

Uma grande experiência

MARCELO AUGUSTO DE FELIPES
19 Ten Instrutor da EsEFEx

Há alguns anos, eu desempenhava a função de diretor técnico da Federação de Esgrima do Estado do Rio de Janeiro, função árdua e que tomava grande parte do meu tempo. A Federação atravessava um período difícil e eu, recém-assumido, pensava em como atrair pessoas para a prática da esgrima. Achei que a melhor maneira de atrair crianças, jovens e adultos seria facilitando o acesso ao esporte.

Criei o Curso Livre de Iniciação de Esgrima, aberto à comunidade, o qual contou com o apoio do então Comandante da EsEFEx, Cel. Luiz Paulo Fernandes de Almeida e do Chefe da Seção de Esgrima, Maj Sérgio Fett Sparta de Souza.

Inicialmente, no meio esgrimístico, a idéia foi muito louvada, entretanto, pouco acreditada. Comecei com uma aluna. Na segunda semana, já tínhamos três; na terceira semana, seis e com o passar do tempo um grande grupo se formava.

O primeiro desafio vencido. . .

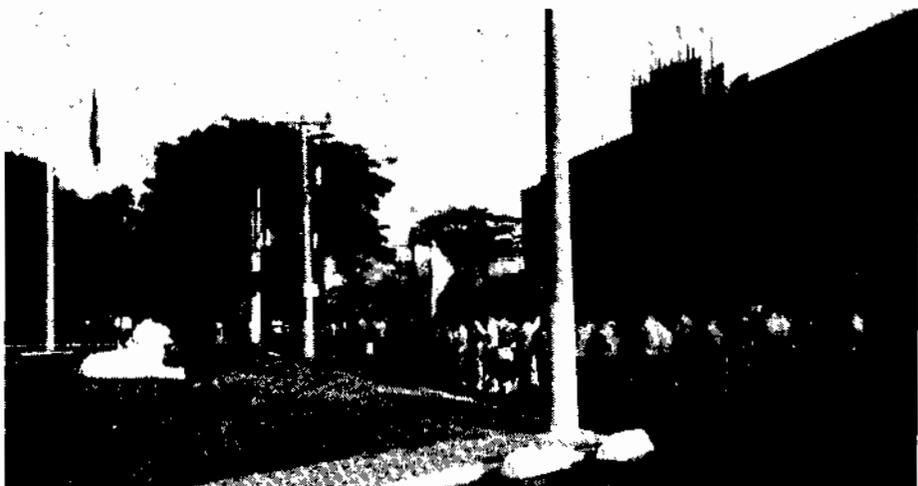
E assim começou a minha grande experiência.

Muitas perguntas me fiz durante esses anos e tive a felicidade de obter respostas, trabalhando assiduamente e com honestidade de princípios. Embora fosse uma atividade de lazer, houve necessidade de ler muito sobre relacionamento humano e influências psicossociais na aprendizagem.

Como atrair alunos para uma modalidade desportiva?

Deveria usar o mesmo método de aplicação, para as diversas faixas etárias? Em caso negativo, como conciliar os diferentes métodos de aplicação num mesmo grupo?

Caso seja uma modalidade de pouca divulgação, como é o caso da Esgrima, há necessidade de que o aluno veja pelo menos uma competição, ou caso não seja possível, assista assaltos¹ de trei-



"Triatlo Antártica: participação de 400 crianças"

namento das diversas armas.

Após isso, iniciei os alunos, lembrando a todo tempo que a chama das situações estimuladoras deve permanecer sempre acesa e que cada aluno é um mundo. Lembre-se que a motivação é o fim e a incentivação é um meio. Percebi que o treinamento físico de forma recreativa — para crianças e jovens — é uma forma de motivação.

"O brinquedo é o exercício de funções para a vida futura" (teoria do exercício — BUYTEN-DISK), além disso, a brincadeira ou o jogo tem função de relaxamento. Até mesmo com atletas jovens e adultos, depois de grandes esforços no trabalho ou atividades de grande concentração, servem para a recuperação men-

tal e psíquica. A superexcitação pode ser acalmada desta maneira, sem perigo algum. Para Erikson (1957), "na brincadeira a criança pode exprimir e solucionar conflitos de outra feita insolúveis". Isto é muito freqüente, observamos. Entretanto, alguns princípios não devem ser abandonados, tais como: aplicação de carga e sobrecarga, teoria do 'stress' e principalmente a individualidade biológica.

