

# **DIREITOS HUMANOS E ESPECIALIZAÇÃO ESPORTIVA PRECOCE: CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS e FILOSÓFICAS.**

*Jorge Dorfman Knijnik<sup>1</sup>*

*Marcelo Massa<sup>2</sup>*

*Marco Antônio de Carvalho Ferretti<sup>3</sup>*

KNIJNIK, J.D. ; MASSA, M.; FERRETTI, M. A. C. Direitos Humanos e Especialização Esportiva Precoce: Considerações Metodológicas e Filosóficas. In: Afonso Antonio Machado (org.) *Especialização Esportiva Precoce: Perspectivas atuais da Psicologia do Esporte*. Jundiaí, Fontoura, 2008, pág. 109-128.

---

<sup>1</sup> Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo/Curso de Educação Física da Universidade Presbiteriana Mackenzie

<sup>2</sup> Curso de Educação Física da Universidade Presbiteriana Mackenzie/Universidade São Judas Tadeu

<sup>3</sup> Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo

*Direitos Humanos e Especialização Esportiva Precoce:  
Considerações Metodológicas e Filosóficas*

## **INTRODUÇÃO**

A especialização precoce é uma das temáticas mais recorrentes no debate sobre a iniciação esportiva no Brasil. Medina (1992) já na década de 1980 trazia esta discussão, enfatizando o quanto esta prática poderia ser nociva às crianças nela envolvidas.

Embora o discurso favorável a procedimentos que possam ser enquadrados nesta categoria de especialização tenha arrefecido na última década - sobretudo em função da emergência e da evolução de novas metodologias no campo da pedagogia esportiva - o fato é que as práticas que tendem a especializar crianças precocemente no esporte continuam sendo largamente empregadas, em clubes, escolas de esportes e até mesmo em processos de educação formal.

As dificuldades em se realizarem estudos longitudinais, de longo prazo, acompanhando o desenvolvimento esportivo ulterior de crianças submetidas a várias formas de iniciação esportiva (dentre as quais aquelas que podem ser reconhecidas como de especialização precoce) fazem com que as posições favoráveis ou contrárias a estas práticas patinem ao apontar seus argumentos: afinal, quais as conseqüências futuras para a vida (esportiva, pessoal e cidadã) de crianças iniciantes que foram submetidas a longos e extenuantes treinamentos e competições? Este processo tem surtido efeito na busca de novos talentos no esporte, ou, ao contrário, tem barrado esta aparição? Não se sabe ao certo, entretanto, como responder a estas questões, pois, como dito acima, os estudos sobre os efeitos em longo prazo de determinados treinamentos são praticamente inexistentes.

Deste modo, visando ampliar este debate, e procurando expor motivos pelos quais a própria noção de especialização precoce não tem se sustentado sequer na produção de grandes talentos esportivos, este ensaio se propõe a

discutir pontos, de um lado metodológicos e, sobretudo filosóficos, sobre a questão do esporte na infância e suas relações com a chamada especialização esportiva precoce. Tendo como horizonte normativo o princípio que o esporte pode e deve ser considerado um direito humano sócio-cultural, esta reflexão se preocupa em analisar como este direito tem sido roubado e aviltado em crianças que são submetidas a treinamentos intensivos e extenuantes, sem que atinjam os objetivos que seriam mais adequados a sua faixa etária, mesmo sob o ponto de vista de resultados esportivos de médio e longo prazo. Assim, o texto se debruça sobre aspectos conceituais, metodológicos, científicos e filosóficos relacionados ao esporte competitivo para crianças e adolescentes, para consolidar esta área como uma daquelas inovadoras em relação aos direitos humanos de crianças e jovens em nossa sociedade.

## **PRIMEIROS PRESSUPOSTOS**

### **Pressupostos conceituais**

Em primeiro lugar, seria interessante demarcamos alguns terrenos, conceituando algumas idéias. Assim, cumpre-nos esclarecer o que chamamos de especialização esportiva precoce. Muitos acreditam que qualquer treino esportivo visando toda a forma de competição já deveria ser chamado de precoce, pois estaria se “forçando a barra”, ou pressionando crianças que nunca deveriam estar competindo, em nenhum nível.

Para nós, entretanto, que consideramos que o esporte pode e certamente possui valores educativos imprescindíveis na sociedade do século XXI, além de ser um fenômeno de tal forma globalizado, que para o educador é praticamente impossível voltar às costas para ele, a especialização precoce possui um significado um pouco mais estrito. Assim, entenderemos este termo com a ajuda de dois autores que há algum tempo refletiram sistematicamente sobre a questão, e nos trouxeram a seguinte conceituação:

*Treinamento esportivo precoce são atividades realizadas com crianças que possuem idade inferior a 12 anos, com periodicidade superior a 3 sessões semanais, desde que cada sessão tenha carga horária mínima de 2 horas e uma metodologia voltada para a melhora do rendimento (Darido & Farinha, 1995).*

Esta conceituação abrangente, se por um lado define precisamente aquilo que acredita ser a especialização precoce, dando números precisos a esta – tantas vezes na semana, para crianças menores de uma certa idade, e inclusive precisando a carga de cada sessão de treinamento -, enfim, pontuando com precisão o que seria esta especialização em termos quantitativos, por outro lado afirma que existe, para além dos numerais, um outro ponto muito importante, talvez crucial, ao tratarmos deste assunto: o objetivo do treinamento em questão.

