

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – BACHARELADO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**BRUNO REIS RODRIGUES
JORGE LUCAS DE SA SOUZA**

**A IMPORTANCIA DA METODOLOGIA PLAY AND STAY NA INICIAÇÃO DO
TENIS COM CRIANÇAS**

**VOLTA REDONDA
2020**

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – BACHARELADO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**A IMPORTANCIA DA METODOLOGIA PLAY AND STAY NA INICIAÇÃO DO
TENIS COM CRIANÇAS**

Artigo apresentado ao curso de
Educação Física do UniFOA como
requisito à obtenção do título de
Graduação em Educação Física

Alunos: Bruno Rodrigues Reis
Jorge Lucas de Sá Souza

Orientador: Prof^ª Stephan Pinheiro
Frankenfeld

VOLTA REDONDA

2020
FOLHA DE APROVAÇÃO

Bruno Rodrigues Reis
Jorge Lucas de Sá Souza

A IMPORTANCIA DA METODOLOGIA PLAY AND STAY NA INICIAÇÃO DO
TENIS COM CRIANÇAS

Orientador: Stephan Pinheiro Frankenfeld

Banca Examinadora:

Prof. Me Paulo Celso Magalhães

Prof. Me José Cristiano Paes Leme da Silva

Prof. Doutor Sthefan Pinheiro Frankenfeld

A IMPORTANCIA DA METODOLOGIA PLAY AND STAY NA INICIAÇÃO DO TÊNIS COM CRIANÇAS

Bruno Rodrigues Reis
Jorge Lucas de Sá Souza

RESUMO

O presente estudo foi realizado uma breve análise da metodologia play and stay (jogue e fique), usada para a iniciação do tênis voltada para um público infantil, e como essa forma de aprendizado interfere na evolução das crianças no esporte. A dificuldade da modalidade somados ao fato de ser jogado individualmente ou em duplas corroboram para o baixo interesse quando se fala em crianças. Através de estudos sobre a metodologia, analisamos e dissertamos como ela colabora com o desenvolvimento de crianças na iniciação e continuação no esporte, desenvolvendo aspectos físicos, técnicos e sociais. Fora aqui utilizada a metodologia de pesquisa teórica, revisão bibliográfica e coleta de dados públicos oficiais concernentes à temática da importância da aplicação do play na stay para crianças na iniciação no tênis.

Palavras Chaves: Play and stay, Metodologia, Tênis.

THE IMPORTANCE OF PLAY AND STAY METHODOLOGY IN THE INITIATION OF TENNIS WITH CHILDREN

ABSTRACT

The present study carried out a brief analysis of the play and stay methodology, used for the initiation of tennis aimed at a child audience, and how this form of learning interferes in the evolution of children in sport. The difficulty of the game added to the fact that it is played individually or in pairs corroborates the low interest when talking about children. Through studies on the methodology, we analyze and discuss how it collaborates with the development of children in the initiation and continuation of sport, developing physical, technical and social aspects. Theoretical research methodology, bibliographic review and collection of official public data concerning the theme of the importance of applying play and stay for children in tennis initiation were used here.

Keywords: Play and stay, Methodology, Tennis.

Sumário

1 INTRODUÇÃO.....	7
2 MATERIAIS E MÉTODOS.....	11
3 OBJETIVO.....	11
4 TABELA1	12
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	12
6 CONCLUSÃO	13
7 REFERÊNCIAS	15

Introdução

O tênis é um dos esportes mais populares em todo o mundo. E como outros esportes, o tênis exige que o jogador tenha certas habilidades básicas. Tubino(1984) disserta pelo fato que toda e qualquer atividade física se tem a necessidade de colocar em pratica várias capacidades físicas, que são ações musculares e processos motores que estão vinculados a movimentos corporais e a formação do corpo importantes para uma vida saudável e ativa. Entre essas capacidades físicas são citados: flexibilidade, resistência, coordenação, força, agilidade, velocidade e equilíbrio. Cada capacidade tem sua peculiaridade e suas características, podendo ser desenvolvida de diversas formas.

Jogado a nível profissional, no tênis os jogadores podem e ganham muita fama e dinheiro, no entanto, como esporte recreativo, o tênis oferece ao jogador a oportunidade de desfrutar de uma partida satisfatória ou até mesmo de participar de torneios. Nos dias de hoje, onde a necessidade de atividade física é de particular importância, muitas pessoas consideram que o tênis é um excelente meio para se manter ativo e com a saúde em dia. Além disso, por se tratar de uma ótima maneira de conhecer novas pessoas em um ambiente social agradável, mas também é um esporte que pode ser praticado independentemente da idade (Payne & Rink, 1997).

