

LARGAR E PONTAPEAR À PAREDE: DESEMPENHO DE CRIANÇAS E JOVENS PRATICANTES DE ATLETISMO FACE A NÃO PRATICANTES DESPORTIVOS

DROP AND KICK TO THE WALL: PERFORMANCE OF CHILDREN AND YOUNG ATHLETES WHO PRACTICE ATHLETICS AGAINST NON-SPORTS PRACTITIONERS

Rui Matos^{1,2}, Nataniel Lopes³, Raul Antunes^{1,2,4}, Rogério Salvador^{1,2}, Diogo Monteiro^{1,2}, Luís Coelho^{1,2}, Ricardo Rebelo-Gonçalves^{1,2} & Nuno Amaro^{1,2}

¹ESECS-Politécnico de Leiria

²Centro de Investigação Em Qualidade de Vida (CIEQV)

³Juventude Vidigalense

⁴Center for Innovative Care and Health Technology (ciTechCare)

Resumo

No Atletismo, a componente manipulativa está praticamente reduzida aos lançamentos, não sendo utilizados padrões de movimento fundamentais como o pontapear ou o agarrar. Deste modo, pretendeu-se verificar se, ainda assim, tal prática seria suficiente para diferenciar o desempenho dos seus praticantes numa tarefa manipulativa face a não praticantes de qualquer atividade desportiva federada. Foram avaliadas 62 crianças e jovens com idades entre os 10 e os 14 anos (12,75±1,38), sendo 32 (15 rapazes e 17 raparigas) praticantes de Atletismo e 30 (16 rapazes e 14 raparigas) não praticantes de qualquer modalidade desportiva. A tarefa consistiu em pontapear o maior número de vezes possível, em 30 segundos, uma bola de futebol à parede, à distância de 2 metros, largando-a e pontapeando-a antes de esta cair ao chão e agarrando-a após o ressalto. Os resultados mostraram i) superioridade dos praticantes de Atletismo face aos não praticantes, em geral (17,00±0,81 vs 13,87±0,90, p<0,05, d Cohen 4,76) e na análise por sexo; ii) superioridade dos rapazes face às raparigas, em geral (17,48±0,99 vs 13,48±0,62, p<0,01, d Cohen 4,59) e em cada um dos grupos de prática (Atletismo vs prática nenhuma). Apesar das limitações referidas, o Atletismo parece ter potencial para promover o desenvolvimento de habilidades motoras manipulativas.

Palavras chave

Atletismo; manipulativos; performance; crianças; desenvolvimento.

Abstract

In Athletics, the manipulative component of movements is practically reduced to the throws, with no use of fundamental movement patterns such as kicking or grabbing. Thus, this study intended to verify if, even so, this practice would be sufficient to differentiate the performance of its practitioners in a manipulative task compared to non-practitioners of any federated sports activity. Sixty-two children aged between 10 and 14 years (12,75±1,38), 32 (15 boys and 17 girls) practicing Athletics and 30 (16 boys and 14 girls) not practicing any sport were evaluated. The task consisted of kicking as many times as possible, in 30 seconds, a soccer ball to the wall, at a distance of 2 meters, dropping and kicking it before it fell to the ground. The results showed that i) the performance of the sample of Athletics practitioners was significantly higher than that of non-practitioners, globally (17,00±0,81 vs 13,87±0,90, p<0,05, d Cohen 4,76) and analyzing by sex; ii) the same happening with boys' performance compared to girls', globally (17,48±0,99 vs 13,48±0,62, p<0,01, d Cohen 4,59) and in each of the practice groups (Athletics vs no practice). Despite the aforementioned limitations, Athletics seems to have the potential to promote the development of manipulative motor skills.

Key words

Athletics; manipulative; performance; children; development.

INTRODUÇÃO

Um bom domínio das habilidades motoras fundamentais (HMF) parece ser determinante para a existência de competência motora, adesão à prática de atividade física e desenvolvimento e saúde das crianças [1,2]. Mais especificamente, as habilidades motoras grossas manipulativas (e.g., pontapear, lançar), ainda mais do que as locomotoras, estão associadas a uma maior prática de atividade física, com as consequências (positivas) que daí poderão advir [3,4]. Diversos estudos têm revelado que os meninos apresentam um desempenho sistematicamente melhor do que as meninas nas habilidades motoras grossas manipulativas [5,6].