Ora, se é correto afirmar que a especialização precoce decorre de um grande número de horas e sessões aos quais crianças ainda em idade pré-puberal ou mesmo púberes são submetidos, não é menos correto, ou talvez seja absolutamente imprescindível e mesmo prioritário, se pensar que aquilo que define um treinamento é a sua metodologia; por sua vez, esta é resultante dos objetivos que aquele técnico, ou que aquele programa esportivo possui. Ou seja, acima dos aspectos quantitativos, na raiz da questão da especialização precoce, estão as metas dos sistemas de treinamento que são impostos às crianças que ali participam. É isto que acertadamente Darido e Farinha propõem ao finalizarem a sua conceituação afirmando que só é especialização precoce aquele treino cuja “metodologia for voltada para a melhora do rendimento”.

Isto é, se considerarmos que uma metodologia de treino deve estar de acordo com o objetivo a que o programa se propõe (pois é contraditório e inexequível ter metas de ser campeão mundial e metodologicamente treinar somente em nível amador, eventualmente), também devemos levar em conta

que um objetivo no esporte revela, sem sombra de dúvida, a filosofia que aqueles que pregam e perseguem este objetivo possuem em relação ao próprio esporte. Daí, que nossa argumentação nos leva a pensar exatamente sobre quais são os fundamentos filosóficos que acompanham, sustentam e subsidiam os objetivos que os programas esportivos – sejam vistos como de especialização precoce ou não – para crianças possuem.

A partir da consideração dos diferentes fundamentos e concepções que podem orientar as pessoas que coordenam projetos esportivos (sejam professores, técnicos, dirigentes, pais, líderes comunitários, entre outros), ou seja, das orientações filosóficas diversas que os adultos que implementam e dirigem estes projetos, tenham estas clareza ou não de suas ideologias, é que conseguiremos discutir a validade das experiências em termos de especialização precoce.

### **Pressupostos filosóficos**

Na verdade, examinar os pressupostos filosóficos de uma atividade, requer que façamos as perguntas corretas, a partir e sobre as quais nosso pensamento reflexivo irá mergulhar e examinar todos os aspectos, detidamente. O teor destas perguntas e indagações, então, é que dará a direção que iremos seguir na busca destes pressupostos. E no caso da especialização precoce, quais são estas perguntas?

Arriscaremos algumas:

- *O que é uma criança? O que ela pensa e sente? Como ela se movimenta?*
- *Crianças querem praticar esporte?*
- *Em caso afirmativo, qual tipo de esporte elas querem?*
- *Quais objetivos do esporte infantil?*
- *E qual o verdadeiro valor do esporte para crianças?*

De fato, é das respostas a estas perguntas que irão sair todas as ações no esporte infantil, e sobre as crianças que o praticam. Conforme a resposta que os adultos que organizam o esporte infantil derem a estas respostas, serão feitos os treinamentos e as próprias competições infantis. Sobre o fato do envolvimento adulto nesta atividade, não podemos nos iludir e achar que as crianças têm organizado o seu próprio esporte; cada vez mais, elas dependem dos adultos para isso. Aliás, têm sido grande o número daqueles que consideram que, nas grandes e médias cidades brasileiras, em função mesmo do aumento da violência e do caos urbano, a educação física e esportiva tem sido um substituto das brincadeiras infantis realizadas décadas passadas nas ruas. Ou seja, não se pode negar ou desmentir a marcante influência adulta nesta atividade tão importante e presente no universo infantil.

Assim, é respondendo a estas perguntas, que de fato são muito interligadas, que os adultos, conscientemente, preparam, planejam, coordenam e executam os programas de esporte infantil.

Em primeiro lugar, o que é uma criança? O que os adultos que estão à volta dela percebem, sabem ou pensam que este ser é? Pois se as crianças forem vistas como adultos em miniatura, seres que pensam e sentem como adultos, apenas em tamanho menor, certamente este pensamento irá se reproduzir no esporte que é feito e preparado para elas, e em suas competições os valores que reinarão são aqueles semelhantes aos da competição adulta...

Por outro lado, se os adultos entenderem as crianças em suas especificidades, tanto físicas, motoras, cognitivas, psicológicas, de fantasias e desejos, coerentemente irão pensar em um esporte voltado para elas.

Este é nosso ponto de vista: crianças são seres em pleno desenvolvimento, e que, conforme a legislação brasileira, são portadoras de direitos sem deveres correspondentes. Assim, crianças têm direito a uma educação plena e de qualidade, direito à saúde, à alimentação e moradia, direito de serem respeitadas em suas necessidades e peculiaridades, direito ao lazer. Esta gama de direitos nos leva a considerar o esporte como um direito um tanto especial para crianças, que combina e corre *paripasso* com direitos como o à educação, à saúde e ao lazer.

