

UNIVERSIDADE CÂNDIDO MENDES
PRO-REITORIA DE PLANEJAMENTO E DESENVOLVIMENTO
DIRETORIA DE PROJETOS ESPECIAIS
PROJETO A VOZ DO MESTRE

O PRAZER DE JOGAR TÊNIS
A motivação pela Psicomotricidade

Annemarie Anderson

RIO DE JANEIRO, DEZEMBRO DE 2001

UNIVERSIDADE CÂNDIDO MENDES
PRO-REITORIA DE PLANEJAMENTO E DESENVOLVIMENTO
DIRETORIA DE PROJETOS ESPECIAIS
PROJETO A VOZ DO MESTRE

O PRAZER DE JOGAR TÊNIS
A motivação pela Psicomotricidade

Annemarie Anderson

Monografia apresentada à Faculdade de Educação Física da Universidade Cândido Mendes como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Psicomotricidade, sob a orientação da professora Maria Ester

RIO DE JANEIRO, DEZEMBRO DE 2001

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho, com todo carinho, a James Anderson,
meu pai, que me mostrou pela primeira vez o tênis.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Dona Inah Ferraz, Diretora da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio de Janeiro -- minha primeira professora -- de quem até hoje lembro os ensinamentos.

RESUMO

Este trabalho visa a desmistificar o preconceito de alguns sobre a dificuldade do jogo de tênis, principalmente quando visto por quem tentou praticá-lo e desistiu. Não desconhece a dificuldade, porém revela o prazer que se desenvolve no iniciante desse esporte, enquanto bem orientado por professor competente e criativo. Demonstra que a satisfação de jogar se revela de diferentes maneiras na criança, no adolescente no adulto e até no idoso. Mostra que a perfeição do desempenho tenístico é bastante demorada e trabalhosa, entretanto está diretamente ligada ao mundo interno e externo do atleta e, finalmente, recorre à psicomotricidade como o elemento fundamental na prática do referido esporte, que muito pode melhorar o progresso dos praticantes dele.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	07
CAPÍTULOS	
1 – História	08
2 – Uma auto-avaliação	10
3 – O Professor Oswaldo Gonçalves	13
4 – Um fato curioso: Jonatas (O Jô)	15
5 – Um teste	17
6 – Valha-se da auto-ajuda	18
7 – Conclusão	20
8 – Bibliografia	22

INTRODUÇÃO

Esta pesquisa analisará a Psicomotricidade e a relação com o esporte, em especial o tênis. Em 1982, a Psicomotricidade foi conceituada como uma ciência que tem o objetivo de estudar o homem, através do próprio corpo em movimento nas relações com seu mundo interno e externo (definição dada pela Sociedade Brasileira de Psicomotricidade). O esporte tênis de quadra vem-se aprimorando e as principais evoluções são a força, a velocidade e a concentração. Por ser um esporte extremamente difícil (com uma raquete na mão, deve-se bater em uma bola em movimento e tentar colocá-la no outro lado da quadra em local desejado) mas encantador. Como não há empate, a partida só termina quando o último ponto acaba, determinando um vencedor, porque até lá se pode reverter o jogo, o que requer do jogador habilidades corporais como: lateralidade, concentração, orientação espacial, coordenação motora, percepção, competitividade e aceitação de regras.

Portanto, com base em referências teóricas e vivenciais, esta pesquisa pretende evidenciar como a prática do esporte nos desenvolve corporal e mentalmente, além de relaxar-nos, podendo ser um auxiliar nas dificuldades motoras e emocionais.

1 - HISTÓRIA

No início era um esporte real. Originado no Egito e na Pérsia muito antes da Era Cristã, ramificou-se por Roma e Grécia, onde foi batizado como SPHAIRISTIKE, já agora como passatempo predileto de soberanos ingleses e franceses. Até o início do século XIX, o tênis era geralmente praticado em ambientes cobertos.

Quem, entretanto, estabeleceu as bases do tênis, como hoje é praticado, foi o major do Exército Britânico Walter C. Wingfield, em 1873, tornando-o praticado nas escolas públicas, nos clubes, nas universidades e pela sociedade nas suas casas de campo. Nos jardins pertencentes ao hoje Hotel Manor House, segundo opinião de alguns, se deu ênfase ao Lawn-Tennis, comprovação feita por uma placa lá colocada em 1972.

