

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIA DO MOVIMENTO HUMANO

Roberto Tierling Klering

**A TÉCNICA FUNCIONAL DO TENISTA: Um estudo sobre os conteúdos do treino de
tenistas infanto-juvenis de 11 a 14 anos**

Porto Alegre

2013

Roberto Tierling Klering

**A TÉCNICA FUNCIONAL DO TENISTA: Um estudo sobre os conteúdos do
treino de tenistas infanto-juvenis de 11 a 14 anos**

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Ciências do Movimento Humano.

Orientador: Prof. Dr. Carlos Adelar Abaide Balbinotti.

Porto Alegre

2013

CIP - Catalogação na Publicação

Tierling Klering, Roberto

A TÉCNICA FUNCIONAL DO TENISTA: Um estudo sobre os conteúdos do treino de tenistas infanto-juvenis de 11 a 14 anos / Roberto Tierling Klering. -- 2013. 104 f.

Orientador: Carlos Adelar Abaide Balbinotti.

Dissertação (Mestrado) -- Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física, Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Porto Alegre, BR-RS, 2013.

1. Tenistas. 2. Treinamento Infanto-Juvenil. 3. Treinamento Técnico. I. Abaide Balbinotti, Carlos Adelar, orient. II. Título.

Roberto Tierling Klering

**A TÉCNICA FUNCIONAL DO TENISTA: Um estudo sobre os conteúdos do
treino de tenistas infanto-juvenis de 11 a 14 anos**

Conceito Final:

Aprovado em _____ de _____ de _____.

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Dr. Juan Pedro Fuentes García – Universidad de Extremadura (Espanha)

Prof. Dr. Flávio Antônio de Souza Castro – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Prof. Dr. José Cicero Moraes – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Orientador – Prof. Dr. Carlos Adelar Abaide Balbinotti – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

AGRADECIMENTOS

Muitas são as pessoas que colaboram à realização de um estudo. De forma direta ou indireta prestam sua contribuição nas diferentes etapas desse processo. Contudo, reconhecendo a dificuldade de agradecer a todos que participaram à sua maneira, reservo esse espaço para agradecer àqueles que foram fundamentais à realização desse estudo.

Inicialmente, agradeço ao meu orientador, o Prof. Dr. Carlos Adelar Abaide Balbinotti. Sem dúvida, foi sua a maior contribuição prestada ao desenvolvimento desse estudo. Sempre presente, não poupou esforços em mostrar os caminhos a serem seguidos. Incentivando-me a buscar o conhecimento dentro do tema que mais me desperta o interesse em aprender. Além disso, agradeço a confiança depositada em mim, de que eu conseguiria desempenhar um bom curso de mestrado. Agradeço também pela convivência. Rica em ensinamentos, através dela pude amadurecer não só de forma acadêmica e profissional, mas como pessoa. Assim, seu comprometimento, dedicação, honestidade, caráter e respeito seguirão representando, para mim, um modelo a ser seguido.

Agradeço aos Professores, Funcionários e Colegas do Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano (PPGCMH/EsEF/UFRGS). Em particular, aos Professores Doutores Flávio Antônio de Souza Castro e José Cicero Moraes por contribuírem de uma forma muito especial ao processo de qualificação da presente dissertação. Sempre muito competentes, foram importantes fontes de inspiração para que, ainda na graduação, despertasse em mim o interesse pelo meio acadêmico. Agradeço, também, ao Prof. Dr. Juan Pedro Fuentes García que, mesmo com seus compromissos e vindo de longe, aceitou tão prontamente o convite em participar da avaliação desse estudo.

Agradeço ao Núcleo de Estudos e Pesquisa em Pedagogia e Psicologia do Esporte (NP₃ Esporte), mais especialmente aos colegas: Luciano Juchem, Gabriel Gonçalves, Hannah Aires, Patrícia Fontana, Lisiane Sampedro, Ricardo Saldanha e Marcus Barbosa, tão importantes em diversos momentos e situações.

Registro, ainda, meu agradecimento à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) que, com seu auxílio financeiro de uma bolsa de estudos, permitiu dedicar-me intensamente ao curso de mestrado.

Agradeço à minha família, principalmente meus pais, Elaine Tierling Klering e Celso Klering, que me apoiaram e incentivaram de forma incondicional durante a realização desse estudo. Além deles, quero agradecer a Thaís Taffarel de Oliveira, pessoa muito especial na minha vida, e que soube não só me compreender nos momentos de falta, mas me apoiar nesse caminho.

Por fim, quero expressar minha imensa gratidão aos treinadores que, mesmo com suas obrigações diárias, colaboraram de uma maneira extremamente especial com o presente estudo.

A todos, muito obrigado!

RESUMO

A temática do presente estudo envolve os principais conteúdos da técnica funcional do tenista. Mais pontualmente, trata das doze iniciativas básicas de jogadas que podem ocorrer durante os jogos de tênis por meio de três situações: Saque, Devolução de Saque e Troca de Bolas de Fundo de Quadra. Cada grupo de iniciativas é composto por quatro jogadas, sendo duas de caráter ofensivo – Golpes de Definição – e duas de caráter preparatório – Golpes de Preparação. O objetivo do presente estudo é descrever como é realizado o treinamento da técnica funcional de jovens tenistas de 11 a 14 anos colocados entre os cinco melhores do *ranking* da Federação Gaúcha de Tênis. Para isso, foram descritas as diferenças no treinamento da técnica funcional dos jovens tenistas analisados conforme: (a) as categorias “até 12 anos” e “até 14 anos”; (b) o *ranking*; (c) o sexo. A fim de colher informações mais ricas em detalhes, o presente estudo realizou entrevistas semiestruturadas com os treinadores desses tenistas. Assim, foram entrevistados cinco treinadores com cinco anos ou mais de experiência no treinamento de tenistas infanto-juvenis – colocados entre os cinco melhores do *ranking* da Federação Gaúcha de Tênis – dos principais centros de treinamento da cidade de Porto Alegre. Cabe salientar que Porto Alegre caracteriza-se por possuir uma considerável expressão no cenário nacional no que diz respeito ao tênis infanto-juvenil. Os resultados encontrados mostraram uma relevante diferença na frequência de treinamento das ações que compõem a técnica funcional dos tenistas. Ainda, foi possível constatar que também houve uma importante diferença no treinamento da técnica funcional entre os jovens tenistas das categorias “até 12 anos” e “até 14 anos”. No que diz respeito aos tenistas da categoria “até 12 anos”, esses realizam o treinamento dos Golpes de Definição por meio da iniciativa do saque com uma frequência insuficiente para os padrões referidos na literatura. Contudo, não foram observadas diferenças relevantes no treinamento em relação ao *ranking* e ao sexo desses jovens. Outro importante resultado encontrado diz respeito à relevância da competição na frequência de treinamento da técnica funcional. Esses resultados indicam a necessidade de realização de outros estudos correlacionados para que se busque um maior aprofundamento do conhecimento nessa área de investigação. Assim, espera-se que esse estudo tenha contribuído para o avanço do conhecimento na área.

ABSTRACT

The theme of this study involves the main contents of the functional technique of tennis players. More accurately, addresses the twelve initiatives basic moves that can occur during tennis matches through three situations: Serve, Return of Serve and Rally. Each group of initiatives it's constituted by four moves, with two of offensiveness - Definition Strokes - and two of preparatory character - Preparation Strokes. The aim of this study is to describe how the training of functional technique is conducted for young tennis players 11 to 14 placed among the five best ranked in Gaúcha Tennis Federation. For this, were described the differences in the training of the functional technique of young tennis players analyzed according to: (a) the categories "12 & under" and "14 & under", (b) the ranking, (c) the sex. In order to reap richer information in detail, this study conducted semi-structured interviews with the coaches of these tennis players. Thus, were interviewed five coaches with five years or more of experience in the training of young tennis players - placed among the five best ranked of the Gaúcha Tennis Federation - of the major training centers of the city of Porto Alegre. It should be noted that Porto Alegre is characterized by having a considerable expression on the national scene regarding junior's tennis players. The results showed a relevant difference on frequency of training of the actions that make up the functional technique of tennis players. Furthermore, it was found that there was also a important difference in the training of the functional technique between young tennis players in the categories "12 & under" and "14 & under". Regarding the tennis category "12 & under", these players perform the training of Definition Strokes, by initiative of Serve, at a insufficient frequency to the standards referred to in the literature. However, there were no relevant differences in training in relation to sex and rank of those young. Another important result found regard about to the relevance of competition in the training frequency of the functional technique. These results indicate the need for further studies to seek a deeper knowledge in this area of research. Thus, it is expected that this study has contributed to the advancement of knowledge in the area.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
1.1	QUESTÕES NORTEADORAS DO ESTUDO.....	12
2	REVISÃO DE LITERATURA.....	14
2.1	CONCEITO DE TÉCNICA ESPORTIVA E AS CONSIDERAÇÕES SOBRE A APRENDIZAGEM MOTORA	14
2.1.1	<i>Conceito de Técnica Esportiva.....</i>	14
2.1.2	<i>A Aprendizagem Motora: Considerações sobre a Habilidade Motora.....</i>	16
2.1.3	<i>As Fases da Aprendizagem Motora.....</i>	19
2.1.4	<i>O Ensino e Aprendizagem das Habilidades Motoras.....</i>	21
2.2	TREINAMENTO A LONGO PRAZO: CONSIDERAÇÕES SOBRE O TREINAMENTO TÉCNICO GERAL E O TREINAMENTO DA TÉCNICA DO TENISTA	23
2.2.1	<i>O Treinamento Técnico Esportivo Geral</i>	23
2.2.2	<i>O Treinamento Técnico do Tenista</i>	29
2.3	A TÉCNICA FUNCIONAL DO TENISTA E AS INICIATIVAS BÁSICAS DE JOGADAS NO TÊNIS	36
2.3.1	<i>Os Golpes de Preparação.....</i>	38
2.3.2	<i>Os Golpes de Definição.....</i>	38
2.3.3	<i>A Iniciativa das Jogadas por Meio do Saque</i>	39
2.3.4	<i>A Iniciativa das Jogadas por Meio da Devolução de Saque.....</i>	41
2.3.5	<i>A Iniciativa das Jogadas por Meio da Troca de Bolas de Fundo de Quadra.....</i>	42
3	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	44
3.1	PARTICIPANTES	45
3.2	ROTEIRO DE ENTREVISTA	45
3.3	PROCEDIMENTOS ÉTICOS	46
3.4	PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS.....	47

3.5	PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DOS DADOS.....	48
4	APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....	49
4.1	A INICIATIVA DE JOGADAS POR MEIO DO SAQUE.....	49
4.2	A INICIATIVA DE JOGADAS POR MEIO DA DEVOLUÇÃO DE SAQUE.....	58
4.3	A INICIATIVA DE JOGADAS POR MEIO DA TROCA DE BOLAS DE FUNDO DE QUADRA	65
4.4	DIFERENÇAS NO TREINAMENTO DAS INICIATIVAS DE JOGADAS CONFORME AS CATEGORIAS “ATÉ 12 ANOS” E “ATÉ 14 ANOS”	72
4.5	TREINAMENTO DA TÉCNICA FUNCIONAL CONFORME O RANKING DOS ATLETAS	78
4.6	O TREINAMENTO DA TÉCNICA FUNCIONAL DO TENISTA CONFORME O SEXO	80
4.7	CONSIDERAÇÕES ACERCA DA ORGANIZAÇÃO E ESTRUTURAÇÃO DO TREINO DA TÉCNICA FUNCIONAL DO TENISTA	82
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	88
	REFERÊNCIAS	93
	APÊNDICE A – ROTEIRO DE ENTREVISTA SOBRE O TREINO TÉCNICO-ESPORTIVO DO TENISTA	100
	APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	101
	APÊNDICE C - DECLARAÇÃO DO PARTICIPANTE PARA ENTREVISTA.....	102
	APÊNDICE D - DECLARAÇÃO DO PARTICIPANTE PARA TRANSCRIÇÃO....	103

1 INTRODUÇÃO

O presente estudo aborda os principais conteúdos da técnica funcional do tenista. Mais especificamente, trata das iniciativas básicas de jogadas que ocorrem sistematicamente nos jogos de tênis. Sabe-se que toda a jogada no tênis inicia pelo saque; no entanto, em muitos casos, as devoluções de saque e as trocas de bola de fundo de quadra podem representar ações iniciais na construção de jogadas (BALBINOTTI, 2003). Essas ações iniciais compõem a técnica funcional do tenista, que pode ser definida como a representação de uma situação real de jogo, na qual o tenista planeja uma determinada combinação de golpes em sequência tendo como meta a vitória do ponto disputado (BALBINOTTI; MOTTA, 2009b; GRECO; SILVA; ABURACHID, 2009). Sendo assim, o treinamento da técnica funcional no tênis consiste em trazer para o processo de ensino-aprendizagem as possíveis situações vivenciadas durante uma partida, desenvolvendo no jogador a capacidade de solucionar as problemáticas do jogo.

No tênis, as ações realizadas pelos jogadores visam conseguir as melhores soluções às dificuldades confrontadas em uma partida. O treinamento dos conteúdos da técnica funcional do tenista visa desenvolver os recursos técnico-táticos à solução dessas tarefas. Assim, o tenista conseguirá selecionar as melhores combinações de golpes em resposta às dificuldades impostas pelo seu adversário, aumentando a probabilidade de conquistar os pontos disputados. Ciente disso, para que os aspectos técnicos do tenista sejam desenvolvidos de forma mais adequada, sugere-se que o treinamento das jogadas básicas do esporte seja amplamente desenvolvido com tenistas na faixa etária dos 11 aos 14 anos.

O amplo domínio das jogadas básicas do tênis é extremamente relevante ao processo de ensino-aprendizagem de jovens tenistas. Diversos autores (CAYER; LAMARCHE, 1989; SCHÖNBORN, 1993, 1999; DENT, 1994; GOTTFRIED, 1994; ZLEZAK, 1994a, 1994b; BARCLAY, 1995; CRESPO; MILEY, 1999; BOMBA, 2002; BALBINOTTI, 2003; UNIERZYSKI, 2003; ELDERTON, 2008; KLERING; BALBINOTTI, 2010) defendem que a técnica deve ser vastamente exercitada por tenistas de 11 a 14 anos de idade. O objetivo das atividades de treino é oportunizar aos jovens tenistas o desenvolvimento do jogo em todas as áreas da quadra (PANKHURST, 1999; VAN AKEN, 1999; CRESPO; MILEY, 1999; UNIERZYSKI, 2003, 2005;

BALBINOTTI, 2003; BALBINOTTI; MOTTA, 2009a; KLERING; BALBINOTTI, 2010). Dessa forma, o jovem tenista chegará à próxima etapa de sua preparação em melhores condições de desenvolver-se. Além disso, estará ciente de suas capacidades e limitações, bem como de seu estilo predileto de jogar, aumentando suas chances de atingir os máximos resultados competitivos em uma idade propícia para isso. Com isso, modelos de jogos adequados e que propiciem a partir do saque, da devolução de saque e da troca de bolas de fundo de quadra, os mais diversos tipos de soluções às demandas presentes no jogo, são fortemente indicados ao treinamento de tenistas infanto-juvenis.

Ainda assim, estudos anteriores (BALBINOTTI, 2003; KLERING; BALBINOTTI, 2010) encontraram diferenças significativas na frequência de treino da técnica funcional de tenistas infanto-juvenis brasileiros. Com base nas informações fornecidas pelos próprios jogadores, foi identificada uma predominância da frequência de treino dos golpes que visam a preparação dos pontos disputados em detrimento àqueles que têm por objetivo a sua definição. Porém, ainda que discutidas pelos autores as prováveis razões dos resultados encontrados, esses estudos têm como propósito apenas descrever as informações obtidas acerca do treinamento técnico de jovens tenistas. Sendo assim, observou-se a necessidade de obter informações que justificassem de forma mais detalhada os resultados encontrados.

Nessa perspectiva, os treinadores representam uma importante fonte de informações à descrição de como os conteúdos técnicos são desenvolvidos durante o treinamento de jovens tenistas. Responsável pelo planejamento e condução das sessões de treinamento (FUENTES et al, 2001), o treinador está diariamente comprometido com o processo de desenvolvimento dos seus jogadores. Sua função, dentre outras, é a de desenvolver os requisitos técnicos que estejam de acordo com as necessidades e possibilidades de seus jogadores. Com isso, vê-se o treinador como uma importante fonte de informações a respeito da organização, planejamento e execução dos conteúdos do treino técnico de tenistas infanto-juvenis.

Salienta-se ainda que treinadores de tenistas infanto-juvenis, que buscam altos resultados, podem contribuir de forma mais contundente no que se refere ao treinamento técnico. Esses treinadores vivenciam de forma mais intensa e ampla os aspectos relacionados à preparação técnica de seus jogadores. Normalmente, devido a esse grupo

de jovens tenistas dedicar-se a uma rotina de treinamento diária, ou muito próxima a isso, o treinador dispõe de uma carga horária de treino suficiente para desenvolver de forma adequada os requisitos técnicos do tênis. Além disso, esses treinadores acompanham seus jogadores em atividades complementares aos treinos, as competições, assistindo aos jogos e fornecendo suporte técnico. De acordo com Marques (2004), as competições têm o papel de auxiliar e complementar as atividades desenvolvidas no treino. Não obstante, os próprios tenistas infanto-juvenis tendem a comprometerem-se com mais afinco às atividades de treino. No intuito de melhorarem seu desempenho, acabam dedicando-se mais ao desenvolvimento das técnicas inerentes ao tênis. Dessa maneira, há uma maior tendência de treinadores que possuem essas características fornecerem informações mais precisas a respeito do treinamento da técnica funcional de tenistas infanto-juvenis.

Outro fator relevante ao treinamento de jovens tenistas diz respeito ao público que se pretende investigar. Nesse sentido, historicamente, o Rio Grande do Sul apresenta-se como um celeiro de jogadores de tênis. Em se tratando de tenistas brasileiros, os tenistas do sul do país, juntamente com tenistas da região sudeste, têm bastante destaque no âmbito nacional. Esse bom desempenho evidencia a existência de uma cultura de formação de jovens tenistas que merece ser investigada. Dessa forma, sendo Porto Alegre um importante polo na formação de jovens tenistas do estado do Rio Grande do Sul, julga-se pertinente descrever a respeito do treinamento técnico desenvolvido em seus principais centros de treinamento.

Contudo, de acordo com Cortela et al. (2012), a realidade do tênis no Brasil encontra-se longe da ideal. Atualmente, carente de um ídolo nacional e com pouco incentivo ao esporte em sua base de formação, o número de tenistas infanto-juvenis que participam de competições oficiais é reduzido. Sem ter uma referência em que possa espelhar-se, é mais difícil que o jovem sinta-se atraído pelo esporte. Quando há a presença de um ídolo, o jovem tenista busca inspirar-se nele, copiá-lo, seguir seus passos dentro do esporte. Com isso, aumentam as chances de novos tenistas surgirem. Além disso, as políticas de incentivo parecem não ser suficientes para propiciar essa ascensão ao esporte. O número de projetos que buscam fomentar o tênis e propiciar um desenvolvimento na base parece insuficiente. São menos raros os projetos que buscam

incentivar o esporte já na vida adulta do tenista, porém, nesse ponto pouco se pode fazer, pois os jogadores já se encontram formados. Nesse sentido, a busca por resultados imediatos parece superar a necessidade de criar uma base de desenvolvimento do tênis. Assim, a formação de novos tenistas torna-se escassa, refletindo na pouca presença de jovens tenistas em torneios oficiais.

Somado a isso, o número de treinadores de tenistas infanto-juvenis que buscam resultados de alto nível também não é muito elevado. Em virtude da pequena demanda por essa função e do grau de envolvimento necessário às atividades de treinador, observa-se que há poucos centros de treinamento que atendem a essas características. Devido à pequena procura por parte de tenistas infanto-juvenis, são poucos os lugares que fornecem um treinamento voltado para a preparação e treinamento desses tenistas a longo prazo. Além disso, a dedicação à rotina diária de treinamentos, os cursos, as viagens e os torneios realizados durante os finais de semana acabam exigindo demais desse profissional, diminuindo o número de treinadores dispostos a enfrentar essa realidade. Com isso, percebe-se que, embora Porto Alegre represente uma referência nacional no treinamento de tenistas infanto-juvenis, devido ao momento em que vive o tênis, o número de treinadores e centros de treinamento encontra-se reduzido.

Por fim, justificada a importância e a contribuição dos conteúdos da técnica funcional do tenista, bem como esclarecido o papel do treinador na aplicação desses conteúdos e o contexto em que acontece o treinamento de tenistas infanto-juvenis, o presente estudo investigou de que maneira esses conteúdos estão presentes nas atividades de treino de tenistas infanto-juvenis de 11 a 14 anos.

1.1 QUESTÕES NORTEADORAS DO ESTUDO

Assim, as principais questões norteadoras desse estudo são as seguintes: as jogadas oriundas das três iniciativas básicas presentes na técnica funcional do tenista são utilizadas no cotidiano do treinamento de tenistas infanto-juvenis? Existem jogadas presentes na técnica funcional que são priorizadas em relação às outras? Quais são essas jogadas? Há diferenças no treinamento da técnica funcional em relação às categorias “até 12 anos” e “até 14 anos”? Há diferenças no treinamento da técnica funcional conforme o *ranking* dos tenistas? Há diferenças no treinamento da técnica funcional do

tenista conforme o sexo? Há um planejamento do treino da técnica funcional do tenista infante-juvenil? Há diferença no treinamento da técnica funcional em relação ao calendário anual de competições? Existe alguma dificuldade para desenvolver o treinamento da técnica funcional durante o calendário anual de competições?

Para responder as questões norteadoras da presente pesquisa, a seguir apresentar-se-á sua estrutura. A primeira parte do trabalho será constituída pelos pressupostos orientadores. Tendo em vista que os conteúdos da técnica funcional do tenista têm seu embasamento nas áreas da Aprendizagem Motora e da Teoria do Treinamento Esportivo, os mesmos serão inicialmente abordados para melhor contextualizar e alicerçar o tema tratado no presente estudo. Nesse capítulo inicial, apresentar-se-á o conceito de técnica, bem como alguns conceitos e conteúdos a cerca do ensino e aprendizagem motora. No segundo momento, serão apresentados os estágios do desenvolvimento esportivo a longo prazo e os estágios do treinamento a longo prazo da técnica do tenista. Assim, esclarecendo os estágios de desenvolvimento e aprendizagem de uma maneira geral e, após, específico do tênis, ficará mais fácil identificar e compreender o tema central do presente estudo. Por fim, a revisão de literatura chegará respaldada à Técnica Funcional do Tenista e as Iniciativas Básicas de Jogadas no Tênis, principal objeto desse estudo. Nesse capítulo, o tema central do presente estudo será detalhadamente exposto. Logo após, seguirão os procedimentos metodológicos adotados para a realização desse estudo, a apresentação e discussão dos resultados encontrados, as considerações finais, e, por fim, as referências.

2 REVISÃO DE LITERATURA

A Revisão de Literatura inicialmente abordará algumas considerações gerais pertinentes à técnica esportiva, bem como sobre alguns aspectos que são importantes para o processo de ensino e aprendizagem no que diz respeito à Aprendizagem Motora. Mais especificamente, buscar-se-á a definição de técnica esportiva, sua aplicabilidade em diferentes esportes e, por fim, as diferentes características das habilidades motoras, suas fases de aprendizagem e algumas considerações a respeito de seu ensino e aprendizagem.

No segundo momento, realizar-se-á uma revisão sobre os aspectos do treinamento técnico-esportivo geral e sobre o treinamento técnico do tênis, segundo a Teoria do Treinamento Esportivo. Essa abordagem enfatizará a forma de planejamento e estruturação, destacando as etapas de um treinamento a longo prazo. Nesta parte, a abordagem será realizada com o intuito de explicar a função da técnica nos diversos esportes e, no segundo momento, no tênis. Além disso, abordar-se-ão as fases do treinamento técnico do tênis dentro de uma rotina de treinamento idealizada.

Por fim, tratar-se-ão com maior profundidade a Técnica Funcional do Tenista e as Iniciativas Básicas de Jogadas no Tênis, trazendo os dois principais grupos de golpes utilizados – Golpes de Preparação (GP) e Golpes de Definição (GD) –, bem como de que maneira eles se originam – Saque, Devolução de Saque e Troca de Bolas de Fundo de Quadra –, esclarecendo suas funções práticas durante o treinamento do tênis e, conseqüentemente, durante as partidas.

2.1 CONCEITO DE TÉCNICA ESPORTIVA E AS CONSIDERAÇÕES SOBRE A APRENDIZAGEM MOTORA

2.1.1 Conceito de Técnica Esportiva

A Literatura traz diversas definições sobre técnica esportiva. Para Weineck (2003, p. 539) "por técnica esportiva entende-se os procedimentos desenvolvidos na prática que permitam a execução de uma tarefa da forma mais objetiva e econômica possível". Benda e Greco (1998, p. 17) definem a técnica esportiva como “a interpretação no tempo-espaço-situação do meio instrumental operativo necessária à

solução da tarefa ou problema que se defronta no esporte”. Para Bompa (2002, p. 64) “a técnica é um modo específico de realizar exercícios físicos que se apoiam em um grupo de procedimentos que, por sua forma e conteúdo, assegura e facilita o movimento”. Já para Platonov (2008, p. 354) “como técnica desportiva (técnica de uma modalidade desportiva) devemos entender o conjunto de procedimentos e ações que garantem soluções mais eficazes para as tarefas motoras, de acordo com a especificidade da modalidade, da disciplina e do tipo de competição”. Ainda de acordo Platonov (2008), são denominados de procedimentos todos os gestos específicos característicos de um esportista, bem como, suas posições, quando analisados fora de um contexto competitivo. Já, um ou vários desses mesmos procedimentos quando usados para a solução de um problema tático, denominam-se de ação. Em síntese, pode-se definir como técnica esportiva a realização de um procedimento, ou um conjunto de procedimentos, e ações que possibilitem, de uma forma mais racional, através da interação de forças internas e externas, uma maior objetividade da tarefa com a maior economia biológica possível, atingindo, assim, os melhores resultados finais.

Entretanto, para que os procedimentos e ações sejam executados de forma bem sucedida, Platonov (2004), destaca que alguns fatores são necessários: (a) a validez: o atleta deverá estar consciente de seus objetivos, solucionando as tarefas com altos resultados finais; (b) a estabilidade: o atleta deverá estar seguro diante das alterações externas relacionadas às ações da competição; (c) a variabilidade: o atleta deverá variar e corrigir satisfatoriamente as ações quando em competição; (d) a economia: o atleta, através do uso racional de energia na realização dos procedimentos e ações, deverá poupar-se fisicamente; (e) a mínima informação tática ao rival: o atleta deverá encobrir ao máximo sua real intenção tática com a técnica aplicada. Assim, com o atleta dominando esses quesitos, a probabilidade de se ter um esportista de alto nível aumenta consideravelmente.

Não obstante, outro aspecto importante relacionado à técnica esportiva, diz respeito à forma como esses fatores são empregados na performance do atleta. Dependendo da modalidade esportiva, a técnica pode ser aplicada de diferentes maneiras a fim de que se atinja o objetivo traçado. No caso de atividades como: ginástica artística e saltos acrobáticos, a técnica é o elemento avaliado para a

determinação do desempenho; em modalidades esportivas que exigem força rápida, ela é essencial para uma maior mobilização de força; para esportes como jogos e lutas, ela tornar-se fundamental na escolha de decisões chave; e para esportes cíclicos, a técnica está intimamente ligada à economia de movimento (WEINECK, 2003). Sendo assim, mesmo que utilizada de formas distintas em determinados esportes, a técnica é parte fundamental do treinamento e performance esportiva. Segundo Ozolin (1989), uma melhor eficiência técnica pode resultar em sucesso nos confrontos esportivos.

Contudo, Benda, Chagas e Greco (1997, p. 46) salientam que “o processo de se ensinar um movimento esportivo (gesto técnico) a um iniciante, deve ser cuidadosamente aplicado, pois as consequências de uma aprendizagem defeituosa poderão resultar em problemas no domínio e na variação da técnica”. Nessa perspectiva, Tani (2002) defende que os conhecimentos situados dentro da área da Aprendizagem Motora devem ocupar posição central não só na formação, mas também no treinamento dos atletas. Corroborando com Tani (2002), Greco (1995, p. 98) entende que

A aprendizagem motora é o caminho para obter e automatizar habilidades ou técnicas motoras como resultado de um sistemático e planejado processo de aprendizagem, decorrente de diferentes etapas e com objetivos bem definidos a serem atingidos em cada fase. A meta final é a melhoria da coordenação da ação do sistema nervoso central com o sistema neuromuscular.

Em virtude disso, faz-se necessário descrever o processo de ensino e aprendizagem da técnica esportiva, discorrendo sobre os conhecimentos abrangidos tanto pela área da Aprendizagem Motora, quanto pela área da Teoria do Treinamento Esportivo.