Vários estudos pesquisaram jogadores e treinadores sobre as habilidades psicológicas e estratégias mais importantes necessárias para o jogo de tênis. O consenso entre os treinadores de tênis apontou para dinamismo presente no aprendizado e no jogo, juntamente com motivação e paixão, autoconfiança, pensamento positivo, gerenciar erros positivamente, concentração, controle emocional, intensidade da repetição da prática e manter a competição em perspectiva com habilidades mentais e estratégias mais críticas no jogo em ordem de classificação. Curiosamente, quando os treinadores que trabalham com jogadores juniores foram solicitados a lista das habilidades mentais mais

difíceis de ensinar, no topo esteve a motivação. (Crespo & Reid, 2007).

Os praticantes no início costumam achar difícil controlar o bola, o que tem uma consequência direta sobre sua capacidade de rali. Além disso, alguns treinadores de tênis usam métodos que também são difíceis ou impróprios para crianças e ao invés de atraentes, eles acabam desencorajando-os. Não só isso diminui a atração pelo jogo, mas frequentemente os alunos encontram-se apenas em pé esperando em vez de brincar, um fator adicional que os faz perder interesse.

É, portanto, aconselhável que os treinadores adaptem seus métodos de ensino adotando novas práticas a fim de ambos atender às necessidades contemporâneas e contribuir para difundir o tênis a um público mais amplo. Para isso a Federação Internacional de Tênis (ITF) lançou o programa com uma metodologia chamada Play and stay em 2007, para promover o esporte tênis não só para estimular o interesse no jogo mas também para encorajar e inspirar o seu desenvolvimento no esporte tendo como filosofia baseada em fazer com que novatos joguem uma partida assim que possível. Voltado para treinadores como uma forma mais simplificada de procedimento de aprendizagem que modifica o esporte para as necessidades do iniciante, tendo como objetivo revolucionar a forma retrógrada de se iniciar a prática do tênis ao redor do mundo, tornando-a muito mais simples, saudável e prazerosa. Este princípio se baseia na ludicidade sobrepondo a repetição e o tecnicismo, tendo como público alvo as crianças até 10 anos de idade, por estarem iniciando no esporte de maneira cada vez mais precoce e apresentarem maior disposição ao tema das brincadeiras. Para essa aplicação, torna-se necessário um conhecimento básico da sua progressão motora e uma análise a respeito de questões pedagógicas (Koronas, 2018).

Porém, a metodologia play and stay segue um padrão de etapas separados basicamente por idade, onde na fase de 5 a 8 anos de idade procura estimular as habilidades motoras fundamentais, a familiarização com os equipamentos e com os espaços de jogo (corpo, raquete e o contato raquete-bola). Nessa fase

também acontece a introdução da técnica básica por intermédio de jogos reduzidos fazendo com que as crianças se tornem capazes de manter a bola em jogo em colaboração com seu treinador e companheiros de treino. Dando ênfase na formação generalista com participação de movimentos de outras modalidades, como futebol, vôlei, basquete, entre outras. Na fase de 9 a 10 anos é o período sensível para o desenvolvimento das habilidades motoras especializadas. Aprimorando as técnicas básicas em conformidade com os padrões biomecânicos e também priorizando a regularidade e a profundidade dos golpes básicos, trabalhando as situações de jogo, para introduzir os conceitos de ataque, contra-ataque, neutralização, pressão e defesa com ênfase no ensino por meios de jogos, com participação simultânea em outras modalidades esportivas. (Ishizaki & Castro,2018)

De acordo com Côté et al.,(2008), os principais objetivos a serem alcançados na iniciação esportiva são: a participação, promoção da saúde e participação continuada; o desenvolvimento pessoal; desenvolvimento positivo de qualidades pessoais, tais como disciplina, autocontrole, liderança e cooperação e performance: desenvolvimento de habilidades para futuros atletas de rendimento. Principalmente com criança este princípio se baseia na ludicidade sobrepondo a repetição e o tecnicismo, tendo como público alvo as crianças até 10 anos de idade, por estarem iniciando no esporte de maneira cada vez mais precoce e apresentarem maior disposição ao tema das brincadeiras. Para essa aplicação, torna-se necessário um conhecimento básico da sua progressão motora e uma análise a respeito de questões pedagógicas e desenvolvimentistas.

Partindo desse princípio, Miley (2007) acredita que os jogadores iniciantes precisam receber apenas o essencial em relação a parte técnica e tática para ajuda-los a iniciar o treinamento é de responsabilidade do treinador planejar aulas baseadas em jogos, onde as habilidades básicas do tênis são ensinadas e que se tenha comunicação e prazer como parte do processo de aprendizado.Com o programa Play And Stay, o treinador organiza atividades e exercícios adequados ao aprimoramento das habilidades motoras e ao mesmo

tempo divertidas para jogadores iniciantes que desde a primeira lição aprenderem a sacar, a bater na bola com a raquete e observar as bolas e o local onde quicam.

