



Dentro de um yurt (tenda mongol), Elsen Tasarkhai Mongolia 2011

Serviço Psicoeducacional para Atletas de Competição no Paraná (SPAC-PR): Proposta de Implementação de Programa de Estimulação Cognitiva

Psychoeducational Service for Competition Athletes in Paraná (SPAC-PR): program implementation proposal cognitive stimulation

Resumo

O desenvolvimento do talento desportivo privilegia atualmente, uma perspectiva holística defensora da interação entre múltiplos fatores. A importância e a associação das variáveis psicológicas com o alto rendimento dos atletas encontram-se amplamente demonstradas. A análise da arquitetura psicológica dos atletas talentosos e o desenvolvimento dos indicadores de acesso à excelência constituem território de interseção entre a Psicologia Educacional e a Psicologia do Esporte. Com o propósito manifesto de implementar programas de estimulação cognitiva que desenvolvam as necessidades específicas de atletas talentosos do estado do Paraná, apresenta-se o projeto de extensão permanente denominado Serviço Psicoeducacional para Atletas de Competição do Paraná: o SPAC- PR. Neste artigo são sinalizados os modelos teóricos do desenvolvimento desportivo e são descritos e delineados os eixos constituintes do SPAC-PR.

Palavras-chave: psicologia do esporte; atletas; serviço psicoeducacional.

Jaqueline Souza*
Cristina Costa Loba

Faculdade Guairacá

*jaquepuquevis@hotmail.com

Abstract

The development of sports talent currently privileges a holistic perspective that supports the interaction between multiple factors. The importance and the association of the psychological variables with the high performance of the athletes are amply demonstrated. The analysis of the psychological architecture of talented athletes and the development of indicators of access to excellence constitute the intersection between Educational Psychology and Sports Psychology. With the manifest purpose of implementing cognitive stimulation programs that develop the specific needs of talented athletes in the state of Paraná, the project of permanent extension Psychoeducational Service for Athletes of Competition of Paraná: the SPAC-PR. In this article the theoretical models of the sport development are signaled and the constituent axes of the SPAC-PR, service in implementation are described and delineated.

Keywords: sports psychology; athletes; psychoeducational service.

INTRODUÇÃO

O esporte também auxilia no desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e sociais, mesmo em indivíduos que não apresentem altas habilidades para o esporte. Infelizmente no Brasil ainda não considerados de forma mais efetiva os efeitos do esporte em relação à educação. Segundo Weinberg e Gould (2017) crianças e adolescentes que participam das atividades esportivas tem benefícios no aprendizado de novas habilidades; experimentam lazer e diversão; sentem-se pertencentes a novos grupos e formam novas amizades; sentem emoções e excitação; melhoram seu condicionamento; são desafiados a competição e tem o desejo de vencer.

Atividades esportivas, além de contribuírem para o desenvolvimento físico, propiciam desenvolvimento psicológico e social de crianças e de adolescentes. Os esportes permitem estar entre grupos de colegas, e os relacionamentos interpessoais são primordiais nesta fase. Outro benefício é o aprendizado de regras estabelecidas nas diversas modalidades, o que auxilia na incorporação de limites, normas, respeito mútuo, o que contribui para postura em outros ambientes sociais e da vida cotidiana. A prática de um esporte auxilia ainda no autoconhecimento, pois a todo momento crianças e adolescentes tem a possibilidade de confronto com seus sucessos e fracassos, limites, em busca de superação e maximização de suas potencialidades. A autoeficácia do aluno e processo de maturidade também são colocados a prova, pois além de lidar com as próprias limitações e possibilidades, precisam gerir as expectativas dos pais treinadores e professores, (Machado.1997). Esta comunicação, na perspectiva do incremento de altas habilidades cognitivas dos atletas de competição do estado do Paraná, concretiza, contextualiza e sistematiza uma proposta de implementação de um programa de estimulação cognitiva que desenvolva as necessidades específicas de atletas talentosos na região Centro Oeste do Estado do Paraná. Diante desta realidade precária de serviços na área, o colegiado de psicologia da Faculdade Guairacá forma uma parceria Universidade Portucalense, por meio do Projeto de Extensão permanente denominado Serviço Psicoeducacional para Atletas de Competição do Paraná: o SPAC- PR. Este projeto constitui um serviço de carácter preventivo, remediativo e promocional, tendo como base diferentes áreas da Psicologia. Tem como principais objetivos realizar intervenções psicoeducativas e de investigação centrada em altas habilidades no esporte; desenvolver programas de estimulação cognitiva junto às escolinhas das diversas modalidades de esporte da Faculdade Guairacá, atletas e clubes esportivos de Guarapuava e região.

