

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

**LAÍS DOS SANTOS ALVES
MARIANA OLIVEIRA DE ABREU**

**METODOLOGIA DE TREINAMENTO DESPORTIVO NA TRANSIÇÃO DA ETAPA
DE PREPARAÇÃO PRELIMINAR PARA A ESPECIALIZAÇÃO INICIAL**

VOLTA REDONDA

2018

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

**METODOLOGIA DE TREINAMENTO DESPORTIVO NA TRANSIÇÃO DA ETAPA
DE PREPARAÇÃO PRELIMINAR PARA A ESPECIALIZAÇÃO INICIAL**

Artigo Científico apresentado ao curso de Educação Física do UniFOA como requisito à obtenção do título de graduada em Educação Física.

Alunas: Laís dos Santos Alves
Mariana Oliveira de Abreu

Orientador: Prof. Dr. Silvio Henrique Vilela

**VOLTA REDONDA
2018**

FOLHA DE APROVAÇÃO

**Laís dos Santos Alves
Mariana Oliveira de Abreu**

**METODOLOGIA DE TREINAMENTO DESPORTIVO NA TRANSIÇÃO DA ETAPA
DE PREPARAÇÃO PRELIMINAR PARA A ESPECIALIZAÇÃO INICIAL**

Orientador: Prof. Dr. Silvio Henrique Vilela

Banca Examinadora:

Prof. Dr. Silvio Henrique Vilela

Prof. Maria Paula Tavares

Prof. Me. Daniel Alves Ferreira Júnior

VOLTA REDONDA

2018

METODOLOGIA DE TREINAMENTO DESPORTIVO NA TRANSIÇÃO DA ETAPA DE PREPARAÇÃO PRELIMINAR PARA A ESPECIALIZAÇÃO INICIAL

Autoras: Laís dos Santos Alves
Mariana Oliveira de Abreu

Orientador: Prof. Dr. Silvio Henrique Vilela

RESUMO

Nossa proposta foi buscar o que pode ser feito para compreender melhor o processo de transição entre o lúdico e a técnica, destacando que existem dois lados nesse processo, pois embora algumas crianças desistam do esporte nesse momento, outras conseguem assimilar as questões mais críticas e avançar no treinamento. Com o objetivo de apresentar um estudo e, conseqüentemente, algumas propostas de caminhos pelos quais os profissionais de Educação Física possam trilhar com o objetivo de diminuir o impacto do aluno no momento da transição do trabalho lúdico da escola esportiva para o treinamento esportivo com o objetivo de performance. A metodologia escolhida para abordar o tema em pauta foi a revisão bibliográfica. Destacamos no estudo que a brincadeira oferece às crianças uma vasta estrutura para mudança de suas necessidades e tomada de decisões, como por exemplo, ações no seu imaginário, criação de atitudes voluntárias, motivações indiretas, situações de cooperação e socialização, que de alguma forma contribuem para o seu desenvolvimento como um todo. Nossa conclusão é de que o diferencial está nas propostas de ensino bem articuladas que não abandonem repentinamente o lúdico em busca do técnico. Por isso esta proposta deve cuidar para que os treinos sejam planejados de acordo com cada fase de desenvolvimento da criança e que diferencie a preparação desportiva de crianças e jovens, respeitando assim os limites físicos e psicológicos de cada fase de desenvolvimento da criança diante do esporte.

Palavras-chave: lúdico; técnica; desenvolvimento; treinamento esportivo.

INTRODUÇÃO

O esporte é considerado um fenômeno cultural e social de enorme relevância, trazendo inúmeros benefícios à todos os indivíduos que o praticam. A inclusão prematura da criança no esporte é de extrema importância, desde que seu foco principal seja o prazer em realizar determinada atividade por meio de um trabalho bem planejado, imaginando que a mesma permanecerá praticando por um longo período.

Levando isso em consideração, acrescido de nossas experiências nos estágios vivenciados em clubes, estúdios e academias, durante o período de formação, observamos a existência de algumas dificuldades presentes na transição da criança quando passa do ensino lúdico para o ensino da técnica, em diferentes modalidades esportivas.

