

Ciências do esporte e educação física:

Pesquisas científicas inovadoras,
interdisciplinares e contextualizadas

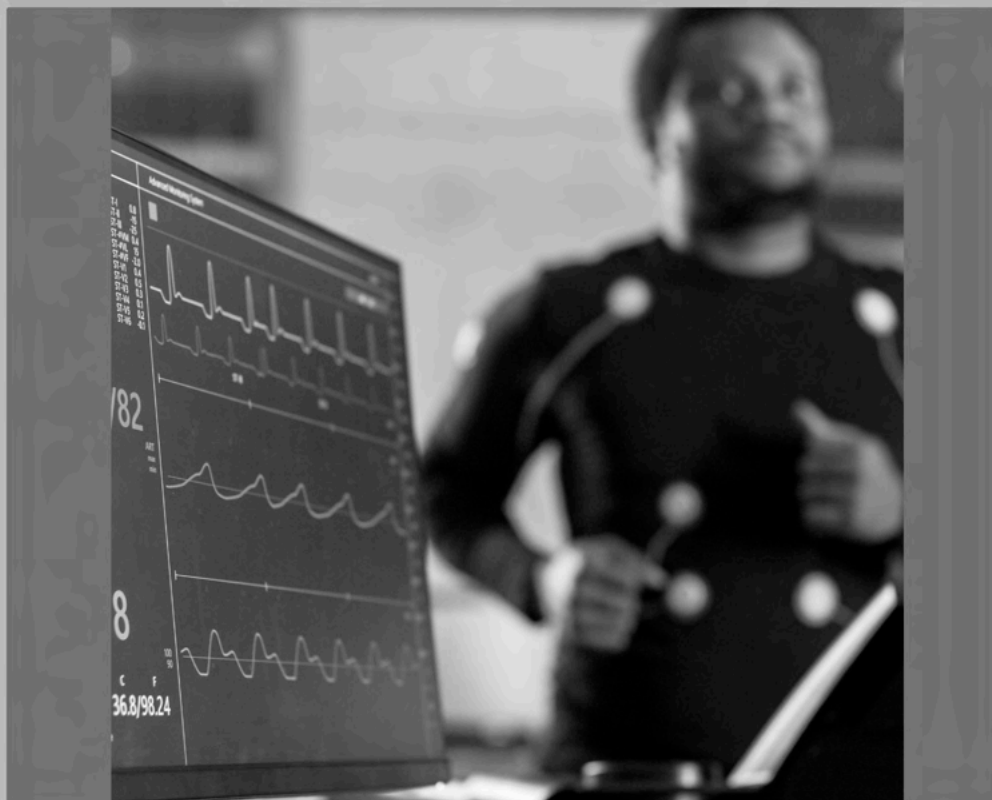


Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)

Atena
Editora
Ano 2021

Ciências do esporte

e educação física: Pesquisas científicas inovadoras,
interdisciplinares e contextualizadas



Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)

Atena
Editora
Ano 2021

Editora chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Editora executiva

Natalia Oliveira

Assistente editorial

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto gráfico

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Natália Sandrini de Azevedo

Imagens da capa

iStock

Edição de arte

Luiza Alves Batista

2021 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do texto © 2021 Os autores

Copyright da edição © 2021 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.

Open access publication by Atena Editora



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição Creative Commons. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial**Ciências Biológicas e da Saúde**

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília

Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás

Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí

Profª Drª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão

Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

Profª Drª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federacl do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Profª Drª Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Welma Emidio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco

**Ciências do esporte e educação física: pesquisas científicas inovadoras,
interdisciplinares e contextualizadas**

Diagramação: Maria Alice Pinheiro
Correção: Maiara Ferreira
Indexação: Gabriel Motomu Teshima
Revisão: Os autores
Organizador: Lucio Marques Vieira Souza

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

C569 Ciências do esporte e educação física: pesquisas científicas inovadoras, interdisciplinares e contextualizadas / Organizador Lucio Marques Vieira Souza. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2021.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5983-487-7

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.877212809>

1. Esporte. 2. Educação física. I. Souza, Lucio Marques Vieira (Organizador). II. Título.

CDD 613.7

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

www.atenaeditora.com.br

contato@atenaeditora.com.br

DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.

DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código Penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access, desta forma* não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.

APRESENTAÇÃO

É com imensa satisfação e responsabilidade que apresentamos mais uma importante Coletânea intitulada de “Ciências do esporte e educação física: Pesquisas científicas inovadoras, interdisciplinares e contextualizadas” que reúne 21 artigos abordando vários tipos de pesquisas e metodologias que tiveram contribuições significativas de professores e acadêmicos das mais diversas instituições de Ensino Superior do Brasil.

O objetivo principal é apresentar importantes contribuições acadêmicas e para isto a obra foi dividida em 03 principais eixos temáticos: Temas na Infância e Juventude do capítulo 1 ao 5; Temas em Esportes, do capítulo 6 ao 13, e por fim Temas em Fisiologia do 14 ao 21.

Neste sentido, nos capítulos constam estudos variados que tratam de temas desde a Educação Física na Educação no Ensino Infantil e Médio, Transtorno do Espectro Autista, Síndrome de Down, Esportes a temas diversos na Fisiologia do Exercício. Deste modo, a presente obra contempla assuntos de grandes relevâncias.

Agradecemos a Atena Editora que proporcionou que fosse real este momento e da mesma forma convidamos você Caro Leitor para embarcar na jornada fascinante rumo ao conhecimento.

Lucio Marques Vieira Souza

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

A EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO MÉDIO NA PREVENÇÃO DO SEDENTARISMO NA ADOLESCÊNCIA E NA VIDA ADULTA: UMA REVISÃO NARRATIVA

Márcia Maria de Andrade Teixeira

Livia Maria de Lima Leôncio

Marina Souza Barbosa de Mattos

Nataly Ferreira dos Santos

Gilberto Ramos Vieira

Gustavo Marques

Sâmara Bittencourt Berger

Rhowena Jane Barbosa de Matos


Lara Colognese Helegda

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.8772128091>

CAPÍTULO 2..... 12

EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL E EDUCAÇÃO ESPECIAL: APROXIMAÇÕES

Gerson Falcão Acosta

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.8772128092>

CAPÍTULO 3..... 23

HUMANIZAÇÃO CURRICULAR DA EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO MÉDIO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA PEDAGÓGICA

Cidllan Silveira Gomes Faial

Eliane Ramos Pereira

Rose Mary Costa Rosa Andrade Silva

Ligia Cordeiro Matos Faial

Angélica Yolanda Bueno Bejarano Vale de Medeiros

Gislane Nunes Leitão

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.8772128093>

CAPÍTULO 4..... 36

O BRINCAR E O LÚDICO NO DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA – TEA