Entretanto, e aqui se revela o ponto central, para exercer o seu direito ao esporte (tanto como os outros direitos humanos que ela possua), a criança precisa e *deve* ser vista e tratada como um ser em formação, que pensa e compreende o mundo de forma diferente de um adulto, muitas vezes por meio de fantasias e jogos simbólicos constantes. A criança também se movimenta de modo peculiar, não conseguindo ainda exercer as mesmas performances em certas habilidades combinadas de um adulto. Assim, o esporte para ela deve ser pensado não como um esporte adulto, com regras, regulamentos, objetivos, organização e a competitividade que este último possui; ao contrário, o esporte, para ser vivido como um direito que todas as crianças poderiam exercer, precisa ser organizado de forma diferenciada, respeitando as características das crianças envolvidas: sua maturação biológica, seu nível de compreensão cognitivo e emocional, seu desenvolvimento motor, seu conhecimento sobre o esporte, entre outras. Deste modo, todas as adaptações necessárias, sejam estas de cunho físico (implementos e espaços menores), de regras (duração menor, todos participarem, diminuição do número de jogadores, etc), mas, sobretudo de objetivos, devem ser feitas para que a criança exerça plenamente o seu direito ao esporte com alegria e satisfação, sem nenhum receio de ser excluída por ainda não ter a sua maturação biológica ou seu desenvolvimento motor e psicológico avançados; com este respeito, possa usufruir do esporte tudo o que este lhe pode oferecer, em nível de melhora da auto-estima, de sociabilização, de saúde, entre tantos outros elementos positivos que a atividade esportiva bem orientada oferece ao seu praticante.

E quando falamos que os objetivos do esporte infantil devem ser modificados para atender a demanda das crianças por esta atividade, vem à tona um questionamento vinculado aos valores filosóficos envolvidos na prática esportiva infantil: pois se o valor do esporte se encontrar prioritariamente em seus resultados imediatos, e se as crianças servirem aos objetivos adultos de ganharem e se destacarem, a especialização precoce é válida – afinal, quanto ‘melhor’ uma criança, mais rapidamente ela obterá títulos. Entretanto, se o esporte, for encarado como um processo prazeroso, de busca de desenvolvimento e felicidade por meio da integração social e da ludicidade advinda do movimento corporal, e se seus objetivos forem exatamente ampliarem o universo corporal, mental e social daquelas crianças praticantes, haveria lugar para um treinamento extenuante que visasse entre seu principal objetivo a vitória e a obtenção de títulos? Ou seja, o objetivo ou meta que um programa esportivo para crianças possui – explicitamente ou não – é a chave para reconhecermos nele um tipo de abordagem voltada para a felicidade e desenvolvimento harmonioso das crianças, ou para a especialização precoce.

O que todas as pesquisas sobre motivação na prática esportiva infantil vem demonstrando, entretanto, é que as crianças, meninos e meninas, enxergam no esporte uma grande fonte de alegria. Elas buscam exatamente isso no esporte, a felicidade e a alegria que esta prática pode proporcionar, sem sombra de dúvida. Para além da competição, de querer ser o melhor e obter vitórias, as crianças sonham em fazer amigos, se divertirem com as bolas e os jogos. E abandonam o esporte justamente porque não encontram mais essa alegria, e esta prática acaba virando uma rotina maçante de treinos, monótonos, sem risadas ou brincadeiras, com objetivos competitivos duros e quase inatingíveis. Ora, as crianças pensam, para que se submeter a isso? E vão procurar outra atividade mais gostosa para praticarem, na qual não existam as incessantes pressões de pais e técnicos, nem que sejam videogames dançantes... Aliás, em algumas escolas nos EUA as aulas de Educação Física foram substituídas por aulas em videogames dançantes e o esporte perde mais um que poderia ser um praticante entusiasmado, talvez até um bom talento no futuro, no mínimo, mais



um que poderia aprender boas condutas através do *fair play* ou buscar a saúde por meio da atividade física.

Assim, a verdadeira averiguação filosófica que sempre deve ser feita ao se lidar com crianças que querem praticar esportes, é qual tipo de esporte eles querem praticar: não a modalidade, mas sim um esporte mais agressivo e competitivo, ou um esporte com competição sim, mas nada que sobrecarregue tanto vencedores como vencidos, mas sim uma concorrência que seja uma extensão dos treinos, e que traga alegria, auto-estima elevada e satisfação a todos que dela participam.

Postos brevemente estes pressupostos filosóficos, vamos tentar abordar a questão da especialização precoce a partir de outros elementos.

### **Pressupostos científicos e metodológicos.**

Para o melhor desenvolvimento físico da criança e do adolescente, devem-se priorizar estímulos que exercitem as capacidades condicionais e coordenativas que estão em um ponto de maior “treinabilidade”, orientados conforme as fases sensitivas ou períodos sensíveis do treinamento. Conforme Barbanti (1994), fases sensitivas são períodos em que se desenvolvem com maior facilidade certas funções em comparação com outras fases da vida.

Além das influências externas no desenvolvimento em períodos sensíveis do treinamento, acredita-se que a genética também pode influenciar. Lopes e Maia (2000), defendem que o genótipo influencia no nível de sensibilidade ao treino do indivíduo e isto aparece quando sujeitos fazem o mesmo treinamento e têm resultados diferentes. Porém, os autores relatam que até agora não existem métodos científicos eficazes para se quantificar qual parte daquela resposta ao treino se deve à influência genética, e quanto é decorrente de suas experiências. Para dificultar ainda mais as inferências sobre as relações entre genética e período sensível, há poucas experiências desse tipo com crianças.