2.1.2 A Aprendizagem Motora: Considerações sobre a Habilidade Motora

De acordo com Tani (2002), no que diz respeito ao Esporte de Rendimento, particularmente nas modalidades com bola, tanto coletivas quanto duais, o diferencial para o sucesso está na habilidade motora. Para Schmidt e Wrisberg (2010), um dos conceitos centrais para o melhor entendimento da aprendizagem e performance motora é o conceito de habilidade motora. Para Whiting (1975, p. 6), a habilidade pode ser definida como uma “ação complexa e intencional, envolvendo toda uma cadeia de

mecanismos sensorial, central e motor que, mediante o processo de aprendizagem, tornou-se organizada e coordenada de tal forma a alcançar objetivos predeterminados com máxima certeza”. Magill (2000, p. 6) define a habilidade motora como “uma habilidade que exige movimentos voluntários do corpo e/ou dos membros para atingir um objetivo”. Para Schmidt e Wrisberg (2010), a habilidade motora pode ser conceituada de pelo menos duas formas. Primeiro, pode ser vista como um ato ou uma tarefa a ser realizada. Segundo, pode ser conceituada através das características que distinguem um executante altamente habilidoso de um executante pouco habilidoso.

No que se refere à habilidade motora vista como uma tarefa, ela pode ser classificada pela sua organização, pela importância relativa dos elementos motores e cognitivos e pelo nível de previsibilidade ambiental. A habilidade classificada pela organização da tarefa, diz respeito à maneira como o movimento é organizado. Nessa perspectiva, as habilidades são classificadas em discretas, seriadas e contínuas (SINGER, 1980; MAGILL, 2000; SCHMIDT; LEE, 1999; SCHMIDT; WRISBERG, 2001, 2010). As habilidades discretas têm como características movimentos breves em duração – cerca de 150 e 200 centésimos de segundo – e com início e fim bem definidos (SINGER, 1980). Exemplos de habilidades discretas são arremessar, chutar, receber uma bola arremessada e sacar no tênis (SHEA; SHEBILSKA; WORCHEL, 1993; MAGILL, 2000; SCHMIDT; WRISBERG, 2010). A habilidade seriada se caracteriza por conectar as ações discretas em uma sequência. Normalmente, a ordem em que se aplica à execução desses elementos é o principal responsável pela performance da habilidade. Exemplos de habilidades seriadas são martelar um prego, executar uma rotina de ginástica e trocar as marchas de um automóvel (SCHMIDT; WRISBERG, 2010; MAGILL, 2000). Por fim, a habilidade contínua constitui-se de movimentos que se apresentam sem um início e fins definidos, com ações repetidas ou rítmicas fluindo por vários minutos. Exemplos de habilidades contínuas são correr, andar de bicicleta e nadar (MAGILL, 2000; SCHMIDT; LEE, 1999; SCHMIDT; WRISBERG, 2010).

No que diz respeito à habilidade motora classificada por sua organização, embora não se possa realizar uma divisão dicotômica, é dividida em elementos motores e cognitivos (SCHMIDT; WRISBERG, 2010). No que diz respeito aos elementos motores, são atividades em que a principal razão para o sucesso da performance é o

próprio movimento, sendo menos influentes os aspectos perceptivos e de tomadas de decisão. Um exemplo de uma habilidade mais ligada ao aspecto motor é o salto em altura. Quanto à habilidade cognitiva, o mais relevante ao seu sucesso é a qualidade da escolha em relação ao que fazer. Nessa perspectiva, a decisão ou a estratégia sobre qual movimento realizar passa a ter uma maior influência sobre a performance. Um exemplo de uma habilidade mais atrelada ao aspecto cognitivo é jogar xadrez (SCHMIDT; WRISBERG, 2010).

Concluindo com a primeira parte conceitual no que se refere à habilidade motora, levando em consideração a tarefa, apresenta-se a classificação da habilidade motora em relação ao nível de previsibilidade ambiental. Nessa terceira maneira de classificar as habilidades motoras, considera-se o ambiente em que a tarefa está sendo executada. Dessa forma, o ambiente pode ser previsível (habilidade fechada) ou imprevisível (habilidade aberta) (MAGILL, 2000; SCHMIDT; LEE, 1999; SCHMIDT; WRISBERG, 2010). A habilidade fechada é realizada em um ambiente estável, não havendo alterações sobre o objeto em que se age durante a execução da habilidade e permitindo ao executante o planejamento de suas ações com antecedência. Exemplos de atividades com maior grau de previsibilidade são o golfe, o boliche e nadar sozinho em uma raia. Já a habilidade aberta é executada com o ambiente sofrendo maiores alterações (imprevisível) e, por conseguinte, o objeto e/ou o contexto podem variar durante o desempenho da habilidade. Exemplos de atividades com maior grau de imprevisibilidade são o tênis, o futebol e o tênis de mesa. Cabe frisar que as habilidades dificilmente serão classificadas em totalmente fechadas ou totalmente abertas, pois a grande maioria das habilidades possui aspectos previsíveis e imprevisíveis durante a sua execução.

Quando a habilidade motora é conceituada na perspectiva da proficiência da performance, consideram-se apenas os movimentos que são executados com uma meta ambiental desejada em mente (SCHMIDT; WRISBERG, 2001, 2010). Nessa perspectiva, a eficiência e a eficácia da execução do movimento estão ligadas a máxima certeza de alcance da meta, ao mínimo gasto de energia e ao tempo de movimento realizado (SCHMIDT; WRISBERG, 2001, 2010). No que se refere à máxima certeza de alcance da meta, a habilidade está ligada ao máximo êxito na execução do movimento

realizado. Dessa forma, o atleta é julgado habilidoso por conseguir um maior percentual de acerto em suas tentativas, desperdiçando o mínimo possível de chances de efetuar o que foi planejado. A segunda qualidade de proficiência da habilidade está relacionada com o mínimo gasto de energia durante a execução do movimento. Obviamente, não em todas as modalidades esportivas, mas em algumas, como, por exemplo, o triátlon, maratona, luta, etc. a conservação de energia para momentos específicos da performance são imprescindíveis para obter-se o êxito desejado. Por fim, a terceira qualidade de proficiência da habilidade está vinculada ao tempo de movimento utilizado para a execução da habilidade almejada. Em muitos esportes a meta do atleta durante uma competição é diminuir seu tempo de prova. Assim, reduzindo seu tempo de execução da habilidade, a chance de tornar-se vitorioso aumenta consideravelmente. Tendo em vista isso tudo, vale ressaltar que todo o esporte requer um equilíbrio dessas qualidades de performance de acordo com as suas exigências, que são específicas, para que se atinja o melhor resultado final possível.

Por fim, sempre que algum indivíduo realiza uma habilidade motora, não importando quais das características apresentadas anteriormente sejam predominantes, algum nível de desempenho pode ser percebido. No caso dessa performance ter sido realizada como na maior parte das vezes, isso pode indicar algo sobre o nível de aprendizagem desse indivíduo (SCHMIDT; WRISBERG, 2010). Nessa perspectiva, a fim de auxiliar no processo de aprendizagem motora, diversos autores (SINGER, 1980; MAGILL, 2000; ROSE, 1997; GALLAHUE; OZMUN, 2001; SCHMIDT; WRISBERG, 2010) trazem, senão todos, alguns dos presentes modelos: Fitts e Posner (1967), Adams (1971), Gentile (1972) e Newell (1985), que ilustram os estágios da aprendizagem e performance motora, bem como, as características apresentadas pelo aprendiz em cada um dos estágios.

2.1.3 As Fases da Aprendizagem Motora

Antes, porém, de pormenorizar os estágios da aprendizagem motora, cabe apresentar a definição de aprendizagem motora através da literatura especializada. Para Adams (1976) a aprendizagem motora é um processo de aquisição, utilizando e completando a informação motora, o conhecimento, a experiência e os programas motores. Para Schmidt e Wrisberg (2010, p 33) a aprendizagem motora “é um processo

ou estado interno que reflete a capacidade corrente de uma pessoa para produzir um movimento particular”. Por fim, Rose (1997, p. 144) define aprendizagem motora como “um conjunto de processos internos que levam a uma mudança relativamente permanente na capacidade do aprendiz para uma performance habilidosa”. Embora as definições apresentem algumas características específicas, nota-se que o teor conceitual sobre o que é aprendizagem motora é muito similar. Dessa forma, para que o processo de aprendizagem motora seja realizado com sucesso, é importante ter conhecimento de que as pessoas iniciam suas experiências de aprendizagem em diferentes níveis ou estágios.

De acordo com os modelos de Fitts e Posner (1967), Adams (1971), Gentile (1972), Newell (1985), embora proponham diferentes números de estágios de aprendizagem – dois ou três – e os nomeiem de forma distinta, as características que atribuem aos aprendizes em cada um dos estágios são bastante semelhantes (SCHMIDT; WRISBERG, 2010). Sendo assim, por meio das características apresentadas pelos aprendizes é possível identificar em que estágio de aprendizagem os indivíduos que executam uma determinada habilidade estão. No caso de o indivíduo necessitar “captar a ideia do movimento” (GENTILE, 1972), precisar compreender a coordenação essencial para realização do movimento (NEWELL, 1985), necessitar de muitas informações verbais acerca da habilidade (ADAMS, 1971), ou basear seu aprendizado em tentativa e erro (FITTS; POSNER, 1967), será caracterizado o estágio de aprendizagem inicial. Outras características do estágio inicial de aprendizagem são: imprecisão, inconsistência, aparência rígida e comportamento hesitante durante a execução da habilidade praticada (SCHMIDT; WRISBERG, 2010).

No que diz respeito ao estágio intermediário de aprendizagem e performance motora, o indivíduo torna-se capaz de executar um movimento de alta qualidade, porém, ainda sob condições normais (COH; JOVANOVIC-GOLUBOVIC; BRATIC, 2004). Fitts e Posner (1967) caracterizam esse estágio como o estágio associativo, quando o praticante associa pistas ambientais com o movimento a ser realizado, aumentando o êxito da habilidade executada. De acordo com Gentile (1972), o indivíduo poderá se beneficiar de forma mais evidente ao realizar práticas de habilidades fechadas caso a tarefa exija um conjunto fixo de condições regulatórias. Contudo, caso a tarefa exija um

conjunto variado de condições regulatórias, o mais indicado é a prática de habilidades abertas.

O terceiro estágio de aprendizagem e performance motora, descrito por Fitts e Posner (1967) e Schmidt e Wrisberg (2010) como estágio autônomo, que pode levar anos para ser alcançado, é assim definido quando o indivíduo apresenta grande naturalidade durante a execução de uma habilidade. Para Newell (1985), o indivíduo atinge esse estágio quando consegue adaptar o padrão do movimento conforme a necessidade da tarefa que está sendo realizada. De acordo com Gentile (1972), o indivíduo deve chegar ao estágio final de aprendizagem adaptando o padrão de movimento a qualquer situação de desempenho, aumentando a consistência no alcance à meta e desempenhando a habilidade com economia de esforço. Outra característica do estágio final de aprendizagem é que a melhora da performance fica cada vez mais difícil de ser detectada e a atuação do treinador torna-se mais sutil, isso porque o indivíduo está se aproximando do seu limite no que diz respeito ao potencial da habilidade observada.

Por fim, é importante salientar que muitas vezes as fases do processo de aprendizagem podem apresentar-se de uma forma não tão clara (COH; JOVANOVIĆ-GOLUBOVIĆ; BRATIC, 2004). O aprendiz poderá apresentar algumas características que remetem a diferentes fases. Nesse caso, de acordo com Schmidt e Wrisberg (2010), isso ocorre devido ao fato de os estágios apresentarem algumas sobreposições, fazendo com que os aprendizes ocasionalmente demonstrem características de diferentes estágios em diferentes momentos. Contudo, a fim de cumprir com os requisitos característicos de cada estágio de aprendizagem, existem algumas orientações acerca da aprendizagem que são recomendados a se seguir para que os aprendizes progridam de uma forma mais eficaz em cada uma dessas fases.

2.1.4 O Ensino e Aprendizagem das Habilidades Motoras

De acordo com Schmidt e Wrisberg (2010), para ser um aprendiz efetivo ou um profissional do movimento eficiente, faz-se necessário obter o máximo de informação possível sobre três aspectos da situação de aprendizagem ou performance: pessoa, tarefa e ambiente. Para Coh, Jovanovic-Golubovic e Bratic (2004), na metodologia do

aprendizado motor, vários métodos podem ser usados e, até mesmo, combinados, dependendo da característica da tarefa motora, da idade do aprendiz e estágio da aprendizagem motora. Dessa forma, percebe-se que, reunindo o número adequado de informações para cada um desses três aspectos (indivíduo, tarefa e ambiente), e, com isso, identificando o estágio de aprendizagem em que se encontra o aprendiz, existem métodos de ensino e aprendizagem que são mais indicados para o processo de ensino e aprendizagem motora.

No que diz respeito à situação de aprendizagem baseada nas informações da pessoa, Schmidt e Wrisberg (2010) consideram esse o componente mais importante para qualquer situação de performance motora. É a partir das informações sobre a pessoa (aprendiz) que o processo de ensino e aprendizagem deve ser organizado.

Cada pessoa possui um conjunto de capacidades inatas, um nível maturacional específico, experiências prévias de movimento, um background sociocultural, um nível de motivação, um perfil motivacional e, em alguns casos, uma condição de deficiência que são únicos (SCHMIDT; WRISBERG, 2010, p. 48).

Sendo assim, tendo em vista que essas características podem influenciar no nível de performance a ser atingido, percebe-se que a prática precisa, primeiramente, ser adequada ao aprendiz.

Com relação à situação de aprendizagem baseada nas informações da tarefa, Schmidt e Wrisberg (2010) consideram esse o segundo componente a ser considerado para o ensino e aprendizagem motora. A tarefa pode possuir até três demandas no que diz respeito a sua realização: (a) demanda sensório-perceptiva – necessidade de detectar a velocidade e a direção de um objeto que se aproxima ou analisar o padrão de movimento de um adversário; (b) demanda de decisões – necessidade de tomar decisões sobre como e o que fazer para realizar a tarefa; (c) demanda de execução da habilidade – necessidade de produzir o padrão correto do movimento (SCHMIDT; WRISBERG, 2010). Para Valentini et al. (2009), a tarefa pode ser entendida como uma adequação e organização das atividades propostas pelo professor durante as aulas, nessa perspectiva, ressaltam a importância da tarefa em desafiar o aluno na busca do aprendizado, sempre respeitando a individualidade (pessoa) de cada um. Dessa forma, vê-se que ao identificar as demandas impostas pela tarefa que se quer executar, podem-se criar

atividades complementares de ensino que tenham características, senão idênticas, semelhantes às inerentes da tarefa real, a fim de maximizar a performance e a aprendizagem motora do aprendiz.

Por fim, o terceiro aspecto da situação que se faz necessário identificar é o ambiente em que a tarefa será executada. As características que deverão ser consideradas para melhor identificação do ambiente em que se quer realizar a tarefa dizem respeito a alguns fatores como: (a) saber se há a presença de espectadores ou não; (b) saber se há a disponibilidade de utilizar todo o tempo que necessita para a realização do movimento desejado ou não; (c) saber o máximo de detalhes a cerca do local real em que a tarefa deverá ser executada – competição, recreação, ou clínica (SCHMIDT; WRISBERG, 2010). Utilizando esses fatores, a tendência de o praticante estranhar ou sentir-se desconfortável durante a realização da tarefa diminui consideravelmente.

Como pôde observar-se nos capítulos anteriores, a aprendizagem de uma habilidade motora possui algumas premissas que devem ser consideradas durante sua execução. Além disso, viu-se também que existem estágios de aprendizagem e que cada estágio possui alguns requisitos que devem ser cumpridos. Contudo, para que tais requisitos sejam cumpridos se faz necessário, dentre diversos outros fatores, um planejamento de ensino e aprendizagem a longo prazo a fim de garantir o contínuo progresso do atleta até a sua idade ótima à obtenção de resultados máximos. Nesse caminho, diversos autores (HARRE, 1983; CARVALHO, 1998; VERCHOSHANSKI, 2001; GOMES, 2002; BOMPA, 2002; WEINECK, 2003; PLATONOV, 2004, 2008) defendem que uma sequência metodológica, coerente com o desenvolvimento individual de cada atleta, deva ser seguida para otimizar o treinamento técnico-esportivo.

2.2 TREINAMENTO A LONGO PRAZO: CONSIDERAÇÕES SOBRE O TREINAMENTO TÉCNICO GERAL E O TREINAMENTO DA TÉCNICA DO TENISTA

2.2.1 O Treinamento Técnico Esportivo Geral

De acordo com Weineck (2003), para que se aproveite a fase mais favorável ao aprendizado técnico, o treinamento deve iniciar-se o mais precocemente possível.

Entenda-se treinamento técnico precoce como o desenvolvimento do treinamento em coordenação, com o intuito de aumentar a aquisição de novas habilidades motoras. Esta afirmativa se deve ao fato de que quanto melhor e mais amplo o treinamento coordenativo, bem como, o repertório de movimentos por parte de um atleta, mais rapidamente se dará o aprendizado de novas técnicas esportivas. Outra razão para o treinamento técnico precoce é a involução fisiológica que ocorre com o envelhecimento. Esse fator ocasiona a queda da capacidade condicional e a diminuição na capacidade de aprendizagem, tornando a aquisição de novas habilidades mais difícil do que quando na fase infantil (WEINECK, 2003). Com o ônus do envelhecimento e a técnica contrapondo-se à perda dos fatores condicionais, vê-se a importância de um planejamento a longo prazo do treinamento técnico-esportivo, considerando, principalmente, os aspectos relacionados à aprendizagem motora.

Para Bompa (2002), atletas que passam por um programa de treinamento bem estruturado e sistemático, em sua maioria, apresentarão as melhores *performances*. Este padrão de treinamento segue a premissa dos estágios do desenvolvimento esportivo. Sendo assim, é importante saber que os jovens evoluem de forma diversa, devendo ser individualmente observados e trabalhados. Segundo o autor, os jovens podem desenvolver-se precocemente ou tardiamente. Por exemplo, uma equipe com atletas de 14 anos pode sofrer uma variação quanto ao amadurecimento biológico individual importante. Essa equipe poderá apresentar atletas cujo sua maturidade corresponda a jovens de 16 anos e outros cuja sua maturidade corresponda a púberes de 12 anos. Tal situação, se não houvesse uma periodização de treinamento a longo prazo, poderia fazer com que o treinamento fosse insuficiente a alguns e excessivo para outros.

Objetivando, então, minimizar esta disparidade no treinamento esportivo dos jovens, se faz necessária a periodização do treino esportivo a longo prazo. Este planejamento do treinamento tem como objetivo dividir em fases menores, mas mais eficientes, os programas de desenvolvimento do atleta desde a iniciação até o alto rendimento. Essa divisão, dentre outros, faz com que o atleta exercite-se com uma carga de treino mais adequada, diminuindo as chances de algum tipo de lesão ou, até mesmo, do abandono do esporte. Com isso, observa-se que a criação de um desenvolvimento

técnico-esportivo sequencial, de acordo com o processo de maturação biológica dos jovens, é extremamente benéfica aos atletas e seus desempenhos esportivos.

Ao dividir a preparação esportiva a longo prazo, Gomes (2002) descreve que para cada uma das etapas há tarefas determinadas que devem ser realizadas para que o indivíduo passe de uma a outra etapa. De acordo com o autor, esta estrutura de treinamento racional, é composta por uma sequência criteriosa na resolução das tarefas. Este rigor é condicionado pelos diversos fatores que compõe um treinamento condizente com a individualidade biológica de cada indivíduo, com os pressupostos de formação do alto rendimento de uma modalidade esportiva, com os métodos de treinamento, entre outros. Assim, vê-se que a preparação a longo prazo é variável de acordo com cada indivíduo, não apresentando demarcações claras de começo e fim. A passagem de uma etapa para outra só se caracteriza pelo grau de cumprimento das tarefas da etapa anterior.

Com base nisso, apresenta-se a divisão das cinco etapas de preparação a longo prazo descritas por Gomes (2002): Etapa de Preparação Preliminar; Etapa de Especialização Desportiva Inicial; Etapa de Especialização Profunda; Etapa de Resultados Superiores; Etapa de Manutenção dos Resultados.

Quanto à etapa de preparação preliminar, trata-se da iniciação do hábito esportivo na criança. Ela caracteriza-se pela preparação física multilateral do indivíduo, garantindo uma formação harmoniosa do organismo em desenvolvimento. É nessa etapa, também, que se cria o gosto pela atividade física. Recomenda-se, para isto, o uso de atividades recreativas, preferindo o método de jogos, para que o indivíduo crie um fundo emocional positivo. Assim, este tipo de treinamento, através de jogos diversos, corroborará para o desenvolvimento futuro do indivíduo em qualquer modalidade esportiva. É importante lembrar que esta é a única etapa que o treinamento não segue uma periodização de ciclo anual. Este período deve ser composto por microciclos relativamente padronizados que podem variar de acordo com as estações do ano. A duração média desta etapa varia entre dois e três anos e, caso a criança inicie cedo ou tardiamente, esta etapa pode durar de quatro anos a apenas um ano, respectivamente. O volume anual desta etapa varia de 100 a 300 horas.

No que diz respeito à etapa de especialização desportiva inicial, determina a escolha, por parte do jovem, de uma modalidade desportiva específica. Nesta etapa se garante a preparação multilateral geral do indivíduo, construindo uma ampla variedade de hábitos e experiências motoras e a base adequada para uma futura especialização eficaz do atleta. O aumento na dosagem do treino deve ser rigorosamente monitorado, pois o indivíduo, em muitos esportes, inicia este treinamento já na adolescência, quando já esta tendo um grande aumento na carga biológica. Com isso, inicia-se o ciclo de periodização anual com um grande período preparatório que vai submeter-se ao período letivo dos atletas, levando ao surgimento de microciclos e mesociclos no período de férias. As competições têm função auxiliar e são normalmente preparatórias e de controle, ocorrendo de forma adequada para que não haja desgaste excessivo dos jovens. O volume anual desta etapa varia de 300 a 600 horas.

No que se refere à etapa de especialização profunda, constitui-se de atletas que cumpriram com as exigências da etapa anterior e, com isso, possuem potencial funcional para a obtenção de resultados desportivos de destaque. Uma das características principais desta etapa é o aumento do volume da preparação específica em relação à preparação física geral dos desportistas. Com os atletas, na maioria dos esportes, transitando esta etapa com idades de quinze a dezesseis anos, as cargas de treinamento atingem, em alguns exercícios, níveis próximos ao máximo e até máximo, mas num curto período de tempo. As competições desempenham um papel fundamental no aprimoramento das técnicas desportivas, sendo inclusas dentro do ciclo anual de preparação. A periodização terá o período preparatório (preparação geral e específica), o competitivo e o transitório. O volume anual desta etapa varia de 600 a 1000 horas.

Quanto à etapa de resultados superiores, consiste na obtenção de resultados máximos individuais na modalidade praticada. É importante que, para isso, o desportista também esteja em sua idade ótima para estes objetivos. Quando os atletas atingem este nível da preparação desportiva, é necessário um local de treinamento que possa fornecer todas as condições para um treinamento de sucesso. As competições ganham um grande espaço nas periodizações de treino. O período preparatório reduz, aumentando o período competitivo de 6 a até 10 meses no ciclo anual. O volume anual desta etapa varia de 1000 a 1500 horas, podendo chegar, dependendo da modalidade, a até 1800 horas.

Ao que se refere à etapa de manutenção dos resultados, o principal objetivo é a manutenção dos resultados alcançados na etapa anterior. Não são muitos os atletas que atingem esse nível de treinamento, pois, por algum motivo, acabam abandonando sua carreira antes. Nesta etapa, embora muitos destes atletas vençam as competições, recordes são dificilmente alcançados por eles. Isto acontece em detrimento de que, embora atletas que estão na etapa de resultados superiores têm maiores condições físicas, estes atletas são mais experientes e usam, além de seu alto nível técnico, sua estabilidade psicológica. Nesta etapa, comumente há, também, uma diminuição de 5 a 10% do volume total de cargas. Além disso, pausas maiores entre os treinos e as competições, devido a algum evento pessoal, que tenha duração de 1 a 1 ano e meio, tem mostrado resultados positivos quando estes atletas retornam ao meio competitivo. Por fim, a duração desta etapa estará relacionada à modalidade praticada. Desportos como tiro, esgrima, vela e hipismo são exemplos de modalidades que podem prolongar esta etapa por muitos anos.

Assim, através da descrição de Gomes (2002) sobre as etapas de preparação a longo prazo, percebe-se uma sequência, quanto aos eventos tratados, condizentes com o que trazem outras fontes literárias (ZAKHAROV; GOMES, 1992; WEINECK, 2003; PLATONOV, 2004; MATVEEV, 1996). Entretanto, o autor, reconhecendo as variações maturacionais individuais dos jovens em processo de crescimento, não cita as idades aproximadas que estas etapas podem ocorrer.

Contudo, mesmo reconhecendo a variação existente na maturação biológica de cada jovem atleta, Bompa (2002) apresenta os estágios do desenvolvimento esportivo com base nas idades médias aproximadas. O autor divide os estágios do desenvolvimento esportivo em quatro estágios: Estágio de Iniciação – 6 a 10 anos de idade; Estágio de Formação Esportiva – 11 a 14 anos de idade; Estágio de Especialização – 15 a 18 anos de idade; Estágio de Alto Desempenho – acima de 19 anos de idade.

No estágio inicial (6 a 10 anos), devido às características físicas e de concentração, o programa de treinamento deve fornecer um aprendizado divertido e multilateral às crianças, propiciando uma formação esportiva geral e não para um esporte específico. As características teciduais do corpo da criança em crescimento a

deixa mais vulnerável a lesões e, também, o seu poder de atenção é reduzido. Sendo assim, aulas bastante variadas e inovadoras para esta faixa etária são muito bem vindas. Com isso, vê-se que este período de aprendizagem é dado às habilidades coordenativas gerais que darão ao indivíduo condições de poder se desenvolver de forma contemplativa.

No que diz respeito ao estágio de formação (11 a 14 anos), os jovens estão em um processo de desenvolvimento rápido e já melhor preparado. Porém, ainda suscetíveis a lesões. Por isso, recomenda-se um aumento moderado da intensidade de treinamento. A partir deste estágio inicia-se o processo de escolha desportiva. O atleta escolherá e focará seus esforços na prática de uma modalidade desportiva. Porém, o foco do programa de treinamento continua sendo o de desenvolver as habilidades e aptidões motoras, pois o atleta segue em franco crescimento e ainda pode apresentar certa descoordenação em virtude disso.

Quanto ao estágio de especialização (15 a 18 anos), com um controle bastante rigoroso, para evitarem-se ao máximo as lesões, mas em busca de uma evolução elevada, aumentam-se as exigências quanto ao treinamento e a competição. É neste estágio que acontecem as mudanças mais significativas quanto ao treinamento. O atleta iniciará aqui, vindo de um treinamento multilateral bem estruturado, um processo de especialização no esporte, realizando um maior número de exercícios e repetições, almejando o alto rendimento. É ao final desta fase que o técnico pode deixar a função de ensinar e assumir a função de orientar o treino, pois aqui o jovem não apresentará erros de nível técnico de muita gravidade.

No que se refere ao estágio de alto desempenho (acima dos 19 anos), cumpridos os requisitos dos estágios anteriores, ter-se-á um atleta de alto rendimento. Este atleta estará apto para altas cargas de treinamento e competição, porém, estas cargas deverão estar de acordo com o nível atlético do desportista e o treinamento multilateral deverá manter-se presente, principalmente nos períodos de transição. O treinamento deverá seguir com uma periodização de longos anos, traçando objetivos palpáveis e condizentes com os métodos científicos.

Cabe lembrar que essas faixas etárias expostas são apenas uma média do jovem atleta comum. A definição destes estágios é representada com base em diversos esportes

e, também, na média condizente ao amadurecimento destes jovens. Portanto, esses estágios do desenvolvimento esportivo, anteriormente expostos, servem apenas como um parâmetro grosseiro para o treinamento técnico-esportivo. Contudo, esses dados ilustram satisfatoriamente uma forma de progressão da preparação esportiva a longo prazo para um grupo hipotético de atletas.

Reforçando a estruturação e planejamento dos estágios do desenvolvimento esportivo descrito anteriormente, Platonov (1997) descreve as idades médias de maturação das capacidades funcionais. O autor revela que os níveis de coordenação e velocidade máximos aparecem por volta dos 16-18 anos; a capacidade aeróbica apresenta-se bem desenvolvida aos 13-15 anos; a capacidade anaeróbica aos 18-20 anos; a força aos 16-18 anos; e a destreza já esta bem desenvolvida aos 10-13 anos. Sabendo disso, percebe-se que os estágios descritos por Bompa (2002), embora tragam uma periodização de treinamento a longo prazo genérica, não levando em consideração uma modalidade esportiva específica, nem a individualidade biológica, estão coerentes com o que descreve Platonov (1997).