Jackson Gerson da Silva

Aline Cviatkovski

Emanueli Mendes dos Santos

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.8772128094>

CAPÍTULO 5..... 46

SCHOOL ORIENTATION INITIATION: BUENOS AIRES ARGENTINA


Beatriz Alejandra González Maveroff

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.8772128095>

CAPÍTULO 6..... 51

OSEFEITOSDEDOISMÉTODOSDEENSINO-APRENDIZAGEMNODESENVOLVIMENTO TÉCNICO DA NATAÇÃO: COMPARAÇÃO ENTRE AS ABORDAGENS LÚDICA E TRADICIONAL


Allana Julie Vilela dos Reis Silvério
Ricardo de Melo Dias
Alexandre de Souza e Silva
Jasiele Aparecida de Oliveira Silva
Fábio Vieira Lacerda
Carolina Gabriela Reis Barbosa
José Jonas de Oliveira

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.8772128096>

CAPÍTULO 7..... 66

ESTRATÉGIAS DE COMUNICAÇÃO DIGITAL DE PRODUTOS EM ENTIDADES ESPORTIVAS: OS CASOS CONMEBOL-LIBERTADORES E UEFA-*CHAMPIONS LEAGUE*


Roger Luiz Brinkmann
Ary José Rocco Júnior

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.8772128097>

CAPÍTULO 8..... 86

ESTRESSE, RESILIÊNCIA E QUALIDADE DE VIDA DE CADEIRANTES, PRATICANTES OU NÃO DO ESPORTE PARALÍMPICO


Karollyni Bastos Andrade Dantas
Michael Douglas Celestino Bispo
Cleberon Franclin Tavares Costa
Mara Dantas Pereira
Darlan Tavares dos Santos
Helena Andrade Figueira
Cristiane Kelly Aquino dos Santos
Ivaldo Brandão Vieira
Cristiane Costa da Cunha Oliveira

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.8772128098>

CAPÍTULO 9..... 104

CORRIDA DE ORIENTAÇÃO: ESTUDO COMPARATIVO DOS MODELOS DE GOVERNANÇA CORPORATIVA NAS FEDERAÇÕES DE ADMINISTRAÇÃO DA MODALIDADE NO BRASIL


Rogério Campos
Rodrigo de Souza Poletto

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.8772128099>

CAPÍTULO 10..... 118

PROPOSTA DE PRINCÍPIOS OPERACIONAIS E REGRAS DE AÇÃO DO GOLEIRO NO FUTEBOL DE CAMPO E A IMPORTÂNCIA DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO QUE ENFATIZE A TOMADA DE DECISÃO


Pedro Henrique Pontieri Próspero

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280910>

CAPÍTULO 11..... 126

POLÍTICAS PÚBLICAS DE ESPORTE E LAZER NO AMAPÁ E A INCLUSÃO DAS POPULAÇÕES TRADICIONAIS


Layana Costa Ribeiro Cardoso
Maria Denise Dourado da Silva
Dulce Maria Filgueira de Almeida

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280911>

CAPÍTULO 12..... 137

GOVERNANÇA ESPORTIVA NO BRASIL

Camilla Gomes de Oliveira e Silva
Alan de Carvalho Dias Ferreira
José Pedro Sarmiento de Rebocho Lopes

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280912>

CAPÍTULO 13..... 151

ESPORTE ORIENTAÇÃO NA FORMAÇÃO INICIAL DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA


Christiane Francisca Venturini Kirchof
Leandra Costa da Costa

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280913>

CAPÍTULO 14..... 164

A FORÇA MUSCULAR E RISCO CARDIOMETABÓLICO EM ADOLESCENTES COM SÍNDROME DE DOWN

Geiziane Leite Rodrigues Melo
Thiago Santos Rosa
Rodrigo Vanerson Passos Neves
Caio Victor Sousa
Luiz Humberto Rodrigues Souza
Edilson Francisco Nascimento
Graciele Massoli Rodrigues
Carmen Sílvia Grubert Campbell
Elvio Marcos Boato
Milton Rocha Moraes

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280914>

CAPÍTULO 15..... 177

ANÁLISE DO GANHO DE FORÇA ISOMÉTRICA DE MEMBROS SUPERIORES EM PRATICANTES DE ESCALADA ESPORTIVA


Alexandre de Souza e Silva
Luane Emilia Maia Mohallem
Rafael Gouveia Salomon
Carolina Gabriela Reis Barbosa
Fábio Vieira Lacerda
Jasiele Aparecida de Oliveira Silva
José Jonas de Oliveira

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280915>

CAPÍTULO 16..... 186

AVALIAÇÃO DA ANSIEDADE PRÉ E PÓS COMPETIÇÃO EM ATLETAS DE CARATÊ ATRAVÉS DO INVENTÁRIO DA ANSIEDADE TRAÇO-ESTADO (IDATE)


Marcus Vinicius da Costa
Edna Cristina Santos Franco
Laura Cury de Castro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280916>

CAPÍTULO 17..... 196

AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DO SONO DE JUDOCAS DURANTE O PROCESSO DE PERDA RÁPIDA DE PESO


Wanderson Ferreira Calado
Edna Cristina Santos Franco
Rubens Batista dos Santos Junior
Enivaldo Cordovil Rodrigues
Rodrigo da Silva Dias
Renato André Sousa da Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280917>

CAPÍTULO 18..... 209

CICLO MENSTRUAL E O EXERCÍCIO FÍSICO


Raika Eduarda Rodrigues da Silva
Mário Henrique Fernandes
Lucas de Bessa Couto
Patrícia Espíndola Mota Venâncio

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280918>

CAPÍTULO 19..... 218

EFEITO DO PRÉ-CONDICIONAMENTO ISQUÊMICO SOBRE O DESEMPENHO FÍSICO: O ATUAL ESTADO DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA

Hiago Leandro Rodrigues de Souza
Rhaí André Arriel
Anderson Meireles
Géssyca Tolomeu de Oliveira
Moacir Marocolo


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280919>

CAPÍTULO 20..... 236

ESTÚDIO DE TREINAMENTO PERSONALIZADO PARA GESTANTES JUIZ-FORANAS: UMA PROPOSTA DE NEGÓCIO

Eduardo Borba Salzer
Juliana Fernandes Filgueiras Meireles
Alesandra Freitas Ângelo Toledo
Aline Borba Salzer
Heglison Custódio Toledo
Polyana de Castro Silva
Maria Elisa Caputo Ferreira