O presente artigo está estruturado em quatro momentos. Apresenta inicialmente em sua introdução uma síntese teórica e prática do projeto, na segunda parte por meio do referencial teórico embasam as práticas propostas, na sequência caracteriza e apresenta a metodologia de trabalho adotada e finaliza com alguns resultados do projeto e novas possibilidades a serem implementadas no percurso de seu desenvolvimento.

A psicologia do esporte tem conquistado espaços significativos junto aos atletas e treinadores nas diversas modalidades existentes. É fato que o treinamento

físico, técnico e tático de qualidade melhora significativamente, aliados a aquisição e treino das habilidades psicológicas (Vieira; Vissoci.; Oliveira & Vieira, 2010). A psicologia do esporte e do exercício constitui uma área emergente de atuação, consistindo no estudo científico de atletas e praticantes de práticas desportivas, além de contribuições por meio de seus instrumentos e técnicas:

Os psicólogos do esporte e do exercício procuram entender e ajudar atletas de elite, crianças, indivíduos física e mentalmente incapacitados, idosos e praticantes em geral a alcançar o máximo de participação e desempenho, satisfação pessoal e desenvolvimento mediante as atividades (Weinberg & Gould, p. 4, 2017).

Um dos pilares da psicologia do esporte aplicada é o Treinamento das Habilidades Psicológicas – THP que busca o desenvolvimento das capacidades cognitivas essenciais de atletas nas diversas modalidades que possam estar inseridos (Weinberg & Gould, 2017).

Para Simons (2000) atletas que buscam a excelência e maximização de seu potencial, podem se beneficiar utilizando algumas técnicas para treino das habilidades cognitivas. O THP também pode ser definido como “a prática sistemática e consistente de habilidades mentais ou psicológicas com o objetivo de melhorar desempenho, aumentar o prazer ou alcançar maior satisfação na atividade esportiva e física” (Weinberg & Gould, p. 231, 2017).

Dentre os instrumentos e métodos do THP estão as técnicas de visualização mental. Atletas podem se beneficiar da imaginação para melhorarem seu desempenho, por meio da criação mental de imagens aonde identificam momentos que antecedem as provas, alcançando níveis cognitivos semelhantes ao momento real. Pode também ser utilizada como facilitadora do processo de redução de níveis de ansiedade com a criação de ambientes seguros e tranquilos antes, durante e após treinos exaustivos. Muitos atletas de alto desempenho e medalhistas são reconhecidos pelas suas habilidades integradas no esporte, dentre elas o controle de seus pensamentos e emoções (RUBIO, 2006).

Outra atividade que compõe o HTP é o estabelecimento de metas, que busca auxiliar o atleta a definir e focar seus objetivos, “uma meta objetiva é o desejo de atingir um padrão específico de competência em uma tarefa, geralmente dentro de um tempo especificado” (Weinberg & Gould, p. 324, 2017).

Rubio (2008) elucida que já existe um reconhecimento por parte de atletas e técnicos dos benefícios do treinamento mental, como complementares a preparação tática e física. Para autora competições de alto rendimento são conquistadas apenas com muito treino e esforços coletivos, mas é interessante entender que habilidades mentais como “concentração, o relaxamento, a regulação da ativação, a autoconfiança ou mesmo a motivação” (Rubio,2008, p.12), não são naturais e ine-

rentes, por isto podem ser alcançadas pelo treino e desenvolvimento sistemático destas habilidades em atletas de competição. Esta preparação mental precisa estar aliada as orientações de um profissional habilitado da psicologia do esporte, para auxiliar o atleta na busca de melhores condições de desempenho:

A efetividade de um programa de treinamento de habilidades psicológicas depende de vários fatores como a observação e controle de situações de treinamento e competições e não se realiza sem a firme participação do atleta e do técnico em seu desenvolvimento (RUBIO, 2008, p. 13).