Por fim, embora os autores apresentados criem números de fases diferentes quanto a metodologia do desenvolvimento do treinamento a longo prazo, eles concordam com a forma metodológica sequencial que deve ser seguida. Com isso, é importante que o atleta tenha consciência de que o treino técnico-esportivo, além de imprescindível, é gradualmente aplicado através de uma forma sequencial, que perdurará por toda sua carreira esportiva.

Elucidadas as considerações sobre a técnica e os estágios do desenvolvimento esportivo assumidos para este estudo, a seguir, serão apresentadas a técnica do tenista, bem como, suas fases de treinamento e combinações de jogadas.

2.2.2 O Treinamento Técnico do Tenista

Como visto anteriormente, a técnica é um elemento imprescindível ao desempenho esportivo e, no tênis, isto não é diferente. A técnica, além de atuar relevantemente na execução minuciosa de cada gesto específico do esporte, influencia na seleção das respostas durante a disputa de um ponto. De acordo com Schönborn (1999), poucas modalidades esportivas trazem situações de jogadas tão diversas e

imprecisas como o tênis. Estas situações variadas, como por exemplo: a direção em que o adversário rebate a bola, a altura, a velocidade e a rotação imprimidas à mesma, fazem com que o tenista encontre-se constantemente em situações únicas e que caracterizam o tênis como um esporte de habilidade técnica de cadeia aberta (SCHÖNBORN, 1984a; GROPPÉL, 1993; ISHIZAKI; CASTRO, 2006). Sendo assim, faz-se necessário a automação das amplas técnicas presentes nesse esporte, pois o atleta encontrar-se-á, muitas vezes, em uma situação de desequilíbrio devido ao deslocamento percorrido até a bola.

Com estas diversas situações vivenciadas pelo tenista durante um jogo, é importante que a técnica dos fundamentos pertencentes a esse esporte seja ricamente trabalhada nas fases mais sensíveis ao desenvolvimento dos praticantes. Schönborn (1993) sugere que a técnica seja a principal competência a ser desenvolvida até as idades de 13 a 14 anos. Esse desenvolvimento técnico, ocorrendo de uma forma coerente e bem organizada, cria condições do tenista desenvolver-se de uma maneira ampla. Esse fato, além de propiciar o aumento do repertório motor do indivíduo, permitirá que o mesmo possua um progresso, a longo prazo, coerente com as suas capacidades. Um planejamento de treinamento em longo prazo permitirá ao tenista uma formação mais completa e o ajudará a chegar ao seu máximo nível de performance em uma idade ótima para isso.

Com base nessas informações, traz-se um modelo de planejamento a longo prazo descrito por Bompa (2002) para o tênis.

Figura 1: Modelo de planejamento do treino a longo prazo para o tênis (BOMPA, 2002).

Planos de Treinamento a Longo Prazo

		TÊNIS																			
		IDADE																			
		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	25	30	35
FASES DE TREINAMENTO		Iniciação				Form. esp.				Espec.				Alto desempenho							
Aquisição de habilidades	Técnicas	Habilidades básicas						Autom.				Aperfeiçoamento									
	Táticas	Simples						Táticas de jogo				Aperfeiçoamento									
T	Coordenação	Simples						Complexa				Aperfeiçoamento									
	Flexibilidade	Geral						Específica				Manutenção									
R	Agilidade																				
	Velocidade	Linear																			
Volts/ mudança de direção																					
Tempo de reação																					
E	Força	Adaptação anatômica																			
		Resistência muscular																			
		Potência																			
		Força máxima																			
N	Resistência	Geral																			
		Aeróbica																			
		Anaeróbica																			
O	Diversão																				
	Locais																				
	Estaduais																				
	Nacionais																				
	Internacionais/ profissionais																				
Legenda:		Form. esp. = Formação esportiva. Espec. = Especialização em determinado(s) evento(s). Autom. = Automação de aptidões.																			

Assim, de acordo com Bompa (2002), considerando o plano de treinamento a longo prazo relativo aos aspectos técnicos do tênis, as habilidades básicas devem ser

desenvolvidas dos 6 aos 14 anos, a automação destas aptidões deve ser feita dos 14 aos 18 anos e o aperfeiçoamento dos 18 anos em diante. Compactuando com uma divisão em três etapas, Zlesak (1994a, 1994b) divide o desenvolvimento técnico do tênis nas seguintes etapas: a etapa da técnica básica, a etapa do aperfeiçoamento técnico e a etapa da técnica avançada. Todas essas etapas devem corresponder aos objetivos a serem atingidos. Estas divisões no treinamento devem estar de acordo com o desenvolvimento maturacional de cada indivíduo e com as características do tênis de competição.

Mais especificamente, Zlesak (1994a, 1994b) defende que na etapa da técnica básica o objetivo é a estabilização dos golpes em todos os âmbitos da quadra. Vale lembrar que, embora carente de aprimoramentos, a técnica dos golpes nesta fase já deve apresentar um padrão de movimento seguro. Desta forma, exercícios coordenativos e de manuseio da raquete e bola são indicados para melhorar o desempenho e propiciar ao tenista o avanço à próxima etapa do desenvolvimento técnico do tênis.

No que diz respeito à segunda etapa – etapa do aperfeiçoamento técnico – a principal meta a ser alcançada, além da maior precisão dos golpes desenvolvidos na etapa anterior, é a iniciação de um processo de treinamento que propicie a estabilização da técnica dos golpes em situação de jogo. Nesta fase, embora a técnica ideal ainda esteja em desenvolvimento, já há automatização dos golpes desenvolvidos na etapa anterior e a criação, de forma individual, da técnica necessária para as diferentes situações a que um jogador estará exposto em uma partida. Com isso, é nesta etapa que o desenvolvimento da técnica passa a ser fundamental nas tomadas de decisão para a solução de problemas decorrentes de um embate competitivo.

Por fim, a terceira etapa – etapa da técnica avançada – tem por objetivo desenvolver o domínio total da técnica e a sua correta aplicabilidade de acordo com as situações do jogo. Nesta fase, os exercícios devem corresponder às situações reais de uma partida e a técnica deve ser trabalhada de acordo com a individualidade de cada atleta. Com o trabalho direcionado ao atleta, poderão realizar-se exercícios que maximizem os pontos fortes do tenista, deixando-o mais confortável para escolher um determinado estilo de jogo. Contudo, também poderão trabalhar-se os exercícios que desenvolvam as suas fraquezas e como as mesmas podem ser menos expostas durante um jogo. Assim, chegando ao fim da terceira etapa, com o processo de treinamento

técnico realizado de forma bem sucedida, o atleta terá chances maiores de obter resultados importantes em sua carreira.

Além das etapas de ensino da técnica apresentadas por Zlesak (1994a, 1994b), cabe trazer as etapas de preparação esportiva a longo prazo, para o tênis, desenvolvidas por Cayer e Lamarche (1989). Assim como a divisão das etapas de preparação do tenista expostas anteriormente, as etapas descritas por Cayer e Lamarche (1989) também apresentam uma divisão do treinamento em três etapas: Os Primeiros Anos (fase participativa e instrutiva – 6 a 11 anos); Os Anos Intermédios (fase de transição – 11 a 15 anos); Os Últimos Anos (fase competitiva – 15a 18 anos).

No que diz respeito à fase participativa e instrutiva, este é o período em que a aquisição e a consistência de todos os golpes devem ser priorizadas. Salientando a empunhadura correta e a devolução da bola, mesmo com as suas diversas variações. Além disso, os autores incentivam o desenvolvimento das técnicas agressivas como: jogar a bola nos espaços vazios da quadra, ações de subida à rede (com voleios em meia quadra e em posição ideal), criar a base para o desenvolvimento da potência, dentre outros.

Na segunda etapa – fase de transição –, também devem ser exercitados todos os golpes, porém, agora, com efeito e controle da potência. Este também é o momento de desenvolver intenções táticas em todas as fases do jogo por intermédio da técnica aprendida. É aqui que o jogador começará a solucionar as problemáticas do jogo de diferentes maneiras, podendo desenvolver potência em seus golpes e iniciando as ações ofensivas a partir de todas as áreas da quadra. E, por fim, identificar durante esta fase do treinamento a perspectiva de jogo, ou estilo, a ser adotado por cada atleta em sua individualidade.

Por fim, a terceira etapa, fase de competição, orienta ao desenvolvimento do atleta em relação ao seu estilo de jogo, moldando o tenista de acordo com as suas potencialidades. Além disso, sugere um treinamento que incremente a velocidade, a potência, a profundidade e a precisão de seus golpes, desenvolvendo alternativas de jogo contra diversos padrões de jogos ofensivos.

Para Balbinotti (2003), que também se utiliza de três etapas para descrever o treinamento da técnica no tênis, a primeira fase do desenvolvimento deve ter o aprendizado do gesto básico do esporte e a estruturação para um desenvolvimento da técnica avançada como principal meta. Este desenvolvimento deve ocorrer a partir do estímulo das capacidades coordenativas de cada indivíduo. No tênis, esta fase é caracterizada pelas habilidades necessárias ao jogo. Dentre estas habilidades estão: segurar a raquete corretamente, desenvolver o tempo de reação e contato com a bola, e a iniciação aos golpes básicos. Para Elderton (2010), este também é o momento do jovem tenista aprender as noções básicas da tática, como manter a bola em jogo, direcionar a bola, controlar a altura da bola e ir à rede quando necessário. Ambos os autores também concordam que para um melhor desenvolvimento, a criança deve sentir-se a vontade durante as aulas, gozando de maior liberdade e criatividade, propiciando uma melhor aquisição da técnica e conhecimento de suas possibilidades e empecilhos.

Na segunda fase, a realização dos golpes básicos deverá ser desenvolvida através de situações de jogo, trabalhando a execução de golpes combinados. A realização da técnica através destas combinações de jogadas torna-se o alvo principal da aprendizagem nesta etapa. É importante, também, que o atleta desenvolva a tomada de decisões relacionadas à solução do problema. O aperfeiçoamento técnico deverá contemplar as diversas situações encontradas em competição, como por exemplo: sacar e subir à rede, recepcionar e subir à rede, golpear a bola com potência já na recepção de saque, recepcionar o saque com bolas altas e fundas, entre outras. Essa variação de jogadas, bem como, as diversas situações de jogo vivenciadas pelo jovem tenista promoverá uma melhora no aprendizado e retenção dos conteúdos trabalhados (ANTÚNEZ et al, 2009). De acordo com Balbinotti (2003), essa fase se constitui como o elo entre as técnicas básicas e as técnicas avançadas.

Quanto à terceira fase, há uma diferenciação muito tênue entre o aperfeiçoamento técnico e as técnicas avançadas. A diferença mais relevante, quanto ao aspecto técnico, é o fato das potencialidades e deficiências do esportista influírem sobre o treinamento. Neste momento, o atleta treinará as mesmas situações da fase anterior, porém, focará mais em algumas situações que em outras. Através de seu histórico de treinamento, o jogador optará por um estilo que prevalecerá sobre as suas demais

opções de jogo. Ao especializar-se em um grupo de jogadas, visando unicamente o resultado competitivo, o atleta treinará majoritariamente as situações que correspondem às suas características e que o levarão, mais provavelmente, ao triunfo.

Por fim, cabe trazer a planificação da técnica a longo prazo descrita por Dent (1994), também presente no Manual para Treinadores Avançados (1999) da Federação Internacional de Tênis. Aqui, as etapas são divididas da seguinte forma: Iniciação (6 a 8 anos); Instrução (9 a 10 anos); Desenvolvimento (11 a 12 anos); Rendimento (13 a 15 anos); Alto rendimento (16 a 18 anos).

Na etapa de iniciação, as principais atividades técnicas desenvolvidas sugeridas são aquelas que exercitam a cooperação entre os companheiros de treino/aula e a regularidade, mantendo a bola em jogo. Lembrando que, neste período, deve haver um alto grau de variedade nas atividades, propiciando diversão e criatividade por parte dos alunos.

No que se refere à etapa de instrução, deverão desenvolver-se de uma forma geral todos os golpes, enfatizando as empunhaduras corretas para cada golpe, introduzir todas as fases do jogo com o correto posicionamento em quadra, atacando as bolas curtas quando necessário, desenvolver a sensibilidade para a variação e a criatividade e ensinar sobre a aceleração da raquete e o movimento relaxado. Como sugestões, boas demonstrações dos ensinamentos e um treinamento das habilidades motoras são feitas, pois este é um período de grande receptividade para o aprendizado.

No que diz respeito à etapa de desenvolvimento, é nesta fase que se desenvolve um estilo de jogo e estratégia de ataque, realiza-se o refinamento de golpes e técnicas, trabalha-se a regularidade de todos os golpes, inicia-se o treinamento voltado à competição e treinam-se as cinco situações de jogo. Constituem-se as cinco situações de jogo: o saque, a devolução de saque, a troca de bolas do fundo de quadra, a aproximação à rede/voleios e as passadas em cima do jogador que está realizando a aproximação à rede/voleios (PANKHURST, 1999). Salienta-se que nesta fase, embora se inicie o processo de treinamento competitivo, o treinador deve enfatizar os objetivos e o processo de rendimento, ignorando os objetivos de resultados.

Na quarta etapa, a etapa de rendimento, os principais objetivos técnicos a serem desenvolvidos são a potência dos golpes de fundo e do saque, bem como, estilos de jogo individuais mais aceitáveis. É nesta etapa que o treinador deve assegurar que o seu jogador desenvolva a autonomia no esporte, sendo responsável pelo seu próprio tênis (FRAAYENHOVEN, 1998).

Por fim, na etapa do alto rendimento, o desenvolvimento pleno do estilo individual de jogo do atleta e a continuação do desenvolvimento de potência dos golpes, somado, agora, à profundidade e direção dos mesmos são as principais metas de trabalho. É neste momento que o treinador passa a ser também um planejador/organizador da carreira do atleta.

Ciente dos modelos de ensino e treinamento do tênis apresentados, observa-se que os esportistas mais jovens (aproximadamente dos 11 aos 14 anos), que já passaram pelo processo de aprendizado das técnicas básicas, devem desenvolver-se de forma geral antes de especializarem o seu treinamento. Esses jovens se encontram num processo de maturação e instrumentalização dos recursos técnicos, não tendo desenvolvido ainda o suficiente para a escolha de um estilo específico jogo. Com isso, embora o treinamento das jogadas realizadas sejam semelhantes às jogadas praticadas por jogadores mais experientes, sugere-se que os atletas que se encontram nesse contexto treinem todas as combinações de jogadas presentes no esporte de uma forma equilibrada, pois assim são grandes as chances do tenista atingir o seu máximo nível de performance em uma idade ótima para isso (BALBINOTTI; MOTTA, 2009).

2.3 A TÉCNICA FUNCIONAL DO TENISTA E AS INICIATIVAS BÁSICAS DE JOGADAS NO TÊNIS

Descritas as etapas do treinamento técnico a longo prazo do tenista que norteiam esta pesquisa, faz-se necessário melhor elucidar o componente do treinamento técnico que é alvo deste estudo – a Técnica Funcional do Tenista. Contudo, para melhor compreensão da definição da Técnica Funcional do Tenista, serão descritos, primeiramente, os golpes táticos que, quando treinados, tendem a auxiliar o tenista na resolução das problemáticas do jogo. De acordo com Crespo e Miley (1999), os golpes táticos se dividem em: (a) Golpes Preventivos – são golpes que tem por objetivo evitar

que o adversário realize um golpe ganhador; (b) Golpes Neutros – são golpes realizados com ambos os tenistas em posição equilibrada, não têm um objetivo concreto; (c) Golpes Construtivos – são golpes que visam desequilibrar o adversário, criando condições para a futura realização de um golpe ganhador; e (d) Golpes Ganhadores – são golpes que tem por objetivo definir o ponto imediatamente.

Balbinotti e Motta (2009b) trazem definições dos golpes para o tênis semelhantes às descritas por Crespo e Miley (1999), porém, em vez de classificarem em quatro grupos de golpes, os classificam em cinco grandes grupos: (a) Golpes Ofensivos – a principal característica desse grupo de golpes é a íntima relação entre a potência e a precisão dos golpes, buscando a definição direta do ponto; (b) Golpes de Contra-ataque – são golpes que possuem as mesmas propriedades de definição direta dos pontos que os Golpes Ofensivos, porém, são realizados em uma posição distante da região central de recepção e, normalmente, em uma situação de desequilíbrio corporal; (c) Golpes de Neutralização – são golpes que buscam anular as iniciativas ofensivas do adversário através de bolas profundas e de média altura com o rápido retorno do jogador ao centro de recepção; (d) Golpes de Pressão – são golpes que possuem muita potência e profundidade, similares aos Golpes Ofensivos, porém, o risco de erros buscando a precisão dos golpes é reduzido; e (e) Golpes Defensivos – são golpes que têm por objetivo apenas recolocar a bola em jogo, pois nesta situação o tenista se encontra em grande desequilíbrio e não apresenta condições de executar outro tipo de golpe.

A fim de possibilitar ao tenista o correto desenvolvimento da execução dos golpes descritos anteriormente e, por conseguinte, da capacidade de elaboração de jogadas, o principal estímulo utilizado para suas construções são as jogadas básicas do próprio esporte. Tais jogadas, quando treinadas de maneira isolada e programada previamente, permitirão ao tenista responder às variações utilizadas nos jogos de maneira mais adequada (BALBINOTTI; MOTTA, 2009b). Desta forma, a Técnica Funcional do Tenista constitui-se no treinamento de uma série de combinações de golpes específicos, programados previamente, que visam aprimorar as futuras respostas de um tenista durante uma situação de jogo (BALBINOTTI, 2006).

Estas combinações de golpes desenvolvidos através da Técnica Funcional do Tenista podem ser divididos em dois grandes grupos: Golpes de Preparação (GP) e

Golpes de Definição (GD) e por meio de três iniciativas básicas de jogadas: Saque, Devolução de Saque e Troca de Bolas do Fundo da Quadra (BALBINOTTI, 2003).

2.3.1 Os Golpes de Preparação

Quanto aos GP, é importante salientar, são constituídos pelos golpes preventivos, pelos golpes neutros e pelos golpes de construção, já detalhadamente descritos. O objetivo central da utilização dos GP é a preparação da jogada para que a mesma seja definida a favor do tenista que as executou. Para isso, é necessário que o tenista utilize uma sequência de ações que causem o deslocamento do adversário para longe do centro de recepção, objetivando criar espaços vazios para a realização de um golpe de definição. Esta condição será criada devido à dificuldade, imposta pelos GP, de propiciar uma neutralização, por parte do adversário, de uma futura definição do ponto (BALBINOTTI; MOTTA, 2009a; BALBINOTTI, 2003). Esta incapacidade de neutralizar a preparação da jogada se deve ao fato de, com o corpo em desequilíbrio, a precisão ser o primeiro fator a sofrer prejuízos (MOTTA, 2009).

Tendo a preparação dos pontos, em uma situação competitiva no tênis, como algo imprescindível a um bom desempenho durante a partida, é importante que os pontos sejam preparados de uma forma otimizada. Assim, não prorrogando a disputa do ponto além do necessário, o atleta poderá poupar-se fisicamente. Para isso, existem algumas combinações, quanto aos GP, que podem melhorar o desempenho do atleta. Estas combinações, a fim de aperfeiçoar a estruturação da sequência de jogadas, podem ocorrer de duas maneiras: (a) dominando o adversário do fundo da quadra – deslocar o adversário, através de uma combinação de golpes, de forma a afastá-lo da região central de equilíbrio para a recepção do próximo golpe; (b) variando os golpes quanto à rotação e potência imprimidas à bola – alterar altura, velocidade, profundidade e efeito ao realizar os golpes de forma a não permitir o condicionamento do adversário na realização dos golpes.

2.3.2 Os Golpes de Definição

No que diz respeito aos GD, são constituídos de todos os golpes que visam tornar a jogada indefensável ao seu adversário (BALBINOTTI, 2003). Dentre eles, caracterizam-se os golpes ganhadores. Os GD pretendem encerrar a disputa do ponto da

posição em que foram executados, sem oferecer alguma condição de reação para o oponente. Contudo, em algumas situações, este propósito não é cumprido e a necessidade de mais um ou dois golpes tornam-se precisos para a finalização do ponto (BALBINOTTI; MOTTA, 2009a; BALBINOTTI, 2003).

Não menos importantes, os GD também são fundamentais para uma boa *performance*. Embora os erros não forçados aconteçam com frequência em uma partida de tênis, após a preparação correta do ponto, muitas vezes, se faz necessária a definição do mesmo com mais um golpe. Este golpe, de extrema precisão e potência, deverá ser realizado com o tenista executante equilibrado, caso contrário, as chances de falhar ao executar este golpe são grandes. Os GD, assim como os GP, possuem duas maneiras de serem executados: (a) golpes de extrema potência e precisão – utilizar golpes que busquem as linhas da quadra e que possuam grande velocidade, obtendo-se, assim, um golpe vencedor; (b) golpes junto à rede ou executados com o adversário fora do centro de recepção – utilizar-se de uma posição privilegiada em quadra para definir o ponto sem que o adversário possa esboçar uma reação eficaz na tentativa de contrapor-se.

Ciente das possíveis combinações de golpes (GP e GD) apresentados anteriormente, entende-se que para a realização destes durante a etapa de aperfeiçoamento técnico, que normalmente é realizada dentro de uma sistemática de jogo, é necessário que os mesmos iniciem a partir de alguma situação dentro do contexto do jogo. Normalmente, durante o jogo, estas situações iniciam-se através de três possibilidades chave: o Saque; a Devolução do Saque; e a Troca de Bolas do Fundo da Quadra (ROWLEY, 1990; L. T. A., 1994; DENT, 1995; KOPSIC, SEGAL, 1995; LAWRENCE, 1995; BALBINOTTI, 2003; BALBINOTTI, MOTTA, 2009a).

2.3.3 A Iniciativa das Jogadas por Meio do Saque

No que diz respeito ao saque, este é o meio de iniciar todos os pontos no tênis. O sacador, ao iniciar o ponto, encontra-se em vantagem. Além de começar a jogada com a bola sob seu domínio, que também é uma situação única neste esporte, o posicionamento dos jogadores também é um fator determinante. Enquanto o sacador inicia o ponto próximo à linha central da quadra, o seu adversário estará próximo da linha lateral, pois assim cobrirá os prováveis ângulos de recepção da bola. Com isso, o

sacador se encontra em posição favorável, pois, normalmente, o meio da quadra é ponto mais favorável e próximo da cobertura ideal dos possíveis ângulos de resposta (DENIAU, 1991; DENT; JONES, 1994; BARCLAY, 1995; SMITH, 1995).

Não obstante, o sacador pode imprimir diferentes efeitos à bola. O saque pode ser realizado com potência e de forma plana, dirigido ao centro da quadra. Devido à altura da rede ser menor na direção central da quadra, é possível ao sacador imprimir uma maior potência ao golpe. Também, com uma trajetória mais curta entre o sacador e o seu alvo, o receptor tem o seu tempo de reação diminuído, pois a distância que a bola percorrerá é menor quando comparado a um saque aberto. Com isso, o jogador que irá devolver a bola estará sujeito a erros seguidos (WOODS; HOCTOR; DESMOND, 1995; DENT, 1995; CRESPO, 1993). Contudo, têm-se ainda, basicamente, mais dois tipos de saques: o saque aberto com rotação lateral; e o saque contra o corpo do recebedor.

Um saque aberto com rotação lateral forçará um desequilíbrio do adversário no momento da recepção do mesmo. Este saque, quando executado de forma que fique muito próximo a linha lateral da área de saque, embora dificulte a geração de potência por parte do sacador, deslocará o receptor para longe do centro da quadra (WOODS; FERNANDES, 2001; DENT, 1995; SCHWARTZ; DAZET, 1998). Ao percorrer essa maior área o recebedor estará mais sujeito a cometer erros na devolução do saque, ou ainda facilitar o ataque ao sacador na bola próxima bola.

Por fim, o saque contra o corpo do oponente. Este último, mais fácil de acertar devido à menor chance de erros laterais à quadra, obriga o adversário a defender-se. Claro que, embora diminuam os erros de primeiro saque, não significa que o saque seja colocado mais facilmente onde se pretende, pois o mesmo deve ser direcionado muito próximo ao meio do corpo do oponente. Desta forma, se o sacador conseguir manter o saque sob o corpo do oponente manter-se-á, também, na ofensiva do ponto.

Além dessas vantagens, o sacador poderá esconder o tipo de saque que usará, dificultando ainda mais a recepção de saque por parte do adversário. Assim, o recebedor poderá apenas intuir em que direção a bola percorrerá. Além disso, o sacador tem duas tentativas para efetuar o saque sem nenhum prejuízo técnico para o jogo

(BALBINOTTI, 2003). Com todas essas vantagens mencionadas, o sacador possui maiores possibilidades de dominar os pontos desde o seu início. Em virtude disso, é mais frequente ver o sacador ganhando os pontos durante o seu game de saque.

2.3.4 A Iniciativa das Jogadas por Meio da Devolução de Saque

Quanto à devolução de saque, as opções do recebedor normalmente são limitadas pela eficiência do sacador. Para que se tenha alguma chance de êxito contra um sacador com bastante potência em seu saque, devolver a bola para a quadra de jogo da maneira que for possível pode ser a única opção (BOLLETTIERI, 1999; CRESPO; MILEY, 1999). Assim, durante o jogo, algumas condições favoráveis poderão aparecer e não deverão ser desperdiçadas.

As possibilidades abertas pelo sacador para que o recebedor realize uma boa jogada, devem ser usufruídas com a melhor eficiência possível. Se o sacador jogar com o segundo saque, o recebedor deverá tomar a frente do ponto (CRESPO, MILEY, 1999). Assim, a devolução poderá tomar um caráter ofensivo, contra-atacando o segundo saque. Desta forma, o jogador que irá receber o saque poderá efetuar um golpe ganhador, ou, até mesmo, golpes com ângulo cruzado acentuado, ou golpes longos na paralela, objetivando o desequilíbrio do sacador, para uma subida à rede, ou para uma bola curta (SAMMEL, 1995; SMITH, 1995).

Contudo, o recebedor poderá optar por golpes de prevenção ou construção. O jogador que receberá o saque poderá direcionar a bola às diversas partes da quadra, variando sua potência e rotação (CRESPO, MILEY, 1999). Estes golpes caracterizam-se pela profundidade e direção. As bolas cruzadas, paralela, ou golpeadas em direção ao corpo do adversário são as mais indicadas. Estas respostas ao saque visam tirar o sacador de sua situação de equilíbrio, buscando, também, reduzir os ângulos em que o adversário poderá colocar a bola. Assim, evita-se a continuação dos golpes ofensivos por parte do sacador.

Segundo Kopsic e Segal (1995), Lawrence (1995) e Sammel (1995) uma devolução de saque eficiente torna-se fundamental quando o objetivo é a competição esportiva. Devido sua complexidade e grau de incerteza, a resposta de saque deve ser

trabalhada com muita qualidade pelos jovens tenistas, ainda em processo de desenvolvimento.

2.3.5 A Iniciativa das Jogadas por Meio da Troca de Bolas de Fundo de Quadra

Quanto à troca de bolas, nessa situação a principal meta é a projeção da jogada de ataque antes que o adversário o faça. Atacando antes que o oponente o ataque, o jogador evitará situações de defesa ou contra-ataque, as quais poderiam dificultar a sua ação. Assim, a menos que seu adversário cometa muitos erros não forçados, recomenda-se a iniciativa do ataque (DENIAU, 1991; SAMMEL, 1995; SMITH, 1995; SCHÖNBORN, 1999).

Para melhor desequilibrar o adversário na quadra e buscar um modo ofensivo de jogo, é necessário que o jogador distribua os seus golpes de maneira que use a quadra inteira, mantendo a bola longe do centro da quadra. Para isso, além de deslocarem-se com muito empenho, os tenistas possuem quatro opções de golpes para afastar o seu adversário do ponto central de recepção: o golpe cruzado com muita rotação e ângulo acentuado, o golpe direcionado à paralela com pouco efeito e com profundidade, uma bola curta com *underspin*, próxima à rede, e, por fim, a subida à rede por meio de um golpe profundo com uma velocidade moderada (SCHÖNBORN, 1984b; SMITH, 1995; BARCLAY, 1995).

Sabendo disso, vê-se que parte determinante do desempenho em uma quadra de tênis depende de uma construção das jogadas condizente com suas variações e funções no momento do jogo. Para isso, as seleções de resposta no momento da partida necessitam de um amplo domínio das técnicas esportivas e são de fundamental importância na obtenção de um resultado positivo.

Contudo, é importante atentar-se, novamente, a necessidade de uma estruturação técnica-esportiva adequada ao desenvolvimento biológico de cada tenista. Ao analisar as etapas do desenvolvimento maturacional do indivíduo, percebe-se a relevância da realização de um treinamento esportivo gradual. Além disso, a complexidade das situações e a grande gama de jogadas existentes no esporte, fazem com que a formação de um tenista de alto rendimento seja desenvolvida a longo prazo. Assim, levando em consideração estes aspectos, as chances de se evitar um treinamento possivelmente

errôneo, estimulado por uma possível cópia do modelo adulto de treinamento, ou necessidade de resultados rápidos, caracterizando uma especialização técnica precoce dos jovens atletas, é bastante reduzida.