Em 1870, o tênis foi introduzido nos Estados Unidos com a forma de esporte para ricos, e assim se manteve durante muitos anos. Somente com a fundação da Associação Nacional de Tênis desse país, em 1881, foram oficializadas regras uniformizadas e utilizadas até hoje, para o uso desse esporte.

Hoje, o tênis se popularizou. Somente nos EUA existem milhões de participantes, número crescente anualmente, assim como é o esporte da preferência popular em muitos países.

É bom registrar que a palavra TÊNIS, segundo consenso, tem como autor Arthur Belfour, que foi Primeiro-Ministro na Corte Britânica.

Na Inglaterra, o “REAL TENNIS” concebido pelo major Wingfield conquistou a classe média. Para as mulheres, então, foi uma invenção abençoada, visto que lhes permitia a competição ao tempo que conseguiam atrair atenção dos cortejadores, apesar dos uniformes delas não diferirem muito das roupas de festa.

O referido uniforme apresentava grande problema, em relação à transpiração dos tenistas; e para eliminar parte dele, oficializou-se a cor branca, indumentária até hoje exigida no torneio de Wimbledon.

A introdução do tênis aberto, em 1968, permitiu que jogadores de todas as partes do mundo participassem de uma mesma competição, aumentando o interesse pelo espetáculo de habilidade e concentração por parte dos assistentes, quer nas quadras, quer em frente ao aparelho de televisão.

Há, portanto, em todos os países um imenso e sempre crescente interesse pelo tênis, o que permite concluir que em cem anos, o número de simpatizantes desse empolgante esporte tenha ultrapassado o bilhão.

Sem dúvida, o tênis é um jogo difícil, porque tanto a sua técnica quanto a sua tática não se aprendem de um dia para o outro. Ele exige de início e sempre uma grande assiduidade e dedicação constante. Não é, por isso, que os iniciados encontrem razões para desanimar, pois os grandes jogadores sentiram no início as mesmas dificuldades, mas souberam eliminá-las, através da força de vontade e persistência.

O tênis chegou ao Brasil na mesma época que o futebol, sem contudo, ter a mesma aceitação e sem sua vinculação com a cultura popular. Os clubes foram os grandes responsáveis por sua implantação no país. As principais quadras de tênis em São Paulo foram construídas em 1892, no São Paulo Athletic Club, fundado por ingleses. Somente em 1904, houve por aqui os primeiros torneios tenísticos.

A década de 60 tinha apresentado o melhor momento de todos os tempos do tênis nacional, através da nossa expressão máxima da ocasião, a paulista Maria Esther Bueno, tricampeã em Wimbledon; e da dupla masculina Thomas Koch e Édson Mandarino.

Hoje o tênis brasileiro suplantou o da citada década, com a presença de Gustavo Kuerten, o Guga, número 1 do mundo; e dos talentosos Fernando Meligeni e Joana Cortez, somente para citar os brasileiros mais bem qualificados mundialmente.

2 - UMA AUTO-AVALIAÇÃO

- 1 - Se você não sente dificuldade para dominar a raquete de tênis, sensação igual à sentida por outros companheiros com o mesmo tempo de aprendizado?
- 2 - Se você notou que os mais adiantados nos treinamentos não estão muito distantes do seu nível técnico?
- 3 - Se você não tem problemas enormes na vida, que o impeçam de desenvolver seu aprendizado; e os que tem não são suficientes para prejudicar suas aulas?
- 4 - Se você se relaciona normalmente com seus pais, na escola, na rua e, especialmente, na aula de tênis?
- 5 - Se você tem pouco tempo de aula e julga que já melhorou o quanto devia nas suas qualidades técnicas?
- 6 - Se você continua indo às aulas de tênis com prazer e supõe que esse sentimento tem aumentado, à medida que está ficando experiente?
- 7 - Se você imagina que vai ser um tenista de sucesso?
- 8 - Se as dificuldades aparecerem serão suplantadas com sua força de vontade?
- 9 - Se você procura seguir os conselhos dos mais experientes e, principalmente, se mira nos tenistas de nível internacional, este trabalho não lhe diz respeito.