Mesmo assim, quanto às capacidades coordenativas, há períodos considerados críticos (sensíveis/ ótimos) de desenvolvimento, pois o organismo tem melhores respostas em certas fases da vida e, particularmente em relação ao desenvolvimento motor, os períodos da primeira e segunda infância são considerados fundamentais para a construção de um repertório motor diversificado, imprescindível para a realização de tarefas motoras complexas, como aquelas relacionadas ao esporte<sup>4</sup>

Neste sentido, no que tange o contexto relacionado aos aspectos maturacionais e funcionais de crianças e adolescentes, um estudo de Tourinho Filho & Tourinho (1998), traz uma revisão interessante sobre as variáveis de crescimento, desenvolvimento e maturação, bem como a importância da diferenciação entre idade biológica e idade cronológica na tarefa de planejar um programa de atividades físicas e esportivas incluindo o desenvolvimento das capacidades condicionais para uma população jovem, respeitando os momentos sensíveis do treinamento, descrevendo e discutindo o rendimento anaeróbio, a aptidão aeróbia e o limiar anaeróbio nestas faixas etárias.

Mais recentemente, a despeito da problemática relacionada ao treinamento de crianças e jovens, uma obra intitulada “Desempenho esportivo: treinamento com crianças e adolescentes” (SILVA, 2006), revela a importância dos estudos que estão sendo gerados nesta área da Ciência do Esporte, trazendo em seu bojo

---

<sup>4</sup> Para maiores aprofundamentos vide MASSA & RÉ, 2006 e RÉ & BARBANTI, 2006. .

uma discussão multifacetada sobre a quantidade e a qualidade do treinamento nos períodos da infância e adolescência.

Conforme MASSA & RÉ (2006) e RÉ & BARBANTI (2006), para o desenvolvimento das capacidades coordenativas devem-se oferecer estímulos adequados, integrados com os mecanismos de percepção e tomada de decisão, no sentido de estimular, indiretamente, o desenvolvimento das capacidades condicionais. Para os autores, tal estratégia deve ocupar papel de destaque durante o processo de formação esportiva na infância, favorecendo, assim, a geração de jovens atletas com um ótimo acervo motor e condições repletas para o desenvolvimento de capacidades condicionais e habilidades motoras específicas da modalidade que pretendem se desenvolver.

As capacidades coordenativas que devem ser exercitadas nos períodos iniciais de um programa corporal e esportivo são, dentre outras: *orientação espaço-temporal* (timming – jogador de beisebol acertar a bola com o taco, por exemplo), *reação a estímulos* (tiro para o início de uma corrida de velocidade no atletismo), *ritmo* (correr mantendo sempre a mesma velocidade em corridas de fundo), *equilíbrio* (estático e dinâmico – pendurar-se em barras na ginástica olímpica ou evitar que o oponente no judô coloque em situação favorável a sua queda), *combinação/transformação de movimentos* (improvisado e criar novos movimentos – fintar o oponente no basquete dependendo da sua movimentação), *diferenciação sensorial* (analisar os estímulos internos e externos – analisar o resultado do movimento que o corpo fez ou o posicionamento tático da equipe adversária) e de *antecipação* (goleiro antecipa onde o jogador vai chutar a bola no pênalti observando a movimentação do corpo do atleta). Todas estas capacidades estão presentes, de uma forma ou outra, em brincadeiras e jogos infantis com alta ludicidade e pouca competitividade.

Uma boa coordenação implica na eficiência e na qualidade do desempenho, pois com uma coordenação boa a precisão do movimento é melhor e evitam-se movimentos desnecessários que aumentam o gasto energético. Estas capacidades já citadas são fundamentais no futuro aprendizado e aperfeiçoamento das habilidades esportivas. Elas favorecem a adaptação ao meio

e às seguidas modificações do ambiente que são constantes em modalidades coletivas e de lutas, situações que podem colocar o atleta em perigo ou anular a sua atuação durante um jogo, ou uma luta.

Contudo, ao contrário do que se preconiza na literatura, há programas esportivos para crianças e adolescentes, e mesmo treinadores destas faixas etárias, que visam exclusivamente o resultado imediato, em detrimento da formação básica e do desenvolvimento das capacidades já referidas, ou seja, prejudicando o processo de Treinamento de Longo Prazo (TLP), o que acaba por gerar uma série de problemas de ordem física e pedagógica.

Por exemplo, no futsal, onde se organizam competições desde muito cedo (crianças de 4 anos já estão competindo nesta modalidade), a tática de chutar alto no gol funciona muito bem, pois os goleiros não alcançam o travessão. Um treinador ganancioso pode passar a maior parte do tempo treinando seus atletas a chutar alto e ignorar outras atividades físicas que seriam mais adequadas em relação à fase sensitiva. Nas categorias seguintes, essa tática não funciona porque os goleiros crescem, e se quando criança pequena não havia necessidade da força para o chute, pois era só “mandar alto” que a bola entrava; ou ainda pior, não se precisava ensinar condução de bola, formas de passes, dribles, posicionamento em quadra... Para se ter sucesso, bastava se ensinar a chutar de longe, dessa forma era só recuar para o mais “fortinho” mandar um “balão” em direção ao gol, que o time obtinha vitórias – fortuitas e absolutamente passageiras, por certo, pois isso nunca mais funcionará daqui a alguns anos... Mas esta filosofia pensa exclusivamente, e de forma equivocada, no “aqui e agora” esportivo.