Em síntese, essa revisão de literatura buscou esclarecer o leitor acerca dos assuntos que se referem e contextualizam o tema da presente pesquisa. Dessa maneira, a seguir, apresentar-se-ão os procedimentos metodológicos utilizados para a realização do presente estudo.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O delineamento metodológico da presente pesquisa está situado nas áreas de estudo contempladas pela pesquisa descritiva (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2012). Mais precisamente, esse estudo se propõe a descrever as informações obtidas a partir de entrevistas. Flick (2009b) considera a entrevista um dos métodos predominantes na pesquisa qualitativa. Ressalta, ainda, que são encontradas diferentes formas de se entrevistar. No caso do presente estudo, utilizou-se o método de entrevista semiestruturado. Para Triviños (1987, p. 146), a entrevista semiestruturada tem relevância “porque esta, ao mesmo tempo em que valoriza a presença do investigador, oferece todas as perspectivas possíveis para que o informante alcance a liberdade e a espontaneidade necessárias, enriquecendo a investigação”. Além disso, é importante a utilização de um método de pesquisa que também permita ao pesquisador reformular, acrescentar e melhor explicar as questões relevantes ao estudo, qualificando-o ainda mais e garantindo resultados mais válidos (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2012).

Outro aspecto relevante à escolha da metodologia adotada para a presente investigação é o fato das entrevistas terem sido realizadas com especialistas na área do tema abordado. De acordo com Flick (2009b), pesquisas qualitativas envolvendo um público específico e entrevistas semiestruturadas podem aumentar a qualidade do estudo. Esse desenho de pesquisa caracteriza-se por constituir-se mais formal, com critérios previamente definidos, diferente do que normalmente se encontra em pesquisas qualitativas. Dessa maneira, a aplicação do estudo tornou-se relativamente constante, atribuindo, com maior probabilidade, as diferenças encontradas aos entrevistados, em vez de diferenças oriundas do procedimento de coleta de dados.

Por fim, legitimada a metodologia adotada para a realização do estudo, cabe salientar que a pesquisa descritiva baseia-se na premissa de que os problemas podem ser resolvidos e as práticas melhoradas através da descrição objetiva e completa do objeto em análise (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2012). Visto isso, a seguir buscar-se-á esclarecer de forma pormenorizada a metodologia adotada para o presente estudo.

3.1 PARTICIPANTES

Para Flick (2009a), a amostragem de pesquisas que contam com entrevistas é orientada a encontrar as pessoas certas, àquelas que tornam a sua experiência relevante ao estudo. Nesse caminho, viu-se nos treinadores a principal fonte de informações para descrever o treinamento da técnica funcional desempenhado por tenistas infanto-juvenis que apresentam altos resultados. Mais detalhadamente, foram entrevistados treinadores de tenistas das categorias “até 12 anos” e “até 14 anos”, masculino e feminino, participantes de competições oficiais de tênis e colocados até a 5ª posição no *ranking* infanto-juvenil da Federação Gaúcha de Tênis em sua respectiva categoria. O presente estudo contou com a participação de cinco treinadores dos principais centros de treinamento de tenistas infanto-juvenis de Porto Alegre, Rio Grande do Sul – Brasil, cumpridores dos referidos requisitos. As entrevistas foram realizadas no período de Setembro a Dezembro de 2012. Participaram do estudo somente treinadores com cinco anos ou mais de experiência no treinamento de tenistas infanto-juvenis. Optou-se por esse critério de tempo, pois, de acordo com Burden (1990), esse é o período em que o profissional atinge a fase de estabilização na carreira profissional. Com isso, acredita-se que o treinador que vivencia há pelo menos cinco anos o tênis infanto-juvenil competitivo de alto nível possui contribuições mais maduras sobre o treino técnico-esportivo do referido esporte.

3.2 ROTEIRO DE ENTREVISTA

Para melhor cumprir com os objetivos do estudo, o instrumento utilizado foi um roteiro de entrevista (APÊNDICE A) com uma série de questões previamente estabelecidas. A opção por este instrumento de pesquisa – roteiro semiestruturado de questões – se pauta no controle e padronização da condução das entrevistas que o mesmo fornece, bem como, na posterior facilidade de comparação das informações coletadas (FLICK, 2009b). Além disso, como se trata de uma pesquisa com especialistas – treinadores de tenistas infanto-juvenis de 11 a 14 anos –, a cerca de um tema de sua especialidade – o treinamento técnico –, a variação das informações relevantes ao estudo é restrita. Dessa forma, justifica-se o instrumento adotado embasado na sua especificidade de investigação, delimitando a abordagem do estudo, unicamente, ao tema tratado.

As questões formuladas embasaram-se nas seguintes categorias teórico-metodológicas propostas por Balbinotti e Motta (2009b): (1) A Técnica Funcional do Tenista: trata-se da classificação dos golpes que constituem o Tênis em dois grandes grupos – Golpes de Preparação (GP) e Golpes de Definição (GD); (2) As Iniciativas Básicas de Jogadas no Tênis: qualquer ponto que seja disputado em uma partida possui sua ação inicial de domínio a partir do Saque, Devolução de Saque ou da Troca de Bolas do Fundo da Quadra, tendo como origem os Golpes de Preparação ou os Golpes de Definição.

Além disso, completando o roteiro das entrevistas, fez-se uso de um “Questionário de Identificação das Variáveis de Controle (QIVC)” que tem por objetivo trazer informações dos participantes da pesquisa como: nome, idade, tempo que atua como treinador de tênis infanto-juvenil, número de atletas infanto-juvenis sob sua responsabilidade, o posicionamento no *ranking* FGT desses atletas infanto-juvenis, local de atuação profissional e formação profissional.

3.3 PROCEDIMENTOS ÉTICOS

Foram observadas as questões éticas inerentes à pesquisa com seres humanos conforme previsto na Resolução do Ministério da Saúde nº 196/1996. Conforme essa resolução, e de maneira geral, foram considerados os princípios de autonomia, beneficência, não maleficência e justiça (entre outros), bem como, apresentado um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, no qual, por sua vez, constou o tema e o objetivo geral da pesquisa na qual ele se insere (estudo para a realização de uma dissertação de mestrado no Programa de Ciência do Movimento Humano da UFRGS) e como o treinador poderia participar. Foi explicado ainda aos treinadores que os mesmos poderiam optar por não participar (se assim o desejassem), ou (no caso de participar) não querer que seus dados fossem utilizados no estudo. Por fim, acordou-se com os participantes o respeito aos critérios de confidencialidade e privacidade, mantendo suas identidades em sigilo e utilizando apenas as informações que os treinadores concordassem em expor.

Cabe ressaltar que a presente pesquisa faz parte de um projeto maior – “projeto guarda-chuva” –, denominado: *O Treinamento Desportivo Infanto-Juvenil: um estudo*

exploratório com os atletas brasileiros, e que o mesmo já foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul sob número de protocolo 2007721.

3.4 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

Com o intuito de realizar a localização inicial dos potenciais participantes do estudo, o pesquisador acessou o *ranking* das categorias “até 12 anos” e “até 14 anos”, masculino e feminino, da Federação Gaúcha de Tênis, por intermédio do portal eletrônico da referida instituição. Assim, foi possível identificar os tenistas colocados entre os cinco primeiros em cada categoria e, por meio deles, descobrir seus locais de treinamento e, com isso, seus treinadores. O primeiro contato com os treinadores foi realizado ou por telefone, ou por e-mail. Já no primeiro contato foram esclarecidos os objetivos do estudo e, também, questionado ao treinador o seu interesse em participar da pesquisa. Aos treinadores que concordaram em participar do estudo foi feito o agendamento da entrevista, que teve a data, o horário e o local determinados pelo próprio entrevistado. Em alguns casos a entrevista foi remarcada, por e-mail ou telefone, em virtude de compromissos por parte dos entrevistados. No momento da entrevista foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para que o treinador registrasse o seu consentimento em participar do estudo. Além disso, utilizou-se um breve período de tempo (aproximadamente 10 minutos) para melhor elucidar o entrevistado sobre o conceito de técnica funcional do tenista de acordo com o estudo. A seguir, com o conceito de técnica funcional esclarecido e as dúvidas por parte do entrevistado sanadas, iniciou-se com as questões relevantes ao mérito da pesquisa. O tempo que cada participante utilizou para responder à entrevista variou entre 35 a 60 minutos. Cabe salientar que a aplicação da entrevista foi realizada de forma individual, sempre pelo mesmo entrevistador/pesquisador, e foi gravada para que não fossem perdidos dados importantes. Após a gravação da entrevista, feita através de gravador digital de áudio, a mesma foi transcrita pelo próprio pesquisador/entrevistador. Durante a transcrição das entrevistas foi mantida a linguagem informal falada, porém, foram retiradas expressões correntes da língua que poderiam induzir a interpretações pejorativas quando em linguagem acadêmica. Concluídas as transcrições, as mesmas foram entregues em mãos para os participantes a fim de que verificassem e

autorizassem o uso dos documentos, podendo realizar alterações caso assim julgassem necessário. Os critérios adotados para o recrutamento e compilação dos dados finais foram os seguintes: treinadores com cinco anos ou mais de experiência no treinamento de tenistas infanto-juvenis e que estivessem treinando tenistas ranqueados entre os cinco melhores das categorias “até 12 anos” e “até 14 anos”, masculino e feminino, do *ranking* da Federação Gaúcha de Tênis.

Por fim, conforme acordado com os participantes, foram respeitados os critérios de confidencialidade e privacidade, mantendo suas identidades em sigilo e utilizando apenas as informações que os participantes concordaram em expor.

3.5 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DOS DADOS

Após a autorização dos participantes para utilizar o documento transcrito, realizou-se a codificação e a categorização dos dados oriundos das entrevistas a fim de analisá-los. De acordo com Flick (2009a), essa é a forma mais destacada de analisar os dados oriundos de entrevistas. Assim, foram localizadas as partes relevantes dos dados, analisando-os através de comparações entre os diferentes participantes nos diversos tópicos/categorias presentes no estudo, dando-lhes nomes e classificações. Realizada essa primeira etapa, obteve-se uma estrutura dos dados, propiciando uma visão abrangente acerca do tema tratado, bem como uma visão sobre cada categoria presente no estudo.

No segundo momento, iniciou-se a interpretação de significado dos dados, assim como uma análise profunda dos depoimentos registrados de modo a relacionar com os objetivos da investigação (FLICK, 2009a). Assim, realizou-se a comparação das respostas entre os entrevistados, buscando diferenças e semelhanças entre os depoimentos para cada categoria presente no estudo. Por fim, foi feita a descrição dos dados e, juntamente a isso, a interpretação e reflexão a respeito dos mesmos com base nos depoimentos e na revisão de literatura.

4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Descritos os procedimentos metodológicos utilizados para realização do estudo, os dados, análises e discussões apresentar-se-ão a seguir. Para melhor detalhar e compreender as informações oriundas desta investigação, cada grupo de iniciativas de jogadas – Saque, Devolução de Saque e Troca de Bolas do Fundo da Quadra – será analisado e discutido em separado. Ainda dentro de cada uma dessas dimensões abordar-se-ão as jogadas respectivas aos Golpes de Preparação e, logo após, àquelas relacionadas aos Golpes de Definição. Por fim, serão observadas as diferenças do treinamento da técnica funcional conforme as categorias “até 12 anos” e “até 14 anos”, conforme o *ranking* e conforme o sexo dos jovens tenistas, além disso, serão feitas considerações sobre o planejamento e estruturação do treinamento da técnica funcional do tenista.

4.1 A INICIATIVA DE JOGADAS POR MEIO DO SAQUE

Com o intuito de seguir a mesma estrutura do roteiro de entrevista, a apresentação dos resultados terá seu início com as iniciativas de jogadas por meio do saque. Dessa forma, observou-se que o treinamento dessa iniciativa de jogada voltou-se majoritariamente aos Golpes de Preparação (GPs) – *Saque para o Domínio do Ponto do Fundo da Quadra* e *Saque com Variações de Potência e Rotação*. De acordo com os treinadores, no que diz respeito à jogada *Saque para o Domínio do Ponto do Fundo da Quadra* (jogada treinada com alta frequência), os motivos para que essa jogada tenha uma maior frequência de treinamento são: (a) acontece mais durante o jogo (competição); (b) apresenta uma tática de jogo mais segura e eficaz; (c) saque ainda não completamente automatizado; (d) menor probabilidade de jogar com o segundo saque; (e) durante a fase de formação do tenista todos os aspectos técnicos devem ser treinados. Alguns trechos das entrevistas que ilustram bem tais justificativas são:

- ENTREVISTADO C: *Essa é uma jogada que nós utilizamos um pouco mais. Como acontece um pouco mais no jogo, nós treinamos um pouco mais também.*
- ENTREVISTADO B: *[...] preferimos que eles coloquem 70 a 80% de força no primeiro saque para que não dependam tanto do segundo saque.*

- ENTREVISTADO E: *Esse sim, porque com ele você acaba trabalhando os ângulos. Trabalha o saque preparando para fazer o que uns chamam de 1ª bola e outros de 2ª bola, no caso seria a 2ª bola, o saque e a 2ª bola. Saque para trabalhar o ponto, já começando com um golpe dominando o ponto. Esse nós fazemos com frequência, com bastante frequência.*
- ENTREVISTADO A: *Esse é o que nós mais treinamos. [...] Nós temos como uma estratégia do grupo dominar o ponto.*
- ENTREVISTADO D: *Eu acredito que na formação tem que ter tudo junto. Quanto mais específico for o treinamento, de repente você pode treinar mais coisas, mas como é formação, só se você tiver tempo.*

No que diz respeito ao *Saque com Variações de Potência e Rotação* (jogada treinada com média a alta frequência), as principais razões que justificam essa frequência de treinamento são: (a) os efeitos auxiliam os mais jovens a contrapor a falta de força (potência) nos saques; (b) as variações dos efeitos do saque colaboram para ludibriar o adversário durante uma partida; (c) auxilia no aumento do controle sobre o saque (direcionamento e precisão). Alguns trechos das entrevistas que apontam para esse caminho são:

- ENTREVISTADO E: *Então, essa jogada é com frequência que nós treinamos. Até porque como eles não têm força, usa-se a parte dos efeitos, seja no saque ou mesmo no fundo.*
- ENTREVISTADO B: *Nós trabalhamos muito a rotação com 11 e 12 anos, muita rotação de bolas. Variação de direção nós também trabalhamos com 11 e 12 anos, mas já nos 13 e 14 anos não temos mais a pontualidade de trabalhar a rotação da bola, pois isso já está implícito neles, é automático. É uma consequência do trabalho bem feito nos 11 e 12 anos. Então, com essa rotação bem solidificada, o direcionamento fica muito mais simples. Aí trabalhamos o saque aberto, saque no corpo e saque fechado.*
- ENTREVISTADO A: *Isso é muito importante. Porque entra na parte de estratégia e inteligência do jogador. Ele vai lá e dá uma 'winner', vai lá e saca alto, vai lá e saca no meio, saca curto, saca com ângulo. Aí já é um super domínio. E, dessa forma, ele deixará o adversário pensando: O que será que vai acontecer agora?*
- ENTREVISTADO C: *Eu busco trabalhar bastante a variação do saque. Isso eu penso ser super importante. Eu penso que essa é a principal qualidade que o sacador pode ter: conseguir sacar de várias maneiras sem fazer com que o devolvedor possa ter a leitura antecipada do golpe.*

Ainda em relação às iniciativas de jogadas por meio do saque, porém, no que se refere às jogadas que envolvem os Golpes de Definição (GDs) – *Saque como Golpe Vencedor* e *Saque para a Aproximação à Rede*, ambas as jogadas apresentaram-se com pouca a média frequência de treinamento. De acordo com os treinadores, no caso do *Saque como Golpe Vencedor*, os principais motivos para a frequência de treinamento observada são: (a) as características físicas dos jogadores (pouca estatura e/ou força limitam a execução e êxito do saque como golpe vencedor); (b) a execução técnica do movimento ainda não está plenamente formada, dificultando a prática dessa jogada; (c) a necessidade de deixar os jogadores com uma maior regularidade no fundamento saque (deixá-los mais seguros e confiantes para sacar, fazendo com que não incorram em duplas-faltas ou joguem em desvantagem devido a um segundo saque defensivo). Cabe ressaltar que os treinadores revelaram que o treinamento da presente jogada também está relacionado à individualidade do jogador. Nesse sentido, afirmam que a frequência de treinamento dessa jogada pode ser maior ou menor de acordo com as características do tenista, como por exemplo, altura, força e facilidade para sacar. Ainda assim, alguns trechos representativos das justificativas dos treinadores para a frequência da presente jogada são:

- ENTREVISTADO A: *Em função de duas coisas: primeiro que o biótipo – a parte física – deles ainda não está pronto. Eles irão crescer mais, irão ficar mais altos, mais fortes, mais rápidos. Então, aí será a hora de querer essa agressividade maior. E também por maturidade, porque crianças, que eles ainda são, na hora que eles têm que acelerar um pouco, às vezes, eles se afobam. Então, eles podem, nesse momento, cometer um erro técnico, um erro de ‘toss’, um erro de ‘time’.*
- ENTREVISTADO B: *Apenas um número pequeno de crianças que se pode trabalhar o saque como golpe vencedor de 11 a 14 anos. Em princípio, nós trabalhamos o saque como golpe vencedor, com a intenção real de sacar para ganhar o ponto, com os jovens de 13 a 14 anos. Isso, por que é muito mais complicado, em função de força e ainda do aprimoramento da mecânica do golpe, trabalhar o saque como um golpe vencedor com 11 e 12 anos. [...]Por que, normalmente, devido à altura deles, eles não conseguem ter um saque eficiente e muito menos eficaz, óbvio.*
- ENTREVISTADO C: *Com frequência. Não é o tipo de saque que eu mais treino nessa faixa etária. Eu acredito que existam alguns fatores técnicos do saque que, se eu acabar inculcando muito neles essa história de só querer sacar o saque vencedor, talvez eles não tenham aquele saque que seja mais voltado a construção de jogadas, ou um saque que eles tenham mais segurança em*

utilizar. [...] E até porque, nessa idade ainda, eles não têm uma força muito grande para conseguir dar um saque com muita força a ponto de conseguirem fazer muitos ‘aces’.

- ENTREVISTADO D: *Eu treino o saque como golpe vencedor com uma frequência média, duas vezes na semana ou até mais. Eu acredito que o saque vencedor é importante, é o nosso “cartão de visitas”.*
- ENTREVISTADO E: *De 11 a 14 anos existe uma diferença de tamanho e força. Então, um menino ou uma menina de 11 ou 12 anos não terá força para fazer um saque ganhador. Por isso, acabamos treinando um saque ganhador limitado pelo fato de eles não terem força ainda – com 11 e 12 anos. Com 13 anos nós já temos algum aluno que já é um pouco maior, então, esse aluno já consegue ter um saque ganhador. Então, na média, o saque vencedor é treinado com pouca frequência. Justamente pelo fato do tamanho deles.*

Já no que se refere à última jogada das iniciativas por meio do saque, o *Saque para a Aproximação à Rede*, as razões que levam a essa frequência de treinamento são: (a) ao pouco uso em situações de jogo, tanto no modelo profissional como, principalmente, na categoria em que se encontram atualmente (“até 12 anos” e “até 14 anos”); (b) ao tamanho dos jogadores em relação à quadra (apresentam-se com uma estatura pequena em relação ao tamanho da quadra e, por isso, geralmente apresentam desvantagens quando estão posicionados próximo à rede em uma situação de jogo); (c) ao treinamento, principalmente até os 12 anos, ser realizado de maneira global, pois a criança ainda está no processo de formação técnica dos golpes e necessita uma formação ampla. Os trechos da entrevista que expõem tais justificativas são:

- ENTREVISTADO A: *O saque para aproximação à rede é muito interessante. Utilizamos o tênis profissional como uma base, como um modelo. E, mesmo no tênis profissional, que são atletas de alto nível, não vemos praticamente ninguém fazendo saque e voleio no jogo de simples. Poucos tenistas fazem isso e, mesmo os que fazem, durante uma partida, fazem com uma percentagem baixa. Porque aí entra o caso dos bons devolvedores que os jogadores se tornaram. Porém, eu uso o saque e voleio nos treinos, sim. Porque o saque que usamos para subir à rede – para sacar e volear – é um saque tático, alto e com bastante efeito, para eu poder criar tempo e poder avançar na quadra e ganhar espaço. Esse é um super treino para desenvolver o seu segundo saque.*
- ENTREVISTADO B: *Utilizamos bastante! Principalmente com as crianças que já têm a perspectiva tática um pouco mais acentuada que é a gurizada de 13 a 14 anos, mas já induzimos a criança mais competitiva de 11 a 12 anos. Então, usamos muito o saque alto no ‘backhand’ indo à rede, sim, nos 13 e 14 anos, em situações bem pontuais: 40-15, 40-0, ganhando 5 ‘games’ a 0, início*

de game, ganhando 4 a 1 e início de 'game'. E na gurizada de 11 a 12 anos, teoricamente já tentando direcionar o saque, não o saque e rede, mas que abra o saque para criar um espaço do outro lado.

- *ENTREVISTADO C: O saque e voleio nós também treinamos. Não tão frequente quanto essa jogada, subindo na segunda bola. Mas também treinamos com uma frequência mensal. Colocamos dentro do nosso planejamento mensal, pelo menos uma semana com esse objetivo. Nessa semana, treinamos as jogadas que nós chamamos de jogadas especiais: saque e voleio, 'drop shot', 'slice' e outras jogadas. Porque, hoje em dia, são jogadas que não são muito usadas. O jogo foi ficando mais para trás. Ainda mais nessa faixa etária. Eles jogam mais frequentemente indo para trás, com maior margem de segurança. Até pelo material, as raquetes acabaram dando maior facilidade ao devolvedor para realizar melhores devoluções. Então, não são jogadas que são muito usuais durante um jogo.*
- *ENTREVISTADO D: Nós treinamos também com frequência média. Eu acredito que sempre tem que treinar tudo. Tem que conseguir fazer bastante coisa todos os dias. Não só um dia faz tal coisa e no outro dia faz outra coisa.*
- *ENTREVISTADO E: O que acontece é que aqui já fica um pouco diferente no planejamento do treinamento de uma criança de 12 anos para uma criança de 14 anos, voltando para a parte de crescimento físico deles. Nós temos um menino que hoje está em 5º do estado, ele é um menino que saca e voleia muito bem. Ele já vem também de um estímulo de jogar dupla no final de semana, entre outras coisas. Então, ele é um cara que saca e voleia, ele tem condição, pela formação dele, de fazer esse tipo de treinamento. Não que nós não estimulemos os que não conseguem, nós estimulamos, mas, no caso da menina que eu citei antes, os dois de 12 anos que nós temos, que são número 1 do estado, eles sabem voar, nós treinamos voleio com eles, treinamos o saque e voleio não com tanta frequência porque no jogo acontece muito pouco. O jogo deles é basicamente um jogo de base, de fundo de quadra, com pouca chance de voar, até porque eles são menores e a bola quica muito alto. Eles ainda são pequenos em relação à quadra. Porque a quadra, aquele espaço, no momento em que virou oficial, não importa se a criança tem 10 ou 18 anos, é o mesmo espaço e tipo de bola.*

Realizada a apresentação dos resultados oriundos das iniciativas básicas de jogadas por meio do saque, cabe, nesse momento, discuti-las. Ao analisar os resultados obtidos através das iniciativas básicas de jogadas por meio do saque, observou-se que, de uma maneira geral, há uma maior predileção às iniciativas de jogadas que envolvem os Golpes de Preparação. Essas são relevantemente mais treinadas do que as iniciativas de jogadas que envolvem os Golpes de Definição. Tal característica evidencia um desequilíbrio no treinamento dessas iniciativas.

Nesse caminho, embora os Golpes de Preparação originários do saque – *Saque para o Domínio do Ponto do Fundo da Quadra* e *Saque com Variações de Potência e Rotação* – sejam treinados com uma frequência adequada, o treinamento dos Golpes de Definição – *Saque como Golpe Vencedor* e *Saque para a Aproximação à Rede* – possui uma frequência de treino insuficiente. De acordo com Balbinotti (2004), o treino especializado em algumas jogadas em detrimento de outras pode diminuir acentuadamente o potencial técnico-esportivo do atleta para o desempenho futuro. Desse modo, considerando a relevância dos achados e suas possíveis consequências ao treinamento infanto-juvenil de tenistas filiados à Federação Gaúcha de Tênis, cabe discutir as razões prestadas pelos treinadores que determinam o desequilíbrio do treinamento das ações técnico-táticas do tenista.

No entanto, primeiramente cabe revelar que o Entrevistado D, diferentemente dos demais, afirmou treinar todas as iniciativas de jogadas por meio do saque com a mesma frequência. O referido treinador justificou sua resposta afirmando que os jovens tenistas ainda encontram-se em processo de formação e, de acordo com o mesmo “*Eu acredito que na formação tem que ter tudo junto. Quanto mais específico for o treinamento, de repente você pode treinar mais coisas, mas como é formação, só se você tiver tempo*”. De acordo com Schönborn (1999), já nesta etapa devem treinar-se jogadas completas, inclusive jogadas de saque e voleio. Nessa mesma perspectiva, de acordo com Cayer (1998), antes de desenvolver um estilo específico de jogo, os jovens tenistas devem ser expostos a diferentes opções de estilos de jogos. Os treinadores deverão focar no desenvolvimento de uma técnica sólida baseada nas situações táticas presentes na modalidade (ROETERT; HARMON, 2006). Se o treinador escolher apenas um estilo de jogo ele poderá forçar o jovem tenista a uma maneira de jogar que não lhe agrada e/ou não está de acordo com suas condições físicas (CAYER, 1998). Além disso, desenvolver um jogo completo permitirá ao jogador melhor ajustar-se à estratégia do seu oponente (AUSTIN, 1980). Sendo assim, durante a etapa de formação de jovens tenistas o objetivo do treinador é oportunizar um ensino completo das ações técnico-táticas presentes na modalidade, porém, de acordo com os relatos dos treinadores entrevistados, (mesmo o Entrevistado D, que afirmou treinar todas as iniciativas de jogadas por meio do saque com igual frequência), existem algumas dificuldades para que o treinamento se desenvolva dessa maneira.

Nesse caminho, a quadra de saibro pode contribuir para o desequilíbrio do treinamento das iniciativas básicas de jogadas por meio do saque. De acordo com o Entrevistado E, *“Esse aqui, de saque e aproximação à rede, dependendo da época do ano nós fazemos com mais ou menos frequência. Vai depender muito da época. E nós temos pouquíssimas competições em quadra dura. Lá (quadras rápidas), acontece muito mais essa situação, porque o ambiente está colaborando e conspirando para que aconteça. Então, isso também vai muito da nossa formação, principalmente no sul do Brasil, que só tem quadra de saibro. [...] Então, o jogo acaba sendo um jogo mais de base, de fundo de quadra.”* Segundo Balbinotti (2004), o predomínio dos golpes de preparação encontrado é compreensível em virtude do tipo de superfície em que os tenistas treinam e competem, tendo em vista que as quadras de saibro apresentam uma velocidade de jogo mais baixa que de outras superfícies. Não obstante, normalmente o jogador que é bem-sucedido nesse tipo de superfície apresenta um jogo mais consistente e com golpes de fundo de quadra mais fortes (JARAMILLO, 2012). Por outro lado, outra característica frequente de jogadores especialistas em quadras de saibro é um menor foco no desenvolvimento de seu serviço e no jogo de rede (MARTINEZ 2002). Com isso, embora o treinamento dos jovens tenistas esteja condizente ao estilo de jogo praticado em quadras de saibro, não é indicado enquanto os mesmos encontrarem-se em processo de formação. Percebe-se, então, a necessidade de variar de uma forma homogênea as competições infanto-juvenis de tênis no que diz respeito ao tipo das superfícies.

Outro fator citado durante a pesquisa como um dos colaboradores para uma menor predileção ao treinamento dos Golpes de Definição a partir do saque, diz respeito ao modelo profissional e, principalmente, às partidas infanto-juvenis. De acordo com o Entrevistado A *“O saque para aproximação à rede é muito interessante. Utilizamos o tênis profissional como uma base, como um modelo. E, mesmo no tênis profissional, que são atletas de alto nível, não vemos praticamente ninguém fazendo saque e voleio no jogo de simples. Poucos tenistas fazem isso e, mesmo os que fazem, durante uma partida, fazem com uma percentagem baixa.”* Nesse mesmo caminho, o Entrevistado C relata *“Porque, hoje em dia, são jogadas que não são muito usadas. O jogo foi ficando mais para trás. Ainda mais nessa faixa etária. Eles jogam mais frequentemente indo para trás, com maior margem de segurança. Até pelo material, as raquetes acabaram*

dando maior facilidade ao recebedor para realizar melhores devoluções. Então, não são jogadas que são muito usuais durante um jogo.” Corroborando com os relatos dos treinadores, Groeneveld (2002) afirma que o jogo de tênis mudou, mas que nenhum fator em particular pode ser responsabilizado pela destruição efetiva dos jogadores de rede. Afirma ainda que fatores tecnológicos empregados no desenvolvimento de raquetes e cordas, bem como as alterações feitas no peso e tamanho das bolas e jogadores mais bem preparados fisicamente, podem ser alguns dos fatores que colaboram para essa situação. Nessa perspectiva, Piles e Crespo (2012) afirmam que a velocidade da bola durante o jogo de tênis está maior e, além disso, os jogadores estão desempenhando, tanto com o *forehand* como com o *backhand*, golpes praticamente iguais. Não obstante, os referidos autores (2012) afirmam que os jogadores profissionais especialistas nas quadras de saibro apresentam uma menor dificuldade quando precisam fazer a transição de uma superfície para outra. Neste contexto, com as competições a partir dos 10 anos de idade sendo disputadas em quadras oficiais e com bolas oficiais, entende-se que é natural os treinadores basearem-se no modelo adulto de competição já a partir dessas categorias. Até porque, além das características apresentadas, os jovens tenistas enfrentam mais um agravante que, de acordo com os treinadores, é o principal obstáculo para executar os Golpes de Definição a partir do saque.