Martin et al (2001), explicaram a queda dos resultados apresentados em diversas modalidades, como um erro na transição dos atletas para o alto rendimento. Aliada à opinião de outros autores (Platonov, 1994; Bompa, 1999; Zakharov, 1992; Weineck, 1986; Grosseret al, 1989; Martin et al (2001), reforçam que atualmente o alto rendimento não pode ser obtido sem a PDLP.

Assim, este trabalho está diretamente ligado a importância de perceber se, e como, esta mudança na proposta de trabalho do profissional de Educação Física se torna um fator decisivo para o abandono prematuro de algumas crianças no esporte.

Nossa proposta inicial foi buscar entender o que pode ser feito para compreender melhor esse processo de transição. Destacando que existem dois lados nesse processo, pois embora algumas crianças desistam do esporte nesse momento, outras conseguem assimilar as questões mais críticas e avançar no treinamento. A metodologia escolhida para abordar o tema em pauta foi a revisão bibliográfica onde trabalhamos com artigos e livros que tratam do tema.

Acreditamos ainda que a relevância deste trabalho está na possibilidade de apresentar um estudo e, conseqüentemente, algumas propostas de caminhos pelos quais os profissionais de Educação Física possam trilhar com o objetivo de diminuir o impacto no aluno no momento da transição do trabalho lúdico da escola esportiva para o treinamento esportivo com o objetivo de performance.

INICIAÇÃO ESPORTIVA E ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE

Quando falamos em prática esportiva relacionadas à criança e ao adolescente, dois termos se destacam. São eles: iniciação esportiva e especialização precoce. (FECHIO *et al.*, 2012). Deste modo, entendemos como imperativo discutirmos os conceitos destes termos antes de adentrarmos outros assuntos.

Segundo Fechio (2012, p. 34),

A iniciação esportiva é o primeiro contato da criança com os fundamentos básicos de uma ou mais modalidades desportivas para que ocorram as primeiras mudanças qualitativas e respostas a novos estímulos.

Percebemos que o autor citado não fala em detalhes técnicos, ele apenas aponta a aproximação da criança com o esporte. Esta aproximação pode ser feita de diversos modos, mas sempre respeitando a fase de desenvolvimento motor e cognitivo desta e o prazer na prática do esporte.

Arena e Bohme, (2000) apud FECHIO *et al.*,(2012) acrescentam que esta é a fase pela qual a criança está passando a aprender, de uma forma mais consistente, a prática esportiva, começando a praticar determinado esporte de forma mais regular, com o objetivo de desenvolvimento integral da criança.

A especialização precoce, segundo Kunz (2006), é caracterizada por ser um processo no qual as crianças começam a receber estímulos motores, específicos de uma modalidade esportiva apenas. Isto pode acontecerem clubes ou escolas esportivas, onde os gestos são realizados de forma repetitiva com o intuito de preparar a criança para a competição. Neste momento, o lúdico cede completamente seu espaço para o desenvolvimento técnico. Em relação à especialização precoce, o autor acrescenta ainda que,

...o treinamento especializado precoce acontece quando crianças são introduzidas antes da fase pubertária, a um processo de treinamento planejado e organizado de longo prazo e que se efetiva em um mínimo de três sessões semanais, com o objetivo do gradual aumento do rendimento, além da participação periódica em competições esportivas. (KUNZ, 2006, p.49).

Sendo assim, as principais diferenças entre os termos iniciação esportiva e especialização precoce, são que, no primeiro, a criança recebe estímulos para uma ou mais modalidades com o claro objetivo do prazer na prática. Já no segundo a criança é inserida em uma modalidade única com cargas de treinamento específicas

visando a performance no esporte praticado. Também os objetivos de ambos são distintos, já que a especialização precoce visa preparar as crianças para competições, e a iniciação esportiva procura desenvolver o indivíduo integralmente devendo usar o esporte como ferramenta e não como meta.

Segundo Cotta (1998), o esporte em geral promove na criança e no adolescente a maturidade, o crescimento e o desenvolvimento. Contudo, o mesmo autor assume que é arriscado praticar um esporte específico e de alto rendimento na idade infantil.