Todo esse processo da metodologia busca preparar as crianças para desenvolverem seu potencial atlético, mas também seu potencial humano de viver e conviver em sociedade, tendo como objetivos despertar o amor pelo esporte, desenvolver a técnica do esporte, promover a prática do esporte e promover maior "jogabilidade". Assim se nota a importância da metodologia no primeiro contato da criança com o esporte, já que proporciona um jogo onde a criança pode brincar, aprender, se desenvolver e criar, que são aspectos fundamentais nessa fase de desenvolvimento, podendo também a partir dessa forma de aprendizagem iniciar uma vida voltada para o esporte com perspectivas de alto rendimento

Durante a sessão de treinamento, bolas mais lentas (vermelhas, laranja e verdes) devem ser usadas com crianças e adultos iniciantes, enquanto quadras de raquetes de tamanhos diferentes devem ser usadas especificamente para crianças. Os diferentes tipos de bolas têm a capacidade de absorver o impacto e a força dos golpes, tornando as bolas mais lentas e dando aos jogadores iniciantes mais tempo para controlar seus golpes, permitindo-lhes rali. Além disso, o uso de raquetes menores e quadras reduzidas tornam mais fácil para os jovens jogadores aprenderem a bater na bola sem a necessidade de uma grande quantidade de força, além de tornar mais fácil para eles serem capazes de retornar a bola para o oposto Tribunal. Em suma, em Play and Stay os fatores importantes que ajudam a diferenciar o programa do tradicional as abordagens de ensino são: bola mais lenta, raquete menor, quadra reduzida, método de ensino, regras modificadas e coaching competitivo baseado em jogos (ITF, 2008). A adaptação dos jogos permite que os jogadores pratiquem as várias habilidades e tomem decisões em condições reais de jogo (Zetou & 2012).

Mais analiticamente, a filosofia do programa Play and Stay é fazer com que os jogadores joguem uma partida de tênis o mais rápido possível. Tendo como

objetivo principal que o aprendizado das habilidades motoras básicas por meio de um jogo de tênis, para que os jogadores saibam, joguem e marquem o mais rápido possível, com o objetivo adicional de se divertir para continuação do processo de aprendizagem. Com o programa Play and Stay, o treinador organiza atividades e exercícios apropriados para o aprimoramento das habilidades motoras e ao mesmo tempo divertidos para jogadores iniciantes que desde a primeira lição aprendem a sacar, bater na bola para o lado do adversário, e a marcar as bolas(sendo dentro ou fora).

Objetivo

O objetivo do estudo que se estabelece no estudo e análise da importância da metodologia Play and Stay na iniciação de crianças no tênis e como essa filosofia auxilia na formação cognitiva, física e psicológica. Tornando assim o início no esporte mais prazeroso, já que o primeiro contato com o esporte é de extrema importância pra continuidade no mesmo. Através de uma revisão de literatura buscamos analisar os resultados de artigos que tenham como objetivo observar a possível influência da metodologia Play and Stay no desempenho físico, técnico, tático e social de crianças.

Materiais e Métodos

Os artigos selecionados foram coletados da base de dados do Scielo e Pubmed e as palavras chaves para a pesquisa foram: play and stay, skills, social, phisical training

Não houve nenhum critério de exclusão, foram utilizados nesta revisão todos os artigos encontrados que tinham um mesmo objetivo e metodologias parecidas para a coleta de resultados

Foram selecionados 5 artigos que tinham relação com o tema deste trabalho, podendo ter metodologias e resultados diferentes, porém que discutissem o que foi proposto nesse trabalho. Desta forma organizamos as ideias destes trabalhos para discutir os possíveis resultados a cerca deste tema.

Tabela 1

AUTORES/ANO	AMOSTRA	FASES ANALISADAS	PROTOCOLO DE AVALIAÇÃO	RESULTADOS
Elizeu zatan. Et al.2012	36	11 a 12 anos	Fundamentos do backhand	Houve melhora significativas
Pacheco W.Nunes W.2016	32	13 a 16 anos	Grau de atenção	Teve resultados satisfatórios
Kazak.A.M and Ibraimova 2014	30	8 e 9 anos	Coordenação motora	Pelas avaliações dos técnico, mais da metade teve resultados positivos
Gul.M. et al 2020	16	8 e 9 anos	Fatores motores	Teve melhorias significativas
Vasilios Koronas 2018	62	11 a 13 anos	Fundamento backhand	Os resultados foram satisfatórios