Para Weinberg & Gould (2017) existem três fases num programa de treinamento de habilidades psicológicas. Na primeira denominada fase de educação, é o momento aonde são apresentados os benefícios do programa e o que se pretende atingir é a orientação sobre a definição do desenvolvimento das capacidades cognitivas no esporte, pois atletas não possuem conhecimento sobre os ganhos destas atividades. A segunda é conceituada como fase de aquisição, nela são desenvolvidas e pensadas as estratégias e instrumentos que serão utilizados para desenvolver as habilidades mentais necessárias para cada atleta em sua modalidade. A última fase é a do treinamento constituída de maneira prática e aplicada, depois de compreender oque são habilidades mentais e seus instrumentos, o profissional da psicologia do esporte propicia atividades que possam ser vivenciadas e posteriormente aplicadas pelos atletas nas competições.

Segundo a Associação de psicologia do Canadá, um dos campos de atuação no segmento desportivo é a Psicologia do Esporte Educacional. Neste modelo de intervenção o psicólogo atua com pesquisas, análise dos processos grupais e treinamentos, Viera et al..(2010).

O interesse da educação pelas habilidades desportivas é bem atual. Correlacionando à Psicologia do Esporte visualiza-se um campo bastante recente que reúne pressupostos psicológicos e de motricidade, Gaertner (2007). Ela esta integrada a um conjunto de ações tendo como objetivo preparar o atleta para competições e também insere-se em estudos de diversas segmentos do esporte como: princípio educativo, lazer e recreativo.

Segundo Samulski (1992) existem quatro campos de aplicação da psicologia do esporte que podem beneficiar os processos educativos. Neles se inserem:

O esporte escolar que objetiva a formação, tendo como princípio a condução para desenvolvimento socioeducativo, buscando uma formação cidadã, estimulando o lazer e afetividade. Dentro deste contexto o psicólogo tem como função analisar as influências e contribuições das atividades desportivas para formação global de seus participantes.

O esporte recreativo busca qualidade de vida, saúde e bem-estar. Praticado voluntariamente, sua inter-relação engloba educação para o corpo e saúde.

Nesta modalidade o psicólogo, pode atuar com as diversas faixas etárias, classes - sócio econômicas, atualmente o terceiro setor tem voltado ações como estas, buscando integração e desenvolvimento social de seus participantes.

O esporte de rendimento que busca a otimização dos processos e dos resultados de seus atletas, de forma sistematiza. Nesse modelo o psicólogo pode atuar com programas de treinamentos, análise e pesquisa de comportamentos como ansiedade, estratégias de coping e orientação individualidade para alto desempenho.

E finalizando, o esporte de reabilitação que tem como objetivo atividades voltadas para a prevenção e intervenção em pessoas com algum tipo de deficiência. Nele o psicólogo atua com promoção da saúde, reinserção social bem estar de seus participantes.

A pressão em treinar, competir e vencer é presente quando se trata de competições e atletas de alto desempenho. As competições são constantes e os atletas precisam manter uma rotina árdua de atividades para manter seu condicionamento físico, Medeiros (2016). Existe na cultura esportiva entre os atletas de alto rendimento um discurso de uma pratica que visa à superação dos limites a todo custo. Brandão e Agresta (2000) elencam que para se praticar um esporte ou atividade física o sujeito precisa movimentar seu corpo, colocá-lo para trabalhar e conseqüentemente desenvolvê-lo. No esporte de alto rendimento os atletas estão sempre buscando superação de seus limites e excelência esportiva, para isto é necessário um trabalho além do físico, mas uma potencialização da mente e corpo. De acordo com Bara Filho & Miranda (1998) apud Gonçalves e Belo (2007) a maioria dos esportistas sofrem pressão, medo e ansiedade que são causadas pela obrigação de vencer, o que é bem característico em uma sociedade onde o perder torna-se um sofrimento e exalta a vitória a todo custo. Vozniak (1997) apud Gaertner diz que a preparação psicológica desponta no alto nível como uma necessidade premente, pois os atletas de alto rendimento estão sob pressão crescente e continuada, saber aplicar ela é uma questão de sobrevivência e de resultados.

Para Samulski (2002) muitos jogos são decididos em poucos segundos, o que são chamadas de situações decisivas, esta capacidade exige do atleta a capacidade de guiar sua atenção a estímulos relevantes da situação de competição e na maioria das vezes sob a pressão de tempo. Muitos atletas dos esportes de alto desempenho possuem técnica, força e preparo físico mas, na hora podem falhar diante pressão, por não saberem lidar com suas emoções e questões psicológicas. Por isto uma das atribuições da psicologia do esporte é trabalhar como desenvolvimento da Inteligência Superior de Desempenho.