Em relação ao esporte de alto rendimento ou competitivo, ele é...

...uma prática com finalidade de atingir o sucesso, buscando uma execução realizada de modo tecnicamente correta, a fim de se desempenhar diversas repetições para uma técnica correta o que leva o praticante a vitória.(BLÁZQUEZ SÁNCHEZ, 1999, p.268).

Desta forma, a especialização precoce é marcada pela rotina de treinos intensos e precoces na busca de altos rendimentos. Esta procura incansável pelo sucesso pode incentivar e conduzir profissionais e familiares a exporem essas crianças a circunstâncias de enorme cobrança e conflito.

Gregório e Silva (2014) apresentam alguns fatores prejudiciais relacionados ao treinamento precoce especializado:

- **Estresse de competição:** Ocorre devido a responsabilidade que é depositada em cima da criança, devido a necessidade da vitória a qualquer custo, originando na criança o sentimento de medo e insegurança;
- **Saturação esportiva:** Diz respeito a pressão sofrida, o estresse relacionado a competição, a busca desenfreada pela vitória a qualquer custo, que pode desencadear na criança, a saturação em relação àquela modalidade e o abandono precoce do esporte;
- **Lesões:** Com a carga de treinamento exagerada pela qual a criança é exposta diariamente, as lesões e as fraturas acontecem frequentemente devido a musculatura frágil, que a criança possui, e a formação óssea que ainda está incompleta;
- **Formação escolar deficiente:** Como as crianças são exigidas diariamente com as grandes cargas horárias de treinamento, a maioria delas não consegue dar

conta das suas tarefas com a escola, com isso muitas delas acabam abandonando muito cedo os estudos;

- **Unilaterização dos movimentos:** Está relacionado com a realização única e especializada técnica de determinado movimento (fundamento de cada esporte), limitando um desenvolvimento que deveria ser diversificado;
- **Reduzida participação em jogos e brincadeiras infantis:** O lúdico é inibido progressivamente, devido a necessidade de treinamento específico para cada esporte. Nesse momento, que seria necessário que a criança estimulasse sua criatividade (a fase do faz de conta), ela acaba se perdendo e com isso diminui a capacidade de improvisar e criar.

Personne (2001) acrescenta ainda que, certos exercícios realizados de forma repetitiva podem gerar riscos à saúde da criança. Neste caso com sequelas de ordem locomotora, cardiovascular, endócrina, além de repercussões psíquicas.

BENEFÍCIOS DA LUDICIDADE

Em qualquer trabalho com o esporte é preciso considerar a ludicidade, o lúdico tem sua origem na palavra latina *ludus* que significa jogo, e faz parte das atividades essenciais da dinâmica humana, além de ser reconhecido como traço efetivo da psicofisiologia do comportamento humano (ALMEIDA, 2009).

Para Santin apud Nanni:

A ludicidade é uma tessitura fecundada, gestada e gerada pela criatividade simbolizada da imaginação de cada um. Brincar, acima de tudo, é exercer o poder criativo do imaginário humano, constituindo um universo do qual o criador ocupa o lugar central, através de simbologias originais e inspiradas no mundo real de quem brinca. (NANNI, 2003, p.170)

Santin (1994, p.78) observou que é “no brincar, somente neste, que os indivíduos, crianças ou adultos, podem ser criativos e utilizam sua personalidade integral”.

Ainda podemos citar que Leite (2007, apud Silva, 2012, p. 25) afirma que:

O brincar é uma instância típica da manifestação imaginativa que pode ser desdobrada, em sua base interpretativa, para a análise de outras atividades que envolvem a articulação entre o real e a fantasia.

Almeida (2009, p. 47) diz que “são lúdicas as atividades que propiciem a vivência plena do aqui-agora, integrando a ação, o pensamento e o sentimento”.

Para Silva (2012), os processos criativos surgem na criança através das atividades lúdicas, nos desenhos e na produção de narrativas apresentando relação direta da realidade com a encenação, desde os primeiros anos de idade. O brincar é considerado como principal atividade no desenvolvimento humano, pois permite que a criança possa agir além do seu comportamento diário, se expressando por meio do seu corpo, das palavras, dos gestos, onde cada característica indica o que está sendo escrito, aspecto esse que torna possível a leitura de como ela percebe a realidade que está a sua volta. Faz-se necessário atentar para o modo como estas manifestam sua imaginação.