De acordo com os treinadores entrevistados, o principal fator mencionado como responsável pelo desequilíbrio das jogadas iniciadas a partir do saque diz respeito às características físicas dos atletas infanto-juvenis. A baixa estatura e a baixa produção de força por parte dos jovens atletas tornam-se um empecilho na prática dos Golpes de Definição iniciados por meio do saque. Como relata o Entrevistado B *“Apenas um número pequeno de crianças que se pode trabalhar o saque como golpe vencedor de 11 a 14 anos. Em princípio, nós trabalhamos o saque como golpe vencedor, com a intenção real de sacar para ganhar o ponto, com os jovens de 13 a 14 anos. Isso, por que é muito mais complicado, em função de força e ainda do aprimoramento da mecânica do golpe, trabalhar o saque como um golpe vencedor com 11 e 12 anos. [...] Por que, normalmente, devido à altura deles, eles não conseguem ter um saque eficiente e muito menos eficaz, óbvio.”* Indo ao encontro do presente relato, Balbinotti et al. (2005) afirmam que a insuficiente força física dos jovens para imprimir potência nos

golpes e a imaturidade da construção técnica dos golpes são as principais limitações para se obtenha sucesso no desempenho dos Golpes de Definição. Porém,

[...] considerando o alto grau de dificuldade na execução dos GD, não é possível acreditar que o trabalho que inicie na fase adulta pode ser bem sucedido. Jamais será possível conseguir o domínio da bola com potência e precisão, principal característica de qualidade da performance de GD, sem a quantidade de repetições exigida para a obtenção da maturidade do gesto técnico-desportivo (BALBINOTTI et al., 2005, p. 57).

Com isso, observa-se que mesmo com os treinadores esforçando-se para que esses jovens tenistas desenvolvam-se de uma maneira ampla – com uma formação completa das iniciativas de jogada por meio do saque – segundo o Entrevistado A “*De acordo com as dimensões da quadra, eles ainda não têm o domínio total da quadra. A quadra ainda é grande para eles. Embora se movimentem legal, não sejam baixos, têm uma estatura boa, dentro do padrão da idade. Mas com certeza que, se a quadra fosse menor, ou a rede mais baixa, ou a área de saque maior, seria muito mais fácil.*” Porém, como relata o Entrevistado E, “*no momento em que virou oficial, não importa se a criança tem 10 ou 18 anos, é o mesmo espaço e tipo de bola*”. Até mesmo o Entrevistado D, que afirmou treinar todas as iniciativas de jogadas com a mesma frequência, revelou que “*Mas eu acho que é difícil fazer esse exercício, no caso de subir à rede e tudo isso, comparando com uma criança de 12 anos pequeninha*”. Nesse contexto, parece mesmo difícil, principalmente para um jovem de 11 a 13 anos, praticar os Golpes de Definição a partir do saque, tendo em vista que o mesmo já pratica a modalidade dentro das mesmas condições (dimensões de rede e de quadra e tipo de bola) do esporte adulto, mas ainda sem as capacidades físicas (estatura e força) adequadas para tal.

Por fim, observa-se que, ao mesmo tempo em que a literatura especializada sugere um aprendizado diversificado das ações técnico-táticas do saque presentes em uma partida durante o treinamento de jovens tenistas, há uma dificuldade em conciliá-las, principalmente em razão da configuração – regras aplicadas – em que o tênis está sendo praticado por esses jovens atualmente.

4.2 A INICIATIVA DE JOGADAS POR MEIO DA DEVOUÇÃO DE SAQUE

No que se refere às jogadas iniciadas por meio da devolução de saque, os Golpes de Preparação (GPs) – *Devolução de Saque para o Domínio do Ponto do Fundo da Quadra* e *Devolução de Saque com Variações de Potência e Rotação* – apresentaram-se ligeiramente mais treinados. Contudo, uma jogada em especial teve grande destaque sob as demais jogadas pertencentes a esse grupo. De acordo com os treinadores, a *Devolução de Saque para o Domínio do Ponto do Fundo da Quadra* (jogada treinada com alta frequência) é deveras importante no treinamento de tenistas infanto-juvenis devido aos seguintes motivos: (a) seu uso promove um melhor desenvolvimento da parte tática e do raciocínio de jogo por parte do jogador; (b) aumento da consistência de jogo (volume de jogo), utilizando uma forma mais segura de neutralizar a iniciativa do sacador durante os jogos; (c) as quadras de saibro são mais lentas e favorecem a devolução de saque para domínio do ponto. Os relatos que podem bem ilustrar tal achado são:

- ENTREVISTADO A: *Devolução de saque para o domínio do ponto do fundo da quadra. Bom, acho que esse é o caminho. Esse é o que eu treino mais.*
- ENTREVISTADO B: *Quando estamos treinando o segundo saque, nós pedimos para os alunos entrarem atacando. O nosso ataque é sempre a 80%. Nós sempre tentamos deixar uma margem na cabeça das crianças, e também uma margem de segurança em função das linhas.*
- ENTREVISTADO C: *Essa é uma jogada que nós trabalhamos bastante, que é a devolução que eu comentei antes: alta, funda e no meio. Bastante altura da rede e profundidade. A partir dessa devolução o jogador deve começar a fazer a construção da jogada. Essa jogada nós treinamos praticamente diariamente.*
- ENTREVISTADO D: *Aí sim, pode ser uma devolução alta, não tão agressiva, não precisa abrir muito ângulo e com uma boa profundidade também. Treino com uma frequência média. Média para alta. Devolução é importante.*
- ENTREVISTADO E: *Hoje nós treinamos muito mais – com maior frequência – a devolução central, para começar a ter o domínio do ponto já com a devolução, [...] Nós treinamos essa maior consistência de entrar no ponto, de botar o saque e de sair uma devolução para acontecer o ponto, até para eles desenvolverem a parte tática.*

No que diz respeito à segunda jogada pertencente aos Golpes de Preparação envolvendo a devolução de saque, a *Devolução de Saque com Variações de Potência e*

Rotações, a mesma apresentou uma frequência média de treinamento. Os motivos que levam os treinadores a realizar o treinamento dessa jogada com tal frequência são: (a) a efetividade das variações de altura (mais ou menos *top spin*) nas devoluções, que auxiliam a neutralizar a iniciativa ofensiva por parte do sacador; (b) o jogo infanto-juvenil (competição) atualmente é praticado muito mais com *top spin* alto; (c) o sacador não consegue, nessa faixa etária, gerar força o suficiente para o devolvedor utilizar o recurso da devolução de *slice*, com isso, os treinadores preferem instruir a devolução de *top spin*. Os trechos das entrevistas que ilustram as razões dessa frequência de treinamento são:

- ENTREVISTADO A: *Se for devolução de primeiro saque, continua com a ideia de entrar bem no ponto. Se for devolução de segundo saque, uma coisa que eu tenho pedido para eles é jogar com altura. Porque também os jogadores juvenis são muito iguais e batem muitas bolas iguais. [...] Eu não vejo gente fazendo saque e voleio, eu não vejo bola esquerda angulada e depois um 'drop'. Não vejo curta – 'drop shot' – não vejo. O que se vê é que são poucos os que fazem. A maioria dá uma bomba no primeiro saque, o segundo saque é um 'kick serve', entra no ponto, rali de fundo de quadra, direita e esquerda – isso eles são craques – direita e esquerda de fundo de quadra com 'top spin'. [...] Eu preciso, também, jogar de acordo com aquilo que eu irei enfrentar. Se eu encontro adversários que têm esse padrão, e como eu ainda observo que os meus jogadores ainda estão defasados em alguns aspectos técnicos – eles poderiam estar um pouco melhores – eu não posso, embora acredite que seja esse o caminho, inventar muita coisa. Eu tenho que prepará-los para jogar ponto longo, para jogar com trocas de bolas de esquerda com 'top spin' de fundo, porque senão, ou eles ganharão de 6 x 0, ou eles perderão de 6 x 0. É muito arriscado. Então eu os mantenho no padrão com uma ideia de variações. Mas eu tenho que desenvolver esse padrão de jogo que eles geralmente irão encontrar, se eu não tenho o meio do caminho, eu estou perdido, pelo menos em matéria de competição.*
- ENTREVISTADO B: *Nós temos uma coisa muito boa para trabalhar com eles que é a segunda rede. No caso do primeiro saque, as crianças (sacadores) devem tentar fazer com que o saque passe entre as redes, mas a devolução é por cima. No segundo saque, o sacador deve fazer com que a bola passe por cima da segunda rede e o devolvedor deve tentar fazer com que a devolução passe por entre as redes.*
- ENTREVISTADO D: *Bom, é treinado com uma frequência média para alta. Os exercícios de variação são feitos falando o tipo de devolução que eu quero que eles executem. Por exemplo, eu digo para eles levantarem a bola, ou efetuarem um 'slice', ou colocarem a devolução no meio, ou baixarem a devolução, ou, ainda, se vier um saque mais aberto digo que eles podem angular mais também.*

- ENTREVISTADO E: *Potência, sim. Porque vai colocar uma bola mais alta com spin, outra com mais velocidade, procurando uma margem de segurança boa. Mas as devoluções com troca de efeito, que seria principalmente de 'slice', eles não sacam tão forte para exigir uma devolução que eles tenham que fazer o 'slice'. E hoje, o golpe com as duas mãos chega quase a anular a devolução com 'slice', porque eles conseguem tempo. Eles têm um tempo de reação mais rápido, então não precisa ter o 'slice'.*

Em relação ao segundo grupo de jogadas – Golpes de Definição – referente à devolução de saque – *Devolução de Saque como Golpe Vencedor e Devolução de Saque para Aproximação à Rede* – segundo os treinadores, é treinado com média frequência. No caso da *Devolução de Saque como Golpe Vencedor*, as razões para essa frequência de treinamento devem-se: (a) ensinar ao jogador que, no caso da devolução de segundo saque, ele deve pressionar já a partir da devolução; (b) ensinar ao jogador que dependendo do *score* do jogo ele poderá arriscar mais ou menos a partir da devolução; (c) erram muito quando tentam essa jogada. Isso ocorre muito em função de, no momento da execução do golpe os jogadores estarem afobados. Alguns trechos das entrevistas que ajudam a esclarecer tais justificativas são:

- ENTREVISTADO A: *Então, como um golpe vencedor, a primeira coisa que você deve observar é se o seu jogador tem capacidade de realizar um golpe vencedor. E, se ele tem a capacidade, ver se ele é eficaz. Porque aí entra naquilo que eu já falei quanto ao saque. Pelo o fato de eles quererem fazer o ponto ser tão curto, eles pifam. Eles, não só os meus, mas todos os outros. [...] Eles são estimulados, mas eles têm que entender que existe um ponto sensível aí. Porque no tênis acontece o seguinte: o ponto que você deixa de fazer, você não só deixa de fazer, como o seu adversário ganha o ponto para ele. [...] Então, claro que devolver o segundo saque para 'winner', mas primeiro vê bem como é que está o 'score'.*
- ENTREVISTADO B: *A pressão na devolução do segundo saque é algo que nós pedimos sempre. Agora, para ganhar o ponto, é relativo ao momento do atleta na partida, se ele está confortável ou não com seus golpes.*
- ENTREVISTADO D: *A frequência também é média. Tudo eu faço, ou tento fazer, com uma frequência média na semana. E não deixar muito uma coisa, ou muito outra coisa.*
- ENTREVISTADO E: *Então, hoje, a gente treina muito mais – com maior frequência – a devolução central, para começar a ter o domínio do ponto já com a devolução, do que uma devolução que busque o 'winner'. Até porque eles erram muito.*

No que diz respeito à quarta possibilidade de iniciativa de jogada envolvendo a devolução de saque, a *Devolução de Saque para Aproximação à Rede*, os treinadores variaram suas respostas entre pouca e média frequência de treinamento. De acordo com os treinadores, as razões devem-se aos seguintes motivos: (a) os jovens tenistas ainda não estão prontos tecnicamente; (b) é utilizado para praticar o *slice* (c) é utilizado para ensinar o atleta que ele pode pressionar o adversário também na devolução e que essa jogada pode ser utilizada como fator surpresa em determinadas situações da partida; (d) jogo atual demanda um maior aperfeiçoamento de fundo de quadra do que de rede; (e) tipo de superfície (saibro) dificulta o treinamento, pois obter êxito ao executar essa jogada torna-se mais difícil; (f) tamanho dos atletas (como são menores, não conseguem cobrir o espaço da quadra para realizar uma devolução e subir à rede). Abaixo seguem algumas passagens das entrevistas que podem ilustrar tais justificativas:

- ENTREVISTADO A: *Então, saque como golpe vencedor depende do 'score', devolução de saque para a aproximação à rede, se atacar e subir a rede já é complicado, devolver e subir é mais ainda. Eu treino os meus jogadores na rede e acredito que eles tenham mais domínio de 3/4 de quadra e fundo de quadra do que de rede, embora já tenham melhorado. Então, eles não estão muito prontos para executar essa devolução e subida à rede, que é o 'chip and charge'.*
- ENTREVISTADO B: *Usamos para trabalhar o 'slice'. Para trabalhar a parte técnica do 'slice', nós fazemos o chamado 'chip and charge', principalmente com as meninas. Os meninos têm isso um pouco mais sólido em função da musculatura. Mas ter esse golpe como efeito surpresa em determinados momentos da partida, faz com que o adversário sinta-se pressionado. Contudo, são em momentos super pontuais: 40-0, 40-15, 5 'games' a 0, 4 'games' a 1. [...] Então, acabamos trabalhando o 'slice' em vários momentos, com isso, queremos mostrar o quanto pressionar já na devolução é importante e, ao utilizar o 'slice' para isso, o atleta também percebe que ele pode ser utilizado como fator surpresa.*
- ENTREVISTADO C: *A frequência, desse treinamento mais específico, é aquela de uma semana por mês. Nada que não aconteça nas outras semanas do mês, mas seria essa a frequência. Uma vez por mês nós tentamos trabalhar um pouco mais esse tipo específico de devolução.*
- ENTREVISTADO D: *Mesma coisa. Sacando o segundo saque e, na devolução, sempre buscando um voleio depois. Assim eles têm a noção de que podem finalizar com o voleio. A frequência também é média. Tudo eu faço, ou tento fazer, com uma frequência média na semana. E não deixar muito uma coisa, ou muito outra coisa.*

- ENTREVISTADO E: *O que nós menos treinamos é o ‘chip and charge’, que é devolver o saque e vir para a rede. Por que realmente o jogo, hoje, mesmo na quadra dura, ele acaba que não está dando tempo. [...] Daqui a pouco você faz um baita de um treino de voleio, de saque e devolução, de saque e voleio e de devolução e voleio, e na hora do jogo não acontece. Então você acaba, por todos esses fatores físicos, de material e do tamanho deles, treinando menos, com certeza. Mas ainda assim, o jogo em si, mesmo que você treinasse muito, não permitira que acontecesse tanto, porque o jogo não está demandando isso. [...] Porque eles são formados em uma quadra de saibro, onde, quando eles são pequenos, o jogo fica muito alto para eles virem à rede pelo tamanho deles, quando eles conseguem vir até a rede eles já têm muita força. Então, acaba que acontece pouco essa situação, eles vivenciam pouco. Com certeza. Por mais que você coloque no treino.*

No que diz respeito aos resultados obtidos através das iniciativas básicas de jogadas a partir da devolução de saque, observou-se que as iniciativas de jogadas que envolvem os Golpes de Preparação são ligeiramente mais treinadas. Embora não haja uma diferença tão acentuada como nas jogadas iniciadas a partir do saque, há um desequilíbrio no treinamento dessas jogadas. Com isso, observa-se que as iniciativas de jogadas que envolvem os Golpes de Preparação, assim como nas iniciativas de jogadas por meio do saque, encontram-se relevantemente mais treinadas do que as iniciativas de jogadas que contemplam os Golpes de Definição.

Contudo, embora os Golpes de Preparação oriundos das iniciativas a partir da devolução de saque – *Devolução de Saque para o Domínio do Ponto do Fundo da Quadra* e *Devolução de Saque com Variações de Potência e Rotação* – sejam mais treinados, o treinamento dos Golpes de Definição – *Devolução de Saque como Golpe Vencedor* e *Devolução de Saque para a Aproximação à Rede* – possui uma frequência de treino satisfatória. Ainda assim, de acordo com Balbinotti (2003), para evitar que ocorra uma limitação de *performance* técnico-esportiva é necessário que os atletas infanto-juvenis realizem o treinamento das 12 iniciativas básicas de jogadas com frequência e equilíbrio.

Contudo, mesmo que a literatura sugira um treinamento frequente e de igual volume entre as 12 ações técnico-táticas básicas, percebe-se que os treinadores esbarram em algumas dificuldades que levam o treinamento a ser praticado de forma desequilibrada. De acordo com o Entrevistado E, no que se refere à jogada *Devolução de Saque para a Aproximação à Rede*, o mesmo relata que “*Daqui a pouco você faz um*

baita de um treino de voleio, de saque e devolução, de saque e voleio e de devolução e voleio, e na hora do jogo não acontece. Então você acaba, por todos esses fatores físicos, de material e do tamanho deles, treinando menos, com certeza. Mas ainda assim, o jogo em si, mesmo que você treinasse muito, não permitira que acontecesse tanto, porque o jogo não está demandando isso.” Nesse mesmo caminho, o Entrevistado A afirma que *“Então, saque como golpe vencedor depende do ‘score’, devolução de saque para a aproximação à rede, se atacar e subir à rede já é complicado, devolver e subir é mais ainda. Eu treino os meus jogadores na rede e acredito que eles tenham mais domínio de 3/4 de quadra e fundo de quadra do que de rede, embora já tenham melhorado. Então, eles não estão muito prontos para executar essa devolução e subida à rede, que é o ‘chip and charge’.*” Em virtude dessas dificuldades encontradas, o Entrevistado C relata que *“A devolução e voleio nós treinamos dentro do planejamento de voleio, mais pelo voleio do que pela situação de jogo. Porque no jogo, mesmo sabendo voar, eles quase não usam.*” Com isso, nota-se que os treinadores procuram desenvolver o treinamento de todas as iniciativas de jogadas, porém, devido à exigência do modelo de jogo, o treino torna-se desequilibrado àquelas ações que são mais utilizadas durante as competições.

Tendo em vista as circunstâncias relatadas, é compreensível que os treinadores desenvolvam um treinamento mais orientado aos Golpes de Preparação. Mas, além dessas razões, os Golpes de Preparação são considerados importantes por outros motivos. De acordo com o Entrevistado E *“Nós treinamos essa maior consistência de entrar no ponto, de botar o saque e de sair uma devolução para acontecer o ponto, até para eles desenvolverem a parte tática. Essa situação ocorre principalmente nas devoluções de primeiro saque. Isso porque, segundo o Entrevistado A “Se for a devolução de primeiro saque, a gente tem um termo: neutralizar, tirar a vantagem do sacador. Isso se entende devolver alto, profundo e no meio da quadra.”* Porém, quando se trata da devolução de segundo saque, na grande maioria dos pontos jogados, de acordo com o Entrevistado B *“Quando estamos treinando o segundo saque, nós pedimos para os alunos entrarem atacando. O nosso ataque é sempre a 80%. Nós sempre tentamos deixar uma margem na cabeça das crianças e, também, uma margem de segurança em função das linhas.”* Nesse mesmo caminho, jogadores especialistas em quadras de saibro realizam, em sua maioria, a devolução de saque posicionados mais ao

fundo da quadra (ZAWADZKI; ROCA, 2009). Esse fator tático de posicionamento também colabora para que os Golpes de Preparação sejam utilizados de forma mais frequente. Iniciando o ponto em uma posição mais recuada, o jogador tenderá a realizar uma devolução mais conservadora para, somente após a mesma, construir a jogada que o aproximará da quadra de seu adversário a fim de ter uma distância razoável à definição do ponto a seu favor. Concluindo, percebe-se que há uma grande influência, seja dos aspectos físicos dos atletas em relação às dimensões da quadra, das táticas específicas para o tipo de superfície em que o treinamento é realizado, da relevância dessas jogadas no desenvolvimento tático do atleta ou, ainda, das jogadas estudadas ocorrerem com uma maior frequência durante as competições realizadas nessa faixa etária, para que os Golpes de Preparação sejam mais praticados.

Contudo, salienta-se que os treinadores, mesmo com tais condições adversas ao treinamento das iniciativas de jogadas que fazem parte dos Golpes de Definição, buscam fazer com que seus jovens atletas exercitem-nas. Mostrando-se atentos à necessidade de desenvolver essas jogadas, atrelam o treinamento das ações técnico-táticas básicas ao desenvolvimento de alguns fundamentos técnicos. Um exemplo disso é o relato do Entrevistado B, que afirma: *“Usamos para trabalhar o ‘slice’. Para trabalhar a parte técnica do ‘slice’, a gente faz o chamado ‘chip and charge’, principalmente com as meninas. Os meninos têm isso um pouco mais sólido em função da musculatura.* Ainda assim, ciente da dificuldade apresentada pelo jovem atleta para executá-la durante uma partida, o mesmo entrevistado faz uma ressalva: *“Ter esse golpe como efeito surpresa em determinados momentos da partida faz com que o adversário sinta-se pressionado. Contudo, são em momentos super pontuais: 40-0, 40-15, 5 ‘games’ a 0, 4 ‘games’ a 1.”* Com isso, percebe-se que mesmo com os treinadores buscando uma formação ampla através da realização do treinamento das iniciativas básicas de jogadas a partir da devolução de saque, o modelo atual de jogo em que os jovens tenistas praticam a modalidade não está no mesmo caminho. Por fim, assim como observado através dos relatos dos entrevistados em relação às jogadas iniciadas por meio do saque, nota-se que há uma tendência dos tenistas infanto-juvenis (11 a 14 anos) em apresentar dificuldades, embora em menor escala, ao exercitarem os Golpes de Definição também nas jogadas iniciadas por meio da devolução de saque.

4.3 A INICIATIVA DE JOGADAS POR MEIO DA TROCA DE BOLAS DE FUNDO DE QUADRA

Com relação ao terceiro grupo de iniciativas de jogadas, as iniciativas de jogadas por meio da troca de bolas do fundo da quadra, de uma maneira geral, observou-se uma maior ênfase no treinamento dessas jogadas – tanto nos Golpes de Preparação como nos Golpes de Definição – em relação às jogadas iniciadas por meio do saque e devolução de saque. Dois relatos que podem bem ilustrar tal afirmação são os seguintes:

- ENTREVISTADO E – *Quando chega à parte do fundo de quadra nós treinamos tudo com muitíssima frequência. Bola de ataque, bola de regularidade e consistência, bola de aproximação. Penso que, com certeza, dentro do planejamento, a parte de fundo é a que mais se trabalha. Não tenho a menor dúvida.*
- ENTREVISTADO D – *Treino com uma frequência de média para alta. Faço até mais esses de fundo do que os outros. Um exercício que eu faço é ficar trocando bolas no meio até que um jogador abra o ponto. Quando o primeiro abrir, inicia o ponto.*

Além disso, de acordo com os treinadores entrevistados, a iniciativa de jogada *Troca de Bolas para o Domínio do Ponto do Fundo da Quadra* parece ser a iniciativa mais treinada, independentemente do treinador entrevistado e/ou do grupo de iniciativas de jogadas analisadas. Nesse sentido, segundo os treinadores, as razões para que essa jogada seja a mais treinada são: (a) ensinar ao jovem tenista a jogar os pontos com uma maior margem de segurança; (b) para que as demais jogadas sejam realizadas e o jogador consiga dominar o ponto é necessário que o jogador esteja sólido com os golpes de fundo de quadra; (c) auxiliar no treinamento da movimentação de pés dos jovens tenistas; (d) melhorar a profundidade dos golpes, afastando o adversário do seu lado da quadra e, com isso, limitando os seus ataques bem como fazendo com que o mesmo possa encurtar a bola para que a jogada possa ser definida mais facilmente. Os relatos que ilustram tais justificativas são:

- ENTREVISTADO A: *Porque nós ganhamos muito mais pontos no erro do adversário e, como eles têm 12, 14 anos, seria de encontro à cartilha pedir que ele dê 'winner'. Eu penso que é muito mais fácil ele ganhar o ponto induzindo o adversário ao erro do que jogando um 'winner'. [...] Eu sou firme na minha convicção de que a ideia básica não é jogar com bolas vencedoras, é jogar com bolas com margem de segurança e induzir o adversário ao erro. Regularidade.*

- ENTREVISTADO B: *Utilizamos muito, primeiramente: como buscar o espaço. Se o saque não foi tão eficiente, mas, por outro lado, a devolução também não foi, os dois jogadores saem de uma situação neutra. Então, saindo dessa situação, como buscar esse espaço? Nesse caso, nós trabalhamos muito o alongamento do golpe, a profundidade. E tentamos fazer com que a criança entenda o que essa profundidade de golpe proporciona para ela. Outra coisa, que também já começa nos 11 e 12 anos, é o trabalho de ensino dos ângulos da quadra. Buscando muito mais a rotação pelo lado da bola para abrir um maior ângulo no golpe.*
- ENTREVISTADO C: *Nós gostamos e fazemos bastante esse tipo de trabalho. O que nós temos pensado e estruturado no treino é que os jogadores tenham uma boa capacidade física, com boa movimentação e intensidade de pernas para conseguir ter uma boa base de fundo e saber fazer a transição à rede – que nós notamos que é um problema que acontece muito frequentemente. Nós tentamos fazer com que eles tenham essa base legal de fundo através de treinos de profundidade, para que eles tenham uma bola que seja profunda. Acreditamos que a bola profunda seja a base para sobrar uma bola que o jogador possa dominar o ponto. E, a partir disso, abrir os ângulos e entrar na quadra.*
- ENTREVISTADO E: *Por que a quadra também influencia e nós não treinamos em quadra dura nem em quadra de grama. E mesmo assim, se você olhar os jogadores nesse tipo de quadra, eles estão jogando mais de fundo porque o jogo ficou muito rápido. Então, nós podemos pensar que pode ser um pouco por falta de treinamento, mas é muito mais pela exigência do jogo, pelo material e da forma como eles estão sendo preparados.*

Ainda dentro dos Golpes de Preparação, mas no que diz respeito à iniciativa de jogada *Troca de Bolas com Variações de Potência e Rotação*, percebeu-se que essa jogada é treinada com alta frequência. Se comparada às iniciativas de jogadas anteriores – *Saque com Variação de Potência e Rotação* e *Devolução de Saque com Variações de Potência e Rotação* –, ela se assemelha, em volume de treino, com a iniciativa de jogada por meio do saque, que também possui uma frequência de treino elevada. Contudo, os motivos que levam a frequência de treino dessa jogada de acordo com os treinadores são: (a) o jogo atual, muito em virtude do aumento de sua velocidade, está envolvendo mais as jogadas derivadas a partir do fundo de quadra, tanto no tênis profissional como, principalmente, no tênis infanto-juvenil; (b) o treinamento dessas diferentes situações fará com que o tenista automatize as técnicas de execução dos golpes bem como suas tomadas de decisões perante as situações encontradas durante uma partida; (c) a variação de potência e rotações durante uma partida retira do adversário a zona de conforto se comparada a rebater uma bola que vem sempre igual, podendo confundir o

adversário e fazer com que o mesmo cometa erros; (d) estimular nos jogadores o treinamento mais fino da técnica, executando os movimentos em diferentes velocidades e rotações o jogador desenvolverá melhor suas habilidades nos golpes. Alguns trechos das entrevistas que vão ao encontro de tais razões são:

- ENTREVISTADO A: *Treinamos isso também. Faz uma, duas e três bolas, sem precisar mudar a direção para machucar. Se você mudar a velocidade, se você mudar o tempo com que a bola vai chegar, você já está criando uma dificuldade. Jogou três bolas diferentes.*
- ENTREVISTADO B: *Novamente entra a bola laranja. A bola laranja para visualizar os efeitos é bárbara. Aqui entra o trabalho técnico de apara-e-passa. Apara de 'spin', devolve de 'spin', apara de 'slice', devolve de 'slice', apara de 'slice', devolve de 'spin', apara de 'spin', devolve de 'slice'. Assim, o jovem tenista consegue visualizar muito bem, tecnicamente falando. Normalmente nós fazemos isso como aquecimento, quando estamos trabalhando mudanças de rotação e variações de efeito. E depois, já com a bola oficial, em treinamentos com a bola viva, utilizamos muito a segunda rede, spin por cima e 'slice' entre as redes - uma e uma. Muito 'backhand' cruzado com 'spin' e 'slice' paralelo, tentando pressionar o adversário, subindo à rede ou não. E, nisso aí, já entra o 'drop shot' também.*
- ENTREVISTADO C: *Acredito que nós treinemos com uma boa frequência. Buscamos treinar o 'slice' principalmente. Que é uma bola que eu vejo que, hoje em dia, está voltando a ser mais usada até mesmo pelos profissionais. É uma bola que é de variação e é natural a tendência do jogo acabar ficando um pouco igual e, quem tem essa bola de variação, que sabe dar o 'slice', sabe dar um 'drop shot', ou, até mesmo uma bola um pouco mais alta com top spin, ou executar um saque e voleio, tem vantagem. Eu penso que isso é super importante.*
- ENTREVISTADO D: *Tem que entrar com uma técnica muito boa para aumentar a potência. Para ver que valeu o ponto. Com a linha mais curta também, o jogador entra e tem que acelerar mais. Então o jogador está variando a troca de bolas. Que é parecido com o golpe vencedor, o jogador está variando a potência.*
- ENTREVISTADO E: *Muito. E principalmente na parte dos 10 aos 13 anos de idade, muito. Porque depois automatiza. E, depois que automatizou, você não precisa mais falar para eles frequentemente. [...] no momento que eles já têm tudo isso padronizado/automatizado, eles já sabem as escolhas que eles devem fazer. Eles já têm o 'slice' de esquerda, de direita, que se usa também, modificado, mas se usa. E isso é bastante utilizado até os 13 anos, aí já está automatizado e eles já têm um padrão.*

Com relação às iniciativas de jogadas por meio da troca de bolas do fundo da quadra respectivas aos Golpes de Definição – *Troca de Bolas para um Golpe Vencedor e Troca de Bolas para Aproximação à Rede* –, ambas apresentaram-se com uma frequência de treinamento média para alta. Frequência essa que se mostrou superior as mesmas jogadas quando comparadas às jogadas iniciadas por meio do Saque e da Devolução de Saque. Em se tratando da jogada *Troca de Bolas para um Golpe Vencedor*, os principais aspectos que levam essa jogada a ser treinada com tal frequência são: (a) desenvolver a consciência tática do jogador (ensiná-lo a criar espaços vazios na quadra para que então ele possa diminuir o tempo de preparação do adversário efetuando um golpe vencedor); (b) desenvolver no jogador a capacidade de antecipação das jogadas (antecipar o momento de atacar o adversário para estar mais bem posicionado); (c) desenvolver no jogador a habilidade de acelerar (variar) a velocidade da bola.

