AUGUSTO SILVA RIBEIRO FILHO,
CHARLLYN SON WILSON CORDEIRO,
PAULINO HYKAVEY JUNIOR,
FACULDADE GUAIRACÁ, GUARAPUAVA, PARANÁ, BRASIL
carlinhos_filho13@hotmail.com
baskcharles@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A educação física é a profissão encarregada de todas as atividades físicas, com todas as funções e atribuições que o profissional dessa área pode ter, como lecionar em escolas, prescrever exercícios personalizados ou gerenciar um time. Educação física não é ocupação, é profissão reconhecida e regulamentada por lei federal. (SABA, 2008)

De acordo com Paraná (2008) no estado do Paraná atualmente a sua presença é obrigatória no ensino Fundamental de 5ª a 8ª e no ensino médio, sendo desenvolvida sob tutela do Poder Público Estadual.

A Educação Física é parte do projeto geral de escolarização e, como tal, deve estar articulada ao projeto político-pedagógico, pois tem seu objeto de estudo ensino próprios, e trata de conhecimentos relevantes na escola (PARANÁ, 2009).

As diretrizes curriculares estaduais ou DCE's, foram desenvolvidas para guiar as escolas estaduais, e devem levadas a risca, dentro das DCE's existem os conteúdos estruturantes, e um desses conteúdos estruturantes é o esporte, garantir aos alunos o direito de acesso e de reflexão sobre as práticas esportivas, além de adaptá-las à realidade escolar, devem ser ações cotidianas na rede pública de ensino, dentro desse conteúdo estruturante esporte, está o basquetebol (PARANÁ, 2009).

Os motivos que levaram Naismith a criar o basquetebol foram, a grande necessidade de incentivar a prática da atividade física pelos alunos, pois eles começavam a apresentar sinais de desinteresse devido a monotonia das aulas e a necessidade de uma atividade que pudesse ser praticada por um grande numero de pessoas ao mesmo tempo (Ferreira; Rose Junior, 2003).

No basquetebol é possível encontrar as formas mais básicas de movimento humano tais como corridas, saltos e lançamentos. Elas estão presentes na execução dos diferentes fundamentos do jogo ou na sua combinação, como nos deslocamentos em varias direções ou no salto do rebote ou na execução de um arremesso ou em um passe. Outra característica importante do basquete é a variabilidade de ritmo e intensidade na execução das ações (ROSE JUNIOR; TRICOLI, 2005).

A criança/adolescente ao atingir estágio maduro dentro de um padrão motor fundamental, poucas alterações ocorrem na forma daquela habilidade motora especializada, o refinamento do padrão e variações do estilo na forma ocorre à medida que se alcança maior habilidade (precisão, exatidão e controle), porém o padrão básico permanece inalterado (GALLAHUE; OSMUN, 2005).

A grande melhoria no desempenho é baseada em crescentes habilidades físicas, sendo observadas de ano em ano, quanto mais o adolescente aprimora força, resistência, tempo de reação, velocidade de movimento, coordenação e assim por diante, podemos esperar observar níveis de desempenho cada vez melhores (POWERS; HOWLEY, 2005).

E sendo o basquetebol um esporte tão complexo e dinâmico, o objetivo do presente é verificar que através da sua pratica possa ocorrer a melhora no desenvolvimento da agilidade dos alunos.

METODOLOGIA

Este trabalho foi parametrizado através de um estudo prospectivo, randomizado e controlado, tratando-se de um estudo experimental (THOMAS E NELSON, 2005).

A amostra foi composta por 62 alunos, sendo 29 do sexo masculino e 33 do sexo feminino com idades entre 10 e 14 anos, matriculadas em um Colégio Estadual de Guarapuava - PR. Todos os voluntários foram informados sobre a pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido – TCLE (anexo A).

Para as avaliações foi utilizada um Cronometro da Sony ericson, um rolo de fita adesiva, uma trena de dez metros, dois blocos de madeira tendo dimensões de 5 x 5 x 10 centímetros.

A amostra foi dividida em dois grupos, grupo A, que realizaram as aulas seguindo o planejamento com treinamento de basquetebol, e grupo B sendo o grupo controle, que realizou o planejamento curricular.

Os indivíduos foram submetidos ao teste de agilidade Shuttle Run, sendo primeiramente realizado um teste piloto, no primeiro dia e o teste propriamente dito no segundo dia.

