

O TREINO SOB A ÓTICA DAS DIMENSÕES HUMANISTA E PRODUTIVISTA

Giancarlo Bazarele Machado Bruno¹, Viktor Shigunov²

¹URCAMP-SÃO BORJA; ² CDS/DEF/UFSC

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo investigar a conduta e estilo de ensino/treino de treinadores dos esportes de quadra, com ênfase na dimensão humanista e produtivista do treinamento. O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa multicase de caráter descritivo exploratório. Foi realizada uma entrevista semi-estruturada, com quatro treinadores (basquetebol, futsal, handebol e voleibol) e aplicado um questionário. Para proteger a identidade dos treinadores foram usados nomes de escritores famosos da Língua Portuguesa. Os resultados obtidos mostram que os treinadores observados, três possuem graduação e um é provisionado, tendo como motivos da escolha da profissão o envolvimento como atletas nas respectivas áreas; todos os treinadores exerceram a profissão antes de graduarem-se e para controlar o treino usam em sua maioria o *feeling* pessoal, e também apresentam diferentes concepções de ensino. Nas dimensões de produtividade e humanista destacaram-se as fortes características das duas e a preocupação tanto com o resultado, premissa maior do treino, como também com a formação de indivíduos com valores éticos e humanos. Pode-se afirmar, que apesar de suas idiossincrasias, seguiram com sucesso os ditames da teorização do treinamento.

Palavras chave: Treinadores, dimensão produtivista e humanista, esportes de quadra.

INTRODUÇÃO

Entender a conduta do treinador em situação de treino e seu estilo de ensino/treino dentro das dimensões humanista e da produtividade pode auxiliar no entendimento da magnitude do “ser” treinador, elemento primordial do processo esportivo. As suas reações, a sua formação, a sua filosofia implementada através da valorização do atleta e as ações durante o processo de treino instigam a criação de novos e profundos estudos na área de Educação Física.

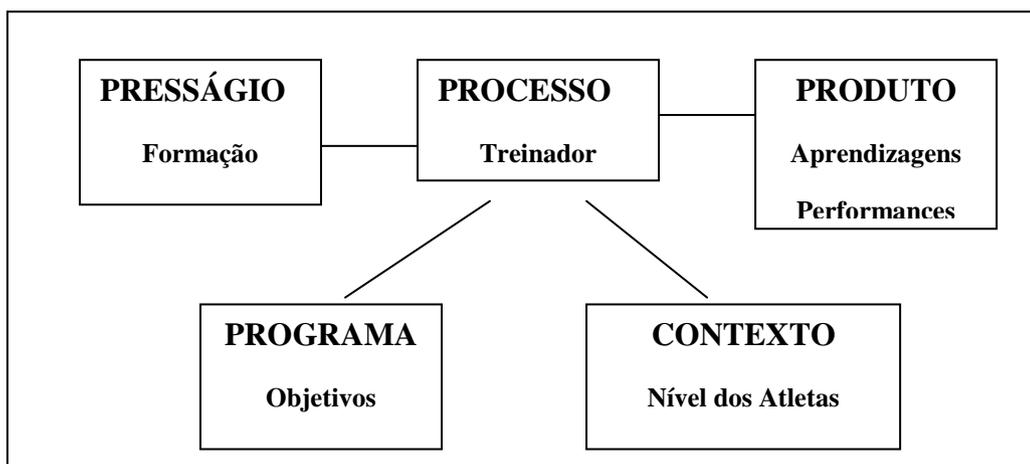


Figura 1 - Modelo de Análise da Relação Pedagógica em Esporte, Rodrigues (1997).

Assim, o presente estudo pretende responder o seguinte problema: Qual a conduta e estilo de ensino/treino de treinadores dos esportes de quadra, da cidade de Blumenau.

As variáveis de processo dizem respeito aos comportamentos e interações susceptíveis de acontecerem no treino ou mesmo na competição (Rodrigues, 1997). No presente estudo foram avaliados os treinos detectando os principais comportamentos relacionados à conduta e estilo de ensino/treino do treinador, relacionado às dimensões humanista e da produtividade. As variáveis de contexto foram descritas apenas como forma de controle, para assim configurar o ambiente de treino.