O nosso enfoque está centrado nos tenistas psicologicamente considerados “anormais”, isto é, naqueles que, mesmo não instigados por alguns distúrbios, algumas cobranças que as agruras da vida fazem credoras, possuem dificuldades na quadra que os diferenciam dos demais. O nosso objetivo também é levantar certas causas dos principais problemas que alguns alunos encontram na quadra de tênis, principalmente no início da aprendizagem. Inicialmente identificamos os alunos pelo seu porte físico. Nessa primeira análise, observamos que são diferentes no visual estático e até na postura, nas brincadeiras, na fala, no olhar. Dentre eles há um ou outro desajeitado: teimam em não segurar

a raquete corretamente; são inexplicavelmente lentos; não possuem noção precisa do lugar onde estão; via de regra estão desarrumados; têm dificuldade de participar dos jogos com os colegas; encontram dificuldade exagerada de aprender os corretos movimentos; ficam mais atrasados, em relação aos colegas por dificuldade de se concentrar; quando em jogos de duplas se perdem na contagem dos pontos; se são destros, normalmente não desenvolvem um bom “backhand” (batida na bola com o dorso da mão virado para ela); somente para citar alguns.

Como somos professores em atividade com mais de trinta alunos atualmente, vamos apresentar aqui algumas ações que têm mostrado resultados positivos em boa percentagem dos aprendizes.

Temos ciência de que muitas dificuldades apresentadas pelos instruendos, também em tênis, podem ser sanadas na quadra, requerendo por isso atenção especial e consciência de que além de condutor, temos que aplicar a pedagogia, valendo-nos da semântica mais ortodoxa dessa palavra.

Os pais de dois alunos nossos, diante do progresso demorado deles, já nos consultaram sobre a possibilidade de encaminhá-los a uma clínica psicológica, o que foi desaprovado por nós. Temos, pois, confiança que devemos conduzi-los à normalidade através de exercícios psicomotores, porque concordamos com a autora que diz: *“A medicalização do fracasso escolar encontra aqui um meio explicativo que se adapta à tendência de insentar o sistema escolar e condições familiares e sociais da criança pelo mau rendimento escolar.”*

Queremos, com isso, dar oportunidade aos nossos alunos, de decidirem sem traumas o melhor para eles mesmos.

A entrevista em sequência vem confirmar a importância do emprego da Psicomtricidade; isto é, alerta os professores especialmente da Educação Física sobre certas “anormalidades” humanas:

“Há uma psiquiatrização ocorrendo na sociedade. Já existem quase 500 tipos descritos de transtorno mental e do comportamento. Com tantas descrições, quase ninguém escaparia de um diagnóstico de problemas mentais. Se o sujeito é tímido e você forçar um pouquinho, ele pode ser enquadrado na categoria de fobia social. Se ele tem uma mania, leva um diagnóstico de transtorno obsessivo-compulsivo. Se a criança está agitada na

escola, podem achar que está tendo um transtorno de atenção e hiperatividade. Coisas normais da vida estão sendo encaradas como patologias [...]. Às vezes, atendo clientes que saem muito chateados porque digo que eles não têm nada.”

“... há uma fartura de categorias (de diagnósticos) para enquadrar os transtornos. Muitas vezes os remédios são os mesmos para tratar quatro ou cinco diagnósticos, o que é uma evidencia do excesso desses diagnósticos.” [...]

“As psicoterapias têm de evoluir muito. Elas são ainda limitadas. Ficam apenas ao nível da linguagem verbal. Pouco se explorou de outras linguagens, como a corporal, a intuitiva e empática. Já se sabe que essas são formas de comunicação tão poderosas quanto a linguagem verbal. E elas podem, muitas vezes, dizer mais sobre o paciente do que ele próprio pode relatar.”

3 - PROFº OSWALDO GONÇALVES

No dia 13 de dezembro deste ano, ocorrerá o nonagésimo primeiro aniversário do Professor. Fazer noventa e um anos alguns conseguem, principalmente na atualidade, cuja expectativa de vida aumenta sem parar, mercê dos avanços científicos da medicina e da cultura da humanidade. Entretanto, desconhecemos alguém longo com tanta saúde e vigor físico como o nosso entrevistado: voz um pouco rouca mas firme, ausente de tremores; andar ereto sem a curvatura da idade; no tênis de quadra gaba-se de ter saque forte; ouve muito bem; não usa óculos; alimenta-se normalmente e dorme bem.