Desta forma, Nanni (1995, p. 178) afirma que criatividade...

...é o processo de descobertas que permite ao ser humano, a partir de dados conhecidos, chegar ao desconhecido pela simbolização de aspectos formais imaginados produzidos pela observação, percepção e experimentação com possibilidades de alcançar o “novo”.

Portanto, a criatividade parece fazer parte de todos os indivíduos desde criança até a sua fase adulta, sempre com grande importância no desenvolvimento motor dos mesmos. Deste modo ela precisa ser estimulada e deve ser valorizada durante toda a vida, mas principalmente enquanto criança. Na contramão desta afirmação, percebemos que a especialização precoce tem um grande potencial para inibir a criatividade e estimular a repetição disciplinada com vistas a perfeição do movimento, assim desconsiderando as fases do desenvolvimento motor da criança.

CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO MOTOR

O desenvolvimento motor é um processo constante e demorado, pelo qual uma criança deve adquirir determinados padrões de movimentos e habilidades. Os quais se baseiam na interação entre o processo de maturação, as características de crescimento, as suas experiências motoras anteriores e as novas experiências motoras. Este processo de desenvolvimento na infância se caracteriza pelo refinamento de desempenhos de habilidades em atividades motoras, tendo como objetivo desenvolver e aprender uma série de padrões de movimentos e habilidades mais específicas. As atividades motoras integram os repertórios de comportamento

das crianças e fornecem o meio pelo qual estas experimentam as dimensões de seus ambientes (MALINA; BOUCHARD, 2002).

Estudiosos da área do desenvolvimento motor apontam que os primeiros seis anos de vida da criança são os mais importantes, devido as grandes experimentações que essa fase proporciona a ela, e também porque esse período irá determinar, em grande proporção, que tipo de adulto o indivíduo irá se tornar (TANI *et al.*, 2012).

Concluindo este pensamento, podemos afirmar que existe uma sequência padrão de movimentos que serão desenvolvidos. Além disso, esta sequência é a mesma para todos os indivíduos, mas o ponto diferencial deles é a velocidade pela qual a criança se passa por cada um destes movimentos. Isto varia de indivíduo para indivíduo, pois alguns se desenvolvem mais rapidamente, enquanto outros levam mais tempo para passar pelo mesmo processo (MANOEL,1998).

DA ETAPA DE PREPARAÇÃO INICIAL À ESPECIALIZAÇÃO INICIAL: O MOMENTO DA TRANSIÇÃO

A Preparação Desportiva a Longo Prazo (PDLP), é caracterizada “como um processo pedagógico conduzido de acordo com a performance atlética e as leis de desenvolvimento pessoal, e que tem como finalidade a obtenção da máxima eficiência em certa idade” (HARRE, 1982, p.171).

Marques (2000), por meio de pressupostos que garantem as condições de grande eficácia, transfere os questionamentos de “o quanto fazer” para “o que fazer” nas fases de formação desportivas: “os resultados no alto nível cada vez mais dependem do que se fez nos anos de formação e não no número de anos passados na preparação. Depende mais da qualidade e menos da quantidade de trabalho realizado” (p.52). Sendo assim, podemos aqui citar as propostas da preparação desportiva em longo prazo sob o ponto de vista das fases de formação, nas quais contribuirão para se alcançar melhores resultados.

As fases de formação da PDLP, para Weineck (1986), satisfazem ao treinamento das probabilidades, no que lhe diz respeito, subdividido em iniciantes e avançados e as idades instituídas para cada fase são dependentes da modalidade de que se trata.

Na fase dos iniciantes tem-se em vista um desenvolvimento de base polivalente, o acréscimo do repertório das habilidades motoras por meio de técnicas fundamentais e o uso de meios e metodologias de treinamentos variados. Já no estágio avançado, no qual são ampliadas as bases trabalhadas antes na conjunção da modalidade selecionada, incide um acréscimo progressivo do trabalho específico, da mesma maneira que aumenta o volume e intensidade do treino. Todos os conteúdos citados têm em vista, especialmente, inventar condições que permitam a transição para o último estágio, o treinamento da alta performance.