No vôlei, de acordo com Bojikian (2002), a solução das situações-problema do jogo depende fundamentalmente das capacidades coordenativas. Estas possuem o seu período sensível antes da puberdade, portanto os bons atletas tiveram uma grande (em quantidade e qualidade) experiência motora até a pré-adolescência.

Para o autor, por exemplo, a antecipação no vôlei é fundamental devido a velocidade do esporte, mas dificilmente esta capacidade coordenativa será treinada no vôlei infantil, e certamente isso irá fazer falta quando o atleta crescer e

evoluir para outras categorias. Ao passar para a categoria juvenil do vôlei, o atleta deve aprender formas de escapar do bloqueio, e este aprendizado está intimamente ligado à qualidade e a quantidade de sua experiência motora anterior.

Outro exemplo, ainda no voleibol, da questão das capacidades ocorre na defesa de uma cortada: é mais fácil o defensor chegar à bola olhando o comportamento do atacante do que esperar a identificação da trajetória da bola e ir para o melhor local de recepção. Porém, no voleibol infantil as “cortadas” não exigem antecipação e essa capacidade teria que ser treinada de outras formas, como por exemplo, em outras modalidades que exijam a antecipação desde a infância, ou mesmo em brincadeiras que foquem isso.

Para o autor, a resultante disso é que atletas premiados nas categorias infanto-juvenis e juvenis não conseguem o mesmo destaque na categoria adulta e desistem por não conseguirem acompanhar seus colegas de time.

Neste sentido, atualmente, ainda é comum verificar que o treino nas etapas iniciais do processo de formação esportiva continua a ser orientado à imagem do treino do atleta adulto, isto é, perspectivado conforme a lógica do alto rendimento e da obtenção de resultados significativos tão depressa quanto possível (BRITO, FONSECA & ROLIM, 2004; MASSA, 2006).

No caso do esporte infanto-juvenil, a opção por caminhos desta natureza vai acarretar numa preparação precocemente especializada, levando, por um lado, à redução da diversidade de experiências e, por outro, ao aumento exagerado das cargas de treino. Desta maneira, conforme Brito, Fonseca & Rolim (2004), apesar da incerteza e das eventuais conseqüências deletérias que este modelo de formação pode produzir, ele continua a encontrar legitimidade entre técnicos esportivos e professores de educação física, povoando a mente de inúmeros e fiéis seguidores. Contudo, segundo esta lógica redutora, o futuro esportivo dos jovens parece ser bem menos importante que o presente.

Neste sentido, de acordo com Massa (2006), a especialização esportiva precoce é um elemento limitante e comprometedor do desenvolvimento do jovem e da vida útil de um possível talento esportivo, fazendo com que este muitas vezes nem sequer alcance o alto nível. Corroborando com o autor, Cafruni, Marques &

Gaya (2006), comentam que a exigência de resultados elevados em jovens participantes de processos de formação esportiva tem sido amplamente questionada na literatura. De acordo com os especialistas, os resultados só devem ser valorizados na última das três etapas do período de formação do Treinamento Esportivo de Longo Prazo (TLP) – ou seja, não se deve, tal como no ditado popular, “colocar o carro na frente do boi”. Ademais, a utilização de estratégias tendo em vista a obtenção de resultados nas fases iniciais do TLP prejudicaria a obtenção de resultados elevados na etapa de alto rendimento.

Portanto, parece relevante destacar que os trabalhos que objetivam resultados em curto prazo, a especialização esportiva precoce e as cargas unilaterais, monótonas e intensas de treinamento, oferecem riscos ao jovem e afetam o sucesso da promoção do talento esportivo (RODRIGUES & BARBANTI, 1994; WEINECK, 1999), podendo gerar o abandono da prática esportiva devido a fatores como as sobrecargas elevadas sobre os mesmos sistemas, provocando lesões e, com isso, o afastamento ou interrupção definitiva da prática esportiva (MARQUES, 1991; WEINECK, 1999); a saturação psicológica por efeito de quantidades inadequadas e exaustivas de treinamento, que afastam as crianças da atividade (WEINECK, 1999) e principalmente os jovens, que não abandonam a prática esportiva, mas por terem vivenciado a inadequação desses processos – na maioria dos casos sem consciência do ocorrido – acabam por não atingir, no momento que deveria ser o ápice da forma física, o seu melhor resultado de desempenho. Ou seja, a criança foi detectada como talento, mas não foi acompanhada, desenvolvida e promovida de forma adequada para que, quando adulta, apresentasse o desempenho prognosticado na infância e/ou adolescência.

Outro fator que chama a atenção diante desse contexto é a idade de iniciação em uma determinada modalidade esportiva, que tem sido um tema bastante discutido na área da ciência do esporte. Na literatura (ARENA & BÖHME, 2000; BAXTER-JONES, 1995; DE ROSE JUNIOR, 1995; PAES, 1992, ROWLAND, 1996; ZAKHAROV, 1992), a faixa etária recomendada para o início dos treinamentos sistemáticos pode variar conforme as tradições de um país, bem como de acordo com a especificidade da modalidade esportiva.