No trabalho de Liukkonen et al (1993), citado por Rodrigues (1997), foi realizada a análise do comportamento do treinador segundo duas dimensões, a humanista e a da produtividade, gerando quatro tipos

de treinadores: “ideal”, “autoritário”, “novato”, “incompetente”. Esse estudo obteve como resultado uma forte correlação entre variáveis humanismo e produtividade, explicada pelos seguintes fatores: adequação a idade dos atletas; *feedback* positivo; entusiasmo; participação dos atletas.

Luis (1988) propõe a seguinte descrição de traços positivos da personalidade dos treinadores os quais se destacam alguns:

- a) Aspiram fortemente ao êxito com uma necessidade evidente de estar no topo;
- b) São muito ordenados e organizados; preferem prever interessar-se pelo que possa vir a acontecer;
- c) São pessoas calorosas e gostam dos contatos humanos;
- d) Tem um nível de consciência bem desenvolvida e apreciam muito os valores reconhecidos na nossa sociedade.

Esses traços evidenciam o caráter da produtividade na aspiração ao êxito e organização. Já quanto ao caráter humanista, gostar de contatos humanos e apreciar os valores (morais) expressam esta relação.

Prata (1997) destaca as expectativas sobre a função de treinador, uma visão que tenha um cunho humanista forte, e que apontam para:

- a) Papel de educador e mentor;
- b) Pessoa que fornece os parâmetros para o comportamento da equipe/atleta;
- c) Responsabilidade no desenvolvimento do atleta como uma pessoa global.

Prata e Resende (2003) ponderam que ser treinador é, obrigatoriamente, ser um pensador, um crítico e um filósofo, no sentido mais criativo da filosofia, quer como indagação racional sobre o mundo (a “nossa” vida e o “nosso” esporte) e o homem (o “eu” e os “outros”), com propósito de encontrar a sua explicação última (os nossos porquês – problemas, relações ou ralações, sucessos ou insucessos, entre outros). A filosofia do treinador passa por esta tentativa de descoberta, de um estabelecimento de linhas de orientação para a ação do treinador e o respectivo comportamento.

METODOLOGIA

Analisaram-se a conduta e o estilo de ensino/treino de treinadores das equipes do gênero masculino de esportes de quadra da cidade de Blumenau no Estado de Santa Catarina, refletindo sobre suas ações e interpretando os dados observados, com ênfase nas dimensões produtivista e humanista do treino. Para consolidação dessa análise optou-se por realizar um estudo multicase (Yin, 1993), de caráter descritivo exploratório.

Primeiramente ocorreu a entrevista semi-estruturada que foi realizado visando caracterizar o sujeito e sua formação como o utilizado por Graça (1997) e adaptado por Afonso (2001), em conjunto com os três questionários adaptados por Becker Jr.(1998), para avaliar a conduta e o estilo de ensino/treino dos treinadores.

Nessa fase, os dados foram coletados somente pelo pesquisador e transcritos por ele. A técnica utilizada para transcrever as entrevistas foi a **transcrição**, utilizada por Afonso (2003) e Lettnin (2005). A técnica de se reformular a transcrição literal para tornar a leitura compreensível. Na transcrição há inúmeras frases repetidas, vícios de linguagem e expressões equivocadas. Há na transcrição estrangeirismos, gírias e palavras chulas - termos bastante distintos quando falados ou escritos. Tendo-se, portanto o código oral e escrito com valores diferentes. Esses desvios são corrigidos pela **transcrição**. (Gattaz, 1998)

Para preservar-se a identidade dos treinadores pesquisados foram adotados nomes de escritores famosos da Língua Portuguesa, Carlos Drummond de Andrade, Érico Veríssimo, Fernando Pessoa e Mário Quintana.

RESULTADOS e DISCUSSÃO

Aspectos da dimensão de produtividade

Na dimensão da produtividade todos os treinadores apresentaram fortes indícios relacionados a esta. A habilidade de organizador foi marcante nos treinadores Érico, Carlos e Mário, todos utilizavam palavras chaves para explicar os exercícios e eram sucintos na organização das atividades. Apenas Fernando estendia-se mais nesse item, supondo-se em parte, por não ter formação universitária e talvez por desconhecer estratégias de organização do treino.

As palavras chave são frases concisas, freqüentemente constituídas por apenas uma ou duas palavras, com a finalidade de focar a atenção do atleta sobre os pontos pertinentes da tarefa ou, ainda, sugerir elementos essenciais do padrão de movimento da habilidade motoras citado por Afonso (2001).