A tarefa do presente estudo é interessante do ponto de vista da coordenação motora, pois implica a manipulação de um objeto (bola) com os membros superiores e inferiores e não apenas por uns ou por outros. Essa característica traz um fator de complexidade acrescida que poderá ser relevante para a área da competência e coordenação motora.

No Atletismo, correr e saltar são determinantes, relegando a componente manipulativa dos movimentos praticamente para os lançamentos. Além disso, padrões de movimento fundamentais como o pontapear ou o agarrar de objetos lançados não incorporam as práticas habituais da modalidade.

Deste modo, o objetivo do presente estudo foi verificar se a prática federada de Atletismo será suficiente para diferenciar o desempenho dos seus praticantes numa tarefa manipulativa face a não praticantes de qualquer atividade desportiva federada.

METODOLOGIA

Amostra

Foram avaliadas 62 crianças e jovens (31 rapazes e 31 raparigas), com idades entre os 10 e os 14 anos ($12,75 \pm 1,38$), sendo 32 (15 rapazes e 17 raparigas) praticantes de Atletismo e 30 (16 rapazes e 14 raparigas) não praticantes de qualquer modalidade desportiva. O estudo foi realizado respeitando a Declaração de Helsínquia para investigação envolvendo participantes humanos [7]. Foi obtido o consentimento dos pais e a anuência dos filhos antes da testagem. A pesquisa seguiu um desenho transversal, sendo a amostra de conveniência.

Instrumentos e procedimentos.

A tarefa consistiu em pontapear o maior número de vezes possível, em 30 segundos, uma bola de futebol à parede, à distância de 2 metros, largando-a, pontapeando-a antes de esta cair e agarrando-a após o ressalto. Cada sujeito teve direito a cinco repetições (cinco ciclos de pontapear e agarrar) de habituação ao teste antes de duas testagens completas consecutivas (30" tempo de recuperação), sendo considerado o melhor dos dois desempenhos. O teste foi realizado com bolas de futebol tamanho 4 e 5 para sujeitos, respetivamente, menores de 12 anos e maiores ou iguais a 12 anos.

Análise estatística

Verificados os pressupostos para a aplicação de testes paramétricos, realizaram-se testes t para amostras independentes para analisar eventuais diferenças no desempenho dos diversos grupos analisados. Todas as análises foram realizadas com recurso ao IBM SPSS Statistics for Windows, Versão 27.0.

RESULTADOS

A tabela 1 mostra que os sujeitos praticantes de Atletismo (em geral e em cada sexo) tiveram um desempenho significativamente superior ao desempenho dos não praticantes de desporto federado, sendo o tamanho do efeito grande.

Tabela 1. Desempenho no teste largar e pontapear uma bola à parede ($M \pm SD$) em praticantes de Atletismo e em não praticantes desportivos

Grupos	n	Impactes na parede (Média±DP)	t	P	d de Cohen
Total de Praticantes de Atletismo	32	17.00±0.81	-2.590	<0.05	4.76
Total de Não Praticantes	30	13.87±0.90			
Rapazes praticantes de Atletismo	15	19.47±1.13	-2.051	<0.05	5.21
Rapazes não praticantes	16	15.63±1.47			
Raparigas praticantes de Atletismo	17	14.82±0.89	-2.581	<0.05	3.19
Raparigas não praticantes	14	11.86±0.66			

A tabela 2 permite perceber que os sujeitos do sexo masculino (em geral e em cada grupo de prática - Atletismo vs prática nenhuma) tiveram um desempenho significativamente superior ao desempenho dos do sexo feminino, sendo o tamanho do efeito grande.