Para a realização do teste que foi demarcada duas linhas no solo feitas com fita adesiva, entre as duas existe um espaço de 9 m e 14 cm, 10 cm a frente da segunda linha foram posicionados os dois blocos de madeira com um espaço entre os dois de 30 centímetros, os alunos deveriam aguardar o comando (“agora”) do professor com as pernas em posição antero posterior (uma perna a frente e outra atrás) correr pegar o primeiro bloco o colocar atrás da linha de largada correr novamente pegar o segundo bloco e o colocar atrás da linha de largada, o cronometro será disparado no momento em que o professor der o comando da partida e travado no instante em que o segundo bloco tocar o chão.

Os alunos de ambos os grupos realizaram o teste duas vezes, uma vez em cada aula, o grupo A foi dividido em meninos e meninas, as meninas primeiro, enquanto isso os meninos ficariam observando, e depois os meninos fariam o teste e as meninas observariam. O grupo B realizou os mesmos procedimentos.

Ambos os grupos foram submetidos a 9 (nove) aulas de acordo com os planejamentos citados a cima, e reavaliados ao fim destas aulas.

Os dados foram analisados através de média e desvio padrão, posteriormente ANOVA one-way com nível de significância de 5% ($p \leq 0.05$) para comparação das médias, já que seus resultados foram normalizados, e apresentados em tabelas e gráficos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A tabela 1 demonstra as características antropométricas da amostra dos Meninos, média, desvio padrão, mínima e máxima. O gráfico 1 relata os resultados dos pré e pós testes de Shuttle Run das crianças/adolescentes do sexo masculino tanto do grupo basquetebol quanto do grupo de controle.

TABELA 1 – Características antropométricas dos meninos

	Peso (kg)	Estatura (cm)	Idade (anos)
Média	42,03	147,7	11
DP	11,3	8,78	0,73
Mínima	26,7	132	10
Máxima	65,8	164	14

A tabela 2 demonstra as características antropométricas da amostra das Meninas, média, desvio padrão, mínima e máxima. O gráfico 2 expressa os resultados obtidos pelas crianças/adolescentes do sexo feminino no teste Shuttle Run do grupo basquetebol e grupo controle

Tabela 2 – Características antropométricas das meninas

	Peso (kg)	Estatura (cm)	Idade (anos)
Média	42,49	149,2	10
DP	9,14	8,34	0,59
Mínima	26,3	133	10
Máxima	70,1	165	12

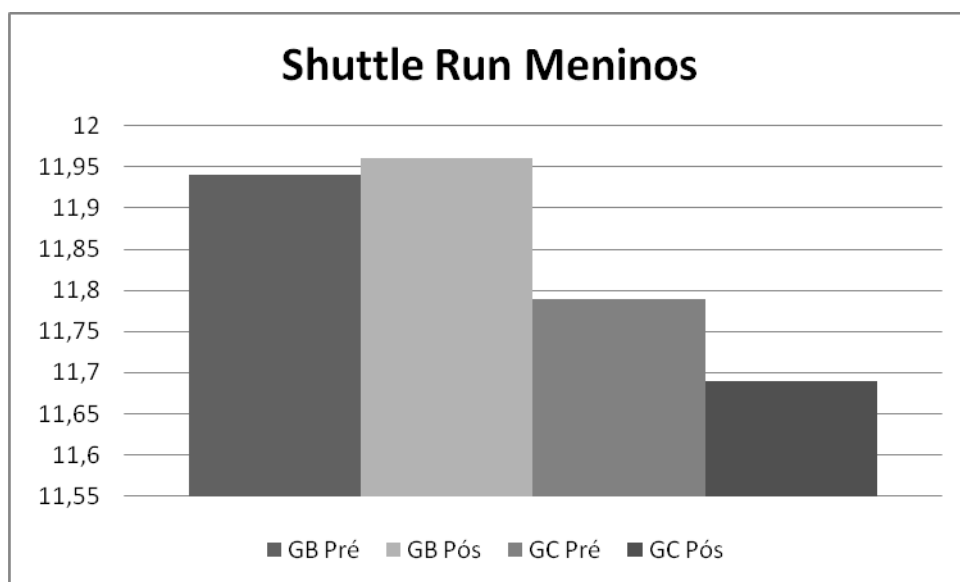


GRAFICO 1 – TESTE DE SHUTTLE RUN MENINOS, GRUPO DE BASQUETE E CONTROLE PRÉ E PÓS (seg).