Diante desta demanda e pela carência das grades curriculares, não possuem em suas disciplinas obrigatórias matérias como a Psicologia do Esporte, o curso de Psicologia da Faculdade Guairacá, propõe que oferece oportunidade de aprendizagem teórico e prática para alunos e professores que se interessem pela temática.

MÉTODO

O SPAC-PR com intuito de busca formar alunos interessados em Psicologia do Esporte, fornece subsídios teóricos e práticos. As atividades práticas do SPAC-PR acontecem desde março de 2015, tornando-se projeto de extensão permanente em agosto de 2017.

São oferecidas dez (10) vagas formais de estágios semanais, e (10) vagas voluntárias esporádicas para organização de eventos, atividades em projetos sociais, seis (6) vagas para pesquisa na área estendidas para alunos de graduação e pós graduação. Totalizando 26 alunos.

Público

Participam atualmente do projeto, alunos e atletas da própria Faculdade, atletas da rede municipal de ensino e exército local. Dentre eles estão: (10) atletas bolsistas da Faculdade Guairacá do futsal feminino; vinte (20) crianças estudantes da rede pública e privada de Guarapuava entre 9 e 15 anos, das categorias de base do judô, vinte e dois (22) atletas entre 18 e 28 anos do 26 Grupo de Artilharia e Campana de Guarapuava, e vinte e três (23) pais de atleta em grupo de orientação. O projeto também atendeu um time de futebol profissional da terceira divisão com 22 atletas no ano de 2017, além de pais e técnicos. Totalizando cento e quatro (132) pessoas beneficiadas entre alunos extensionistas, professores, atletas e pais.

Os projetos são desenvolvidos a partir das demandas de interesse e de acordo com cada modalidade esportiva. Abaixo alguns dos projetos já em desenvolvimento:

I-Programas de Treinamento de Habilidades Mentais

O Treinamento de habilidades mentais para esportistas é a prática das habilidades mentais (como autoconfiança, motivação, controle emocional, comunicação e concentração), indicado principalmente para atletas de provas de auto desempenho. Acontecem em formatação semanal realizados em equipes, na sala de metodologias ativas às quartas-feiras.

8:00 as 9:00 - 26 GAC

9:30 S 10:30 – Judô sub 9

11:00 as 12:00 – grupos de estudo e orientações

13:00 as 14:00 – Futsal feminino

14:30 as 15:30 – Judô sub 11 e sub 13

2017 (futebol masculino todas as quintas-feiras por 6 meses)

II - Projeto de Pesquisa

Conta com a realização de grupo de estudos todas as quartas-feiras as 11h00min as 12h00minh nas dependências da Faculdade. Incentiva a produção escrita e apresentação de trabalhos em eventos científicos junto aos alunos extensionistas, orientandos da graduação e pós graduação interessados por pesquisas na área. Além de organização de eventos na área.

III- Orientação de Pais e Técnicos

Estas oficinas acontecem diante das necessidades levantadas pelas equipes ou por informações dos técnicos. Os grupos de pais são destinados a orientação em relação a ansiedade expressa pelos familiares em competições provas. A orientação de técnicos está pautada nas relações interpessoais, comunicação e posturas de lideranças de equipe.

RESULTADOS

I-Treinamentos de habilidades mentais

O primeiro grupo atletas do SPAC-PR veio do 26º Grupo de artilharia e Campana do Exército de Guarapuava. Anualmente participam dos Treinamentos de Habilidades Psicológicas 22 atletas (em média) das modalidades de corrida de revezamento e pentatlon militar. As relações com a instituição são muito cordiais. Comandantes e soldados sempre demonstraram abertura para todas as atividades que a psicologia se dispõe a realizar. Além das atividades em Psicologia do Esporte, esta parceria se estendeu a palestras de prevenção ao suicídio.

O Segundo Grupo a estabelecer parceria foram os atletas de categorias de base do Judô Randori Guairacá. Participam em média 20 crianças entre 07 e 15 anos de idade, 1 técnico e 23 pais. Este trabalho tem resultados extremamente positivos pela proximidade e confiança atribuída pelo técnico ao projeto. São realizadas reuniões para discussão do desenvolvimento dos atletas a cada 15 dias. Os pais também são parceiros efetivos do projeto, participam de todas as atividades que são convidados. A adesão pelas crianças é de 100% de frequência semanal, entendidas até aos períodos de férias quando ocorrem algumas competições.