Contudo, conforme BOMPA (1999), GRECO E BENDA (1998), TANI Et Alii (1998) e WEINECK (1999), a faixa etária situada entre 12 e 14 anos seria a mais orientada para que a criança começasse a participar do treinamento em uma modalidade específica. Para BARBANTI (1997), BÖHME (2000, 2002, 2004), BOMPA (1999, 2000), WEINECK (1999) e diversos autores da área do TLP, este tipo de consideração sobre a idade de iniciação nos treinamentos em uma única modalidade (entre 12 e 14 anos) é fundamental no sentido de permitir que a criança, no período entre sete e 12/ 13 anos, tenha a possibilidade de participar de uma “etapa de iniciação e formação geral básica” antes que seja especializada precocemente em uma única modalidade.

Não distante deste contexto, o tempo de prática também é um entre outros fatores que costumam ser discutidos pela literatura relacionada ao treinamento esportivo. A própria teoria do TLP traz subentendida a idéia de que o tempo de prática possui relação direta com o processo de desenvolvimento do talento esportivo. Diversos autores como Barbanti (1997), Böhme (2000, 2002, 2004), Bompa (1999, 2000), Greco (1997), Weineck (1999) têm discutido e/ou apresentado modelos de TLP que, em síntese, consideram que o treinamento para o esporte de alto nível deve se fundamentar num processo com duração média de 6 a 10 anos, conforme a especificidade da modalidade esportiva considerada.

Em um estudo realizado por MASSA (2006), pode-se verificar que a média de idade para a iniciação esportiva de judocas brasileiros selecionados para compor a equipe nacional no Jogos Olímpicos de Atenas (2004), foi de  $6,2 \pm 1,3$  anos.

Neste sentido, em uma pesquisa realizada por ARENA E BÖHME (2000) na grande São Paulo, foram encontrados para a iniciação no Judô valores variando entre seis e 10 anos nas escolas de esporte das Secretarias Municipais de Esportes e entre seis e nove anos nas escolas de esporte dos clubes esportivos. Por sua vez, estudos realizados com judocas alemães verificaram valores de  $7,1 \pm 2,1$  anos para o início na modalidade (MARTIN, CARL & LEHNERTZ, 1991 apud BÖHME, 2000). Contudo, cabe salientar que os casos de iniciação em

idades muito precoces, ou seja, entre cinco e seis anos de idade, devem ser vistos com cautela se associados a uma especialização esportiva unilateral (precoce).

Assim, de maneira geral, Arena e Böhme (2000) verificaram que a iniciação esportiva em clubes e secretarias municipais de esporte na região da grande São Paulo, ocorre conforme o que há na literatura científica, entre 7 e 12 anos e de forma poliesportiva nas “escolas de iniciação esportiva”. Contudo, na maioria das “escolas de esporte”, o treino específico nas modalidades coletivas começa 2 anos antes da primeira categoria federada, que está em torno de 7 a 12 anos, e nas modalidades individuais, de 1 a 2 anos antes ou quando a primeira categoria é mais precoce, os treinos específicos começam na mesma idade, resumindo, a especialização esportiva ocorre de forma precoce.

Outro erro identificado pelas autoras refere-se à transição de treino “normal” para treino “preparatório para competições”. Ocorre um aumento abrupto no volume de treino, passando de 2 vezes por semana com 2 a 3 horas semanais, para 3 a 4 vezes por semana com 2 a 4 horas por dia.

Conforme Arena e Böhme (2000), mais surpreendente foi o resultado encontrado nas entrevistas realizadas com os coordenadores e supervisores das entidades, formados em Educação Física, os quais percebem, identificam e falam que aqueles programas precoces podem acarretar implicações negativas no desenvolvimento das crianças-atletas, mas que mesmo com esta consciência não mudam a forma de treinar, em função de diversas representações que consagram uma verdade hegemônica (mas nem por isso única) sobre o esporte em nosso país: a única coisa válida no contexto esportivo é a vitória. .

Algumas federações esportivas têm campeonatos que não condizem com as orientações oferecidas pelos dados que emanam das pesquisas científicas, Arena e Böhme (2004) identificaram que as federações de futsal, judô, ginástica e natação iniciam suas competições na faixa de 5 a 8 anos, quando a criança ainda está na fase de aquisição das habilidades motoras generalistas.

Conforme as autoras as federações de natação, judô e tênis recebem orientação de suas federações internacionais para iniciarem as competições com 12 a 13 anos, porém as três iniciam antes dos 10. As de basquete, handebol,



voleibol e atletismo são orientadas a iniciar aos 14 anos, porém iniciam aos 12. A federação de futsal não tem orientação e inicia as competições com 5 e 6 anos. Em geral as pesquisas recomendam a iniciação em competições por volta dos 12 e 13 anos. As competições organizadas são semelhantes ao modelo dos adultos, com pequenas adaptações nas regras e com um prolongamento excessivo na maioria dos períodos competitivos, podendo causar saturação do atleta, o que resultaria na desistência de competir. Por outro lado, pesquisadores defendem que nas idades de 10 a 12 anos as competições deveriam ser informais e de curta duração. Ou seja, deve-se pensar em novos formatos e modelos para as crianças competirem, modificando radicalmente o que tem sido feito até agora em termos de organização e formato de torneios e provas infantis: tempos menores, grande ludicidade, diminuição da competitividade, regras que favoreçam a participação de todos, programar tabelas em que todas as equipes joguem, e não se eliminem precocemente as equipes derrotadas, entre outras sugestões possíveis.