Marques (1993) coloca três fases que distinguem a preparação desportiva de crianças e jovens, a saber: preparação preliminar, especialização inicial e especialização aprofundada. A primeira tem como alvo a preparação (motora e desportiva) multilateral da criança, na segunda acontece o direcionamento para uma modalidade e o desenvolvimento dos fundamentos desta, enquanto que a última fase está apontada para o desenvolvimento aprofundado da habilidade de prestação do desporto. As competições oficiais só surgem na segunda fase e em pouca quantidade, vale citar que "as tarefas da formação devem-se sobrepor às preocupações do rendimento imediato" (p.244). Somente na última fase é que começa a direção para o rendimento nas competições, surgindo, assim, a periodização com aspectos bem próximos daquele exercido no alto rendimento.

A partir da obra de Martin (2001) entende-se que o autor faz uma semelhança com a estrutura da PDLP com o sistema de ensino das escolas, como se o acesso por todas as fases fosse indispensável. O treino das crianças não pode ser ministrado para conquistas ou alcance de resultados instantâneos. Este autor divide o treinamento em três fases: **fase de treino geral**, que ajuda no estímulo da prática do desporto e posteriormente em **fase de treino fundamental** que é aquisição das competências específicas do desporto. Por fim, **o treino de construção**, que significa o avanço do ponto de amoldamento do organismo, tendo como objetivo a organização para treinos futuros.

A COMPETIÇÃO E OS RESULTADOS

Coelho (2000) compreende que a formação do atleta é orientada pelos estados qualitativos atingidos pelos praticantes no decorrer das etapas da sua preparação, Já

Gomes (1993) enfatiza que a criança, além de sua competência, tem direito ao desporto com a condição de que respeite seu desejo e capacidade desportivo-motora e o seu estágio de desenvolvimento, mas desde que não se tenha como pretensão obter resultados prematuros.

Para obtenção de resultados, segundo Bento (1989), deve ser concedido à criança o tempo de espera necessário. “Uma orientação forçada da formação para a obtenção de resultados no mais curto espaço de tempo, conduz a sobrecargas no organismo do jovem praticante e não serve ao seu desenvolvimento ulterior” (p.30).

Para Coelho (2000), a busca por resultados excessivos cedo modifica as características que devem reger a construção dos modelos de preparação, intervenção e competição adequados aos jovens.

As consequências da especialização precoce são destacadas por limitações futuras que podem acontecer para se chegar ao nível mais elevado do desporto prematuramente (Nadori, 1990; Marques, 1991).

Diversos autores (Filin, 1996; Bompa, 2000; Coelho, 2000) afirmam que a obtenção de altos resultados na idade infantil e juvenil não é garantia de resultados futuros e consolidam que é mais provável ocorrer o inverso.

De acordo com Passer (1996), do ponto de vista psicológico, recomenda-se que a participação das crianças em competições, não inicie antes dos sete anos. Idade em que a maioria delas provavelmente já desenvolveu o comportamento de atração pelo processo de comparação social cedido pela competição. O autor afirma ainda que o período entre o fim da infância e o início da adolescência é ideal para desenvolver as capacidades cognitivas, como entender o ponto de vista de outros indivíduos e compreender as diferenças.

Como consequências negativas, Passer (1996) ressalta que a ansiedade competitiva, a ausência de popularidade com os colegas e o sofrimento por meio da autopercepção de sua competência física, podem acontecer tanto em jovens quanto em atletas adultos. Contudo, não existe um limite de idade para que se persistam os cuidados que permitam que a competição seja uma experiência positiva para a criança.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Iniciando as nossas considerações finais sobre o tema, precisamos inicialmente reconhecer que este assunto é extremamente complexo em razão de se tratar do comportamento e das expectativas de crianças em um momento tão delicado de suas vidas, momento esse marcado pela transição e por incertezas. A criança está sempre se deslocando em terrenos novos em direção ao desconhecido, por isso a participação incentivadora de um adulto é imprescindível para o sucesso final da caminhada.