Quanto à utilização do material, acredita-se que as condições oferecidas para a realização do treino (local, material, tempo, espaço, interferência externa, entre outras) tenham direcionado este item. Todos os treinadores foram de certa forma muito eficientes, utilizaram o material disponível e o espaço destinado a seu treino, independente de este ser adequado ou não. O treinador Érico tinha espaço inadequado e pouco material, e para realizar seu treino utilizava todo o espaço das laterais, além das linhas demarcatórias por não treinar em quadra oficial de sua modalidade. Fernando também treinava em quadra não oficial, mas usava as linhas como limite. Os outros dois treinadores, Carlos e Mário, tinham quadras de treino de dimensões oficiais, mas com situações materiais opostas. Mário tinha pouco material, mas oferecia uma grande variação de exercícios, tornando o treino mais atrativo. Já a situação de Carlos era a melhor entre os treinadores, apesar de precisar por vezes trocar de quadra ou ceder um espaço na área de escape para outras atividades. Esse treinador contava com uma vasta quantidade de material, e utilizava os mais diversos recursos disponíveis em seus treinos.

Treinos em quadra e com bola foram os que mais ocorreram com todos os treinadores, e o material auxiliar mais utilizado foram os cones. A forma com que os treinadores utilizaram o material pode revelar alguns indícios de sua competência que de acordo com Shigunov, Pereira e Manzotti (1994) alguns comportamentos relacionam-se com a competência didática, seja o uso do material, organização dos conteúdos, instrução, entre outros.

O estilo dos treinadores mostrou-se adequado à idade dos atletas, inclusive com algumas adaptações por parte de Mário, que esperava os atletas mais experientes realizarem algumas passagens pelo exercício para que os atletas menos experientes pudessem visualizar e posteriormente participar do exercício. Os treinadores, Fernando e Érico, não realizavam adaptações em seus exercícios.

Todos os treinadores mostraram pela experiência, seja como atleta, seja como treinadores, habilidade específica para o esporte. Sobre o volume de voz, Érico, Carlos e Mário, apresentaram um alto volume de voz em algumas situações do treino, normalmente o tom de voz era adequado (positivo). Fernando apresentava um tom de voz mais baixo e calmo, e algumas vezes o tom de voz se tornava adequado, talvez porque sua maior experiência foi com a formação.

A explicação de um exercício não tomava muito tempo e tinha uma forma simples de ser passada aos atletas como Érico demonstrou durante os treinos.

Ei, duas colunas, formem duas colunas uma na direita e uma na esquerda desloca lateral até o meio ai sai desloca lateral sai e volta e passa lá no Fulano, depois volta e repete.

A verbalização clara e sucinta foi característica marcante de três treinadores; Érico, Carlos e Mário. Fernando demorava mais tempo nas explicações que os demais por utilizar uma menor quantidade de palavras chaves.

As demonstrações de todos os treinadores foram corretas e normalmente eram utilizadas após um *feedback* verbal de orientação técnica não ter efeito. Todos os treinadores utilizaram-se desse recurso após um erro, executando uma pausa para que todos os atletas pudessem visualizar a demonstração para captar através da observação. As demonstrações foram tanto de forma parcial quanto de forma global, não havendo uma só estratégia ou forma específica em algum dos treinadores. O *feedback* de orientação técnica punitiva foi utilizado por Carlos e Érico, de forma a servir de exemplo aos demais, sendo realizado com tom de voz alto e linguagem não verbal explícita, mostrando a indignação com o ocorrido.

Os exemplos verbais e a linguagem específica da modalidade foram claramente usados por todos os treinadores, a economia de tempo nas explicações de atividades, o *feedback* e as palavras chaves transformaram os exemplos em algo de fácil visualização e interpretação. A única ressalva seria ao treinador Fernando que utilizava exemplos ricos, mas muito repetidos, as explanações foram na sua maioria extensas em demasia, diminuindo o aproveitamento do tempo do treino. A utilização de prancheta para mostrar a posição inicial e os deslocamentos foi o recurso utilizado na parte principal dos treinos por Mário e em todos os treinos por Fernando, onde ele parava um exercício em andamento e demonstrava na prancheta o deslocamento correto.