Clara Mockdece Neves


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280920>

CAPÍTULO 21..... 242

PERFIL MORFOLÓGICO DE FISCULTURISTAS AMADORES EM DIFERENTES FASES DE TREINAMENTO

Natalia Bonicontro Fonsati

Henrique Luiz Monteiro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.87721280921>

SOBRE O ORGANIZADOR..... 254

ÍNDICE REMISSIVO..... 255

AVALIAÇÃO DA ANSIEDADE PRÉ E PÓS COMPETIÇÃO EM ATLETAS DE CARATÊ ATRAVÉS DO INVENTÁRIO DA ANSIEDADE TRAÇO-ESTADO (IDATE)

Data de aceite: 01/09/2021

Data de submissão: 06/08/2021

Marcus Vinicius da Costa

UFPA, Faculdade de Educação Física
GET, Grupo de Estudos em Treinamento Físico
e Esportivo
Castanhal – Pará
<http://lattes.cnpq.br/8046530615284086>

Edna Cristina Santos Franco

SEPAT, Instituto Evandro Chagas
Ananindeua – Pará
UFPA, Faculdade de Educação Física
NEPLEC, Núcleo de Estudos e Pesquisas em
Lutas e Esportes de Combate
Belém – Pará
UFPA, Faculdade de Educação Física
Curso de Especialização em Treinamento
Esportivo
Castanhal – Pará
<http://lattes.cnpq.br/5939607544965550>

Laura Cury de Castro

UFRJ, EEFD, Curso de Educação Física
Rio de Janeiro – Rio de Janeiro
<http://lattes.cnpq.br/8415404116917087>

RESUMO: A ansiedade é um estado emocional transitório ou condição do organismo humano caracterizado por sentimentos desagradáveis de tensão, apreensão e aumento de atividade do Sistema Nervoso. No treinamento desportivo, é necessário que treinadores conheçam o nível de ansiedade de seus atletas para obter melhores

resultados. Este estudo objetivou verificar o nível de ansiedade traço e de ansiedade pré e pós-competição em atletas de caratê. A amostra foi composta por 18 atletas ($26,86 \pm 9,9$ anos), ambos os sexos, avaliados durante o campeonato mundial de caratê realizado em 2013 na cidade de Las Vegas (NE, EUA). Os indivíduos assinaram o TCLE para participar do estudo. Os sintomas de ansiedade foram avaliados pela aplicação do Inventário da Ansiedade Traço e Estado (IDATE) em dois momentos distintos: pré e pós-competição. Os dados foram apresentados através de média e desvio padrão. O test T de Student foi usado para comparar nível pré e pós do IDATE-estado. Utilizou-se $p < 0,05$. Os resultados demonstraram um grau médio de ansiedade pré-competição para o IDATE-traço ($34,33 \pm 7,2$) e para o IDATE-estado ($39,88 \pm 8,7$). Resultados semelhantes foram verificados no IDATE-estado pós-competição ($36,61 \pm 9,7$). Valores IDATE-estado pré e pós-competição não apresentaram diferenças significativas. Valores do IDATE-traço com o IDATE-estado pré e pós-competição mostraram efeito significativo ($F=3,1$; $p=0,0564$). Conclui-se que os atletas avaliados apresentavam um nível médio de traço de ansiedade. O período competitivo aumentou a ansiedade dos competidores antes da competição, porém a competição *per se* não modificou o estado de ansiedade dos mesmos. O uso de questionários personalizados como o IDATE é eficaz para mapear as características de cada atleta e a variação individual dos níveis de ansiedade. Isso pode facilitar o controle do estado emocional dos esportistas, condição primordial para o sucesso na condução do

tratamento da ansiedade em atletas.

PALAVRAS - CHAVE: Ansiedade Pré-competitiva, IDATE, Esportes de Combate.

ANXIETY PRE AND POST COMPETITION IN KARATE ATHLETES THROUGH THE STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORY: A STUDY IN COMBAT SPORTS ATHLETES

ABSTRACT: Anxiety is a transitory emotional state or condition of the human body characterized by unpleasant feelings of tension, apprehension and increased Nervous System activity. In sports training, coaches need to know the anxiety level of their athletes to get better results. This study aimed to verify the level of trait anxiety and pre- and post-competition anxiety in karate athletes. The sample consisted of 18 athletes (26.86 ± 9.9 years), both genders, evaluated during the karate world championship held in 2013 in the city of Las Vegas (NE, USA). Individuals signed an Informed Consent Form, drawn up in accordance with the 1975 Declaration of Helsinki. Anxiety symptoms were assessed by applying the Trait and State Anxiety Inventory (STAI) at two different times (pre- and post-competition). Sample characteristics were calculated using mean and standard deviation. The simple paired Student's t test was used to compare pre-post IDATE-state. The level of significance was set at $p < 0.05$. The results showed an average degree of pre-competition anxiety for the IDATE-trait (34.33 ± 7.2) and for the IDATE-state (39.88 ± 8.7). Similar results were verified in the post-competition IDATE-state (36.61 ± 9.7). Pre- and post-competition IDATE-state values showed no significant differences. IDATE-trait values with IDATE-state before and after competition showed a significant effect ($F = 3.1$; $p = 0.0564$). It is concluded that the evaluated athletes had an anxiety trait classified at medium level; the competitive period increased the competitors' anxiety before starting the competition, but the competition per se did not change their anxiety state. The use of personalized questionnaires such as IDATE is effective in mapping the characteristics of each athlete, as well as the individual variation in anxiety levels. Such analysis can facilitate the control of the emotional state of these sports professionals, a fundamental condition for the success in conducting the treatment of anxiety in athletes.

KEYWORDS: Precompetitive Anxiety, IDATE, Combat Sports.

1 | INTRODUÇÃO

Segundo Fleury (1998) o termo “psicologia do esporte” é utilizado para representar os aspectos psicológicos que envolvem a prática esportiva, ou seja, destina-se ao treinamento de habilidades psicológicas com a utilização de técnicas e procedimentos baseados no psicodiagnóstico esportivo e tem como objetivo o desempenho máximo do atleta. A psicologia do esporte, além de apoiar a preparação-técnico-tática e física, também auxilia na melhora da inteligência e da qualidade de vida dos atletas, ajudando-os a compreender melhor seu cérebro e a química das suas emoções.

Para Ballone (2005) a ansiedade é a manifestação psicobiológica responsável pela adaptação do organismo às situações novas, onde se encaixam bem as situações do

esporte competitivo. Assim, maioria das necessidades psicológicas dos esportistas pode ser abordada de forma educativa, ajudando o atleta a desenvolver diversas habilidades psicológicas para que possa melhorar seu rendimento esportivo, pois ações clínica e educacional têm como objetivo ajudar os indivíduos a melhorarem os resultados como atleta, assim como seu bem-estar psicológico.