O terceiro grupo foi o futsal feminino Faculdade Guairacá, aonde as relações são bastante efetivas, pois são atletas bolsistas, que participam do projeto de bolsas 100% integrais dos cursos escolhidos. Estendeu-se também ao futebol de campo masculino de um clube de terceira divisão profissional da cidade, com 22 atletas.

Suas ações tiveram como principais objetivos realizar intervenções psicoeducativas e de investigação centrada em altas habilidades no esporte. Também busca desenvolver programas de estimulação cognitiva junto às escolinhas das diversas modalidades de esporte da Faculdade e Colégio Guairacá; desenvolve programas de apoio psicológico e treino mental aos clubes desportivos de Guarapuava e região. Sua finalidade é obter junto aos atletas o comprometimento com a realização; confiança; vontade; focalização; aprendizagem contínua; oportunidades; resistência mental (autoconfiança; vontade; motivação; capacidade para lidar com a pressão e a ansiedade; focalização; e uso de estratégias adequadas para lidar com a dor e sofrimento).

A combinação do talento, treino em longo prazo e um perfil psicológico adequado, são fatores fundamentais para ser um atleta de elite. O talento constitui uma das condições fundamentais para aceder à excelência no desporto de competição, pelo que a identificação representa o primeiro passo para detectar e selecionar a

capacidade de alcançar um nível elevado de perfeccionismo desportivo alicerçado num processo completo de especialização (Santos;Laura; Lima,2016).

Este projeto de extensão justifica-se pela abrangência de subprojetos de teor prático e científico que se propõe, diante de uma realidade inexistente na área na região centro oeste do estado do Paraná.

II - Projeto de pesquisa

Resultados obtidos em diversas pesquisas como (Jones, Hanton, & Connoughton, 2002 Williams & Krane, 2001) embasam que é possível sistematizar e especificar algumas competências mentais e características psicológicas associadas a atletas olímpicos com elevados níveis de sucesso. Diante desta demanda o SPAC-PR propõe realizar avaliações e intervenções que beneficiem atletas talentosos, para maximização e obtenção de excelência, buscando apresentar seus resultados e beneficiar a comunidade científica. Alguns produções obtidas pelo projeto foram:

Uma (01) Organização de evento científico (I Seminário Internacional de Psicologia do Esporte 2016 . Em relação às produções científicas obteve-se os seguintes resultados no último ano (2017), cinco (5) Anais de eventos de Psicologia do Esporte; um (1) artigo científico publicado em revista. No que se refere a trabalhos de conclusão de curso foram três (3) TCCs e dois (2) trabalhos de pós graduação.

III- Orientação de pais e técnicos

Por meio das demandas levantadas pelos próprios atletas e técnicos, foram elaboradas : uma (1) Cartilha de orientações para viagem em pré-competição e um (1) “Guia de Pais”, orientações para competição e conduta. A seriedade em cada questão levantada gerou a elaboração do material acima descrito. Algumas questões discutidas, foram tão relevantes, que a equipe de psicologia estendeu os resultados para o técnico e pais .

Os resultados obtidos por esta atividade evidenciam o envolvimento e participação dos pequenos atletas envolvidos pelo projeto. A psicóloga realizou uma orientação de uma hora, relatando aos pais a atividades realizadas com as crianças durante as últimas duas quartas-feiras. Foi explicado aos responsáveis que o material foi uma construção conjunta e ativa da participação de todos. Os participantes ficaram surpresos com a avaliação e colocações das crianças, apesar da pouca idade da maioria.Todos receberam o material impresso e foram discutidos todos os itens. Os pais admitiram os comportamentos apontados, mas relataram não perceber que algumas posturas comportamentais poderiam ser prejudiciais ao desempenho das crianças e da interferência negativa na hora da luta.

Pode ser observado presencialmente e por meio do feedback dos pais, técnico e atletas alguns resultados efetivos da atividade no dia da competição.

DISCUSSÃO

É esperado que o SPAC do Paraná tenha como resultado o desenvolvimento e aperfeiçoamento das necessidades específicas dos atletas talentosos. De igual modo, especula-se um desenvolvimento dos atletas para bom desempenho

desportivo. Também se espera como resultado futuro um aperfeiçoamento da capacidade de tomada de decisão e de processamento de informação, do trabalho de conhecimento declarativo e procedimental, assim como o desenvolvimento do pensamento divergente exploratório e o pensamento Em suma, ambiciona-se o desenvolvimento de elevados níveis de motivação, comprometimento, concentração, autoconfiança, criatividade, volição, pessoal e assertividade de todos os participantes dos projetos.