- ENTREVISTADO A: *Nós fazemos muito treino de antecipação, a gente faz treinos com variação de velocidade. Então, a questão de você bater um ‘winner’, será uma causa natural. Será uma consequência de você ter criado uma situação ideal.*
- ENTREVISTADO B: *Então, o trabalho é fazê-los visualizar que, no momento em que conseguiu abrir o espaço na quadra, que eles têm o espaço para pressionar do outro lado. E, em relação à profundidade, no momento em que jogar profundo, analisar quais são as opções que existem para tirar o tempo do adversário. Nesse caso, nós acabamos trabalhando muito o ponto de contato com o ‘swing volley’ e executando golpes pegando a bola na subida. Pois, isso tudo faz parte do golpe de antecipação após criar a situação de ataque. Então, não adianta criar a situação tática se tecnicamente o tenista ainda não está pronta para concluir o ponto ou pressionar com a situação que ela provocou.*
- ENTREVISTADO C: *O que tentamos falar bastante para os nossos jogadores é para eles saberem utilizar o semáforo. O semáforo são aquelas bolas vermelhas, amarelas e verdes. E, a partir da bola que eles recebem (vermelha, amarela, ou verde), tentarem construir a jogada. Nós tentamos trabalhar bastante os ângulos. Fazer com que eles enxerguem os ângulos, abrindo a quadra para conseguir ganhar o ponto com uma maior segurança. Eu acho legal o cara ser ofensivo, mas sempre usando uma margem de segurança necessária. E não tentar definir o ponto com muita rapidez. Tem que saber construir a jogada dependendo da bola que sobra. [...] gostamos muito de trabalhar essa situação do golpe vencedor em jogos dirigidos, fazendo com que eles troquem duas bolas na cruzada e na terceira eles sejam obrigados a baterem a bola na paralela. Isso já faz com que eles pensem em fazer com que a terceira bola já sobre de uma maneira que seja boa o suficiente para eles efetuarem uma bola vencedora.*

- ENTREVISTADO D: *Com relação à troca de bolas para um golpe vencedor, coloco uma linha logo depois do 'T', e aí também já treina um pouco de antecipação, e o jogador deve buscar o 'winner' se a bola encurtar.*

Já no que se refere à jogada *Troca de Bolas para Aproximação à Rede*, de acordo com os treinadores, as principais razões que justificam essa frequência de treinamento são: (a) desenvolver no jogador o jogo de rede bem como as técnicas de voleio; (b) fazer com que o jogador perceba que, caso ele não vá à rede para concluir uma jogada bem construída a partir do fundo de quadra, o seu adversário poderá neutralizar a jogada mais facilmente; (c) essa iniciativa de jogada auxilia na aprendizagem da antecipação no tênis; (d) mostrar para o jogador que em muitos casos ele não precisa ir para o golpe vencedor, correndo um risco maior de erro, mas pode colocar uma bola de pressão e definir com o voleio. Alguns trechos das entrevistas que podem ilustrar de uma maneira mais clara tais justificativas são:

- ENTREVISTADO A: *Isso aí está em processo. É uma ideia que eu tenho o objetivo de que eles executem. Mas, por enquanto, a minha realidade, em função do que eles sabem fazer, isso é uma variação, não é um padrão. Como eu falei, já faz uns três meses que eu estou colocando eles para frente com 'winner', com 'approach', com 'drop shot', com bola alta para preparar para o 'swing volley'. Então, tudo isso é ir para frente. Tomar a rede. Na dupla deu muita diferença em relação às adversárias, elas jogaram três torneios de duplas esse ano e ganharam os três.*
- ENTREVISTADO B: *Antes de qualquer coisa, o jogo de fundo do tenista tem que estar um pouco sólido. Isso porque, caso ela erre antes, ela não chegará à rede. Então, o fato de buscar o espaço na quadra, o fato de gerar profundidade e o fato da antecipação também estar muito presente nos nossos treinamentos, nós acabamos treinando muito o primeiro voleio e aí fechando a rede.*
- ENTREVISTADO C: *Eu penso que entra mais ou menos junto. Porque não necessariamente será obrigatório o 'winner' nessa situação. Então a gente treina mais ou menos junto. Não se separa de forma significativa uma bola vencedora de uma bola para aproximação à rede. Sempre o objetivo é o jogador estar pronto para receber a bola, se for necessário para ganhar o ponto, no voleio. Mas, se for possível ganhar o ponto com um 'winner' antes, legal. O que nós gostamos de treinar bastante é o ataque com segurança. O voleio se dá quando o jogador consegue gerar um desequilíbrio legal do adversário, ou por uma bola profunda o suficiente para subir à rede.*
- ENTREVISTADO D: *O exercício de aproximação à rede é a mesma coisa, só que você deve saber que quando você faz o 'approach' você vai colocar pressão*

no adversário, essa é a ideia. A diferença entre buscar um golpe vencedor, que é um 'winner', e um golpe de aproximação, que é colocar pressão no adversário. Então, pode ser o mesmo exercício, só que o jogador não vai para vencer ou arriscar demais, ele colocará mais pressão no adversário para finalizar no voleio.

- ENTREVISTADO E: *Com muita e muitíssima frequência. Até porque ali tem a parte de aproximação à rede. Nós treinamos isso também. Isso nós acabamos treinando porque faz parte. Então, a parte do voleio acaba não ficando tanto junto com o saque e a devolução, mas você tem o fundo com a aproximação e voleio. Essa aproximação nós treinamos bastante. Até porque chega um momento em que eles conseguem, quando têm mais potência, atacar e definir na rede. Porque se eles não definirem na rede vai voltar o ponto e vai acontecer tudo de novo. Vai começar o ponto outra vez.*

Como observado, as iniciativas de jogadas por meio da troca de bolas de fundo de quadra possuem uma frequência de treino condizente a um desenvolvimento adequado das ações técnico-táticas básicas à formação de jovens tenistas. Ainda que sutilmente desequilibrado em favorecimento aos Golpes de Preparação, evidenciou-se que esse desequilíbrio foi muito inferior ao encontrado nas jogadas iniciadas por meio do saque e da devolução de saque. Com isso, nota-se que há uma maior homogeneidade no treinamento das iniciativas de jogadas por meio da troca de bolas do fundo da quadra do que nas demais categorias (jogadas iniciadas por meio do saque e jogadas iniciadas por meio da devolução de saque).

De acordo com o Entrevistado E, esse terceiro grupo de jogadas é treinado “*Com muita e muitíssima frequência. Até porque ali tem a parte de aproximação à rede. Nós treinamos isso também. Acabamos treinando porque faz parte. Então, a parte do voleio acaba não ficando tanto junto com o saque e a devolução, mas você tem o fundo com a aproximação e voleio. Essa aproximação nós treinamos bastante. Até porque chega um momento em que eles conseguem, quando têm mais potência, atacar e definir na rede. Porque se eles não definirem na rede vai voltar o ponto e vai acontecer tudo de novo. Vai começar o ponto outra vez.*” No entanto, a ligeira maior predileção à jogada Troca de Bolas para o Domínio do Ponto do Fundo da Quadra ocorre em função de que, segundo o Entrevistado B “*Antes de qualquer coisa, o fundo da criança tem que estar um pouco sólido. Isso porque, caso ela erre antes, ela não chegará à rede. Nesse mesmo caminho, de acordo com o Entrevistado C “Nós tentamos fazer com que eles tenham essa base legal de fundo através de treinos de profundidade, para que eles*

tenham uma bola que seja profunda. Acreditamos que a bola profunda seja a base para sobrar uma bola que o jogador possa dominar o ponto e, a partir disso, abrir os ângulos e entrar na quadra. Com isso, percebe-se que o treinamento das jogadas, Troca de Bolas do Fundo da Quadra para um Golpe Vencedor e Troca de Bolas do Fundo da Quadra para a Aproximação à Rede, muitas vezes, derivam das jogadas Troca de Bolas para o Domínio do Ponto do Fundo da Quadra e Troca de Bolas com Variações de Potência e Rotação durante o treinamento dos jogadores infanto-juvenis pesquisados.

Nessa perspectiva, os Entrevistados A e C afirmam, respectivamente, que “[...] a questão de você bater um ‘winner’, será uma causa natural. Será uma consequência de você ter criado uma situação ideal.” e “O voleio se dá quando o jogador consegue gerar um desequilíbrio legal do adversário ou por uma bola profunda o suficiente para subir à rede.” Para Jaramillo (2012), especialmente em quadras de saibro, os jogadores devem seguir uma sequência bastante disciplinada para conseguir construir o ponto: controlar, desestabilizar e, só então, finalizar o ponto disputado. Isso se deve em virtude de que os pontos disputados nesse tipo de superfície são mais longos. Com isso, percebe-se que a maioria dos pontos são disputados com ambos os jogadores posicionados ao fundo da quadra. Reforçando a tendência, conforme observado no presente estudo, em desenvolver a partir disso as demais ações técnico-esportivas básicas do tênis durante o treinamento dos tenistas infanto-juvenis.

Contudo, ainda que o treinamento das jogadas iniciadas por meio da troca de bolas do fundo da quadra seja amplo, ele não compensa o desequilíbrio observado no treinamento das jogadas iniciadas por meio do saque e da devolução de saque. Dessa forma, é de extrema relevância que todas as ações técnico-táticas básicas do esporte sejam praticadas (GOTTFRIED, 1994; SCHÖNBORN, 1999; BALBINOTTI et al, 2005). Contudo, mesmo que os treinadores se esforcem e utilizem diferentes métodos de ensino (FUENTES, 2009) para contrapor os efeitos das limitações observadas nas iniciativas de jogadas por meio do saque e da devolução de saque, minimizando suas consequências negativas, evidencia-se uma dissonância entre o treinamento desses jovens tenistas e a prática competitiva. Assim, os conflitos percebidos entre o treinamento de jovens tenistas e o modelo de competição a que são expostos parecem apontar para uma inadequação do sistema competitivo em relação às necessidades e

possibilidades dos jovens tenistas (MARQUES, 2004). Nessa perspectiva, o Entrevistado E afirma que “[...] por isso que eu falo que nós treinamos o voleio. A frequência não é tão grande quanto à frequência do fundo porque o jogo hoje demanda que se tenha um aperfeiçoamento maior de fundo do que na rede. Não que não precise. Precisa, e eles são formados assim. Se você olhar os nossos jogadores, os cinco melhores do estado, eles jogam bem na rede. Todos estão tecnicamente bem completos. Eles fazem um bom ‘slice’, eles sacam, eles não sacam e voleiam por essas limitações no jogo, mas, no treino, eles treinam o saque e voleio.” Tendo em vista isso, somado às discussões realizadas nas categorias de saque e devolução de saque, percebe-se que a competição, no caso dos jovens atletas em questão, tende a não estabelecer uma relação de continuidade e complemento dos objetivos de formação que se promovem no treino, ao contrário do que sugere Marques (2004).

Por fim, nota-se que os treinadores realizam o treinamento das 12 iniciativas básicas de jogadas do tenista. Assim o fazem, pois estão cientes de que o jovem tenista necessita desenvolvê-las a fim de não limitar seu potencial de desempenho futuro. Nessa perspectiva, observou-se também que a técnica dos golpes isolados é desenvolvida de forma adequada, corroborando para uma boa execução mecânica dos golpes presentes no tênis. Contudo, o que se pode observar é que, devido à demanda dos jogos (competição), algumas jogadas são mais requisitadas do que outras e, por isso, têm uma ênfase de treinamento maior, gerando desequilíbrio no treino das ações técnico-táticas básicas do tenista. Porém, ainda que haja desequilíbrio no treinamento dos jovens tenistas de 11 a 14 anos, de acordo com os treinadores entrevistados, essa diferença existe fundamentalmente em função dos atletas de 11 a 12 anos (categoria “até 12 anos”). Com isso, no capítulo a seguir serão discutidas as diferenças no treinamento da técnica funcional entre as categorias “até 12 anos” e “até 14 anos”.

4.4 DIFERENÇAS NO TREINAMENTO DAS INICIATIVAS DE JOGADAS CONFORME AS CATEGORIAS “ATÉ 12 ANOS” E “ATÉ 14 ANOS”

Expostas a análise e a discussão das 12 iniciativas básicas de jogadas referentes ao treinamento de jovens tenistas de 11 a 14 anos, serão expostas as diferenças no treinamento das mesmas de acordo com as categorias “até 12 anos” e “até 14 anos”. Ao longo de cada entrevista observou-se que, ao relatarem sobre o treinamento de

determinadas iniciativas de jogadas, dependendo da categoria observada, os treinadores afirmaram realizar algumas modificações no treinamento da técnica funcional do tenista.

Tais alterações relatadas dizem respeito aos Golpes de Definição envolvendo o Saque. Sendo esses mais treinados com tenistas de 13 e 14 anos (categoria “até 14 anos”) do que com tenistas de 11 e 12 anos (categoria “até 12 anos”). Mais especificamente, as iniciativas básicas de jogadas no tênis que apresentaram diferenças relevantes no treinamento de acordo com as categorias foram: *Saque como Golpe Vencedor* e *Saque para Aproximação à Rede*.

De acordo com os treinadores, as razões para essa diferença no treinamento entre as duas categorias são: a força e a estatura dos jovens tenistas. Os treinadores relataram que os tenistas da categoria “até 12 anos” apresentam uma menor produção de força muscular e menor estatura se comparados aos jogadores da categoria “até 14 anos”. Tais características dificultam a execução das duas iniciativas de jogadas referidas, tendo como consequência a redução de sua frequência de treinamento. Os trechos que podem ilustrar com clareza tal afirmação são:

- ENTREVISTADO B: *Apenas um número pequeno de crianças que se pode trabalhar o saque como golpe vencedor de 11 a 14 anos. Em princípio, nós trabalhamos o saque como golpe vencedor, com a intenção real de sacar para ganhar o ponto, com os jovens de 13 a 14 anos. Isso, por que é muito mais complicado, em função de força e ainda do aprimoramento da mecânica do golpe, trabalhar o saque como um golpe vencedor com 11 e 12 anos. [...] Por que a criança de 12 anos não tem altura suficiente. Ela está iniciando a fase do estirão, então, da linha de base ela vê a rede alta. São raras as crianças nesta faixa etária que conseguem acelerar de cima para baixo.*
- ENTREVISTADO C: *No caso da categoria “até 12 anos”, é de saber que, como o jogador não tem altura, fazê-lo sacar e ir para a rede o tempo todo é difícil.*
- ENTREVISTADO A: *Em função de duas coisas: primeiro que o biótipo – a parte física – deles ainda não está pronto. Eles irão crescer mais, irão ficar mais altos, mais fortes, mais rápidos. Então aí será a hora de querer essa agressividade maior. E também por maturidade, porque crianças, que eles ainda são, na hora que eles têm que acelerar um pouco, às vezes, eles se*

afobam. Então, eles podem, nesse momento, cometer um erro técnico, um erro de 'toss', um erro de time.

- ENTREVISTADO E: *De 11 a 14 anos existe uma diferença de tamanho e força. Então, um menino ou uma menina de 11 ou 12 anos não terá força para fazer um saque ganhador. Por isso, acabamos treinando um saque ganhador limitado pelo fato de eles não terem força ainda – com 11 e 12 anos. Com 13 anos nós já temos algum aluno que já é um pouco maior, então, esse aluno já consegue ter um saque ganhador. Então, na média, o saque vencedor é treinado com pouca frequência. Justamente pelo fato do tamanho deles. Nos 12 anos nós treinamos o saque e voleio não com tanta frequência porque no jogo acontece muito pouco. O jogo deles é basicamente um jogo de base, de fundo de quadra, com pouca chance de volear, até porque eles são menores e a bola quica muito alto. Então, isso acaba acontecendo mais na categoria “até 14 anos”.*

Como pode ser observado por meio dos relatos, as jogadas de caráter mais ofensivo a partir da iniciativa do saque tendem a ser relevantemente menos praticadas por tenistas da categoria “até 12 anos” em relação aos jogadores da categoria “até 14 anos”. Conforme relatado pelos treinadores, há uma dificuldade física na realização das jogadas em virtude da baixa estatura e pouca força muscular dos tenistas mais jovens em relação às dimensões da quadra e características da bola. Com isso, nota-se que o treinamento do saque, no caso da categoria “até 12 anos”, pode estar sofrendo uma limitação quanto ao seu desenvolvimento, pois as características do jogo (competição) parecem não oportunizar suficientemente a realização dessas jogadas e, tão pouco, instigam os treinadores a exercitá-las com seus atletas.

Nesse caminho, tal limitação pode influenciar negativamente no desempenho futuro desses jovens tenistas, já que, de acordo com Mamassis (2005), o saque no tênis, tanto no masculino como no feminino, tornou-se o mais importante golpe, e que aumentar sua velocidade tornou-se vital. Além disso, no que diz respeito ao *Saque para Aproximação à Rede*, Unierzyski (2005) afirma que é importante realizar diferentes formas de aproximação à rede, de forma confiante e positiva, o que reforça a relevância do treinamento dessa jogada na faixa etária dos 11 aos 14 anos.

Embora resultados semelhantes ao do presente estudo tenham sido encontrados (BALBINOTTI, 2003; KLERING; BALBINOTTI, 2010), os mesmos afirmam que uma predileção de determinados golpes em detrimento de outros não é indicado para essa

faixa etária – 11 a 14 anos. Nesse caminho, diversos autores (SCHÖNBORN, 1999; PANKHURST, 1999; MCCRAW, 2002; BALBINOTTI, 2003; UNIERZYSKI, 2005) defendem que o treinamento técnico-tático de tenistas de 11 a 14 anos deve ter como objetivo principal o desenvolvimento do jogo de forma completa. Além disso, os jogos – torneios – têm propostas inteiramente diferentes para jovens tenistas do que para os profissionais, devendo dar suporte ao processo de treino, não interferindo na realização de seus objetivos (UNIERZYSKI, 2005). Com isso, tendo em vista que o objetivo do treinamento técnico-tático de tenistas de ambas as categorias (“até 12 anos” e “até 14 anos”) é o desenvolvimento amplo do domínio das situações presentes em uma partida, percebe-se que, no que diz respeito às jogadas ofensivas a partir do saque, existem limitações que ocasionam um ainda menor treinamento dessas jogadas na categoria “até 12 anos”.

Ainda que o objetivo para com ambas as categorias seja o mesmo – tornar o jogador completo – observou-se que o caminho adotado na tentativa de cumpri-lo também pode diferir dependendo do treinador. Nesse sentido, em se tratando da categoria “até 12 anos”, mesmo que haja um consenso entre os treinadores que os jogadores estão em um forte processo de formação dos fundamentos técnicos, observou-se que pode haver caminhos distintos para esse processo de formação. Enquanto uns treinadores afirmam realizar mais frequentemente o treinamento da técnica do tenista através de exercícios de repetição (*drills* e situações que envolvem habilidades fechadas) para a categoria “até 12 anos”, outros afirmam realizar o mesmo treinamento através das situações presentes em uma partida em ambas as categorias, porém, reduzindo o nível de exigência no caso dos tenistas da categoria “até 12 anos”. Assim, os depoimentos que ilustram um maior enfoque do treinamento técnico do tenista através de golpes isolados são:

- ENTREVISTADO B: *Nós vemos uma diferença enorme. Por que nós temos um grupo de jogadores de 11 anos que saíram de um trabalho técnico com a bola verde. Então, até os 13 anos, nós temos que solidificar a técnica. Com isso, os treinamentos em situações táticas são um pouco menores. Apesar de que nós sempre tentamos deixar a tática um pouco implícita. Mas o trabalho de solidificação da técnica com a bola laranja, lançamentos específicos e pontos de contato, eles são feitos em uma porcentagem maior nos 11 e 12 anos do que nos 13 e 14 anos.*

- ENTREVISTADO C: *Eu penso que a principal diferença entre um e outro é que, até os 12 anos, se utiliza um pouco mais de bola morta, porque eu vejo que eles têm dificuldade em ter um controle mais fino para conseguirem fazer um treino com bola viva, um treino onde um cria uma situação para o outro jogar.*
- ENTREVISTADO E: *Eu acredito que até os 12 anos ainda está ocorrendo uma formação técnica deles, a técnica ainda não está automatizada. Você ainda tem que trabalhar bastante os detalhes dos golpes. Então, você acaba focando mais em uma parte técnica, para fazer com que eles automatizem os golpes. Nos 14 anos já está tudo pronto. [...] Então, eles estão chegando com 14 anos em um momento em que, tecnicamente você estará sempre evoluindo, mas você não precisa se preocupar tanto com as correções. Aí são muito mais detalhes de posicionamento, de tática, de escolha de jogada, de escolha de potência, do que nós chamamos de semáforo – vermelho, amarelo e verde –, de isso estar mais claro para eles. Porque eles já estão com as ferramentas bem desenvolvidas.*

Já os depoimentos que ilustram o desenvolvimento do treino técnico do tenista majoritariamente através de situações presentes em uma partida são:

- ENTREVISTADO A: *Só o que vai mudar é a exigência. A exigência de profundidade, de potência, de regularidade. Como eu falei antes, os meninos de 9 anos estavam fazendo a mesma coisa: sacando e indo para a 3ª bola, devolvendo o segundo saque e tomando conta do ponto, chamando para a rede e dando o ‘lob’, que até 12 anos funciona muito bem isso, o ‘lob’. Uma das minhas meninas quando jogava fazia muito isso – curta e ‘lob’. Eles já têm capacidade de compreensão e execução, só o grau de exigência sobre o quanto conseguirá fazer é que nós diminuimos bastante e damos mais chances para eles tentarem realizar a tarefa.*
- ENTREVISTADO C: *No caso da categoria “até 12 anos”, é de saber que, como o jogador não tem altura, fazê-lo sacar e ir para a rede o tempo todo é difícil. Mas eu treino igual. Eu acredito que tem que treinar igual para criar o jogador para o futuro. [...] Fazer o trabalho igual, mas mais suave. Uma distância menor, uma força menor, uma exigência menor. Mas tem que ser trabalhado. Um pouco mais ou menos frequente. Claro que, provavelmente, o jogador de 14 anos vai conseguir fazer o exercício melhor do que o de 12 anos.*

Conforme observado nos depoimentos, os treinadores apresentam duas características distintas para o treinamento da categoria “até 12 anos”. No que diz respeito aos treinadores que optam por um percentual maior do treinamento voltado aos

aspectos técnicos, nota-se que a estratégia adotada tem uma forte relação com a dificuldade dos jovens tenistas em realizar um treinamento mais situacional. Assim, como consideram o trabalho de solidificação da técnica muito importante nessa etapa e, somado à dificuldade da realização de um treinamento mais situacional, optam por uma estratégia de treino que envolva, em sua maior parte, exercícios de técnicas isoladas. Ainda assim, salientam que os treinamentos a partir de situações táticas, embora menores, são também realizados e constituem-se de extrema relevância. Nesse sentido, Fuentes e Gusi (1996) salientam que o treinamento realizado de uma maneira hermética pode apresentar-se monótono, diminuindo a motivação e a intercomunicação de experiências motrizes ou afetivas. Com isso, embora o treinamento técnico seja de suma importância para esses jovens, observa-se que a ênfase no treinamento da técnica isolada pode não só estar relacionada a uma dificuldade do esporte em se adequar às necessidades e possibilidades do jovem tenista, como, também, pode limitar o seu desenvolvimento.

Já no que se refere àqueles treinadores que optam em realizar o treinamento de uma forma mais situacional, esses apresentam dois motivos centrais para assim o realizarem. As principais razões para um treinamento mais situacional ocorrem em virtude dos jovens tenistas já compreenderem a dinâmica do jogo de tênis e, também, em virtude de prepará-los não só tecnicamente, mas, também, taticamente a longo prazo. Nesse sentido, diversos estudos (FUENTES; VILLAR, 1999; BRABENEC, 1999; BALBINOTTI, 2006; MESQUITA; GRAÇA, 2006; BOLAÑOS, 2009; GRECO; SILVA; ABURACHID, 2009; CORTELA et al., 2012) apontam favoravelmente a essa prática de ensino no tênis, corroborando com as justificativas apresentadas pelos treinadores.

Ainda assim, os referidos treinadores relatam que há a necessidade de pequenos ajustes para adequar o treinamento da técnica funcional aos mais jovens a fim de que as atividades sejam desenvolvidas de uma maneira condizente aos mesmos. Nesse sentido, o nível de exigência dos exercícios durante o treinamento parece ser o principal recurso para adequar os exercícios aos tenistas mais jovens. De acordo com os entrevistados, tais ajustes são fundamentais para o desenvolvimento do treinamento técnico dos jovens tenistas, sem os quais o mesmo teria seu desenvolvimento prejudicado. Contudo, apesar

de tais recursos serem possíveis durante as sessões de treinamento, observa-se que os jogos – modelo atual de competição – não possuem as mesmas alternativas de adequação para os mais jovens. Salienta-se isso, pois durante os relatos dos treinadores, os mesmos relataram a dificuldade dos jogadores mais jovens em desempenharem, por exemplo, o jogo de rede, formulando inclusive estratégias para colocar o adversário nessa condição. Com isso, sabendo que as competições para jovens tenistas de até 12 anos possuem as mesmas formatações de jogo do que para jovens tenistas de até 14 anos, observa-se que o esporte pode não estar plenamente de acordo com as capacidades e necessidades dos tenistas mais jovens.

Por fim, parece que mesmo adotando alternativas de treino diferenciadas, as limitações encontradas pelos treinadores ocorrem no mesmo sentido – desenvolver as habilidades indicadas à faixa etária (jogo completo) em um contexto não adequado, que dificulta essa prática. Dessa forma, enquanto os primeiros buscam contornar a falta de controle e a necessidade de automatização dos golpes majoritariamente através de exercícios mais isolados, tendo que diminuir os aspectos táticos para isso, os demais optam por realizar exercícios com um menor nível de exigência, adequados às possibilidades e necessidades dos jovens tenistas, mas que fogem da realidade encontrada nas competições. Sendo assim, para que as metodologias contemporâneas de ensino e treinamento do tênis (ELDERTON, 2008; WILSON, 2009), que utilizam o próprio jogo como ferramenta para desenvolver os aspectos técnico-táticos do esporte sejam desempenhadas, percebe-se a necessidade das competições também caminharem nesse sentido, adequando-se aos jovens tenistas de até 12 anos e propiciando aos mesmos chances iguais de êxito jogando através dos mais diversos estilos de jogo.