O nível de ansiedade parece maior em atletas mais jovens, como os adolescentes. Isto pode ocorrer em função de terem sido menos submetidos à situações de ansiedade em competições e até mesmo durante os treinamentos, enquanto que os atletas mais experientes já foram submetidos a diversas situações de estresse, tendo assim um maior controle sobre a ansiedade (FRANCHINI, 2010).

Platonov (2008) sustenta basicamente que perceber a ansiedade como facilitadora conduz a desempenho superior, enquanto percebê-la como debilitante contribui para o desempenho insatisfatório. A forma como o atleta interpreta a ansiedade (facilitadora ou debilitante) exercerá efeito significativo sobre a relação da ansiedade com o desempenho. A consideração do atleta em conduzir o aumento da excitação e da ansiedade como condições de estimulação e não de medo é um fator relevante para seu desempenho esportivo.

Na modalidade “luta” o medo ou a ansiedade durante as competições são fatores que podem ter influência negativa, principalmente devido à idade do atleta, o pouco tempo de prática na modalidade ou até mesmo fatores relacionados a experiência do adversário. A ansiedade nos atletas pode ser aumentada no período pré-competição, até minutos antes de seu início. Desta forma, estratégias de resiliência para cada indivíduo frente as suas ambições de vitória e de temor de derrota ou até mesmo pressões externas, como torcida, treinadores devem ser trabalhadas para minimizar a ansiedade (KELLER, 1990). Ainda na pré-competição a ansiedade é relacionada a outros fatores como: estar em certo patamar de massa corporal, dentre outros (KELLER, 2006).

O estilo Chun Kuk Do (CKD) é um forte estilo de caratê americano com base coreana tendo quatro princípios que devem ser seguidos por todos os seus praticantes - lealdade, integridade, disciplina e respeito - proporcionando ao praticante a melhora da aptidão física, e ajudando-o na formação dos indivíduos para a vida em sociedade. Ou seja, a arte oferece ao seu praticante a oportunidade de conhecer melhor os limites do seu corpo e mente através do treinamento físico e mental aplicado nas aulas e relacionando os ensinamentos aprendidos com a convivência entre indivíduos na sociedade (MENDOZA, 2017). O CKD é um estilo extremamente enraizado em sua própria base tradicional, agora único e diferente de seu predecessor, o Tang Soo Do. A arte enfatiza a defesa pessoal, competição, armas, grappling e a aptidão física. O International Training Conference é realizado anualmente na cidade de Las Vegas (NE, EUA) onde ocorre o campeonato mundial de CKD com duração de 4 dias. Durante este período ocorrem palestras feitas por convidados de outras artes marciais ou sistemas de defesa pessoal, competições de Sparring (individual e por

equipes), competição de kata (por equipe, tradicionais, armas e livre) e a competição de Jiu-Jitsu. Sendo todos esses eventos assistidos pelo Grão-Mestre Chuck Norris.

De acordo com Spielberg *et al* (1979), a ansiedade é um estado emocional transitório ou condição do organismo humano caracterizada por sentimentos desagradáveis de tensão, apreensão e aumento de atividade do sistema nervoso. Melo (1984) define a problemática “ansiedade” como um estado que se refere às reações emocionais desagradáveis a uma tensão específica. Spielberg (1989) apurou um conceito que já existia na literatura e tentou validar a ideia de fazer duas medidas separadas de ansiedade: a avaliação de ansiedade traço, que se refere a diferenças individuais relativamente estáveis na propensão à ansiedade, isto é, as diferenças na tendência de reagir a situações percebidas como ameaçadoras com intensificação do estado de ansiedade; e o estado de ansiedade, conhecido como ansiedade-E, que é um estado emocional transitório, condição do organismo caracterizada por sentimentos de tensão e apreensão conscientemente percebidos e que variam em intensidade no decorrer do tempo (MELO, 1984). Estudos que utilizaram o Inventário da Ansiedade Traço e Estado (IDATE) confirmaram a presença dos dois fatores ansiedade traço e ansiedade estado, tanto em amostras clínicas, como em não clínicas (MELO, 1984). Assim, o IDATE é capaz de identificar a ansiedade do indivíduo, tanto do ponto de vista da ansiedade traço quanto da ansiedade estado.

Mas o que seria Ansiedade, Ansiedade Traço e Ansiedade Estado? De acordo com os autores, elas podem ser definidas da seguinte maneira:

- Ansiedade - um estado emocional caracterizado por nervosismo, preocupações e apreensões relacionados com a ativação (energia de desempenho) ou agitação do corpo.
- Ansiedade Traço - medidas da personalidade; foco na autoimagem; tendência em perceber como ameaçadoras algumas circunstâncias que não são.
- Ansiedade Estado - estado emocional temporário que depende da ação dos estímulos ambientais, com sentimentos de apreensão e tensão conscientes, tais como: taquicardia, sudorese, náuseas e câimbras.

Torna-se necessário que treinadores possam conhecer e avaliar o nível de ansiedade de seus atletas, com o objetivo de administrar o treinamento físico para a obtenção de melhores resultados, de forma que, fatores como os de ansiedade não interfiram de forma negativa no desempenho. Sendo assim, o objetivo do presente estudo foi verificar o nível de ansiedade traço e de ansiedade pré e pós-competitivo em atletas de caratê através do Inventário da Ansiedade Traço e Estado (IDATE).

2 | MÉTODOS

2.1 Tipo de Pesquisa

O delineamento da pesquisa foi do tipo descritivo qualitativo e quantitativo a fim de extrair dos dados o máximo de significados possíveis (THOMAS; NELSON, 2002).

2.2 Participantes

A amostra foi composta por 18 atletas profissionais de caratê ($26,86 \pm 9,9$ anos), de ambos os sexos, brasileiros ($n = 6$) e americanos ($n = 12$). Os participantes foram avaliados durante o campeonato mundial de caratê realizado em 2013 na cidade de Las Vegas (NE, EUA). O protocolo de pesquisa foi delineado conforme as diretrizes propostas na Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde sobre pesquisas envolvendo Seres Humanos (CNS, 1996). Os critérios de inclusão estabelecidos foram: (a) ser atleta federado de caratê, (b) estar participando do campeonato mundial caratê em Las Vegas, (c) presença de respostas negativas em todos os itens do Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q Test - sigla para Physical Activity Readiness Questionnaire, criado pela CSEP - CANADIAN SOCIETY FOR EXERCISE PHYSIOLOGY (1984) e traduzido para a língua portuguesa pela SOCIEDADE BRASILEIRA DE MEDICINA DO ESPORTE em 1996), (d) ter assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) elaborado de acordo com a Declaração de Helsínquia de 1975.

