

CAPITULO I – INTRODUÇÃO

São grandes os contributos que ciências como a Fisiologia do Treino, a Biomecânica ou a Pedagogia do Desporto têm dado para a optimização do rendimento desportivo ou para a predição do sucesso em desporto são, cada vez mais, confrontados com o facto de atletas que à partida reuniam todas as condições, físicas, técnicas, para se qualificarem entre os primeiros falharem, seja em competição, seja ao longo do processo de treino (Rolo et al 2003).

Alguns treinadores já sentiram a frustração de trabalhar com atletas que, durante as sessões de treino se superam e, em competição falham os seus objectivos cometendo erros em tarefas de baixa complexidade. No entanto, atletas menos dotados fisicamente superam as suas capacidades quando submetidos à pressão de uma competição. Qual será a causa desta disparidade na performance? Como as diferenças físicas não conseguem explicar as diferenças de performance existentes, muitos assumem que estas diferenças se devem a factores psicológicos (Murphy e Tammen,1998).

1. ESTRUTURA DO TRABALHO

Com o intuito de tornarmos o nosso estudo num trabalho de fácil consulta e análise eficaz, estruturámo- lo em duas partes distintas: uma primeira parte, constituída pelos capítulos I e II, onde se engloba a fundamentação teórica relativa ao tema e uma segunda, incluindo os capítulos III, IV e V, onde é abordado o estudo experimental por nós realizado.

O capítulo I engloba a introdução ao estudo, onde é feita uma abordagem geral ao tema, sendo posteriormente apresentados os objectivos do estudo, bem como a pertinência da sua realização.

O capítulo II – Revisão da literatura – envolve o enquadramento teórico e a revisão de investigações anteriores realizadas no âmbito do estudo efectuado por nós.

Neste capítulo são também abordados alguns conceitos de habilidades psicológicas e de traço de ansiedade competitiva, sendo também feita a apresentação de algumas teorias de ansiedade.

No capítulo III, por sua vez, é feita caracterização sucinta da amostra e dos instrumentos de medida utilizados e a descrição das variáveis em estudo e dos procedimentos para a elaboração do estudo, incluindo os procedimentos operacionais e estatísticos.

O capítulo IV, onde é feita a apresentação e discussão dos resultados, inclui a descrição dos resultados obtidos pela estatística descritiva e inferencial, visando alcançar os objectivos previamente estabelecidos. Os resultados obtidos no nosso estudo são aqui comparados com os obtidos em investigações anteriores, expostos na revisão da literatura.

Finalmente no capítulo V são descritas as principais conclusões obtidas no nosso estudo, tendo como base os objectivos estabelecidos e as hipóteses por nós formuladas no início do mesmo. São também oferecidas propostas de estudos futuros a realizar no âmbito das habilidades psicológicas.

2. OBJECTIVOS DO ESTUDO

Com a realização deste estudo objectivamos realizar uma caracterização psicológica dos atletas praticantes da modalidade de Futebol, da 3ª Divisão Nacional. Através do questionário ASCI-28, pretendemos então, mais especificamente, avaliar as seguintes competências psicológicas: confronto com a adversidade, treinabilidade, concentração, confiança e motivação para a realização, formulação de objectivos e preparação mental, rendimento máximo sobre pressão, ausência de preocupações e recursos pessoais de confronto. O nível de ansiedade traço das atletas (incluindo as sub-escalas: ansiedade somática, preocupação e perturbação da concentração) também foi tido em consideração, tendo sido utilizado o questionário SAS, para esta avaliação.

Desta forma, os objectivos da nossa investigação são:

- Descrever e caracterizar os valores médios obtidos pelas atletas e equipas, para cada uma das variáveis psicológicas estudadas, em cada um dos momentos de avaliação.
- Determinar a existência de diferenças estatisticamente significativas entre os dois momentos de avaliação nas variáveis psicológicas.

- Analisar a influência da idade, dos anos de experiência, da percepção de rendimento individual e da equipa, em competição e no treino, do tempo de treino, da posição em campo, do número de sessões de treino, no alinhar de início em mais de 50% dos jogos, as diferentes séries e as respectivas equipas, sobre as variáveis psicológicas.

3. FORMULAÇÃO DE HIPÓTESES

De acordo com os objectivos do estudo, formulámos as seguintes hipóteses:

H₀₁ – Não existem correlações significativas entre as diferentes dimensões das habilidades psicológicas e o nível de traço de ansiedade competitiva.

H₀₂ – Não existem correlações significativas entre a idade dos atletas e as diferentes dimensões das habilidades psicológicas e o nível de traço de ansiedade competitiva.

H₀₃ – Não existem correlações significativas entre os anos de experiência dos atletas e as diferentes dimensões das habilidades psicológicas e o nível de traço de ansiedade competitiva

H₀₄ – Não existem correlações e significativas entre a percepção de rendimento e as diferentes dimensões das habilidades psicológicas e o traço de ansiedade competitiva.

H₀₅ – Não existem diferenças estatisticamente significativas entre os dois momentos de avaliação e as diferentes dimensões das habilidades psicológicas e no traço de ansiedade competitiva.

H₀₆ – Não existem diferenças estatisticamente significativas entre as idades, nas diferentes dimensões das dimensões das habilidades psicológicas e no traço de ansiedade competitiva.

H₀₇ – Não existem diferenças estatisticamente significativas entre os anos de experiência, nas diferentes dimensões das dimensões das habilidades psicológicas e no traço de ansiedade competitiva.

H₀₈ – Não existem diferenças estatisticamente significativas entre o tempo de treino, nas diferentes dimensões das dimensões das habilidades psicológicas e no traço de ansiedade competitiva.

H₀₉ – Não existem diferenças estatisticamente significativas entre a posição das atletas em campo, nas diferentes dimensões das dimensões das habilidades psicológicas e no traço de ansiedade competitiva.

H₁₀ – Não existem diferenças estatisticamente significativas entre o número de sessões de treino, nas diferentes dimensões das dimensões das habilidades psicológicas e no traço de ansiedade competitiva.

H₁₁ – Não existem diferenças estatisticamente significativas entre o alinhar de início em mais de 50% dos jogos, nas diferentes dimensões das dimensões das habilidades psicológicas e no traço de ansiedade competitiva.

H₁₂ – Não existem diferenças estatisticamente significativas entre as séries e as equipas, nas diferentes dimensões das dimensões das habilidades psicológicas e no traço de ansiedade competitiva.