As causas aparentes desse fenômeno são a vida dedicada ao corpo físico, que o professor leva até hoje com uma disciplina marcial.

Para saber mais minúcias sobre seu sucesso profissional e físico, colhemos as informações de viva voz, em seqüência: sócio do Fluminense Football Club há 35 anos, ex-professor de Educação Física da UFRJ desde sua fundação em 1939, até 1968. Viajou para o exterior como técnico da Delegação Brasileira de Atletismo, várias vezes. “Fabricou” alguns campeões sul-americanos e até mundiais.

Reconhece que, em confronto com as marcas internacionais, o Brasil melhorou assustadoramente nessa última década, em consequência do dinheiro. Os atletas passaram a treinar mais por causa do interesse econômico. Em época passada, pensava-se mais em educação e saúde; hoje quase que só se pensa em espetáculo e comércio. Naquela época havia apenas assistentes de habilidades motoras ou físicas dos participantes. Dali esses espectadores dirigiam-se aos clubes para praticar, estimulados pelo que viram; hoje eles aplaudem até o término do show quando vão para casa aguardar o outro show.

Define motivação como recreação e explica: se for oferecida a alguém uma tarefa prazerosa, em relação à atividade física, capaz de fazer a pessoa se sentir recreada, ela tende a realizá-la, sem maior dificuldade. Se o técnico teima com um candidato a qualquer desporto e ele não apresenta qualidades, não vai ser fácil melhorar, apesar de os

professores de Educação Física, hoje em dia, serem muito ricos em forma de trabalho para estimular a prática. Por outro lado, quanto melhor qualidade o atleta possuir, mais ele tem prazer de se recrear. Isso quer dizer que um atleta mediano, mesmo com a maior quantidade de motivação, não atinge a níveis internacionais. Pode ele tornar-se um campeão, nunca um campeoníssimo, e o técnico o submete a testes que vão revelá-lo como atleta ganhador ou não. Nessa linha de raciocínio, define o Guga como fenômeno e acrescenta mais: segundo estatística, o gênio aparece à razão de um para cada milhão, enquanto em relação ao campeão a percentagem é de dois para cem. O Guga é um gênio, como foi João Carlos de Oliveira e Ademar Ferreira da Silva. Quanto ao atleta talentoso, não acredita que se revele apenas na adolescência; nos primeiros passos da vida esportiva, ele já faz a diferença. Acredita que longevidade é diferente de longevitalidade, por isso até hoje faz atividade física para não viver incomodando o seu plano de saúde. Naturalmente -- diz -- o indivíduo para chegar à idade avançada é preciso ter predisposição genética, além de ser bem formado, alimentar-se preferentemente com vegetais e não ter tido vícios. Durante quase toda a vida foi atleta e, em 1934, chegou à condição de decatleta.

É incrível que o Professor Gonçalves, com toda essa bagagem confesse que nunca ouviu falar em Psicomotricidade.

4 - UM FATO CURIOSO: JÔNATAS (O JÔ)

Carioca, 22 anos, média sociedade, filho de pais “ex-hippies”. residente na Zona Sul do Rio (Laranjeiras), bom amigo, cordato, aparentemente feliz, freqüentador do Fluminense Football Club em todos os expedientes, isto é, de manhã, de tarde e de noite. Apesar dessas qualidades que normalmente o qualificam no rol das pessoas normais, o Jô possui um certo distúrbio mental: não conseguiu concluir o curso médio que estudou em colégio para excepcionais, não trabalha, faltam-lhe algumas reações normais e vive subordinado a psicotrópicos para dormir. Entretanto, pratica o tênis e o vôlei como atleta absolutamente normal, não indo além do bom nível que obteve nesses dois esportes, porque não se dedica com empenho, talvez em razão do seu porte físico (está bastante acima do seu peso ideal). Nota-se nele certa apatia, isto é, falta-lhe vontade de lutar por suas conquistas. Uma das provas disso é o fato de, como adulto, somente ter participado de um torneio de tênis, do qual desistiu no meio de uma partida, simplesmente porque se viu no primeiro “set” em desvantagem de dois pontos.