2.3 Instrumentos de medida

Utilizou-se o Inventário da Ansiedade Traço-Estado (IDATE). Os sintomas de ansiedade foram avaliados por meio da aplicação do IDATE em dois momentos distintos: pré e pós-competição. Todas as avaliações foram realizadas por um profissional capacitado e em uma sala silenciosa, de acordo com as orientações de aplicação do instrumento. Cada atleta foi avaliado separadamente após ser explicado a ele o inventário e como este deveria ser respondido sem muita reflexão, pois o objetivo era avaliar a resposta que imediatamente vem como a escolhida, não podendo ser trocada por outra.

2.4 Aplicação pré-competição

Aproximadamente 30 minutos antes de se dar início a competição aplicou-se a escala "Idate Traço" composta por 20 itens apresentados em uma escala do tipo Likert de 4 pontos (1 - quase nunca; 2 - às vezes; 3 - frequentemente; 4 - quase sempre). Esta escala descreve o participante como ele "geralmente se sente". Imediatamente após responder todas as questões do "Idate Traço" o competidor respondeu a escala "Idate Estado". Nesta escala o participante descreve como ele se sente "agora, ou seja, neste momento" através de 20 itens abordados também em uma escala do tipo Likert de 4 pontos (1 - absolutamente não; 2 - um pouco; 3 - bastante; 4 - muitíssimo).

2.5 Aplicação pós-competição

Imediatamente após o término da competição do atleta, o mesmo era abordado pelo avaliador para responder a escala “Idate Estado” (conforme já explicado acima). O avaliador teve o cuidado de não deixar o atleta ter contato ou conversar com outras pessoas, para que seu “estado” de ansiedade não fosse alterado mediante interferência de terceiros.

2.6 Análise estatística

As características da amostra foram calculadas através de média e desvio padrão. Para a comparação pré-pós do IDATE-estado, foi utilizado o test T de Student pareado simples. Para a análise das respostas, somou-se os números marcados de cada uma das tabelas e, o escore total de cada tabela que varia de 20 a 80 onde valores mais altos indicam maior grau de ansiedade, foi caracterizado por: baixo grau de ansiedade (20 - 30); grau médio de ansiedade (31 - 49) e alto grau de ansiedade (50 ou mais). O nível de significância foi fixado em $p < 0,05$.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados do presente estudo demonstraram um grau médio de ansiedade (31 - 49) pré competição para o IDATE- Traço (34,33 ± 7,2) (Figura 1) e para o IDATE- Estado (39,88 ± 8,7) (Figura 2). Resultados semelhantes foram verificados no IDATE- Estado pós-competição (36,61 ± 9,7) (Figuras 3).

Os valores pré e pós IDATE-Estado não foram estatisticamente diferentes ($p=0,21$). Apesar disso, a análise sugere um grau mediano de ansiedade. Quando comparou-se os valores do IDATE-Traço com o IDATE-Estado pré e pós, observou-se um efeito significativo ($F=3,1$; $p=0,0564$), porém, com valores significativamente menores somente para o IDATE-Traço quando comparado ao IDATE-Estado pré ($p=0,017$), ou seja, sem diferenças significativas entre IDATE-Traço e IDATE-Estado pós ($p > 0,05$).

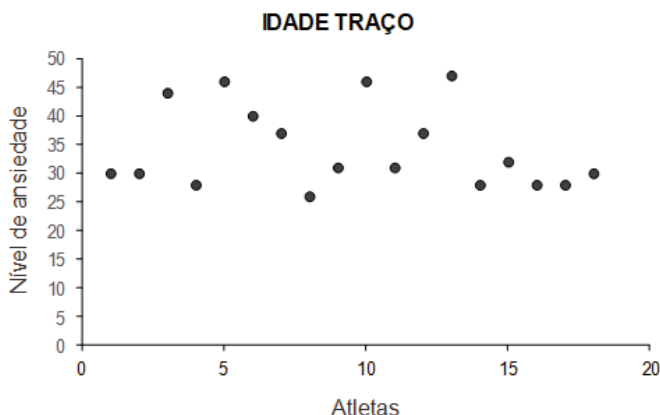


Figura 1. Relação do nível de ansiedade do IDATE-Traço de cada atleta (n=18).

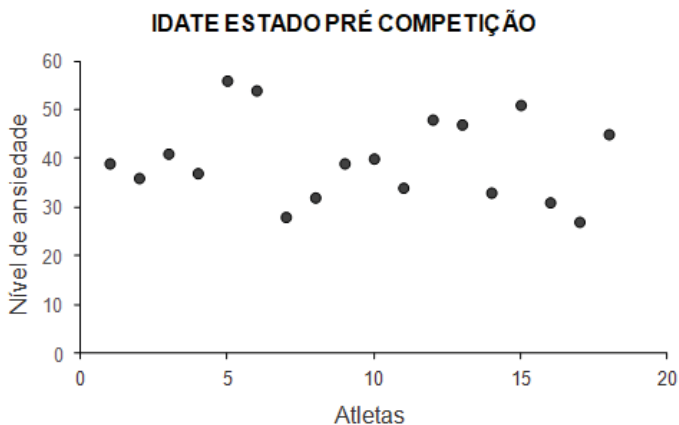


Figura 2. Relação do nível de ansiedade do IDATE-Estado pré-competição (medido 30 minutos antes da competição).

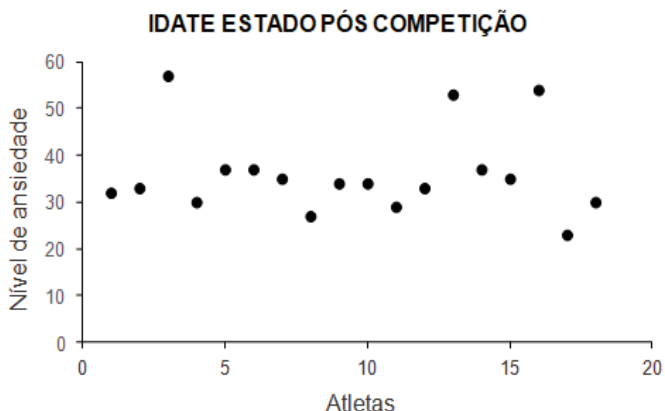


Figura 3. Relação do nível de ansiedade do IDATE-Estado pós-competição (medição realizada imediatamente após o término da competição).