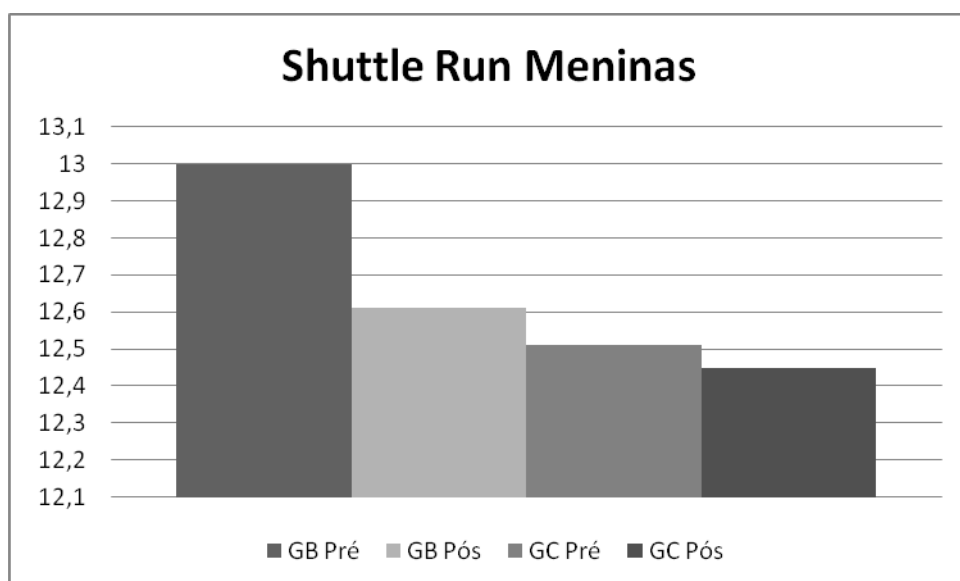


GRAFICO 2 – TESTE DE SHUTTLE RUN MENINAS, GRUPO DE BASQUETE E CONTROLE PRÉ E PÓS (seg).

Quando comparado qual treinamento apresentou maior influência no aumento de agilidade em meninas, ambos não apresentaram resultados significativos (3,05). Essa comparação foi realizada através da média normalizada do teste de agilidade shuttle run em ambos os treinamentos.

E ao comparar qual treinamento apresentou maior influência no aumento de agilidade em meninas, ambos também não apresentaram resultados significativos.

Ao analisar estes resultados verificamos que, tanto no grupo de basquetebol tendo seu planejamento voltado para este esporte, como no grupo controle que realizou as aulas com o professor regente seguindo o planejamento curricular, o tempo de treino pode ter interferido diretamente nos resultados (POWERS; HOWLEY, 2005).

O grupo basquetebol masculino apresentou uma média de 11,94 segundos no pré teste e após 9 aulas totalizando 4 semanas uma média de 11,96 segundos, de acordo com Foss; Keteyiam (2000) o treinamento para aumento de agilidade tem efeitos maiores com duração acima de 8 semanas.

O planejamento pode também ter interferido nos resultados obtidos, eles foram montados não especificadamente para o aumento de agilidade e sim atividades como jogos e brincadeiras de acordo para esta idade (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

Em um estudo a escola foi salientada como o meio em melhor posição para proporcionar atividade física a jovens, devido a seu ambiente social crítico e de reprodução cultural dotada de uma lógica de imposição de conhecimento, que privilegia o trabalho e utilização de jogos e brincadeiras.(PASSOS; ALONSO, 2009)

De acordo com estudo desenvolvido por Kunze (1987) é necessário para o desenvolvimento da agilidade exercícios que exijam uma inversão rápida dos movimentos com participação de todo o corpo, o trabalho realizado neste estudo priorizando jogos e brincadeiras e não especificadamente treinamento, ocasiona uma execução sem velocidade, afetando diretamente a agilidade.

Essa ideia é reforçada em um estudo de Bompa (2002), que enfatizou que o treinamento de agilidade deve tornar-se específico, relacionando-se com as exigências da modalidade específica.

As atividades aplicadas durante as 9 aulas, foram atividades que exigiam uma mudança contínua de movimentação, entretanto constatou-se que as mesmas perdiam muita velocidade durante as mudanças de movimentação durante os períodos de aula, sendo o objetivo maior o aprendizado do basquetebol.

Essas brincadeiras não são de grande movimentação rápida e contínua, mas sim brincadeiras simples em que o aluno se esforça através das diversas técnicas encontradas no basquetebol para chegar a um objetivo imposto pelo professor (BOMPA, 2002).

Apesar deste estudo não ter encontrado um aumento significativo no valor de agilidade, ele apresentou uma importância no âmbito escolar, o basquetebol veio a ser uma atividade motivadora para os alunos dentro do planejamento dos professores de Educação Física, este sendo um esporte estruturante tanto do ponto de vista motor, mas também social e afetivo, pois trabalha o corpo e seus diversos movimentos, a integração de todos em um trabalho de grupo, e a afetividade, onde todos brincam e jogam juntos (ROSE; DANTE; TRICOLLI, 2005).