Observei que há professores de educação física que, quando estão atuando em iniciação desportiva, preparam para seus alunos, iniciantes no desporto, trabalhos físicos como se fossem para atletas de competição que buscam atingir 'peak' em determinada

época da temporada. Uma variante muito pouco considerada pelos treinadores, mas que requer conhecimento que muitas vezes faz alterar nosso esquema de trabalho, é a individualidade psicológica. Antes de nosso aluno atingir a maturação desportiva, ou seja, o nível para o organismo responder eficientemente aos estímulos dados, devemos forçar ao máximo suas capacidades sensoriais, pois estas, juntamente com a necessidade, consequência das situações criadas, e os reflexos biológicos, principalmente os de defesa, são a base da aprendizagem.

Normalmente, crianças menores de nove anos de idade não destacam detalhes, portanto, não queremos ressaltar detalhes téc-

1 - Encontro de dois esgrimistas sobre a pista de esgrima

nicos e sim coletivizar e tornar agradável e natural a técnica que se deseja transmitir.

O que muito me chamou a atenção em relação às crianças foi a diferença notória do desenvolvimento das funções cognitivas que, em alguns casos, apresentam percepções, imaginação e intuição muito apuradas.

O papel exercido pelos pais é de suma importância e decisivo para o desenvolvimento da criança.

Na grande maioria dos casos, os pais inibem o rendimento atlético de seus filhos, embora as intenções sejam as melhores possíveis. Suas atitudes, muitas vezes protecionistas em competições, a ausência de reforço em determi-

que o incentivo dos pais aos seus filhos é de extrema importância. A criança se realiza em saber que, livremente, faz seus entes queridos felizes.

Sabe-se que um treinador ou um técnico deve ter o domínio do **SABER**, do **PODER** e do **QUERER**.

Quanto ao **SABER**, é mister que o treinador tenha **competência técnica**, isto é, consciência da realidade, em sentido amplo e em sentido restrito, e o conhecimento das atividades do grupo. Ser sensível aos problemas sócio-econômicos que envolvem os componentes do grupo (amplo), assim como, transmitir o que realmente interessa ao grupo (restrito), sem divagar.



“É importantíssimo o entrosamento dos mais experientes com os mais jovens”

nadas situações, comentários desaprovadores, ou a carência de conhecimentos técnicos da modalidade, contribuem decisivamente para o desestímulo e, em certos casos, criam sem querer um indivíduo desajustado ao meio.

Observemos o comportamento dos pais em países desenvolvidos no esporte: eles vêem os filhos como atletas simplesmente, porque muitas vezes são participantes também da modalidade, desenvolvendo assim uma relação atleta-atleta.

A criança é extremamente espontânea por essência e qualquer sentimento que possa sufocar essa espontaneidade exercerá negativamente.

Há a necessidade de ressaltar

A **cultura geral** é um complemento da competência técnica, e deve-se saber empregá-la no momento certo. É importantíssimo transmitir ao grupo, sempre que possível, constantes ensinamentos ou até mesmo curiosidades que sirvam de enriquecimento à bagagem cultural. A **competência social** é a experiência de tratar com homens e com grupos humanos. Quanto mais houver prática neste campo, melhores serão as possibilidades de êxito. É notório que treinadores que já tiveram oportunidades de liderarem grupos, tais como, escotismo, sociedades esportivas, agremiações, mostram maior facilidade no relacionamento social.

Quanto ao **PODER** é importante que o treinador saiba antes

de tudo dominar a si mesmo, sobretudo diante de situações conflitantes entre membros do grupo. Nestas situações, costume inspirar e expirar vagarosamente, “conto até dez” e somente após tomar alguma iniciativa ou até mesmo uma decisão. Grande influência exerce a maturidade afetiva ou emocional, e é comum vermos o imaturo emocional (Ifder) fugir das situações difíceis tornando-se uma presa fácil de frustrações, ocasionando ao grupo condutas agressivas ou regressivas, o que dificulta a interação. Deve-se compreender os outros, principalmente as suas necessidades. Eu costume dizer que só o **semelhante compreende o semelhante**. Devemos tentar assemelhar-nos uns aos outros para melhor compreensão das nossas necessidades que vão além das fisiológicas. Todo aluno apresenta um inconformismo natural, necessitando de segurança, afeto, participação e de possibilidade de ascensão.

Cabe ao treinador compreender e tentar satisfazer, na medida do possível, esses impulsos naturais.