Troca o atleta da posição x, volta pra formação inicial, puxa, puxa. Paciência, levanta a cabeça, pressiona (...). Tem que deslocar rápido, não deixa pensar, não deixa achar. Água. (...) Treinador pega a prancheta e mostra os jogadores e seus deslocamentos. (...) Quando tiver quatro contra três vai até sair o gol. Esse exercício é pra você. Colete pra lá. (...)*

O entusiasmo no treino chamou a atenção em dois treinadores, Carlos e Mário, que passam dessa forma aos atletas um clima motivacional apropriado para o desenvolvimento do treino. Fernando se mostrou mais introspectivo, apesar de realizar brincadeiras e preocupar-se com o clima no ambiente de treino. Érico foi o mais calado dos treinadores analisados, sendo muito mais observador e pensativo do que entusiasmado.

A motivação para cumprir as tarefas ocorreu por parte de três treinadores, Carlos, Mário e Fernando. Érico parecia extremamente centrado nas suas ações, mas a motivação para cumprir tarefas não era aparente.

Os atletas mantiveram na sua maioria a empolgação durante os treinos, e em todas as modalidades estudadas.

Quanto aos atletas ficarem pouco tempo passivos, todos os treinadores utilizaram um controle através do “*feeling*” para determinar o momento correto de realizar intervalos e pausas, sejam para mudanças de exercício, para tomar água ou para conversar sobre o treino. Fernando ficava mais tempo nos intervalos explicando aos jogadores as ações realizadas ou a realizar.

Os treinadores utilizaram palavras diferentes para determinar o tipo de ação dos jogadores. Todos utilizaram palavras chaves para início, pausa e para pedir atenção individual ou de todos. A atenção individual era requerida pelo nome ou apelido e a coletiva através de uma palavra-chave. Além dessa comunicação verbal, poderia em conjunto usar algum sinal de reunir ou de parar o treino.

Entretanto, deve-se pensar nas questões relacionadas a produtividade no treino sem esquecer os aspectos humanos, tendo um equilíbrio em relação aos aspectos humanos.

Assim, deve-se abandonar a ideologia da “vitória a qualquer custo”, e denunciar o uso dos produtos químicos, dopagem, hormônios, entre outros, como sugerem Araújo (1994) e San Martin (2003).

Aspectos sobre a Dimensão Humanista

Considerando a grelha de observação a respeito da dimensão humanista todos os treinadores apresentaram traços fortes relacionados a esta.

O estilo de ensino/treino dos treinadores foi democrático, evidenciado ao ceder a palavra aos atletas, ao auxiliar ou supervisor. Carlos expunha sua opinião e seus argumentos, após pedia os argumentos dos jogadores. Fernando e Mário utilizaram exemplos com atletas do seu grupo, cedendo a palavra para que estes pudessem expor sua opinião e experiência. No entanto, Érico foi o treinador que menos falou e também o que menos deu a palavra, apenas respondia prontamente as dúvidas de seus atletas, mas ainda assim permitia que os atletas mais experientes auxiliassem na correção do movimento. Estudos de Serpa e Batista (2000) revelaram que ser democrático é uma das principais características de liderança.

Sobre o tom de voz positivo, três treinadores, Érico, Carlos e Mário, utilizavam o tom de voz positivo na maior parte do treino, o tom de voz aumentava com o barulho das bolas no solo ou quando existia interferência externa (carros passando, pessoas assistindo, entre outras).

A utilização de gestos positivos foi variada e muito utilizada por todos os treinadores, onde a ação mais comum foi bater palmas. Além das palmas, também, foram utilizados os punhos cerrados, o sinal de positivo com a mão e cabeça, o tapinha nas costas e o cumprimento específico da modalidade (apontar o dedo, bater com a mão aberta e depois com a mão fechada).

Os gestos e a linguagem não verbal são largamente citados na literatura cabendo referenciar os estudos de Mesquita (1997), Weinberg e Gould (2001), Santos e Shigunov (2001) e Prata e Rezende (2003), que caracterizam a linguagem corporal, do movimento e os gestos como elementos dessa linguagem.

O *feedback* verbal de orientação, utilizado repetidas vezes, foi usado mais vezes por Fernando, sua estreita relação com categorias de formação provavelmente tenha influenciado nessa característica marcante.

De novo, ainda dá, vai, vai, vamos, quatro contra três (...). Ta no meio faz com três. Hei, falta, vai lá, vamos. Vem tomar a bola (...), abre bem, isso. Sem espaço vamos

embora. Parou, se a defesa não estiver encostada, ou sai na bola (...), ou ele na bola longa da dois. Vai, vamos acelera.