4.5 TREINAMENTO DA TÉCNICA FUNCIONAL CONFORME O RANKING DOS ATLETAS

Com o intuito de investigar a influência do *ranking* no treinamento da técnica funcional de tenistas infanto-juvenis de 11 a 14 anos, indagou-se aos treinadores se o mesmo é levado em consideração para o desenvolvimento das atividades de treino. De acordo com os treinadores, o mesmo não se altera de acordo com esse critério. Sendo assim, os principais critérios levados em consideração para executar o treinamento das

técnicas funcionais são o nível de habilidade na modalidade e a individualidade de cada jovem tenista. Os trechos que podem melhor ilustrar tais afirmações são:

- ENTREVISTADO E: *Não conforme o ranking, mas é que o nível se relaciona com um ranking, não generalizando. Pode ter um menino que jogue menos torneios e não tem um ranking tão bom a ponto de estar entre os top 5 e, daqui a pouco, esse menino ganhar dos que estão entre os primeiros. Ou, ser o 20º do ranking, ter o mesmo nível, mas não se compromete da mesma forma. Então, é só pela questão do nível do jogador mesmo. A partir do momento em que eles estão chegando a um nível mais avançado você consegue trabalhar mais coisas. Consegue fazer com que o treino ande para frente.*
- ENTREVISTADO C: *Nós não pensamos de acordo com o ranking, mas em relação ao nível de jogo. Nós dividimos os grupos de acordo com o nível de jogo, eles devem atingir certos objetivos para passarem a níveis maiores. Cada nível, dentro da escola, tem os seus objetivos a serem alcançados. Nossos grupos de jogadores não são divididos de acordo com o ranking, mas sim de acordo com o nível de jogo.*
- ENTREVISTADO A: *O treinamento é feito com base no que cada um precisa mais e tem como estilo e facilidade. O ranking é consequência.*
- ENTREVISTADO B: *Porque não tem como manter o mesmo treinamento devido ao princípio da individualidade de cada criança. Cada criança se desenvolve de uma maneira própria. Se as crianças estão entre os cinco primeiros, não é por acaso que isso acontece. Tudo é questão de trabalho e, infelizmente, um pouco de aptidão também, uns têm mais outros têm menos. Então, se uma criança precisa trabalhar ou polir determinada técnica e a outra não, nós temos que priorizar a criança que precisa ou a que não precisa, dependendo da situação. Contudo, nós não podemos frear o crescimento de uma dessas crianças em função do grupo. Então, elas têm, em alguns momentos, um trabalho mais individualizado.*
- ENTREVISTADO D: *Tudo é trabalhado igual, as mesmas jogadas. O que muda é o nível de exigência.*

Conforme observado, o treinamento da técnica funcional do tenista não é alterado pelo *ranking*, mas sim pelo nível de jogo apresentado pelos tenistas infanto-juvenis. Como relatado pelos treinadores, o *ranking* pode ter uma boa relação, ser uma consequência de um bom nível de habilidade dentro do tênis, mas não é uma regra. Dessa forma, é provável que um tenista bem ranqueado tenha um bom nível de habilidade e *performance*, mas isso não descarta que outros tenistas também possuam um nível igual ou melhor. Nesse caminho, estudos anteriores de Balbinotti et al. (2004; 2005) mostraram não haver diferenças entre o treinamento técnico de tenistas entre os

10 (dez) melhores colocados do *ranking* da Confederação Brasileira de Tênis e os demais tenistas do mesmo *ranking*. Além disso, aspectos como tempo de prática, habilidades psicológicas, capacidades físicas específicas do tênis e biótipo físico são importantes aspectos relacionados fortemente ao nível de desempenho (*ranking*) de jovens tenistas (UNIERZYSKI, 1994). Com isso, percebe-se que o *ranking* não é um indicativo fiável de como o treinamento técnico deve ser realizado.

Tendo em vista que o *ranking* não é um parâmetro utilizado pelos treinadores na organização do treinamento da técnica funcional de seus tenistas, no tópico a seguir será abordado o treinamento da técnica funcional do tenista de acordo com o sexo de jovens tenistas.

4.6 O TREINAMENTO DA TÉCNICA FUNCIONAL DO TENISTA CONFORME O SEXO

No que se refere ao treinamento da técnica funcional em relação ao sexo, os treinadores afirmaram realizar o mesmo planejamento para jovens tenistas de ambos os sexos. De acordo com os treinadores, as iniciativas de jogadas realizadas em ambos os sexos seguem o mesmo protocolo de treinamento. Com isso, não foram observadas diferenças relevantes no que diz respeito ao treinamento da técnica funcional dos jovens tenistas pesquisados em relação ao sexo.

Ainda assim, mesmo que o treinamento da técnica funcional seja realizado de forma similar em ambos os sexos, algumas peculiaridades foram observadas. Nesse sentido, os treinadores relataram que os treinamentos também podem ser realizados em grupos separados (masculino e feminino), porém, os objetivos continuam os mesmos. Além disso, os treinadores salientaram que o treinamento é orientado a atender a individualidade de cada jovem tenista. Sendo assim, treinando juntos (meninos e meninas) ou em separado (meninos com meninos e meninas com meninas), o treinamento da técnica funcional do tenista segue o mesmo planejamento geral. Alguns trechos das entrevistas que podem auxiliar no esclarecimento do treinamento da técnica funcional de acordo com o sexo são:

- ENTREVISTADO A: *Os meus jogadores treinam juntos. E treinam muito bem assim. Cada um tem a sua característica, sua jogada organizada, mas o treinamento é o mesmo.*
- ENTREVISTADO B: *Nós temos muita menina aqui. Então, nós acabamos adaptando um pouco do treino em função disso. Isso por que o menino pressiona de uma maneira e a menina de outra. A menina não corre tão bem para frente, mas, em compensação, lateralmente elas se deslocam muito bem. Se bem que nós acabamos utilizando mais o 'forehand' para pressionar o adversário do que o 'backhand', mesmo com as meninas, apesar de elas terem os dois golpes bem parecidos. Já os meninos não, a prioridade é pressionar o fundo de 'forehand'.*
- ENTREVISTADO C: *O planejamento geral é o mesmo. O que nós procuramos fazer é que eles treinem em quadras separadas. E, claro, atendendo o que cada um precisa de forma mais individual.*
- ENTREVISTADO E: *O planejamento é feito conforme a idade e a necessidade deles. Não com base no sexo. Mas nós sempre estamos atentos à individualidade de cada um. Porém, nós tentamos deixar as meninas mais juntas.*

Conforme observado, não há diferenças importantes na condução do treinamento da técnica funcional em relação ao sexo dos jovens tenistas pesquisados. No que diz respeito ao treinamento dos aspectos técnico-táticos de jovens tenistas, Dent (1994) e Unierzyski (2003, 2005) não descrevem diferenças em relação ao sexo de jovens tenistas, utilizam apenas as faixas etárias médias indicadas para apresentar os conteúdos a serem desenvolvidos. Com isso, o fato de não haver diferenças no treinamento da técnica funcional dos tenistas pesquisados em relação ao sexo parece estar de acordo com o que sugere a literatura dentro desse aspecto. Contudo, cabe ressaltar que, embora os treinadores revelem que o treinamento é desenvolvido de maneira igual em relação ao sexo dos jovens tenistas, o mesmo encontra-se desequilibrado para ambos.

Por outro lado, Balbinotti (2003), em um estudo com tenistas brasileiros de 13 a 16 anos, revelou ter encontrado diferenças importantes no treinamento técnico de jovens tenistas conforme o sexo. De acordo com o referido estudo, as tenistas (sexo feminino) apresentaram um maior volume de treino dos golpes que preparam o ponto e um menor volume de treino àqueles golpes que visam a definição dos pontos em relação aos tenistas (sexo masculino). Ainda assim, os meninos também apresentaram um maior

volume de prática dos golpes que visam preparar o ponto em relação aos golpes que buscam a definição do mesmo. Com isso, percebe-se que o referido estudo se diferencia na questão relacionada ao sexo. Porém, em um contexto mais geral, também encontrou um desequilíbrio das ações técnico-táticas praticadas por esses jovens.

Com isso, percebe-se que os treinadores buscam desenvolver igualmente, tanto em tenistas do sexo masculino como em tenistas do sexo feminino, os conteúdos da técnica funcional do tenista. Assim, é preciso ter cuidado, pois as meninas, de uma maneira geral, apresentam uma tendência a desenvolverem-se fisicamente mais cedo do que os meninos (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2010), podendo necessitar outra forma de treinamento. Por outro lado, os treinadores também salientam que o treinamento considera uma importante característica: a individualidade de cada jovem tenista. Nesse caminho, de acordo com Gallahue, Ozmun e Goodway (2012), o crescimento na adolescência varia de indivíduo para indivíduo. Dessa maneira, observa-se que as possíveis diferenças encontradas entre os sexos e, até mesmo aquelas encontradas entre os jovens do mesmo sexo, podem estar sendo consideradas no momento do treinamento pelos treinadores, ainda que as competições sejam organizadas apenas com base no sexo e idade de cada jovem tenista.

Por fim, ao considerarem a individualidade de cada jovem tenista para realizar o treinamento, os treinadores demonstram um treinamento adequado com o que preconiza a literatura em relação ao sexo desses jovens. Contudo, como o treinamento da técnica funcional dá-se de forma desequilibrada (vide capítulos 4.1, 4.2 e 4.3), o mesmo ainda merece ser discutido. Nesse caminho, para que se possa melhor compreender o treinamento da técnica funcional desenvolvido pelos treinadores entrevistados no presente estudo, o capítulo a seguir abordará algumas considerações acerca da estruturação e planejamento da técnica funcional do tenista utilizado por esses treinadores.

4.7 CONSIDERAÇÕES ACERCA DA ORGANIZAÇÃO E ESTRUTURAÇÃO DO TREINO DA TÉCNICA FUNCIONAL DO TENISTA

No intuito de melhor organizar e estruturar o treino técnico de seus tenistas, os treinadores afirmaram realizar algum tipo de planejamento para a prática e execução do

mesmo. Nesse caminho, os treinadores relataram realizar periodizações anuais para o treinamento da técnica do tênis. Assim, devido ao fim do período letivo, maior disponibilidade de tempo por parte dos jovens tenistas e a ausência ou mínima presença de torneios oficiais, o início do ciclo de treinamento acontece em dezembro. Além disso, os entrevistados afirmaram realizar pequenas alterações na periodização a cada três meses em média. Alguns trechos que ilustram esses aspectos podem ser observados através dos seguintes relatos:

- ENTREVISTADO E: *Sim, o planejamento é anual. Como os torneios começam dia 4, 5 de janeiro, o nosso início é em dezembro. Então, dependendo do colégio, há alguns jogadores que início de dezembro já estão livres. Dessa forma, nós já começamos desde o início de dezembro planejando essas 4, 5 semanas, de manhã e de tarde. Esse ano, muitos terminaram o ano letivo a partir da segunda semana de dezembro. Então, eles perderam duas semanas de treinamento. Os de 12 e 14 anos estão fazendo o planejamento perfeito, como nós queríamos. Estão treinando de manhã e de tarde, desde o início do mês. Assim, eles terão 4 semanas perfeitas de treinamento para começar a jogar uma temporada de 6 torneios, terão um intervalo para descansar, e voltam para treinar aí já em março, que volta ao normal, treinando meio turno só.*
- ENTREVISTADO C: *Nós fazemos uma periodização da técnica muito voltada pelo o que assistimos nos torneios. Nós tentamos analisar o que acontece na parte competitiva, o que está faltando, e também de acordo com o que pensamos que precisa ser desenvolvido de uma forma mais global. O que nós fizemos foi uma tabela com os golpes principais que buscamos trabalhar com eles e, através dessa tabela, vamos observando, na semana, o que precisa ser trabalhado e o que nós buscamos trabalhar, colocando no plano de aula de uma forma mais especificada.*
- ENTREVISTADO A: *Planejamento sempre. Eu faço a periodização anual. Para ter uma ideia, esse é o primeiro ano que eu ponho a periodização no papel. Então nós fazemos o planejamento anual, depois dá uma caprichada, uma aperfeiçoada, no semestral e trimestral. Eu faço tudo. Do trimestral, passa para o mensal, do mensal para o semanal e do semanal para o dia a dia. Tudo tem que ter uma estrutura coerente.*
- ENTREVISTADO B: *Nós temos periodização para o ano inteiro. Mas, a parte que é mais técnica, é trabalhada muito mais no mês de dezembro – o mês que todo mundo chama de pré-temporada e nós acabamos por chamar assim também. Em função de nós termos mais tempo com as crianças e ter melhor logística de quadra, por que para trabalhar a técnica, às vezes, é necessário estar sozinho e trabalhar de forma mais pontual com o aluno. Então, o período de dezembro, facilmente uns 15 dias, nós trabalhamos muito em cima da técnica.*

Conforme observado, os treinadores baseiam-se em um planejamento anual a fim de melhor nortear o treinamento de seus tenistas. Não obstante, respeitam o calendário letivo dos jovens tenistas e baseiam-se também nele para construir o planejamento de treino, realizando ainda pequenos ajustes quando sentem necessidade. Nesse caminho, o planejamento do treinamento da técnica do tênis realizado por esses treinadores segue as premissas encontradas na literatura especializada (GOMES, 2002; BOMPA, 2002; PLATONOV, 2008). Ainda assim, mesmo que a maioria dos treinadores utilize um método de organização para o treinamento de seus tenistas, um dos treinadores entrevistados afirmou não adotar um planejamento em seus treinamentos, revelando que treina, ou tenta treinar, todos os aspectos técnicos presentes no esporte a cada treino que realiza. Apesar disso, o treinador revelou que altera o treinamento quando seus jogadores estão prestes a competir em um torneio, aumentando a execução de saques e devoluções, bem como situações envolvendo a disputa de pontos. Nesse sentido, pode-se extrair o seguinte trecho de sua entrevista:

- ENTREVISTADO D: *Periodizar, não. Trabalho tudo junto sempre. Quando está mais perto do torneio tem que fazer mais pontos na semana e criar mais situações de jogo. Isso aí é normal. Não tão técnico e mais volume de pontos e treino tático. Utilizamos, também, mais saques e devoluções. Um pouco mais. Eu trabalho muito com a confiança, eu acho que tem que estar confiante no seu jogo. Aí, você vai partir disso para trabalhar muito.*

Ainda que o último entrevistado citado não utilize um planejamento específico para o treinamento de seus jovens tenistas, o mesmo assemelha-se com os demais treinadores quando o período competitivo se aproxima. Nesse caminho, todos os treinadores afirmaram basear-se também no calendário de competições do tênis infanto-juvenil para organizar o treinamento de seus atletas e, em consequência disso, alteram o treinamento quando em períodos pré-competitivos. Os trechos que revelam tal afirmação são:

- ENTREVISTADO A: *O planejamento é feito com base nas competições. Eu tenho um objetivo de curto, médio e longo prazo, mas o meu objetivo a longo prazo é o que mais me interessa.*
- ENTREVISTADO C: *Nós baseamos o nosso treinamento de acordo com as competições. Organizamos o nosso calendário de acordo com as competições. À medida que elas acontecem, quando chega mais próximo dos torneios, e nós definimos quais são os torneios que nos interessam para cada faixa etária e*

grupo de jogadores, acabamos fazendo um treinamento mais específico, tentando jogar mais pontos, por exemplo.

- ENTREVISTADO E: *Nós fazemos um planejamento em relação aos torneios que priorizamos. Priorizamos a Copa Gerdau, o Campeonato Brasileiro – nós priorizamos uns 3, 4 torneios no ano – e, a partir disso, montamos o planejamento. O planejamento é feito conforme a idade e a necessidade deles. Mas existem coisas básicas. Porque nos estamos falando de jogadores top 5. Mas os outros que não estão no top 5, que não terão tanta prioridade para os torneios, que os torneios não são uma meta, esses você vai trabalhar o geral. Se eu tenho uma criança até 12 anos, eu preciso trabalhar com ela tudo: efeito, força, posicionamento, saque, voleio, devolução (nós fazemos um ‘bastantão’), e, daqui a pouco, sairá um atleta dali que é mais competitivo, que está desenvolvendo mais. Aí, esses vão para o planejamento em relação aos torneios, porque ali os torneios são as metas, e depois vêm as nossas metas de qualificá-los, não só na parte técnica.*

Outro treinador, porém, afirma que para a categoria “até 12 anos” a periodização do treinamento segue um calendário próprio, à parte do calendário competitivo. Ainda assim, no que diz respeito à categoria “até 14 anos”, o entrevistado afirma que o treinamento já tem a competição como uma norteadora da periodização.

- ENTREVISTADO B: *No caso da categoria “até 12 anos”, utilizamos um calendário técnico nosso. Isso por que o trabalho é mais a longo prazo e queremos que eles cheguem o melhor possível – com uma técnica mais sólida – para uma competição com um nível um pouco mais avançado, que é a categoria de “até 14 anos” e na transição dos 15, 16 anos. [...] Já nos 13 e 14 anos, bem como nos 15 e 16 anos, a periodização é organizada em função do calendário de competições.*

Através desses depoimentos, observa-se que a maioria dos treinadores faz uso de um planejamento para o desenvolvimento das atividades de treino dos jovens tenistas. Assim, buscam sistematizar sua prática a fim de melhor aplicar os conteúdos técnicos do tênis e melhor desenvolver seus jogadores. Nesse caminho, de acordo com Bompa (2002), atletas que passam por um programa de treinamento bem estruturado e sistemático, em sua maioria, apresentam os melhores desempenhos. Além disso, nota-se que os treinadores pautam o planejamento do treino técnico no calendário de competições infanto-juvenis, considerando as principais competições como um referencial à sua estruturação e organização. Nesse sentido, Uniwersyski (2005) adverte que o treino de tenistas infanto-juvenis deve primeiramente ser planejado para, somente depois, procurar os eventos adequados àquela organização. Ainda assim, mesmo que a

maioria dos entrevistados realize o planejamento do treino com base nas competições (modelo mais indicado ao esporte adulto), também é verdade que os mesmos alteram o treinamento conforme as necessidades dos seus atletas, podendo, inclusive, deixar a participação competitiva em segundo plano. Nesse sentido, segundo o Entrevistado A *“Se tiver que optar por mudar o treinamento, fazer uma coisa mais específica, nós fazemos. Por exemplo, o ‘winner’ de direita já está pronto, então eu posso treinar o ‘slice’ de esquerda, claro que eu irei oportunizar para ele o treino de ‘winner’ de direita também, mas esse já está pronto. Já foi bem feito lá atrás, justamente para não ficar batendo cabeça quando tiver que jogar torneio. Então, o padrão de jogo dele já está pronto, ele vai jogar diferente quando for a hora estabelecida. Isso eles têm bem claro. [...] se nos formos olhar bem fundo nisso, veremos que o objetivo é fazer com que eles cheguem a jogar no profissional, esse é o objetivo, então, nessa hora, eu posso variar o treinamento deles, mesmo que vá sacrificar alguma coisa de momento. Com isso, percebe-se que, embora o planejamento seja baseado principalmente nas competições, os treinadores são flexíveis na condução do treinamento técnico, ajustando alguns aspectos às necessidades de seus jogadores, minimizando, com isso, os efeitos de um planejamento baseado no calendário competitivo.*

Por outro lado, isso também pode apontar para uma inadequação do modelo competitivo praticado pelos mais jovens. Nesse sentido, de acordo com o Entrevistado B *“O calendário de competições atropela um pouco os objetivos a longo prazo. A criança é imediatista, acaba que a família também é imediatista. Então, de repente, tudo o que se vem trabalhando tecnicamente, sob pressão, nós perdemos. Por que a criança, por ansiedade na competição, não faz exatamente o que seria mais eficiente, faz o que dá para fazer naquele momento.”* Em concordância, Marques (1997) chama a atenção para algumas dificuldades oriundas da falta de referências de enquadramento mais sólidas ao esporte infanto-juvenil, havendo uma necessidade de uma “Teoria da Competição” voltada aos mais jovens. Por isso, Marques (2004) afirma que “ter a competição como estruturante do treino só será correto quando a primeira corresponder a um modelo mais adequado, quando a competição for modelada pelos princípios e pressupostos do treino de jovens”. Sendo assim, outro recurso utilizado pelos treinadores, conforme afirma o Entrevistado C é *“Quando em momentos mais distantes das competições, tentamos fazer um treinamento mais global, tentando trabalhar mais a*

parte técnica que, às vezes, é mais difícil de trabalhar, até por uma questão de confiança do jogador.” Com isso, observa-se que a estratégia de planejamento adotada pelos treinadores pode não estar adequada ao treinamento infanto-juvenil, pois o modelo de competições pode não estar adequado aos mais jovens, fazendo com que os treinadores tenham que conciliar as atividades de treino com as atividades de competição, quando a atividade competitiva deveria auxiliar e complementar as atividades de treino.

Por fim, conclui-se que há indícios de que a competição, assim como coloca Marques (2004), pode, também, não estar de acordo com jovens tenistas de 11 a 14 anos. Ainda assim, foi possível perceber que a competição está bastante presente na estruturação e planejamento do treino técnico de jovens tenistas e que, em decorrência disso, algumas jogadas são priorizadas. Há essa predileção em relação às jogadas durante o treinamento em virtude de que as mesmas são mais utilizadas pelos jovens durante os jogos, propiciando melhores resultados nas competições. Nesse sentido, ainda que a busca por resultados não deva ser o principal foco do esporte infanto-juvenil, de acordo com Rose Junior (2002) “competir significa não medir esforços para se obter os melhores resultados e, de preferência, a vitória”. Além disso, foi também observado que as dimensões – espaços físicos – em que os jovens (principalmente de 11 e 12 anos) desempenham o jogo de tênis parecem propiciar algumas jogadas em detrimento de outras em virtude de sua desproporcionalidade para com o desenvolvimento físico dos jovens tenistas. Com isso, observou-se um desequilíbrio no treinamento da técnica funcional de tenistas infanto-juvenis de 11 a 14 colocados entre os cinco melhores no *ranking* da Federação Gaúcha de Tênis.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao término da realização do presente estudo, acredita-se que ele possa contribuir não apenas através daquilo que se propôs investigar, mas para que abra espaço para a reflexão sobre o treinamento de tenistas infanto-juvenis. Busca-se fomentar o diálogo a respeito do treinamento de jovens tenistas para que, debatendo e trocando experiências, os treinadores possam melhorar ainda mais sua prática profissional. Ainda que durante os campeonatos de tênis os treinadores têm a oportunidade de interagir com outros profissionais, muitas vezes acabam ficando ao entorno de seus atletas, os acompanhando e os assistindo, não havendo tempo para essa interação. Além disso, mesmo que durante os torneios seja possível acompanhar o desempenho de outros tenistas infanto-juvenis, o que se assiste é apenas o produto, o resultado de todo um processo de treinamento.

Não obstante, são escassos os estudos realizados a respeito do treinamento de tenistas infanto-juvenis, tão pouco com tenistas infanto-juvenis de Porto Alegre. Assim, é muito comum observar o espelhamento e a utilização de métodos e estudos importados de outros locais durante as práticas de treinadores do sul do Brasil. Não que isso seja um problema, muito pelo contrário, obviamente que são estudos de extrema relevância e qualidade e que devem ser conhecidos, porém, são oriundos de outro contexto. Nesse sentido, ao invés de apenas copiar ou adequar tais modelos de treinamento, buscar soluções, construindo meios a partir de suas próprias referências pode resultar em melhores alternativas a sua prática. Com isso, o presente estudo também procurou produzir um conhecimento mais específico e preciso às demandas do público pesquisado.

Somado a isso, julga-se de extrema relevância a aproximação e interação da prática cotidiana das quadras com o âmbito acadêmico. Nota-se que, embora universidades e centros de treinamento de tenistas venham melhorando sua interação, ainda há um distanciamento entre ambos. Muitas vezes os estudos realizados são feitos de maneira pontual e isolada, cumprindo apenas com o objetivo de suprir uma determinada tarefa, não havendo o interesse ou objetivo de desenvolver e evoluir a prática estudada. Além disso, não são raros os estudos realizados que não dão o devido retorno ao campo pesquisado, acabando por não contribuírem da maneira que poderiam. Assim, acredita-se que a presente pesquisa possa contribuir com a aproximação da

prática diária e do âmbito acadêmico, incentivando a realização de mais estudos, bem como a interação entre as duas áreas para que juntas possam melhorar o esporte.

Nesse sentido, a partir dos resultados encontrados, é possível tecer algumas contribuições mais pontuais ao treinamento dos tenistas infanto-juvenis pesquisados. A falta de equilíbrio observada no treinamento das iniciativas de jogadas mostra que o treinamento dos jovens analisados precisa ser mais bem balanceado. Esses tenistas estão em um processo de formação das ações técnico-táticas. Com isso, para que possam automatizá-las mais rapidamente e desempenhá-las com segurança e eficácia na vida adulta, é importante que a rotina de treinamento as contemple de forma equilibrada e com uma frequência condizente ao seu desenvolvimento.

Além disso, foi encontrada uma diferença relevante no treinamento das iniciativas básicas de jogadas por meio do saque entre as categorias “até 12 anos” e “até 14 anos”. O presente estudo revelou uma maior dificuldade dos tenistas mais jovens em desempenharem as ações mais ofensivas a partir do saque. A pouca estatura e potência muscular dos mais jovens limitam a execução dessas jogadas. Com isso, o treino desses jovens tenistas torna-se ainda mais especializado em algumas jogadas em detrimento de outras. Assim, atentou-se para uma possível inadequação das dimensões utilizadas para a prática do tênis na categoria “até 12 anos”.

Por outro lado, não foram encontradas diferenças importantes no treinamento da técnica funcional em relação ao *ranking* e ao sexo desses jovens tenistas. O estudo revelou que o treinamento dos jovens tenistas é baseado no nível de habilidade e idade de cada jovem. Sendo assim, se os jovens tenistas encontram-se em uma mesma faixa etária e nível de habilidade no esporte, o treinamento técnico terá o mesmo objetivo. Ainda assim, cabe ressaltar que a individualidade de cada jovem tenista é respeitada e que alguns treinadores optam por colocar os jovens tenistas do sexo oposto para treinarem em separado, mesmo que o objetivo do treinamento seja o mesmo.

Outro fator relevante que merece destaque é a influência que a competição infanto-juvenil exerce sobre o treinamento desses jovens. A maneira de como o treinamento é conduzido tem uma forte influência da competição. Observou-se que as jogadas mais exigidas pela competição infanto-juvenil são àquelas mais treinadas.

Assim, jogadas que não surtem tanto efeito ao resultado competitivo são pouco desenvolvidas nas atividades de treino. Com isso, acredita-se que a competição possa ter uma importante parcela de contribuição no desequilíbrio encontrado no treinamento da técnica funcional dos jovens tenistas pesquisados.

No entanto, apesar de suas contribuições, conforme em toda pesquisa científica, no transcorrer de seu desenvolvimento foram observadas algumas limitações. A começar pelo pequeno número de treinadores entrevistados. A amostragem poderia ter abrangido um número maior de participantes, cobrindo uma região maior e, com isso, aumentando o poder de generalização dos resultados encontrados. Inicialmente foram contatados 11 (onze) treinadores de tenistas infanto-juvenis do estado do Rio Grande do Sul, porém, apenas cinco concordaram em participar e cumpriram as etapas necessárias a sua realização. Os demais treinadores ou não mostraram interesse, ou alegaram não ter disponibilidade em participar do estudo, não podendo cumprir com suas etapas de realização. Com isso, a fim de manter a qualidade e precisão dos resultados do estudo, optou-se por reduzir sua amostragem, bem como seu poder de generalização, considerando apenas as informações de treinadores da cidade de Porto Alegre.

Cabe salientar ainda que, mesmo aqueles treinadores que participaram do estudo, apresentaram dificuldades em disponibilizar tempo à sua realização. Devido aos compromissos profissionais dos treinadores (viagens, atividades de treino, torneios e cursos de capacitação), a comunicação era realizada com dificuldade. Assim, nas etapas em que houve a necessidade de voltar a contatar os entrevistados na busca por informações mais precisas, o tempo investido foi prolongado. Com isso, o protocolo metodológico adotado estendeu-se de uma maneira além do esperado para que às dúvidas que surgiam ao longo do estudo fossem sanadas.

Outra limitação do estudo diz respeito à triangulação das informações relevantes ao assunto pesquisado. Foram coletados documentos junto aos treinadores a respeito das atividades de treino. As fontes documentais foram requisitadas no intuito de realizar uma análise de conteúdo das mesmas. Contudo, os documentos coletados apenas permitiram complementar as informações prestadas nas entrevistas, não possuindo informações suficientes para que seu conteúdo fosse dissecado no intuito de realizar uma análise mais aprofundada. Com isso, foram realizadas apenas as entrevistas

semiestruturadas utilizando as fontes documentais como fonte de consulta secundária às análises do estudo.