Essa metodologia não priorizou em nenhum momento o treinamento do basquetebol, mas sim o ensino do basquetebol através de jogos e brincadeiras desportivas e pré-desportivas (PARANÁ, 2009).

Um dos principais tópicos lembrados durante a elaboração e inseridos dentro dos planos de aula foi há preocupação com não tornar o basquetebol uma prática excludente, fazer com que todos aprendessem brincando, competindo e principalmente se divertindo,

respeitando a maturação dos alunos e a idade ideal de inserir a competição para eles (FERREIRA; ROSE; DANTE, 2003).

5 CONCLUSÃO

Com os resultados obtidos neste estudo, concluí-se que ambos os grupos, o grupo de basquetebol e o grupo controle, não tiveram um aumento significativo no teste de agilidade shuttle run em crianças/adolescentes do sexo masculino e feminino da escola estadual de Guarapuava – PR.

Apesar deste estudo não contribuir para um aumento de agilidade, o trabalho com o basquetebol apresentou-se como uma alternativa de exercício motivante devido sua variação de exercícios e brincadeiras estabelecendo sempre uma nova rotina para os participantes, além disso, esse trabalho mostrou-se eficaz para atividade motora, social e afetiva.

Recomenda-se a análise de um trabalho específico de agilidade utilizando o basquetebol para verificar e quantificar a influência ocorrida através deste treinamento. Preconiza-se, a inclusão de um trabalho longitudinal para confirmar a existência ou não da interferência do tempo para o ganho de agilidade por meio do basquetebol.

REFERÊNCIAS

- BOMPA, T. O. **Treinamento Total para Jovens Campeões**. Tradução de Cássia Maria Nasser. Revisão Científica de Aylton J. Figueira Jr. Barueri: Manole, 2002.
- FERREIRA, A. E. X.; ROSE JUNIOR, D. de. **Basquetebol técnicas e táticas: uma abordagem didático-pedagógica**. Ed. Ver. E atual. São Paulo, EPU, 2003.
- FOSS; KETEVIAN. **Fox, Bases Fisiológicas do Exercício e do Esporte**, 6º edição, Copyrigh, 2000.
- GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: Bebês, crianças, adolescentes e adultos**. Terceira edição. São Paulo – SP. Phorte editora, 2005.
- GUEDES, D. N. P.; GUEDES, J. E. R. P. **Manual Prático para Avaliação em Educação Física**. Barueri-SP. Manole, 2006
- HAYWOOD, K. M.; GRETCHHELL, N. **Desenvolvimento motor ao longo da vida**. Porto Alegre. 3.ed. Artmed, 2004
- KUNZE, A. Futebol. Tradução de Ana Maria de Oliveira Mendonça. Revisão Científica de Eduardo Vingada. *Coleção Desporto nº 10*. Lisboa: Estampa, 1987. Cap. 6, p. 129-141.
- LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. **Fundamentos de metodologia científica**. São Paulo, Editora Atlas, 2003.
- MARCONI, M. D. A.; LAKATOS, E. M. **Técnicas de pesquisa: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisas, elaboração, análise e interpretação de dados**. 3.ed. São Paulo: Atlas, 1996.
- PALAFOX, G. H. M.; **Aprendizagem e desenvolvimento motor: conceitos básicos**. **Universidade Federal de Uberlândia**, 2006.
- PAPALIA, D. E; OLDS, S. W.; FELDMAN, R. D.. **Desenvolvimento Humano**. Porto Alegre, Artmed, 2006.
- PARANÁ, SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO. **Diretrizes Curriculares de Educação Física para os anos finais do Ensino Fundamental e para o Ensino Médio**. Curitiba, SEED, 2009.
- PARANÁ, SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO. **Diretrizes Curriculares de Educação Física para os anos finais do Ensino Fundamental e para o Ensino Médio**. Curitiba, SEED, 2008
- PASSOS, W. S. dos; ALONSO, L. A influência do treinamento de futsal na velocidade e agilidade de escolares. *Revista Digital – Buenos Aires*, vol. 13, nº 129, 2009

POWERS, S. K.; HOWLEY, E. T. **Fisiologia do exercício**: Teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho. 5. Ed. Barueri. Manole, 2005

ROSE JUNIOR, D. de; TRICOLI, V. **Basquetebol**: uma visão integrada entre ciência e prática. São Paulo, Editora Manole Ltda, 2005.

SABA, F. **Mexa-se**: atividade física, saúde e bem estar. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2008.

SOARES, C. L. (org.). **Metodologia do ensino de Educação Física**. São Paulo, Editora Cortez, 1992.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de pesquisa em Atividade Física**, 3ª edição, Ed Artmed, 2005.