Os resultados deste estudo foram discutidos levando em consideração embasamentos teóricos e práticos de evidências na planificação de intervenções da Psicologia Desportiva, em atletas de esportes de combate. O momento da competição é a chance do atleta demonstrar suas habilidades e competências marciais e táticas, colocando em prática todo o treinamento e esforço dispendido em longos períodos de aperfeiçoamento pré-competição.

Segundo Lev Matvéiev (1991), o evento competitivo é a oportunidade de o profissional expressar plenamente o caráter desportivo, que tem como propriedade mais importante o desejo da vitória e que combina em si grande audácia, a capacidade de mobilização total e de completa concentração, a confiança e estabilidade geral e emocional.

Contudo, a ansiedade enfrentada por um atleta diante do ambiente competitivo é capaz de influenciar diretamente no seu rendimento esportivo, visto que pode alterar sua concentração, coordenação e capacidade de reação.

Os resultados do presente estudo demonstraram que os atletas avaliados apresentavam um perfil, ou seja, um traço de ansiedade classificado em nível médio. Tal resultado, que ressalta características intrínsecas destes indivíduos, poderia, em última análise, alertar para o estado emocional normal destes atletas, demonstrando a importância de um acompanhamento dos mesmos por profissionais da Psicologia Esportiva no intuito de controlar previamente em eventos competitivos o nível traço de ansiedade.

Contudo, observou-se também que a iminência da competição aumentou a ansiedade dos atletas avaliados, já que o nível médio de ansiedade pré-competitiva foi significativamente maior que o de ansiedade-traço nos profissionais avaliados. Curiosamente, os resultados indicam também que a competição por si só não foi capaz de modificar o estado de ansiedade dos atletas, já que não foi observada diferenças significativas entre ansiedade pré e pós-competitiva, bem como entre ansiedade traço e pós-competitiva.

Alguns estudos em artes marciais (Tinelli et al., 2001) e dança (Constantino et al., 2010) vêm tentando avaliar o nível de ansiedade de atletas e dançarinos em momentos pré e pós competitivos, pois a análise da variação do grau de ansiedade nestes períodos pode ajudar a preparar o estado emocional dos atletas/dançarinos e, conseqüentemente, melhorar o desempenho dos mesmos em competições futuras.

Particularmente, esportes individuais como o caratê exigem uma imensa concentração e segurança do atleta, visto que no momento da competição não ocorre o apoio de demais companheiros atuando em conjunto, o que pode afetar o estado emocional do atleta mais do que o ocorrido em outros esportes coletivos. O estudo de Tineli et al. (2011) analisou atletas de judô de ambos os gêneros, com a média de idade de 21,97 anos, e revelou que os atletas apresentam ansiedade pré-competitiva em níveis médios, de forma semelhante aos achados em nosso estudo. Os referidos autores sugerem também que a influência de patrocinadores, familiares, técnicos, bem como da torcida podem interferir no nível de ansiedade dos profissionais nos eventos competitivos e ressalvam que uma das formas de se trabalhar a ansiedade é por meio de uma seqüência intensa de treinamentos rotineiros e amistosos que visam simular o ambiente competitivo e trazer segurança e confiança ao atleta. Assim, nossos dados estão de acordo com outros estudos que indicam que a ansiedade pré-competitiva está presente em maiores níveis em relação ao momento pós-competitivo.

Um exemplo é o estudo de Constantino et al. (2010) que avaliaram bailarinos profissionais, de ambos os gêneros, e demonstrou que os profissionais apresentaram maiores níveis de ansiedade antes do evento que após as apresentações tanto para a ansiedade traço como para a ansiedade estado. Estes pesquisadores sugerem que as

apresentações de dança atuam como um efeito estressor para os bailarinos, ressaltando, assim, a importância de intervenções psicológicas que busquem ajudá-los a controlar a ansiedade, conseqüentemente melhorando o desempenho de tais profissionais.

Cabe ressaltar a importância de se realizarem mais trabalhos que, como este, avalie o nível de ansiedade de atletas em eventos competitivos individuais e coletivos, aferindo a influência do estado emocional no rendimento dos profissionais no campo esportivo. Tais estudos são necessários, sobretudo, nas artes marciais, visto que há poucos dados que avaliam tal correlação nessa seara. Entender os fatores que desencadeiam a ansiedade e como tais níveis são alterados mediante períodos competitivos certamente irá auxiliar o campo da Psicologia Esportiva a aprimorar o preparo dos atletas para lidarem com situações de estresse, o que, por fim, irá melhorar decisivamente o desempenho destes profissionais.

Neste sentido, o uso de questionários personalizados como o IDATE certamente ajudará no mapeamento das características de cada atleta e da variação individual dos níveis de ansiedade. Tal análise que facilitará o controle do estado emocional destes profissionais esportivos, o que, segundo Weinberg e Gould (2008) é primordial para o sucesso na condução do tratamento da ansiedade em atletas. Um resumo dos resultados obtidos no presente estudo pode ser observado na tabela abaixo comparando não apenas a amostra como um todo, mas os resultados obtidos de acordo com o gênero avaliado.

PADRÕES AVALIADOS	MÉDIA	DESVIO PADRÃO
IDATE Traço	34,33	7,26
<i>Feminino</i>	<i>40</i>	<i>7,11</i>
<i>Masculino</i>	<i>29,8</i>	<i>2,97</i>
IDATE Estado – Pré	39,88	8,68
<i>Feminino</i>	<i>43,75</i>	<i>10,02</i>
<i>Masculino</i>	<i>36,8</i>	<i>6,36</i>
IDATE Estado – Pós	36,61	9,7
<i>Feminino</i>	<i>41</i>	<i>6,74</i>
<i>Masculino</i>	<i>35,7</i>	<i>10,24</i>

Tabela 1. Média e desvio padrão do nível de ansiedade traço, pré e pós-competição.

4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo objetivou investigar os níveis de ansiedade pré e pós-competitivo em atletas de caratê através do Inventário Traço e Estado (IDATE). Assim concluiu-se: 1) Foi encontrado o nível médio de ansiedade nos três perfis: Ansiedade-Traço Estado-Pré e Estado-Pós; 2) Não houve diferença significativa entre os perfis Traço e Estado-Pós e entre Estado-Pré e Estado-Pós; 3) Verificou-se um efeito significativo entre o perfil

Traço e Estado-Pré; 4) Os dados coletados mostram que o período competitivo aumentou a ansiedade dos atletas analisados antes de iniciar a competição, porém a competição por si só não modificou o estado de ansiedade dos mesmos.