Ainda no que se refere à triangulação das informações, salienta-se que esse não se trata de um estudo isolado. Estudos realizados anteriormente com tenistas infanto-juvenis (BALBINOTTI, 2003; BALBINOTTI; KLERING, 2010) estão atrelados à presente pesquisa. Tendo em vista que esses se pautaram em informações prestadas por tenistas infanto-juvenis por meio de questionários, o presente estudo buscou nos treinadores depoimentos acerca do tema pesquisado. Assim, foi possível complementar e aprofundar, através de informações mais ricas em detalhes, os referidos estudos. Com isso, acredita-se que houve uma importante contribuição através do presente estudo, possibilitando a triangulação das informações sobre o tema pesquisado, bem como sua melhor compreensão. Porém, ressalta-se que ainda são consideradas algumas perspectivas.

Dessa forma, acredita-se que a ampliação do número de regiões pesquisadas e de treinadores entrevistados é uma importante ferramenta para aumentar o poder de generalização dos resultados. Como o presente estudo baseou-se em um grupo de treinadores bastante específico, seu poder de generalização se resume a uma população diminuta. Já com uma amostragem que cubra um maior espaço geográfico e com um contingente mais variado, um maior número de treinadores e tenistas infanto-juvenis poderão se beneficiar através de seus resultados. Com isso, acredita-se também na possibilidade de traçar um perfil do treinamento de tenistas infanto-juvenis das diferentes regiões brasileiras, podendo, inclusive, traçar um panorama do treinamento infanto-juvenil brasileiro de uma forma bastante abrangente.

Além disso, há outro método de pesquisa que pode ser utilizado na obtenção de informações a respeito do treinamento técnico de tenistas infanto-juvenis. A observação sistemática dos treinamentos é uma importante ferramenta de coleta de informações. No caso do treinamento de tenistas infanto-juvenis, ela permite que o pesquisador/observador note as questões relevantes ao tema pesquisado no momento em que elas acontecem. Nesse caminho, a observação sistemática contribui com as informações obtidas por meio dos documentos, questionários e entrevistas realizadas.

Com isso, é possível cercar o assunto pesquisado de uma maneira bastante precisa, descrevendo com muita veracidade o que se quer saber.

Ainda em relação às perspectivas do presente estudo, seus resultados também suscitaram a necessidade de uma investigação aprofundada a respeito do modelo de competição praticado no tênis infanto-juvenil. Conforme observado, há indícios que o modelo de competição para jovens tenistas, além de inibir a prática de determinadas jogadas no tênis infanto-juvenil, influencia o treinamento desequilibrado da técnica funcional do tenista. Com isso, sugere-se que novos estudos abordem a temática da competição no tênis infanto-juvenil. Nessa perspectiva, sugere-se uma ampla pesquisa que trate da competição de tenistas infanto-juvenis. Para isso, entende-se que a triangulação de informações acerca da temática é fundamental para que se obtenha um resultado preciso e fidedigno. Dessa forma, pesquisas que envolvam a observação de jogos oficiais de tenistas infanto-juvenis, a coleta de depoimentos dos treinadores acerca da competição desses jovens tenistas, bem como a aplicação de questionários aos tenistas infanto-juvenis e a análise de documentos oficiais a respeito das competições de jovens tenistas são altamente recomendadas.

Por fim, espera-se que, mesmo havendo limitações em alguns aspectos, esse estudo possa realmente ter contribuído, não apenas para o desenvolvimento de um conhecimento acadêmico, mas também à qualidade da prática dos treinadores que atuam diretamente na formação e no desenvolvimento da técnica funcional de tenistas infanto-juvenis. Além disso, cabe ressaltar que esse estudo representa um pequeno passo na longa caminhada em direção à busca de aprofundamento de conhecimento nessa área, na qual há carência de estudos dessa natureza.

REFERÊNCIAS

- ADAMS, J. A. A closed-loop theory of motor learning. **Journal of Motor Behavior**, 1971, v. 3, n. 2, p. 111-150.
- ADAMS, J. A. Issues for a closed-loop theory of motor learning. In: STELMACH, G. E. **Motor control**. New York: Academic Press, 1976, p. 87-107.
- ANTÚNEZ, R. M. HERNÁNDEZ, F. J. M. VAÍLLO, R. R. GARCÍA, J. P. F. Aplicación de un sistema automatizado para el aprendizaje y el entrenamiento del tenis en condiciones de interferencia contextual. **Apuntes: Educación Física y Deportes**. Barcelona, n. 96, p. 27-33, 2º trimestre, 2009.
- AUSTIN, D.A. Developing a winning singles strategy. **Scholastic Coach**. February, 1980, p. 96-101.
- BALBINOTTI, C. A. A. **A formação técnica do jogador de tênis: um estudo sobre jovens tenistas brasileiros**. 2003. Tese (Doutorado). Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. Porto, 2003.
- BALBINOTTI, M. A. A.; BALBINOTTI, C. A. A.; MARQUES, A. T.; GAYA, A. C. O treino técnico-desportivo de jovens tenistas brasileiros. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 26, n. 1, p. 51-72, set. 2004.
- BALBINOTTI, M. A. A.; BALBINOTTI, C. A. A.; MARQUES, A. T.; GAYA, A. C. A. Estudo descritivo do inventário do treino técnico-desportivo do tenista: resultados parciais segundo o 'ranking'. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**. Porto, 2005, vol. 5, nº 1, p. 49-58.
- BALBINOTTI, C. O ensino do tênis de campo: o processo de aprendizagem progressiva. In: TANI, G.; BENTO, J. O.; PETERSEN, R. D. S. **Pedagogia do desporto**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. p. 399-407.
- BALBINOTTI, C; MOTTA, M. A bola em jogo no tênis: o domínio das técnicas avançadas. In: BALBINOTTI, C. et al. **O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem**. Porto Alegre: Artmed, 2009 a. p. 141-162.
- BALBINOTTI, C; MOTTA, M. Os modelos estratégico-táticos do tênis de competição. In: BALBINOTTI, C. et al. **O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem**. Porto Alegre: Artmed, 2009 b. p. 178-202.
- BARCLAY, I. **Singles tactics, doubles tactics**. LTA Coaching Department, 1995.
- BENDA, R. N.; GRECO, P. J. Da aprendizagem motora ao treinamento técnico: conceitos e perspectivas. In: GRECO P. J. (Org.) **Iniciação esportiva universal 2: metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube**. Editora UFMG/Escola de Educação Física da UFMG, 1998, v.2, p. 15-38.

- BOLAÑOS, M. A. C. Métodos de ensino nos jogos esportivos. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo do Pinhal, v. 10, n. 15, jul/dez. 2009.
- BOLLETTIERI, N. **Bollettieri's tennis handbook**. Champaign: Human Kinetics, 1999.
- BOMPA, T. O. **Treinamento total para jovens campeões**. São Paulo: Manole, 2002.
- BRABENEC, J. Competition: the most desirable form of training. **ITF Coaching and Sport Science Review**. London, v. 7, n. 17, p. 3, 1999.
- BURDEN, P. Teacher development in handbook of research on teacher education. In: HOUSTON, W. R. **Handbook of research on teacher education**. New York: MacMillan, 1990, p. 311-328.
- CARVALHO, J. O treino das técnicas desportivas na formação do jovem atleta. **Treino Desportivo**. Lisboa, v. 1, n. 3, p. 43-48, 1998.
- CAYER, L. Singles tactics. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 6, n. 14, p. 2-4, 1998.
- CAYER, L.; LAMARCHE, P. Modelo de desarrollo específico para el tenis. **VI Simposium para entrenadores de la Federación Internacional de Tenis**. Madrid: Escuela Nacional de Maestria de Tenis, 1989, p. 44-105.
- COH, M.; JOVANOVIC-GOLUBOVIC, D.; BRATIC, M. Motor learning in sport. **Physical Education and Sport**, Ljubljana, v. 2, n. 1, p. 45-59, 2004.
- CORTELA, C. C.; FUENTES, J. P.; ABURACHID, L. C.; KIST, C.; CORTELA, D. N. R. Iniciação esportiva ao tênis de Campo: um retrato do programa Play and Stay à luz da Pedagogia do Esporte. **Conexões**: revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 10, n. 2, p. 214-234, maio/ago. 2012.
- CRESPO, M. La técnica del tenis. In: CRESPO, M. (Ed.) **Tenis**: Tomo I. Madrid: Comité Olímpico Español, 1993, p. 213-463.
- CRESPO, M.; MILEY, D. **Manual para entrenadores avanzados**. 1ª ed. Londres: International Tennis Federation (ITF), 1999.
- DENIAU, G. **Tenis**: técnica, táctica y entrenamiento. 1ª ed. Barcelona: Paidotribo, 1991.
- DENT, P. Long term planning for a tennis player. **Coaching Excellence**, n. 10, p. 1, 1994.
- DENT, P. Awareness of standards. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 3, n.7, p. 3-4, 1995.

DENT, P.; JONES, P. "Load up" for the serve. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 2, n. 5, p. 9, 1994.

ELDERTON, W. Situation training: key to training in a game-based approach. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 16, n. 44, p. 24-25, 2008.

ELDERTON, W. Tactical and technical development considerations for 10 and under player. **ITF Coaching and Sport Science Review**, v. 18, n. 51, p.18-19, 2010.

FITTS, P. M.; POSNER, M.I. **Human performance**. Belmont: Brooks/Cole, 1967.

FLICK, U. **Introdução à Pesquisa Qualitativa**. 3ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2009 a.

FLICK, U. **Desenho da Pesquisa Qualitativa**. Porto Alegre: Artmed, 2009 b.

FRAAYENHOVEN, F. Enfoque sistemático del desarrollo de jugadores de club y de competición. **ITF Coaching and Sport Science Review**. Londres, v. 6, n. 14, p. 10-12, abr., 1998.

FUENTES, J. P.; GUSI, N. **Iniciación jugada a la técnica y a la táctica en el tenis: espacios reducidos y poco material**. Cáceres: Copegrafm, 1996.

FUENTES, J. P. G.; VILLAR, F. D. A. El tenis en el currículum de Educación Física en el Bachillerato. Unidad didáctica: "Aprendizaje del tenis y mejora del sentido técnico-táctico a través de su práctica adaptada. In: FUENTES, J. P. **Enseñanza y entrenamiento del tenis: fundamentos didácticos y científicos**. Cáceres: Universidad de Extremadura, 1999, p. 72-107.

FUENTES, J. P.; VILLAR, F.; RAMOS, L. A. R.; MORENO, P. Metodología para la planificación del entrenamiento en el tenis de alta competición. **Movimento**, v. 7, n. 14, p. 100-110, 2001.

FUENTES, J. P. Métodos de ensino e destrezas de comunicação no ensino do tênis. In: BALBINOTTI, C. cols. (Org.). **O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem**. Porto Alegre: Ed. Artmed, 2009, p. 46-60.

GALLAHUE, D. L.; J. C. OZMUN. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 1ª ed. São Paulo: Phorte, 2001.

GALLAHUE, D. L.; J. C. OZMUN; J. D. GOODWAY. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 7ª ed. São Paulo: Phorte, 2012.

GENTILE, A. M. A working model of skill acquisition with application to teaching. **Quest**, v. 17, p. 3-23, 1972.

GOMES, A. C. **Treinamento desportivo: estruturação e periodização**. 1ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

GOTTFRIED, B. How to play on every surface. **Tennis**, p. 46-53, jun.1994.

GRECO, P. J. **O ensino do comportamento tático nos jogos esportivos coletivos: aplicação no handebol**. 1995. 224 f. Tese (Doutorado em Educação: Psicologia Educacional) - Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1995.

GRECO, P. J.; SILVA, SIOMARA A.; ABURACHID, L. C. Iniciação esportiva universal: uma escola da bola aplicada ao tênis. In: BALBINOTTI, C. cols. (Org.). **O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem**. Porto Alegre: Artmed, 2009. p. 80-98.

GROENEVELD, S. The net rusher and serve volleyer – a dying breed or big point opportunists? **ITF Coaching and Sport Science Review**. London, v. 10, n. 27, p. 4-7, 2002.

GROPPEL, J. **Tenis para jogadores avanzados**. Madrid: Gymnos, Editorial Deportiva, 1993.

HARRE, D. **Teoría del entrenamiento deportivo**. 1ª ed. La Habana: Científico-Técnica, 1983.

ISHIZAKI, M. T. CASTRO, M. **Tênis: aprendizagem e treinamento**. 1ª ed. São Paulo: Phorte, 2006.

JARAMILLO, G. How to train aggressive clay court strategy and tactics. **ITF Coaching and Sport Science Review**. London, v. 20, n. 56, p. 3-5, 2012.

KLERING, R. T.; BALBINOTTI, C. A. A. O treinamento técnico-desportivo: um estudo descritivo-exploratório com tenistas infanto-juvenis confederados. **Educación Física y Deporte Revista Digital**, Buenos Aires, v. 15, n. 148, p. 1, set., 2010. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd148/treinamento-tecnico-desportivo-com-tenistas.htm>. Acesso em: 12 mai. 2013.

KOPSIC, D.; SEGAL, F. Guidelines to develop a game on clay. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 3, n. 7, p. 4-5, out., 1995.

LAWRENCE, N. Gaining momentum. **ITF Coaching and Sport Science Review**. London, v. 3, n.7, p.7, out., 1995.

MCCRAW, P. D. Player development philosophy. **ITF Coaching and Sport Science Review**. London, v. 10, n. 28, p. 12-13, 2002.

MAGILL, R. A. **Aprendizagem Motora: conceitos e aplicações**. 5ª ed. São Paulo: Edgard Blücher, 2000.

MAMASSIS, G. Improving serving aped in young tennis players. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 13, n. 35, p. 3-4, 2005.

MARQUES, A. T. Fazer da competição dos mais jovens um modelo de educação e formação. In: GAYA, A.; MARQUES, A.T.; TANI, G. (Org.). **Desporto para crianças e jovens: razões e finalidades**. Porto Alegre: Editora da UFRGS, p.75-96, 2004.

MARTINEZ, A. Tactics for advanced clay court tennis. **ITF Coaching and Sport Science Review**. London, v. 10, n. 27, p. 9-12, 2002.

MESQUITA, I.; GRAÇA, A. Modelos de ensino dos jogos desportivos. In: TANI, G.; BENTO, J. O.; PETERSEN, R. D. S. **Pedagogia do desporto**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. p. 267-283.

MOTTA, M. **O treinamento técnico desportivo: um estudo descritivo-exploratório com tenistas adultos federados**. 2009. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, EsEF-UFRGS, Porto Alegre, 2009.

NEWELL, K. M. Coordination, control, and skill. In: GOODMAN, D.; WILBERG, R. B.; FRANKS, I. M. **Differing perspectives in motor learning, memory, and control**. Amsterdam: North-Holland, 1985. p. 299-317.

OZOLIN, N. **Sistema contemporâneo de entrenamiento deportivo**. 1ª ed. La Habana: Científico-Técnica, 1989.

PANKHURST, A. Enseñanza basada en el juego. **ITF Coaching and Sport Science Review**. Londres, v. 7, n.19, p. 11-13, nov., 1999.

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento Humano**. 10ª ed. Artmed, 2010.

PILES, J.; CRESPO, M. Tactics for elite level men's tennis – Part 1. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 20, n. 56, p. 9-10, 2012.

PLATONOV, V. N. Princípios da preparação a longo prazo. **Treino Desportivo**, Lisboa, n. especial, p. 14-23, 1997.

PLATONOV, V. N. **Teoria geral do treinamento desportivo olímpico**. 1ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2004.

PLATONOV, V. N. **Tratado geral de treinamento desportivo**. 1ª ed. São Paulo: Phorte, 2008.

ROETERT, E. P.; HARMON, R. Coaching talented players. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 14 n. 38, p. 15, 2006.

ROSE, D. J. **A multilevel approach to the study of motor control and learning**. 1ª ed. Boston: Allyn and Bacon, 1997.

- ROSE JUNIOR, D. A Competição como fonte de estresse no esporte. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. Brasília, v. 10, n. 4, p. 19-26 out., 2002.
- ROWLEY, S. Training young athletes. In: ETA COACHES SYMPOSIUM. **Anais Coaches Symposium**. Norwich: ETA, 1990.
- SAMMEL, D. How to counter specialist styles. **ITF Coaching and Sport Science Review**. London, v. 3, n.7, p. 5-6, out., 1995.
- SCHMIDT, R. A.; LEE T. D. **Motor control and learning: a behavioral emphasis**. 3ª ed. Champaign: Human Kinetics, 1999.
- SCHMIDT, R. A. WRISBERG, C. A. **Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem baseada no problema**. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.
- SCHMIDT, R. A. WRISBERG, C. A. **Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem baseada na situação**. 4ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.
- SCHÖNBORN, R. Factores determinantes y limitantes del rendimiento el tenis. In: SIMPOSIO DE LA FEDERACIÓN EUROPEA DE TENIS. **Anais Real Federación Española de Tenis**: Marbella, p. 88-110, 1984a.
- SCHÖNBORN, R. Principios de la teoría cinética. In: SIMPOSIO DE LA FEDERACIÓN EUROPEA DE TENIS. **Anais Real Federación Española de Tenis**: Marbella, p.65-87, 1984b.
- SCHÖNBORN, R. Players performance and development. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 1, n.2, p. 1, ago., 1993.
- SCHÖNBORN, R. **Tenis: entrenamiento técnico**. 1ª ed. Madrid: Tutor, 1999.
- SCHWARTZ, B. C.; DAZET, C. A. **Competitive tennis**. 1ª ed. Champaign: Human Kinetics, 1998.
- SHEA, C. H.; SHEBILSKI L. W.; WORCHEL. S. **Motor learning and control**. 1ª ed. Boston: Allyn and Bacon, 1993.
- SINGER, R. N. **Motor learning and human performance: an application to motor skills and movement behaviors**. 3ª ed. New York: Macmillan, 1980.
- SMITH, S. Pattern your way to smart tennis. **Tennis**, v. 30, n. 9, p.40-44, jan., 1995.
- TANI, G. Aprendizagem motora e esporte de rendimento: um caso de divórcio sem casamento. In: BARBANTI, V. L.; AMADIO, A. C.; BENTO, J. O.; MARQUES, A. T. **Esporte e atividade física: interação entre rendimento e saúde**. São Paulo: Manole, 2002, p. 145-160.

THOMAS, J.; NELSON, J.; SILVERMAN, S. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 6ª Edição. Porto Alegre: Artmed, 2012.

TRIVIÑOS, A. **Introdução à pesquisa em ciências sociais**: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas, 1987.

UNIERZYSKI, P. Planning and periodization for the 12-14 year old tennis players. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 11, n. 31, p. 6-8, 2003.

UNIERZYSKI, P. Periodization for under-14s. **ITF Coaching and Sport Science Review**. London, v. 13, n. 36, p. 4-6, 2005.

VALENTINI, N. C.; PIFFERO, C. M.; BERLEZE, A.; SPESSATO, B. C. Considerações sobre o desenvolvimento e a aprendizagem motora em crianças. In: BALBINOTTI, C. et al. **O Ensino do Tênis**: novas perspectivas de aprendizagem. Porto Alegre: Artmed, 2009. p. 29-45.

VAN AKEN, I. The tactical and technical learning process. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 7, n.19, p.8-10, 1999.

VERCHOSHANSKI, Y. **Treinamento desportivo**: teoria e metodologia. 1ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

WEINECK, J. **Treinamento Ideal**. 9ª ed. São Paulo: Manole, 2003.

WILSON, D. The game-based coaching methodology – an investigation of principles and practice. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 17, n. 49, p. 19-20, 2009.

WHITING, H. T. A. **Concepts in skill learning**. 1ª ed. London: Lepus Books, 1975.

WOODS, R.; FERNANDEZ, M. Finding the best learning style. In: ROETERT, P.; GROPPPEL, J. (Eds.). **Word-Class Tennis Technique**. 1ª ed. Champaign: Human Kinetics, 2001, cap. I.

WOODS, R.; HOCTOR, M.; DESMOND, R. **Coaching tennis successfully**. 1ª ed. United States Tennis Association. Champaign: Human Kinetics, 1995.

ZAWADZKI, P; ROCA, J. Indicator of depth for the return of serve. **ITF Coaching and Sport Science Review**, London, v. 17, n. 49, p. 21-22, 2009.

ZLESKAK, F. Concepto de aprendizaje progresivo en el tenis. **Publicaciones Real Federación Española de Tenis**, 1989, p. 40-43.

ZLESKAK, F. Preparación de jugadores juniors para el tenis profesional. **Publicaciones Real Federación Española de Tenis**, 1994 a, p. 52-77.

ZLESKAK, F. Como mejorar la técnica (de nivel básico e avanzado). **Publicaciones Real Federación Española de Tenis**. 1994 b, p. 78-85.

APÊNCIDE A – ROTEIRO DE ENTREVISTA SOBRE O TREINO TÉCNICO-ESPORTIVO DO TENISTA

DADOS DE IDENTIFICAÇÃO DO TREINADOR

Nome: _____ Idade: _____

Formação profissional: _____

Local de atuação profissional: _____

Tempo que atua como treinador infanto-juvenil: _____

Número de atletas infanto-juvenis que treina: _____

Ranking FGT dos atletas infanto-juvenis que treina: _____

Durante o treinamento prático na quadra de tênis, em sua opinião, qual a frequência que você exercita com seus atletas as jogadas abaixo relacionadas?

- 1) pouquíssima frequência
- 2) pouca frequência
- 3) com frequência
- 4) muita frequência
- 5) muitíssima frequência

- 1) () Saque como golpe vencedor. **Justifique:**
 - 2) () Saque para aproximação à rede. **Justifique:**
 - 3) () Saque para o domínio do ponto do fundo da quadra. **Justifique:**
 - 4) () Saque com variação de potência e rotação. **Justifique:**
 - 5) () Devolução de saque como golpe vencedor. **Justifique:**
 - 6) () Devolução de saque para aproximação à rede. **Justifique:**
 - 7) () Devolução de saque para o domínio do ponto do fundo de quadra. **Justifique:**
 - 8) () Devolução de saque com variações de potência e rotação. **Justifique:**
 - 9) () Troca de bolas para um golpe vencedor. **Justifique:**
 - 10) () Troca de bolas para aproximação à rede. **Justifique:**
 - 11) () Troca de bolas para o domínio do ponto do fundo da quadra. **Justifique:**
 - 12) () Troca de bolas com variações de potência e rotação. **Justifique:**
- a) Há diferenças no treinamento da técnica funcional em relação às categorias (até 12 anos e até 14 anos)?
 - b) Há diferença no treinamento da técnica funcional conforme o ranking dos tenistas?
 - c) Há diferença no treinamento da técnica funcional de acordo com o sexo dos jovens tenistas?
 - d) Há uma periodização da técnica funcional durante o ano?
 - e) Há diferença no treinamento da técnica funcional em relação ao calendário anual de competições?
 - f) Existe alguma dificuldade para desenvolver o treinamento da técnica funcional durante o calendário anual de competições?
 - g) Há algum comentário, sugestão, crítica e/ou contribuição ao estudo que julgue importante registrar neste momento?

APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

A presente dissertação de mestrado, intitulado: *A TÉCNICA FUNCIONAL DO TENISTA: Um estudo sobre os conteúdos do treino de tenistas infanto-juvenis de 11 a 14 anos*, tem por objetivo descrever como é realizado o treinamento da técnica funcional de tenistas infanto-juvenis filiados à Federação Gaúcha de Tênis.

Você está sendo convidado (a), como voluntário (a), a participar deste estudo por poder contribuir com o mesmo a partir de seus conhecimentos e experiências. Se você concordar em participar deste estudo, terá que responder a uma entrevista, gravada, com um roteiro pré-elaborado pelo pesquisador, com o tempo de duração de aproximadamente 50 minutos. Sua participação é muito importante para que possamos construir informações necessárias para nossos estudos, a partir da visão de quem vivencia e protagoniza o cotidiano do treinamento da técnica funcional do Tênis infanto-juvenil. Dessa forma, as informações e os resultados oriundos desse estudo poderão contribuir para o treinamento técnico do Tênis infanto-juvenil, auxiliando treinadores e tenistas nesse sentido.

Cabe salientar que durante sua participação no estudo não haverá riscos adicionais aos já existentes em seu dia a dia. Tampouco haverá riscos de exposição a partir da sua entrevista, tendo em vista que as informações não serão liberadas sem sua permissão por escrito, exceto se exigido por lei. A identidade dos participantes não será revelada, a menos que seja esse o desejo do entrevistado, e as informações que forem prestadas poderão ser utilizadas somente para fins científicos. Nesse caminho, registra-se que a entrevista armazenada em gravador digital de áudio será integralmente transcrita constituindo-se, ao final do processo, em documento escrito. Antes de sua utilização, tal documento será devolvido ao entrevistado para a conferência das informações contidas nele. Assim, somente depois disso, será concedida a liberação definitiva de uso. Neste momento, um novo termo de consentimento, que anuncie tal liberação, será assinado.

Você é livre para retirar-se da pesquisa a qualquer momento. A participação é voluntária e a recusa em participar do estudo não acarretará em qualquer penalidade, perdas ou danos. Todos os procedimentos da entrevista serão fornecidos gratuitamente. Não será disponível nenhuma compensação financeira adicional.

Qualquer dúvida poderá ser esclarecida pelo pesquisador através do seu telefone/e-mail: (51) 8418-1080 / robertoklering@gmail.com, ou de seu orientador, telefone/e-mail: (51) 9999-4957 / cbalbinotti@terra.com.br. Através do contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS pelo telefone (51) 3308-3629, você poderá recorrer se, em algum momento da pesquisa, você se sentir prejudicado (a) ou negligenciado (a) em seus direitos.

APENDICE C - DECLARAÇÃO DO PARTICIPANTE

Eu, _____,
portador (a) do CPF número _____ fui esclarecido (a) dos objetivos da pesquisa acima de maneira clara e detalhada, tendo tempo para ler as informações contidas no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes de participar do estudo. Recebi informação a respeito dos procedimentos de pesquisa realizados, esclareci minhas dúvidas e concordei voluntariamente em participar deste estudo. Além disso, sei que terei liberdade de retirar meu consentimento de participar da pesquisa frente a estas informações. O pesquisador certificou-me também de que todos os dados desta pesquisa serão confidenciais, exceto se liberados por mim com permissão por escrito. Fui informado (a) que caso existirem danos à minha imagem, causados diretamente pela pesquisa, terei direito à indenização, conforme estabelece a lei.

Sei que sou eximido (a) de qualquer gasto referente à pesquisa. Caso apresentar novas perguntas sobre esse, o mestrando Roberto Tierling Klering, pesquisador, estará à disposição no telefone (51) 8418-1080, bem como seu orientador e pesquisador responsável, Prof. Carlos Adelar Abaide Balbinotti, pelo telefone (51) 9999-4957, atendendo a qualquer solicitação sobre meus direitos como participante deste estudo. Também poderei obter esclarecimentos através de contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS pelo telefone (51) 3308-3629 sob o número de protocolo 2007721.

Declaro que recebi cópia do presente Termo de Consentimento.

_____/_____/_____/____

Local e Data

Assinatura do (a) entrevistado (a)

Roberto Tierling Klering

Assinatura do Pesquisador

APENDICE D - DECLARAÇÃO DO PARTICIPANTE (Documento Transcrito)

Eu, _____,
portador (a) do CPF número _____ fui esclarecido (a) dos objetivos da pesquisa acima de maneira clara e detalhada, tendo tempo para ler as informações contidas no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes de participar do estudo. Fui também informado a respeito dos procedimentos de pesquisa realizados, tendo esclarecido minhas dúvidas e concordado voluntariamente em participar desse estudo. Além disso, sei que terei liberdade de retirar meu consentimento de participar da pesquisa frente a essas informações. O pesquisador certificou-me também de que todos os dados dessa pesquisa serão confidenciais. Estou ciente de que sou eximido (a) de qualquer gasto referente à pesquisa e que, caso existirem danos à minha imagem, causados diretamente pela pesquisa, terei direito à indenização, conforme estabelece a lei.

Com o conhecimento disso e do conteúdo textual oriundo da entrevista oral prestada por mim – já conferida suas informações –, autorizo, para fins estritamente científicos, o uso das informações prestadas por mim no presente documento.

Por fim, declaro-me ciente de que caso eu apresente novas perguntas sobre a pesquisa o mestrando e pesquisador Roberto Tierling Klering estará à disposição no telefone (51) 8418-1080, bem como seu orientador e pesquisador responsável, Prof. Carlos Adelar Abaide Balbinotti, pelo telefone (51) 9999-4957, atendendo a qualquer solicitação sobre meus direitos como participante desse estudo. Também poderei obter esclarecimentos através de contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS pelo telefone (51) 3308-3629 sob o número de protocolo 2007721.

Declaro que recebi cópia do presente Termo de Consentimento.

_____/_____/____/____

Local e Data

Assinatura do (a) entrevistado (a)

Roberto Tierling Klering

Assinatura do Pesquisador