O principal objetivo das federações é a massificação da sua modalidade, porém, como apontam Arena e Böhme (2004), parece contraditório ter esse objetivo e ao mesmo tempo manter um custo elevado para os participantes e especializar precocemente, prejudicando o rendimento futuro do atleta, levando-o muitas vezes ao abandono da prática esportiva em prol de outra atividade menos maçante, competitiva e frustrante. As autoras sugerem, para a massificação que as federações promovam competições em formato de “festivals”, com períodos curtos, nas quais o vencedor fosse aquele que somasse o maior número de pontos em diversas modalidades esportivas.

Também vale ressaltar, corroborando com a essência das colocações observadas em trabalhos como o de Bloom (1985), Csikszentmihalyi, Rathunde e Whalen (1997) e Ericsson, Krampe e Tesch-Römer (1993), que iniciar cedo no esporte não é necessariamente sinônimo de especialização esportiva precoce. Conforme ARENA e BÖHME (2000), mantendo-se no exemplo específico do Judô, a idade ideal para a iniciação seria a partir dos sete anos de idade, considerando os pressupostos de que a iniciação aos sete anos poderia ser desenvolvida sem que houvesse o prejuízo da “etapa de iniciação e formação geral básica”,

garantindo o início prazeroso na modalidade e ao mesmo tempo controlando fatores de frequência, duração e planejamento de atividades para que a criança descubra outros desdobramentos motores através da própria prática do Judô, como também de outras atividades motoras que possam ser conjugadas de maneira saudável no cotidiano de vivências da criança.

Desta maneira, conforme MASSA (2006), uma formação esportiva iniciada nos primeiros níveis de escolaridade, em concordância com a escola, desenvolvida por professores de educação física devidamente preparados e tendo como objetivo principal o desenvolvimento global, equilibrado e harmonioso da criança, o respeito a individualidade biológica e o conhecimento da especificidade da modalidade esportiva, seriam elementos fundamentais no que tange a qualidade das forças de apoio que são imprescindíveis para o desenvolvimento ideal de crianças e jovens e, conseqüentemente, para a promoção de talentos esportivos.

## ESPORTE E O DIREITO HUMANO À FELICIDADE. .

Como vimos no decorrer deste capítulo, mesmo para um programa esportivo cujo objetivo principal for encontrar grandes talentos no futuro, a especialização precoce não se sustenta, pois pelos seus métodos, ela acaba por afugentá-los, causando lesões físicas e problemas psicológicos – ou ainda prejudicando o desenvolvimento do atleta, deixando-o automatizado, quando o que se necessita hoje é de atletas criativos e com muita visão, flexibilidade de pensamento.

Desta forma, se pensarmos nas crianças como um grupo de seres humanos portadores de direitos específicos a sua faixa etária – direito de

aprendizado, de evolução, desenvolvimento, de presente e de futuro – e até mesmo o direito de sonharem e conquistarem espaço como grandes atletas, veremos que o esporte pode ser um grande veículo na promoção destes direitos, desde que visto como mais um direito humano essencial, promotor da dignidade e felicidade humanas, e a que todos têm acesso, sem discriminações em função da habilidade, da dificuldade, do tamanho do corpo ou qualquer outra. E veremos também que os processos de especialização precoce tem sido um obstáculo à consecução deste direito.

Esperamos que, nas próximas décadas, possamos criar meios para que o que o esporte possa ser um veículo de transmissão de aprendizado, de tolerância e um caminho para que a humanidade promova cada vez mais a felicidade individual e a paz e o entendimento entre todos os povos.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARENA, S.S., BÖHME, M.T.S. Federações esportivas e organização de competições para jovens. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 12 (4): 45-50, 2004.

ARENA, S.S.; BÖHME, M.T.S. Programas de iniciação e especialização esportiva na grande São Paulo. *Revista Paulista de Educação Física*, São Paulo, v.14, n.2, p.184-95, 2000.

BARBANTI, V.J. Dicionário de educação física e do esporte. São Paulo: Editora Manole, 1994.

BARBANTI, V.J. *Teoria e prática do treinamento esportivo*. São Paulo: Edgard Blucher, 1997.

BAXTER-JONES, A.D.G. Growth and development of young athletes. *Sports Medicine*, Auckland, v.20, n.2, p.59-64, 1995.

BLOOM, B.S. Developing talent in young people. New York: Ballentine, 1985.

BÖHME, M.T.S. O treinamento a longo prazo e o processo de detecção, seleção e promoção de talentos esportivos. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Porto Alegre, v.21, n.2/3, p. 4-10, 2000.

BÖHME, M.T.S. O talento esportivo e o processo de treinamento a longo prazo. In: DE ROSE JUNIOR, D. (Org.). *Esporte e atividade física na infância e na adolescência: uma abordagem multidisciplinar*. Porto Alegre: Artmed, 2002. p.109-122.

BÖHME, M.T.S. Talento esportivo. In: GAYA, A.; MARQUES, A.; TANI, G. (Orgs.). Desporto para crianças e jovens: razões e finalidades. Porto Alegre: UFRGS, 2004. p. 235-249

BOJIKIAN, J.C.M. Volei vs. Volei. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 1 (1): 117-124, 2002

BOMPA, T.O. Periodization: theory and methodology of training. Champaign: Human Kinetics, 1999.

BOMPA, T.O. Total training for young champions: proven conditioning programs for athletes ages 6 to 18. Champaign: Human Kinetics, 2000.