REFERÊNCIAS

BALLONE, G. **Ansiedade e Esportes**. 2005. Disponível em: <www.psiqweb.med.br>

FLEURY, S. **Ansiedade Pré-Competitiva**. 2008. Disponível em: <www.suzy.com.br>

FRANCHINI, E. et al. **Judô: desempenho competitivo**. 2ª ed. Barueri, SP: Manole, 2010.

GIRARDELLO, R. **A relação entre cortisol sanguíneo e o estresse pré-competitivo em lutadores de caratê de alto rendimento**. Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade Federal do Paraná/UFPR, Curitiba, 2004.

KELLER, BIRGIT. **Estudo comparativo dos níveis de cortisol salivar e estresse em atletas de luta olímpica de alto rendimento**. Curitiba, 2006.

MATVÉIEV, LEV. P. **Fundamentos do Treinamento Desportivo**. 2. ed. Lisboa, Horizonte de Cultura Física: 13, Ed. Livros Horizonte, 1991.

MENDOZA, DAVID. **ARTES MARCIALES: TEORÍA, MÉTODOS Y PRÁCTICAS**. 2. ed. s.n., 2017. 146p.

PLATONOV, V.N. **Tratado Geral de Treinamento Desportivo**. São Paulo, Phorte Editora, 2008.

SOUZA, I.; SOUZA, M.; SILVA JUNIOR, S. **O que é preciso para ser um campeão? Um estudo exploratório com atletas de Jiu-Jitsu participantes do campeonato estadual de 2004 (RJ)**. In: XI Congresso do Desporto e Educação Física dos Países de Língua Portuguesa, 2006, São Paulo.

TUBINO, M.J.G.; MOREIRA, S.B. **Metodologia Científica do Treinamento Desportivo**. 13a edição, Rio de Janeiro, Editora Shape, 2003.

WEINBERG, ROBERT S; GOULD, DANIEL. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Abordagem lúdica 52, 56, 57, 60, 63, 64

Abordagem tradicional 52, 60

Administração esportiva 104

Adolescentes 12, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 21, 25, 131, 132, 133, 164, 165, 166, 167, 171, 172, 173, 174, 188

Ansiedade Pré-Competitiva 187, 193, 195

Autismo 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 167

B

Boas Práticas de governança 104, 106, 107, 109, 111, 114, 115, 137, 147

Brincar 10, 16, 36, 37, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 54

C

Ciclo menstrual 13, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 217, 228

Composição corporal 166, 171, 242, 244, 246, 247, 248, 249, 251, 253

Comunicação Organizacional 66, 67, 68, 70, 71, 72, 73, 75, 76, 81, 83

Confederações 68, 76, 80, 83, 117, 137, 143, 145, 146, 147, 149

Crianças 10, 6, 7, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 91, 102, 110, 128, 131, 132, 133, 148, 163, 165, 172, 174, 239

Currículo 2, 10, 24, 25, 26, 27, 44, 151, 161, 163

D

Desempenho Atlético 219

Desempenho Físico Funcional 178

E

Educação Especial 10, 12, 13, 18, 19, 20, 21, 22, 254

Educação Física 2, 9, 10, 12, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 51, 54, 64, 65, 66, 85, 92, 99, 104, 115, 117, 118, 124, 127, 151, 152, 153, 154, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 167, 177, 184, 186, 195, 196, 206, 207, 209, 217, 229, 239, 241, 254

Educação Física Escolar 2, 9, 10, 11, 23, 24, 26, 30, 34, 152, 153, 158, 162, 254

Educação Física Infantil 10, 12, 13, 15, 20, 22

Efeito Ergogênico 219, 227

Efeito Placebo 219, 228

Ensino Médio 10, 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34

Entidades esportivas 11, 66, 67, 68, 70, 75, 76, 137, 138, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 149

Escalada 12, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 184

Esporte 2, 9, 11, 12, 6, 7, 10, 25, 30, 31, 33, 34, 47, 48, 53, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 73, 76, 83, 84, 85, 86, 88, 89, 90, 92, 93, 96, 97, 98, 99, 102, 104, 105, 106, 107, 110, 111, 115, 118, 119, 124, 126, 127, 128, 129, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 178, 179, 183, 184, 187, 188, 190, 195, 196, 197, 199, 206, 207, 219, 240, 241, 242, 243, 244, 251, 252, 253, 254

Esporte Orientação 12, 48, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162

Esportes de Combate 186, 187, 192, 196, 206

Estado da arte 35, 219

Estresse Fisiológico 87

Exercícios Físicos 3, 5, 89, 95, 209, 210, 211, 212, 238, 244

F

Fisiculturismo 242, 243, 244, 245, 246, 249, 250, 251, 252

Força Muscular 12, 164, 165, 166, 172, 173, 174, 178, 179, 181, 184, 217

Força Muscular Isométrica 165, 181

Formação Docente 12, 13, 21

Formação Inicial 12, 3, 20, 151, 152, 153, 156, 157, 158, 159, 161, 162, 163

Futebol 11, 30, 31, 32, 66, 67, 69, 74, 76, 77, 78, 79, 83, 85, 89, 99, 106, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 123, 124, 125, 129, 131, 132, 152, 155, 162, 218, 221, 222, 225, 246

G

Gestante 237, 238

Gestão 5, 10, 66, 67, 68, 69, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 78, 79, 85, 106, 107, 109, 111, 113, 114, 116, 117, 129, 136, 137, 141, 143, 144, 145, 146, 148, 150, 237, 241, 254

Gestão Esportiva 117, 137

Goleiro 11, 32, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125

I

Idate 13, 186, 187, 189, 190, 191, 192, 194

J

Judô 111, 115, 193, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 203, 206, 207

L

Lazer 12, 6, 14, 126, 127, 128, 129, 131, 132, 134, 135, 136, 152, 159, 206

Lúdico 10, 20, 36, 37, 39, 41, 42, 44, 51, 54, 55, 60, 62, 63, 64, 65, 153, 156

M

Metodologias de ensino 52, 53, 152

Mulheres 53, 128, 148, 172, 196, 199, 209, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 217, 218, 222, 228, 236, 237, 238, 247, 250

N

Natação 11, 33, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 60, 62, 63, 64, 65, 93, 131, 203, 218, 221, 222, 224, 226

Negócios 72, 106, 236, 237, 238, 239, 240, 241

O

Organizações Esportivas 68, 69, 71, 72, 83, 117, 137, 138, 139, 141, 143, 144, 146

P

Paratleta 87

Perda rápida de peso 13, 196, 197, 198, 204, 206, 207

Políticas Públicas 12, 5, 6, 7, 21, 96, 126, 127, 128, 129, 131, 134

Populações Tradicionais 12, 126, 128, 129, 133

Preensão Palmar 171, 173

Princípios operacionais 11, 118, 120, 121, 124

Q

Qualidade de vida 11, 2, 3, 6, 8, 15, 19, 36, 86, 87, 88, 89, 90, 94, 96, 99, 100, 102, 128, 131, 187, 207, 213, 215, 216, 239