Quanto ao **QUERER**, acho ser este o campo mais fértil de ação para um treinador, pois aí estão os aspectos ligados à vontade e motivação, que é a força que leva os alunos a agirem. Não há limites de esforço para levarmos nossos alunos a atingirem a alta motivação, porém, para tal, o treinador deve interessar-se realmente pelos seus alunos, mostrando os valores reais a atingir, não só no esporte no qual ele dirige, como na vida, o que aumentará muito sua credibilidade.

“A oportunidade aparece uma vez” — quantas vezes ouvimos esta frase. Ela é verdadeira, portanto, conscientizar nossos alunos de que estão tendo uma oportunidade que outros não têm e que, ainda, outros não tiveram, é importante. “Sem o esforço da busca, é impossível a alegria do encontro”.

Preparar um atleta para uma competição não é tarefa fácil. Deve-se predispor o fundo emocional de vivência. Há muitas gradações desde a esperança ou a certeza do êxito até o medo do

fracasso do movimento intencio-
nado. O cuidado maior nesta pre-
paração é não conformarmos
nosso atleta a qualquer resultado.
Deve-se incutir que a vitória é im-
portante e tudo se deve fazer
para atingi-la, entretanto, se isto
não for possível não devemos ar-
ranjar desculpas para o fracasso
e sim congratularmos os vence-
dores e nos prepararmos para a
próxima competição. Devido à
exigência de constante elevação
da performance desportiva, o es-
porte não se pode dar ao luxo de
desprezar a explicação de causas
tidas como secundárias do suce-
so ou do fracasso, com isso, cabe
ao treinador saber analisar estas
causas após a competição.

Antes, durante e depois de ati-
vidades desportivas aparecem
ocorrências e fenômenos psicoló-
gicos, contudo alguns destes fe-
nômenos que ocorrem com seus
atletas devem ser do conhecimen-
to dos treinadores, principalmen-
te aqueles que ocorrem em com-
petição, daí a importância de
"pesquisar fenômenos psíquicos,
a ação psíquica e o jogo da for-
ça no limite da capacidade nor-
mal do homem. Os atletas sujei-
tam-se voluntariamente a situa-
ções de carga que jamais poder-
iam ser produzidas em pesquisas
psicológicas, até mesmo por ra-
zões éticas. Ainda que mediante
boa remuneração, seria difícil



"O treinador deve conhecer bem as aptidões individuais de seus educandos, seus interesses e ter a habilidade de chegar à intelectualidade e sentimentos do desportista." (MATVÉEV - Moscou - URSS-1983)

submeter uma pessoa ao esgota-
mento a que o atleta de alto ní-
vel se sujeita voluntariamente em
competições importantes". (Fei-
je, 1964)

"As fortes cargas psíquicas do
atleta, especialmente antes de
competição, revelam-se por:

— Fenômenos psíquicos, como
insegurança e melindre, irritabili-
dade, indecisão, dificuldade de
comunicação, nervosismo, falta
de concentração, etc.;

— Fenômenos psicossomáti-
cos, como distonia neurovegetati-

va, perturbações no sistema ner-
voso central, etc.;

— Fenômenos físicos, como
cansaço intenso, estado de fra-
queza, falta de forças, temerida-
de geral, falta de apetite, etc." (Alexandre Thomas).

Realmente, o relacionamento
humano hoje em dia torna-se
cada vez mais difícil e o esporte
ainda é um veículo que nos por-
porciona esta agradável oportu-
nidade.

Assim, através da Esgrima tive
a grande felicidade de lidar com
esses jovens e maior felicidade,
ainda, de poder dizer que pude
contribuir, embora de uma ma-
neira modesta, nas suas forma-
ções morais, bem como usufruir
de grandes ensinamentos, seja no
contato com seus pais, seja par-
ticularmente com o sadio conta-
to com eles.

Foi realmente uma grande ex-
periência.

Não se deve esquecer que, des-
se grupo criado, muita coisa trará
consequência para o resto da
vida de cada um, desde de um
mínimo detalhe educacional até
a constituição de famílias através
do matrimônio.

Muitas pessoas, mas muitas
pessoas mesmo, perguntam-me,
freqüentemente, como é que
consigo aturar essas crianças que
são uns capetas, e a prepotência
e arrogância de alguns jovens.
Respondo com uma frase muito
simples: "Eu amo eles".²



Equipe do Esporte Clube São João, que participou do Torneio Nacional Infantil 83, em Porto Alegre, RS, único representante do Rio de Janeiro

2 - "Eu amo eles": forma gramatical errada, porém empregada propositalmente.