Como uma das partes constituidoras dessa pesquisa, abordamos assuntos como iniciação esportiva e especialização precoce, isto porque embora possam acontecer durante a fase da vida que estamos discutindo, elas apresentam objetivos característicos e finalidades muito diferenciadas. A saber, a iniciação esportiva busca o desenvolvimento integral da criança por meio do esporte, mas a especialização precoce visa a preparação das mesmas com fins competitivos. Percebemos neste momento que competição e desenvolvimento nem sempre andam juntos, e, para muito além disso, podem se opor completamente.

Visto isso, é importante perceber que o esporte deve ser introduzido desde muito cedo na vida da criança, mas é extremamente importante usar de métodos adequados a cada fase em que ela se encontra. Neste sentido, a ludicidade parece ser um ingrediente indispensável para que se mantenha o prazer ao mesmo tempo em que possa estimular o desenvolvimento físico e mental. O reforço positivo, através de palavras e gestos feitos pelo professor/técnico, influencia positivamente no comportamento diário da criança, além de tornar a aprendizagem mais prazerosa e divertida. Isto certamente colabora para a permanência da criança no treinamento esportivo.

Vale ressaltar ainda que para realizar a aplicação de métodos de treinamento o professor/técnico deve-se compreender claramente como ocorre o desenvolvimento motor das crianças. Além de levar em consideração o fato inquestionável de que todas passarão pelas mesmas fases, porém em ritmos diferentes. Neste momento o professor/técnico precisa respeitar o tempo de cada uma delas e levar o esporte até a criança, mas nunca levar a criança ao esporte.

Reforçamos aqui a importância de seguir um programa de preparação desportiva a longo prazo, respeitando e estimulando as diferentes práticas possíveis nesse período, e nunca pensar em uma proposta única e hermeticamente fechada. Isto porque como ainda se encontra em fase de desenvolvimento, o interesse e a aptidão esportiva da criança pode mudar neste período.

Sendo assim, a nossa proposta de enfrentamento para o momento de passagem de uma proposta lúdica para o treinamento específico é que tudo o que for feito aconteça lentamente respeitando as conquistas de cada fase do desenvolvimento da criança, explorando todas as possibilidades do lúdico como potencializador da motivação, oferecendo opções diversas do universo esportivo, explorando, mas antes de tudo respeitando, os limites físicos e psicológicos de cada um e mantendo sempre a possibilidade de mudanças no trajeto traçado previamente para o futuro da criança.

As oportunidades apropriadas para a prática motora enquanto criança são consideradas estratégias efetivas para a geração de futuros atletas, mas principalmente para a formação de cidadãos que utilizarão o esporte como ferramenta para a sua própria qualidade de vida. Nesse contexto, o bom professor/treinador precisa ter em mente que, muito mais do que formar UM atleta, ele está participando da formação de PESSOAS que poderão ser praticantes ativos de algum esporte.

REFERÊNCIAS

- BENTO, J. O. **A criança no treino e desporto de rendimento**. Kinesis, 1989.
- BOMPA, T. **Periodization. Theory and Methodology of Training**. 4.ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 1999.
- SÁNCHEZ, B. D. A modo de introduccion. In: D. Blázquez Sánchez (Org.) **La iniciación deportiva y el deporte escolar**, p. 19-45. 4ª edição. Barcelona, Espanha: INDE Publicaciones, 1999.
- COELHO, O. **Pode a passada ser maior que a perna?** In Garganta J (ed.) Horizontes e órbitas no treino dos jogos desportivos. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. Universidade do Porto, Portugal, 2000.

COTTA, T. C. **Metodologias de avaliação de programas e projetos sociais: análise de resultados e de impacto.** Revista do Serviço Público, v. 49, 1998.

FILIN, V. P. **Desporto Juvenil: Teoria e Metodologia.** Londres, 1996.

FECHIO, J.J *et al.* **A especialização precoce: uma revisão.** EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 17 - Nº 169 - Junio de 2012.