Já os outros treinadores forneciam um número menor de *feedback*, sendo que Érico forneceu o menor número, mas com muita eficiência em suas intervenções. A qualidade e necessidade podem ser descritas de acordo com a sua execução.

Apenas o treinador Érico se mostrou mais fechado em relação a integrar-se com os atletas conversando poucas vezes assuntos que não fossem relacionados ao treino. Os outros três treinadores mantinham um clima de brincadeiras antes e após o treino e em algumas oportunidades durante também. O treinador Carlos participava ocasionalmente dos jogos de aquecimento com os atletas.

Todos os treinadores aprovam iniciativas adequadas, seja de integração entre os atletas, de auxílio em deslocamentos (carona), de material, entre outras.

Todos os treinadores deixavam que os atletas ajudassem um ao outro. O treinador Érico observava isso acontecer sem interromper. Os demais requisitavam que durante os exercícios houvesse essa correção mútua.

As sessões de treino foram atraentes em todo o processo e com todos os treinadores, a diversidade de exercícios, encadeamento e as instruções sobre a execução.

Ramírez (2002) identificou em seu texto as estratégias mais efetivas que deveriam ser utilizadas pelo treinador no processo de instrução. Entre as variáveis se incluem:

- a) Proporcionar, freqüentemente, "*feedback*" e incorporar numerosas sugestões e atividades;
- b) Estimular com numerosas perguntas e esclarecimentos;
- c) Comprometer-se, antes de tudo, com a instrução;
- d) Interferir no ambiente para conseguir uma ordem considerável.

Essas estratégias estiveram presentes, mostrando que as condutas e o estilo de ensino/treino dos treinadores fossem reforçados pela literatura presente.

Os treinadores mostraram-se preocupados com resultados, com o cumprimento de objetivos, o uso de exemplos corretos, o tipo e freqüência de *feedback*, constante motivação dos atletas e o uso de palavras chaves. Assim, revelam uma forte ligação com os aspectos da produtividade, algo inerente ao esporte de alto nível.

No trabalho de Liukkonen et al. (1993) citado por Rodrigues (1997) foi realizada a análise do comportamento do treinador segundo duas dimensões, a humanista e a da produtividade, gerando quatro tipos de treinadores: "ideal", "autoritário", "novato", "incompetente". Esse estudo obteve como resultado uma forte correlação entre variáveis humanismo e produtividade, explicada pelos seguintes fatores: adequação à idade dos atletas; *feedback* positivo; entusiasmo; participação dos atletas. O equilíbrio dessas duas dimensões leva ao perfil "ideal", como foi detectado nesse estudo.

Existe ainda importância de reforçar que o treinador deve, mesmo necessitando de resultados, ter uma mentalidade humanista. Neste sentido, entende-se que a relação treinador-atleta é de uma perspectiva psicopedagógica. Também deve-se criticar os treinadores desportivos que perdem esta mentalidade de humanista e que são centrados exclusivamente em aspectos meramente técnicos ou esportivos que procuram resultados em curto prazo.

Sanmartín (2003) considera a definição de valores humanos pertencente ao campo da experiência subjetiva, pois as entidades não objetivas e relativas reforçam essa afirmativa, indicando que seu conceito se dirige a critérios mediante os quais as pessoas selecionam e conferem valor a uma conduta. O autor relata que no esporte a conduta desejável e as atitudes morais têm sido consideradas habitualmente representativas de bom caráter, a esportividade e o jogo limpo, o *fair play*, o que é significativo, pois crianças e adolescentes tendem a imitar seus ídolos, além de imitar suas habilidades.

Ainda o mesmo autor, em suas observações sobre a questão dos valores humanos no esporte, analisa que o esporte, a respeito desse ponto de vista, separa-se por pólos distantes, um em que pessoas crêem que ele educa e não há nada que ser modificado, e outro, que aponta para os que querem vencer a qualquer custo. Nessa ótica, reflete que para muitos autores, o esporte não é bom nem mau, é o contexto que determina seu caráter, que pode desenvolver tanto o espírito coletivo, quanto o espírito individualista.

Balbino (2005) afirma o que vem a confirmar os resultados deste estudo, que deve-se estimular nos atletas o estabelecimento de sistema de crenças e de valores humanos formadores do auto-conceito do atleta,

tendo em si um modelo construtivo de auto-realização e ter como base os valores humanos ao relacionar-se com os atletas.