No vôlei aconteceram fenômenos semelhantes. Perguntado por que não estava participando de um torneio interno de vôlei, no qual seria um dos melhores atletas, respondeu com evasivas, inclusive justificando-se de não estar bem de saúde, o que pareceu fuga de uma atividade que poderia levá-lo ao pódio.

Diante de tais evidências, vale perguntar, à vista de conclusões de alguns pesquisadores em Psicomotricidade:

Será que o desenvolvimento físico do Jô não se coordenou com os desenvolvimentos cognitivo e afetivo-emocional? Será que os pais dele, por serem “ex-hippies” não deram a devida importância ao desenvolvimento psicomotor do filho? Será que os professores do Jô não o estimularam a descobrir o potencial, a sensação, os limites e movimentos do seu corpo?

É possível também que o Jô, em razão do que foi explicado, e pelo fato de haver declarado não ter tempo para namorar, ainda não descobriu, com integridade sua imagem corporal. É lógico que o Jô, possuindo habilidades para um esporte de máxima precisão como o tênis, certamente o judô, a capoeira, o teatro, a música e, sobretudo, a dança não lhe apresentariam dificuldades maiores, visto serem atividades de desempenho mais fácil, que o tênis. De acordo com os postulados da Psicomotricidade, se o Jô dispusesse de orientadores capazes de lhe ensinar a controlar a musculatura, os pensamentos e desejos, ele certamente estaria integrado ao grupo, senhor das reações absolutamente normais.

5 - UM TESTE

O trabalho que vimos desenvolvendo nos autorizou a elaborar o teste em seqüência. A Psicomotricidade certamente está ligada ao perfil de temperamento das pessoas em relação a certas atitudes que elas podem tomar. Por isso, responda a estas dez perguntas como uma primeira avaliação do desempenho futuro do atleta que deseja atingir o nível internacional:

1. Diante de uma situação de perigo iminente, você tem calma para enfrenta-la?
2. Se você tiver de tomar uma decisão diante do publico, você não se constrange?
3. Gosta de exercícios físicos?
4. Ao tomar uma decisão rápida, você costuma ser bem sucedido?
5. Você se considera pessoa perseverante?
6. Você é cordato, isto é, costuma ouvir as pessoas mais experientes?
7. Você admira algum ídolo esportivo?
8. Você já experimentou praticar outros esportes?
9. Já pensou o que fazer com o dinheiro que ganhar quando for um atleta internacional?
10. Você é extrovertido?

Obs. 1) Cada questão vale 3 pontos, se a resposta for SIM; 2 pontos se for Às VEZES; e 1 ponto se for NÃO.

2) Se você fez de 24 pontos em diante, pode tentar a carreira de tenista; se fez de 18 a 21, vai encontrar dificuldades; se fez menos que 18, desista; porque o máximo reservado a você é o tênis de lazer.

6 - VALHA-SE DA AUTO-AJUDA

Algumas regras que muito auxiliarão o processo da Psicomotricidade estão no domínio da mente X sistema nervoso.

Por isso, a simples repetição de certas frases de auto-ajuda normalmente aliviarão o atleta da ansiedade e da depressão, todas acompanhadas de atitude positiva. Dois esportistas brasileiros de fama internacional -- o Guga e o Romário -- já depuseram sobre o estado de espírito antes de partidas decisivas. O primeiro declarou que a simples derrota não vai deixá-lo sem vida; e o segundo disse estar condicionado a não se emocionar diante da responsabilidade do evento.

Concluimos sejam essas as causas auxiliares que os fazem ganhadores. Com certeza eles conhecem algumas destas frases de auto-ajuda:

- 1 - Não se subestime (se você hoje não tem um bom desempenho, amanhã será outro dia)
- 2 - Encare seu maior medo (você só vai eliminar suas fraquezas se encará-las, se não fugir delas)
- 3 - Pare de comparar (procure fazer o melhor, lembrando que todas as pessoas são diferentes)
- 4 - Levante a cabeça (lembre que o mundo não acabou)
- 5 - Sorria (pelo menos por motivo econômico)
- 6 - Ligue-se a pessoas com auto-estima (dize-me com quem andas e eu te direi quem és)
- 7 - Efetue uma auditoria da linguagem (sua voz tem tom mordaz? Você é sarcástico? Vive se queixando?)
- 8 - Adote uma pessoa mais velha (desde que seja mais sábia e de maior cultura)
- 9 - Elogie os outros (quanto mais você elogia os outros, mais os outros descobrem coisas boas em você)

10 - Passe algum tempo com crianças (as crianças possuem uma grande capacidade de assumir riscos; deixe que um pouco dessa atitude “destemida” impregne você e aumente sua autoconfiança).