GOMES, P. B. **A Criança e o Desporto. Prontidão e Competência.** In: MARQUES, A.; BENTO, J. A Ciência do Desporto a Cultura e o Homem. Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, 1993.

GREGÓRIO, K. M; SILVA, T. **Iniciação esportiva X especialização esportiva precoce: Quando iniciar essa prática.** Horizontes – Revista de Educação, Dourados, MS, n.3, v2, 2014.

HARRE, D. **Principles of Sports Training. Introduction to the theory and Methods of Training.** Berlin, 1982.

KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do esporte,** 7. ed. Ijuí: Ed, Unijuí, 2006.

LEITE, W. S.S. **Especialização precoce: os danos causados a criança.** Revista Digital - Buenos Aires - Año 12 - Nº 113 - Outubro de 2007.

MALINA, R. BOUCHARD, C. **Atividade física do atleta jovem: do crescimento à maturação.** São Paulo: Roca. 2002.

MANOEL, E. J. **A continuidade e a progressividade no processo de desenvolvimento motor.** Revista Brasileira de Ciências do Movimento. v.2, n.2, p.32-38, 1988.

MARQUES, A. **A Especialização Precoce na Preparação Desportiva.** Treino Desportivo 19: 9-15, 1991.

MARQUES, A. **A periodização do treino em crianças e jovens.** Resultados de um estudo nos centros experimentais de treino da Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, 1993.

MARQUES, A.; BENTO, J. **As Ciências do Desporto e a Prática Desportiva.** Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, 1991.

MARQUES, A. **Sobre as Questões da Qualidade No Treino dos Mais Jovens**. In: SILVA, F.M. (Org.). *Produção do Conhecimento no Treinamento Desportivo. Pluralidade e Diversidade*. João Pessoa: UFPb, 2000.

MARTIN, G. L. *Consultoria em psicologia do esporte: orientações práticas em análise do comportamento*. **Campinas: Instituto de Análise do comportamento**, 2001.

NADORI, L. **Especialización y talento**. Problemas pedagógicos de la especialización y de la promoción del talento en el deporte. Stadium, 1990.

NANNI, D. **Dança-Educação: Pré-escola à Universidade**. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.

NANNI, D. **Ensino da Dança: enfoques neurológicos, psicológicos e pedagógicos na estruturação/expansão da consciência corporal e da auto-estima do educando**. Rio de Janeiro: Shape, 2003.

PERSONNE, J. **Nenhuma medalha vale a saúde de uma criança**. Lisboa: Livros Horizonte, 2001.

PASSER, M.. **At What Age Are Children Ready to Compete?** Some Psychological Considerations. In: SMOLL, F.; SMITH, R. *Children and youth in sport. A biopsychosocial perspective*. McGraw-Hill, 1996.

RUBIO, K. **O trajeto da Psicologia do Esporte e a formação de um campo profissional**. In: K. Rubio (Org.) *Psicologia do esporte: interfaces, pesquisa e intervenção*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

SANTIN, S. **Educação física: da opressão do rendimento à alegria do lúdico**. Porto Alegre: ed. EST/ESEF – UFRGS, 1994.

SILVA, D. N. H. **Imaginação, criança e escola**. São Paulo: Summus, 2012.

SMITH, R.E.; SMOLL, F.L. **The coach as a focus of research and interventions in youth sports**. In F.L. Smoll & R.E. Smith (Eds.), *Children and youth in sport. A Biopsychosocial perspective* (pp. 125-141). Madison, WI: Brown & Benchmark, 1996.

TANI, G., Basso, L., Corrêa, UC. **O ensino do esporte para crianças e jovens: considerações sobre uma fase do processo de desenvolvimento motor esquecida**. *Revista Brasileira de Educação Física e esporte*, 2012.

TANI, G., Dantas, L.E.P.B.T. & Manoel, E. de J. **Ensino-aprendizagem de habilidades motoras**: um campo de pesquisa de síntese e integração de conhecimentos. In G. Tani (Ed.), *Comportamento motor: aprendizagem e desenvolvimento*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

WEINECK, J.. **Processus d'entraînement à long terme**. *Entraînement et périodisation*. In: *Manuel d'entraînement*. Paris, 1986.