No presente estudo, ficou evidenciado a preocupação com as duas dimensões (produtividade e humanista) por parte de todos os treinadores, demonstrando que a formação, o aprendizado como atleta e com outros treinadores foi de certa forma importante na concepção das suas filosofias de treino.

CONCLUSÕES

Os participantes do estudo demonstraram características fortes da dimensão da produtividade (bom uso do material, treino adequado à idade, possuem habilidade de organizadores; usam bem o material; verbalização clara, tom de voz positivo, entre outras características); também apresentaram fortes características da dimensão humanista (tom de voz e gestos positivos, integração com os atletas, sessões de treino atraentes); ficou evidente que as dimensões humanista e da produtividade estão fortemente associadas aos treinadores dessa investigação, mostrando que essas duas dimensões não são concorrentes. Pode-se ousar e afirmar que são dimensões complementares, pois, mesmo no treino de alto nível deve-se formar pessoas e não apenas atletas e esta afirmação foi reforçada pelas atitudes dos treinadores durante os treinos observados.

Verificou-se, além disso, que o estilo de ensino/treino é equilibrado, sendo considerado tanto humanista, quanto de produtividade. As atitudes presentes contemplam as duas dimensões não ocorrendo uma escolha, simplesmente, por uma ou por outra. Os treinadores pesquisados preocupavam-se com o resultado, mas também, com os princípios relacionados à formação do ser humano, como valores éticos e respeito ao ser humano.

REFERÊNCIAS

- Afonso, C. (2001) *O conhecimento do treinador a respeito das metodologias de ensino do treino de voleibol na formação*. Tese de Doutorado. Universidade do Porto.
- Afonso, M. (2003) *Pós-graduação/graduação: a mediação do conhecimento em Educação Física*. Tese de Doutorado, Faculdade de Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- Araújo, J. (1994) *Ser treinador*. Porto: Caminho.
- Balbino, H. (2005) *Pedagogia do treinamento: método, procedimentos pedagógicos e as múltiplas competências do técnico nos jogos desportivos coletivos*. Tese de Doutorado. Unicamp: Campinas.
- Becker Jr., B. (1998) *Manual do Treinamento Psicológico para o Esporte e Exercício*. Porto Alegre:
- Gattaz, R. (1998) Lapidando a fala bruta: a textualização em história oral. *I encontro regional de história oral/Sudeste-Sul*. São Paulo, 26 a 28 de abril, 135-140.
- Graça, A. (1997) *O Conhecimento Pedagógico do Conteúdo no Ensino do Basquetebol*. Tese de doutorado. Porto: FCDEF.
- Lettnin, C. da C. Significado das práticas esportivas escolares: um estudo de caso. Dissertação de mestrado. Florianópolis: UFSC.
- Mesquita, I (1997) *Pedagogia do treino: A formação em jogos desportivos coletivos*. Lisboa, Livros Horizonte, 1 ed.
- Prata, C. (1997) Treinador de jovens- ideais, formação e problemas. Porto. *Treino Desportivo Nº1*. 3ª Série, Nov, nd.
- Prata, C.; Resende, R. (2003) Um treinador jovem...e experiente. Porto. *Treino Desportivo Especial Nº3*. out, 4-11.
- Ramírez, M. (2002) Caracterización del entrenador de alto rendimiento deportivo. *Cadernos del*
- Rodrigues, J. (1997) *Os treinadores de sucesso*. Lisboa: Edições FMH.
- Sanmartín, M.(2003) *Manual sobre valores en la educación física y el deporte*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Santos, S; Shigunov, V.(2001) Técnico esportivo: aspectos importantes para sua atuação. *Anais do Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte*. Ijuí: Ed. Unijuí.
- Serpa, S; Batista, L. (2000) Étude longitudinale de la cohésion et du leadership d'un groupe sportif. *Congrès International de la SFPS - Paris INSEP 2000 - Symposia*
- Shigunov, V. Pereira, V. e Manzotti Jr.(1994) Percepção de treinadores quanto a importância de atitudes de competência pedagógica. *Revista da Unimar*. Maringá: Ed. Unimar. P. 197-207,
- Weinberg, R.; S Gould, D.(2001) *Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício*. Porto Alegre: Artmed.
- Yin, R. (1993) *Applications of case study research*. London: Sage.