CONCLUSÃO

O movimento como já vimos é um suporte que ajuda a criança a adquirir o conhecimento do mundo que a rodeia através de seu corpo, de suas percepções e sensações.

Um educador, a partir de um bom conhecimento do desenvolvimento do aluno, poderá estimulá-lo de maneira que todas as áreas como Psicomotricidade, cognição, afetividade e linguagem estejam interligadas.

O aluno sentir-se-á bem à medida que se desenvolver integralmente através de suas próprias experiências, da manipulação adequada e constante das matérias que o cercam e também das oportunidades de descobrir-se. E isto será mais fácil de se conseguir se estiverem satisfeitas suas necessidades afetivas, sem bloqueios e sem desequilíbrios tônico-emocionais.

As crianças com dificuldades de aprendizagem possuem um “obstáculo invisível”, pois se apresentam normais em vários aspectos, exceto pelas suas limitações no progresso da escola.

A Psicomotricidade auxilia e capacita melhor o aluno para uma melhor assimilação das aprendizagens escolares. A Educação Física não é um treino destinado à automatização, à “robotização” da criança.

Trata-se de uma educação global que associando os potenciais intelectuais, afetivos, sociais, motores e psicomotores da criança, lhe dá segurança, equilíbrio e permite o seu desenvolvimento, organizando corretamente as suas relações com os diferentes meios nos quais tem de evoluir.

A Educação Psicomotora deve ser considerada como educação de base na escola primária.

O indivíduo não é feito de uma só vez, mas se constrói, paulatinamente, através da interação como meio de suas próprias realizações e a Psicomotricidade desempenha um papel fundamental.

À Educação Psicomotora concerne uma formação de base indispensável a toda criança que seja normal ou com problemas.

Responde a uma dupla finalidade: assegurar o desenvolvimento funcional tendo em conta possibilidades da criança e ajudar sua afetividade e expandir-se através do intercâmbio com o ambiente humano.

A maneira como a criança percebe o mundo será responsável pelos processos de desenvolvimento e maturação (mudanças físicas e comportamentais).

O desenvolvimento é um processo contínuo, interligado a maturação. Brincando a criança exercita de forma global e equilibrada o pensamento, a ação e a emoção. A Psicomotricidade é a relação do pensamento e da ação, envolvendo também a emoção. *“Se todo o espectro é estimulado, a criança se desenvolve harmonicamente”.* Isso previne as chamadas *“obstruções da rota de certas inteligências”*.

Embora ninguém vá se tornar especialista em tudo, podem-se evitar bloqueios de capacidades. Porém, a idéia vigente na maioria das escolas ainda é a de que inteligência é uma só e apenas varia em quantidade de uma pessoa para outra.

Por isso, o ensino visa ao aluno de “inteligência média” e supervaloriza o “muito inteligente” segundo as capacidades lógico-matemáticas e lingüísticas. Assim as demais competências são ignoradas ou estimuladas secundariamente.

BIBLIOGRAFIA

- LE BOULCH, J. *O desenvolvimento psicomotor: do nascimento até 6 anos*. 7 ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1982.
- OLIVEIRA, Gislene de Campos. *Psicomotricidade: educação e reeducação num enfoque psicopedagógico*. 3 ed. Petrópolis: Vozes, 1999.
- SILVA, Jorge Alberto da Costa e. Entrevista. *Veja*. São Paulo, p.11-15, 27 jun. 2001.
- VAZ, Fonseca. *Abc do tênis*. Lisboa: Presença, 1983.
- VIANA, Adalberto Rigueira, MELO, Walério Araújo, VIANA, Eliane Amaral. *Coordenação psicomotora*. v.1, Rio de Janeiro: Spring, 1985