Resultados e Discussão

Na tabela 1 nós mostramos 5 artigos que analisaram a metodologia play and stay na pratica. Elizeu e colaboradores observaram que a técnica play and stay

com 3 horas semanais por 4 semanas de duração mostrou ser eficiente no jogo de jovens de 11 e 12, esses jovens tiveram um bom desenvolvimento do backhand, que era o fundamento pré-estabelecido para a medição do estudo. Nunes e Pacheco em seu estudo analisou 32 crianças com idade entre 13 e 16 anos por 3 meses com aulas de duração de 2h semanais, com o foco em perceber como o play and stay pode manter o aluno com maior grau de atenção as aulas, e o resultado foi satisfatório. Kazak e Ibraimova abordaram em sua pesquisa crianças mais jovens, com 8 e 9 anos buscando através de opiniões de treinadores e professores opiniões e o resultado obtido da metodologia play and stay quando falamos de coordenação motora, e a decisão final foi que a metodologia é satisfatória para esse fim. Assim como o anterior, Mine Gul e colaboradores optaram por fazer o estudo com crianças de 8 e 9 anos e como o tênis a partir do play and stay interfere na melhoria de aspectos motores com sessões de treinamento aplicadas 3 dias por semana e 60 minutos por dia durante 8 semanas, e o resultado foi positivo a eficácia da metodologia. Vasilios teve como estudo 62 alunos de uma escola e o procedimento de intervenção foi realizado ao longo de um período de seis semanas durante as aulas educação física (3 horas por semana), voltado para a tentativa da execução do backhand de forma mais consistente e o resultado foi adquirido como o esperado.

Discutindo os dados percebemos que além dos aspectos avaliados em cada estudo com a metodologia play and stay, todos os autores tiveram como resultado uma melhora significativa em varias questões importantes em relação as valências físicas e técnicas dos alunos, como a parte física, psicomotora, capacidade cardio respiratória, coordenação motora, os fundamentos e golpes da modalidade, entre outras. Outro aspecto citado nos trabalhos é a capacidade do play and stay na melhora do individuo como pessoa, proporcionando uma maior interação com os demais alunos, a resoluções de problemas, o grau de atenção do aluno em relação a aula e a sensação de prazer em “brincar” de jogar tênis. Diante de toda discussão se entende o a metodologia play and stay é muito importante para a iniciação no tênis para crianças, e podendo ate ser feito na iniciação com adultos.

Conclusão

Observamos nessa revisão de literatura que a técnica play and stay tem um papel fundamental no desenvolvimento de jovens no tênis, pois ela proporciona além de uma maior interação com o esporte, maneiras de se aprender tênis fugindo na metodologia repetitiva e do tecnicista usada normalmente. Buscando o maior interesse da modalidade quando praticada por crianças. Adequando o esporte para alcançar uma melhora social, psicomotora, emocional e de coordenação. Essa iniciação com a metodologia Play And Stay também teve êxito quando falamos de esporte de alto rendimento, então além de questões sociais e motivacionais, essa metodologia também tem sucesso quando visamos um futuro no esporte como profissão.

Referências

CASTRO, Mara S.A.; Ishizaki, M.T. *Tenis: Aprendizagem e treinamento*. 2ª edição. São Paulo: Ed Phorte, 2008.

CÔTÉ, J., Strachan, L., and Fraser-Thomas, J. (2008) 'Participation, personal development, and performance through youth sport', in N.L Holt (ed) *Positive Youth Development through Sport*, New York: Routledge, 34-45.

CRESPO, M., & Reid, M. M. (2007). Motivation in tennis. *British journal of sports medicine*, 41(11), 769-772.

HEROLD, G. J. (2012). O método play and stay: uma revolução na iniciação ao ensino do tênis para crianças.

ITF. "Play tennis course manual"; 2008. Available from: <http://www.tennisplayandstay.com/downloads/index.html> [Accessed 23rd November 2009]

KORONAS, V. The effects of the tennis play and stay program on backhand skill learning and level of satisfaction in elementary school students.

MILEY, D. (2007). Tennis: play and stay. *ITF Coaches Review*, 42, 2-3.

PAYNE G, Rink J. Physical education in the developmentally appropriate integrated curriculum. In: C. Hart, D. Burts, and R. Charlesworth (Eds.). *Integrated curriculum and developmentally appropriate practice-birth to age eight*. Albany, NY: SUNY Press; 1997:145-170

TUBINO, M. J. G. *Metodologia científica do treinamento desportivo*. São Paulo: Ibrasa, 1984.

ZETOU, E., Koronas, V., Athanailidis, I., & Koussis, P. (2012). Learning tennis skill through game Play and Stay in elementary pupils. *Journal of Human Sport and Exercise*, 7(2), 560-572