Qualidade do sono 13, 196, 197, 198, 200, 203, 204, 207, 208

R

Regras de ação 11, 118, 120, 121, 124, 125

Relacionamento Humano 30, 31

Resiliência Psicológica 87, 99

S

Sedentarismo 10, 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11

Síndrome de Down 9, 12, 164, 165, 167

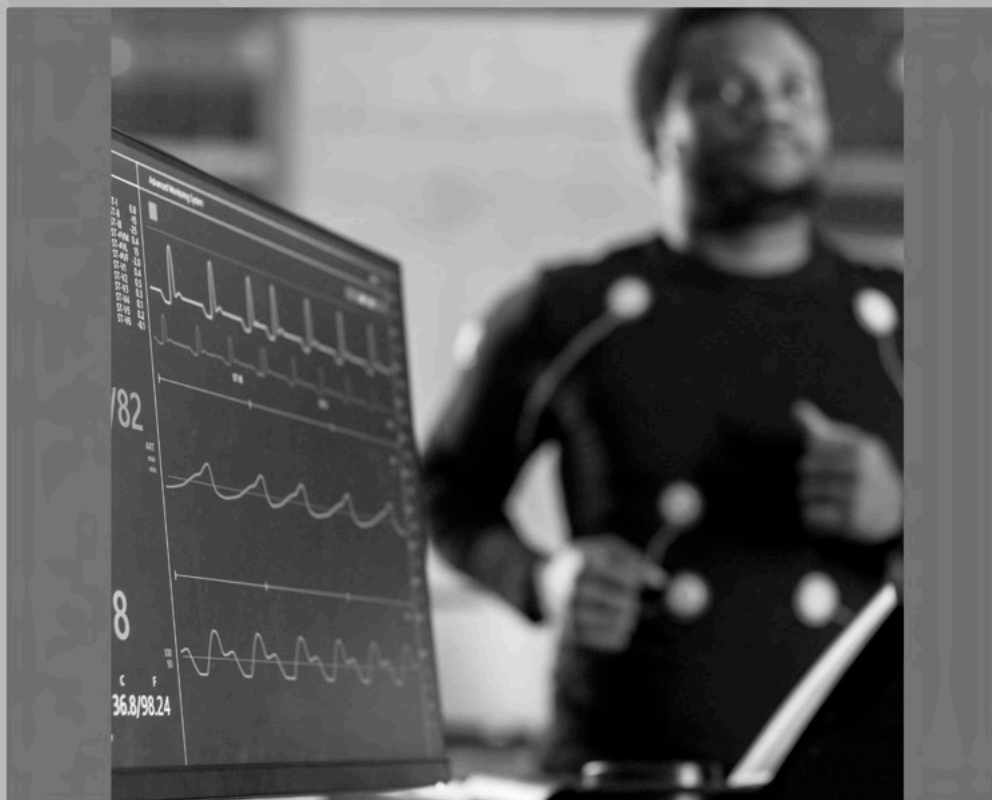
T

Tomada de decisão 11, 118, 122, 123, 124, 138, 139, 140, 147, 155, 183

Treinamento Personalizado 13, 236

Ciências do esporte

e educação física: Pesquisas científicas inovadoras,
interdisciplinares e contextualizadas

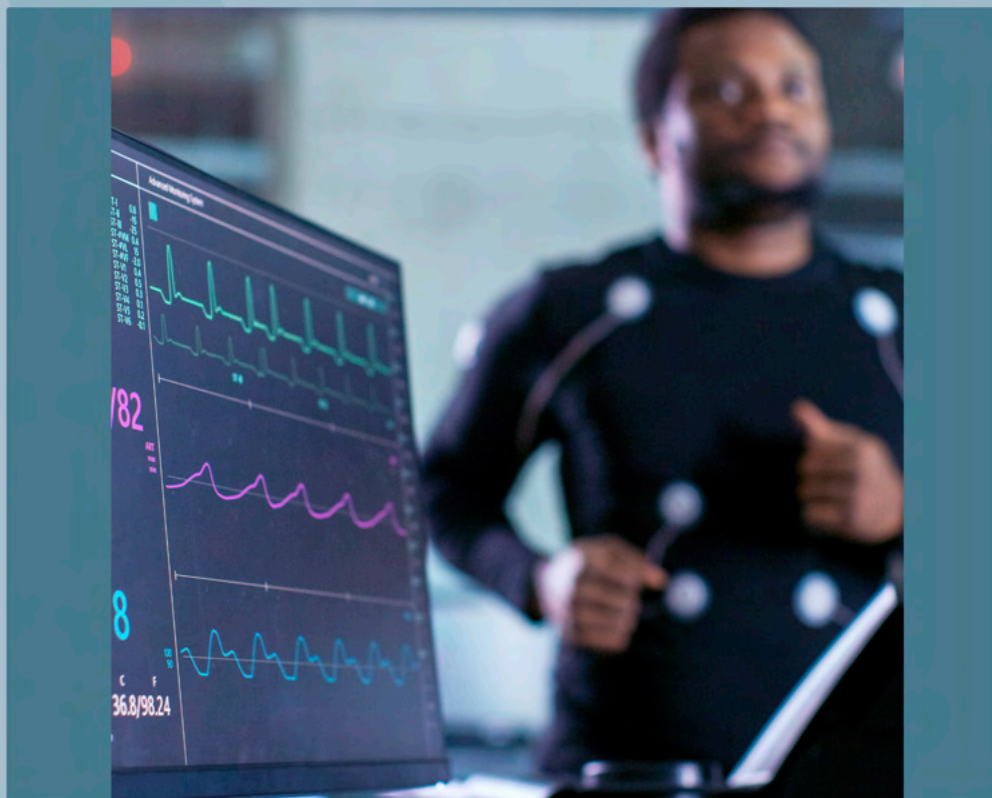


- 🌐 www.atenaeditora.com.br
- ✉ contato@atenaeditora.com.br
- 📷 @atenaeditora
- 📘 www.facebook.com/atenaeditora.com.br

Atena
Editora
Ano 2021

Ciências do esporte

e educação física: Pesquisas científicas inovadoras,
interdisciplinares e contextualizadas



- 🌐 www.atenaeditora.com.br
- ✉ contato@atenaeditora.com.br
- 📷 @atenaeditora
- 📘 www.facebook.com/atenaeditora.com.br

Atena
Editora
Ano 2021