BRITO, N.; FONSECA, A. M.; ROLIM, R. Os melhores atletas nos escalões de formação serão igualmente os melhores atletas no escalão sénior? Análise centrada nos *rankings* femininos das diferentes disciplinas do Atletismo ao longo das últimas duas décadas em Portugal. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, v.4, n.1, p.17–28, Porto, 2004.

CAFRUNI, C; MARQUES, A; GAYA, A. Análise da carreira desportiva de atletas das regiões sul e sudeste do Brasil. Estudo dos resultados desportivos nas etapas de formação. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, v.6, n.1, p.55–64, Porto, 2006.

CSIKSZENTMIHALYI, K; RATHUNDE, K; WHALEN, S. Talented teenagers: the roots of success and failure. Cambridge: Cambridge University Press, 1997.

DARIDO, S.C.; FARINHA, F.K. Especialização precoce na natação e seus efeitos na idade adulta. *Revista Motriz*, 1(1), 96-106, 1995.

DE ROSE JUNIOR, D . A competição na infância e adolescência. Revista Metropolitana de Ciências do Movimento Humano, São Paulo, v.2, n.2, p.6-13, 1995.

DRIGO, A.J.; OLIVEIRA, P.R.; CESANA, J.; NOVAES, C.R.B.; SOUZA NETO, S.A cultura oriental e o processo de especialização precoce nas artes marciais. *Revista Digital Efdeportes*, Buenos Aires, Año 10, N° 86, Julio de 2005

ERICSSON, K. A.; KRAMPE, R. T.; TESCH-RÖMER, C. The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. Psychological Review, Massachusetts, n.3, 363-406, 1993.

GRECO, P.J. Fase central do sistema de formação e treinamento desportivo. In: GRECO, P.J.; SAMULSKI, D.; CARAN, E. Temas atuais em educação física e esportes I. Belo Horizonte: Health, 1997. p.13-32.

GRECO, P.J.; BENDA, R.N. Iniciação esportiva universal I: da aprendizagem motora ao treinamento técnico. Belo Horizonte: Escola de Educação Física da UFMG, 1998.

LOPES, V.P.; MAIA, J.A.R. Períodos Críticos ou Sensíveis: Revisitar um Tema Polêmico à Luz da Investigação Empírica. *Revista Paulista de Educação Física*, São Paulo, 14 (2): 128-40, jul./dez. 2000.

MARQUES, A. Da importância das fases iniciais de escolaridade na detecção e seleção de talentos desportivos em Portugal. In: BENTO, J.; MARQUES, A. As Ciências do Desporto e a Prática Desportiva: desporto de rendimento, desporto de recreação e tempos livres. Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e da Educação Física, Universidade do Porto, 1991. v. 2, p.15-21

MASSA, M. Desenvolvimento de judocas brasileiros talentosos. Tese (Doutorado) – Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2006.

MASSA, M.; RÉ, A. H. N. Características de crescimento e desenvolvimento. In: SILVA, L. R. R. Desempenho esportivo: treinamento na infância e adolescência. Phorte Editora, São Paulo, 2006.

MEDINA, J.P.S. *A Educação Física cuida do corpo... E "mente" : bases para a renovação e transformação da educação física*. Campinas, Papyrus, 1992.

OLIVEIRA, E.S. *Especialização precoce e lesões por sobrecarga em atletas juvenis de basquetebol*. Trabalho de Graduação Interdisciplinar. Faculdade de Educação Física, Universidade Presbiteriana Mackenzie, Barueri, 2004.

PAES, R.R. Aprendizagem e competição precoce: o caso do basquetebol. Campinas: Editora da UNICAMP, 1992.

PORTELLA, D.L. A influência dos pais no rendimento da criança em competições. *Revista Digital Efdeportes*, Buenos Aires, 8 (57), febrero de 2003.

RÉ, A. H. N.; BARBANTI, V. J. Uma visão macroscópica da influência das capacidades motoras no desempenho esportivo. In: SILVA, L. R. R. Desempenho esportivo: treinamento na infância e adolescência. Phorte Editora, São Paulo, 2006.

RODRIGUES, R.L.; BARBANTI, V.J. Atividade esportiva e a criança: principais lesões do aparelho locomotor. In: CONCEIÇÃO, J.A.N. Saúde escolar: a criança, a vida e a escola. São Paulo, Sarvier, 1994. p.171-80.

ROWLAND, T.W. Developmental exercise physiology. Champaign: Human Kinetics, 1996.

SILVA, L. R. R. Desempenho esportivo: treinamento na infância e adolescência. Phorte Editora, São Paulo, 2006.

SIMÕES, A.C.; BÖHME, M.T.S.; LUCATO, S. A Participação dos Pais na Vida Esportiva dos Filhos. *Revista Paulista de Educação Física*, 13 (1): 34-45, 1999.

TANI, G.; MANOEL, E.J.; KOKUBUN, E.; PROENÇA, J.E. Educação física escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista. São Paulo: EPU/EDUSP, 1988.

UNITED NATIONS. *Report from the United Nations Inter-Agency Task Force on Sport for Development and Peace*. United Nations, 2003.

WEINECK, J. Treinamento ideal. São Paulo, Manole, 1999.

ZAKHAROV, A.; GOMES, A.C. Ciência do treinamento desportivo. Rio de Janeiro: Palestra, 1992.