Tabela 2. Desempenho no teste largar e pontapear uma bola à parede (M± SD) em rapazes e raparigas

Grupos	n	Impactes na parede (Média±DP)	t	p	d de Cohen
Rapazes	31	17.48±0.99	3.432	<0.01	4.59
Raparigas	31	13.48±0.62			
Rapazes praticantes de Atletismo	15	19.47±1.13	3.263	<0.01	4.02
Raparigas praticantes de Atletismo	17	14.82±0.89			
Rapazes não praticantes	16	15.63±1.47	2.229	<0.05	4.62
Raparigas não praticantes	14	11.86±0.66			

DISCUSSÃO

A prática de Atletismo tem subjacente um elevado trabalho coordenativo, ainda que a componente manipulativa não seja, de todo, a principal. Os resultados mostram que, apesar dessa menor característica, o trabalho desenvolvido num clube de Atletismo parece fornecer uma base interessante com transferência coordenativa para tarefas como a que estudámos. Por outro lado, as diferenças encontradas, em geral, entre raparigas e rapazes estão em linha com diversos estudos em que os rapazes se superiorizaram às raparigas na competência em controlo de objetos e em coordenação motora [5-6].

A envolvimento em atividades com potencial de desenvolvimento coordenativo variado poderá constituir uma justificação plausível, tanto para a diferença entre os praticantes de Atletismo face aos não praticantes como para a diferença entre rapazes e raparigas. Os rapazes tendem a passar mais tempo em atividades desportivas, com a bola a ser um elemento central e onde as atividades de motricidade grossa manipulativa estão frequentemente presentes [8,9].

CONCLUSÃO

Os sujeitos praticantes de Atletismo revelaram superioridade, numa tarefa de largar e pontapear uma bola consecutivamente a uma parede, em relação a não praticantes de desporto federado. Os rapazes superiorizaram-se às raparigas na mesma tarefa.

Os resultados parecem indicar que o Atletismo, embora não tendo especificidade significativa ao nível das habilidades motoras manipulativas grossas (com exceção do lançar), tem potencial para promover um desenvolvimento coordenativo que se reflete numa prática superior, face a não praticantes desportivos, em tarefas que envolvam segmentos corporais (membros) superiores e inferiores em que a coordenação óculo-segmentar (óculo-pedal e óculo-manual) são aspetos centrais.

Financiamento

Apoio FCT, I.P., Projeto N° UIDB/04748/2020.

REFERÊNCIAS

- Lubans DR, Morgan PJ, Cliff DP, Barnett LM, Okely AD. Fundamental movement skills in children and adolescents: review of associated health benefits. *Sports Med.* 2010, 40(12), 1019-35. <https://doi.org/10.2165/11536850-000000000-00000>
- Stodden DF, Goodway JD, Langendorfer SJ, Robertson MA, Rudisill ME, Garcia C, Garcia LEA. Developmental Perspective on the Role of Motor Skill Competence in Physical Activity: An Emergent Relationship. *Quest* 2008, 60(2), 290-306. <https://doi.org/10.1080/00336297.2008.10483582>
- Cohen KE, Morgan PJ, Plotnikoff RC, Callister R, Lubans DR. Fundamental movement skill and physical activity among children living in low-income communities: A cross-sectional study. *International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity* 2014, 11(1), 49. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-11-49>
- Vlahov E, Baghurst TM, Mwavita M. Preschool motor development predicting high school health-related physical fitness: A prospective study. *Perceptual and Motor Skills* 2014, 119(1), 279-291. <https://doi.org/10.2466/10.25.PMS.119c16z8>
- Barnett LM, Lai SK, Veldman SLC, Hardy LL, Cliff DP, Morgan PJ, Zask A, Lubans DR, Shultz SP, Ridgers ND, Rush E, Brown HL, Okely AD. Correlates of Gross Motor Competence in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports Medicine*, 2016, 46(11), 1663-1688. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0495-z>
- Rodrigues LP, Luz C, Cordovil R, Bezerra P, Silva B, Camões M, Lima R. Normative values of the motor competence assessment (MCA) from 3 to 23 years of age. *Journal of Science and Medicine in Sport* 2019, 22(9), 1038 - 1043. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.05.009>
- World Medical Association. World Medical Association Declaration of Helsinki ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA: Journal of the American Medical Association* 2013, 310(20), 2191-2194. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>
- Mota J, Santos MP, Ribeiro JC. Differences in leisure-time activities according to level of physical activity in adolescents. *J Phys Act Health* 2008, 5(2):286-93. <https://doi.org/10.1123/jpah.5.2.286>
- Badrić M, Prskalo I, Matijević M. Primary School Pupils' Free Time Activities. *Croatian Journal of Education* 2015, 17(2), 299-332 <https://doi.org/10.15516/cje.v17i2.1630>