Algumas atividades já foram realizadas com um grupo de atletas corredores de corrida de revezamento de uma instituição pública local. Os resultados obtidos neste projeto específico são resultantes do trabalho realizado nos últimos três semestres por uma equipe multidisciplinar que atuou juntamente com a equipe de psicologia do SPAC – PR. Foram realizadas atividades quinzenais nas seguintes áreas: Psicologia aplicada ao Esporte, realizando um Programa de desenvolvimento de habilidades cognitivas e treino mental. Fisioterapia Desportiva, com objetivo de trabalhar com fortalecimento muscular e cuidado com lesões apresentadas nos treinos. Nutrição, que atuou com o estabelecimento de um programa alimentar adaptadas as necessidades nutricionais desta modalidade. Educação Física, atuando com técnicas de corrida, maximizando o potencial dos atletas participantes.

Em relação ao treino de habilidades cognitivas, um dos grandes resultados alcançados foram as estratégias de coping adquiridas pelos participantes para lidarem com a ansiedade excessiva e a melhora na capacidade de atenção e concentração antes da realização das provas. Estes resultados foram evidenciados na análise do discurso realizada pela equipe e corpo técnico, e nos resultados obtidos nas Escalas de Ansiedade aplicadas. Outro objetivo deste estudo foi delinear os aspectos psicológicos e emocionais para o rendimento esportivo. Pode-se conceituar que estes sentimentos são características individuais, que se repetem quando este indivíduo é colocado em situações que geram desconforto, e podem levar a comportamentos desajustados ou indesejados no meio esportivo, algumas vezes trazendo este atleta ao fracasso. Este estado de ansiedade é transitório, e gera sintomas físicos e psicológicos. A relação do comportamento ansioso com os eventos desportivos, tem como base experiências anteriores vividas pelo atleta, e podem ser ativados por estímulos internos e externos, e dependem das habilidades de enfrentamento deste indivíduo (Ferreira, 2008).

Nos espaços esportivos pressões e a cobrança pelo alto desempenho, são constantes no cotidiano do atleta. Muitos destes profissionais são extremamente preparados para lidarem com suas capacidades físicas, mas não estão aptos a gerenciar suas emoções e habilidades cognitivas. O estresse, por exemplo, se tornou um dos fatores psicológicos mais observados, principalmente quando trata-se de atletas de alto rendimento. Neste meio, os atletas são submetidos com grande frequência a inúmeros tipos de situações estressoras, tendo que mostrar resultados positivos e um bom desempenho (Stefanello, 2007).

Desta forma, é possível pensar sobre as possibilidades que o atleta de alto rendimento possui para lidar com as vitórias e derrotas. Programas de estimulação cognitiva podem auxiliar na maximização de potencial, e também auxiliar estes indivíduos a gerenciarem seus conflitos.

CONCLUSÃO

A combinação de talento, treino a longo prazo e um perfil psicológico adequado, são fatores fundamentais para um atleta de elite. O talento constitui uma das condições fundamentais para aceder à excelência no desporto de competição, razão pela qual sua identificação representa o primeiro passo para selecionar os sujeitos capazes de alcançar um nível elevado de performance desportiva alicerçada num processo completo de especialização.

Na convicção de que a evolução contínua do rendimento desportivo deve basear-se num trabalho sistemático com os jovens talentos, é essencial que se invista num modelo de projetos e acompanhamento dos talentos esportivos.

No Brasil, as dimensões associadas às competências psicológicas dos atletas ainda não são plenamente divulgadas. Observa-se que baixos níveis de motivação e comprometimento com a modalidade e com o desporto podem gerar: desvalorização e desinteresse pelo rendimento individual; incorreta formulação de objetivos claros e específicos; baixos níveis de autoconfiança; baixa capacidade de concentração; inadequada utilização da imaginação e da visualização mental; dificuldade no controlo da ansiedade e dos níveis de ativação; ausência de rotinas e planos competitivos.

Diante desta realidade e buscando cada vez mais divulgar e ampliar a área de atuação da Psicologia do Esporte, SPAC-PR tem o compromisso de fortalecer práticas e pesquisas, ainda escassas no interior do Paraná. O SPAC-PR busca no embase teórico da psicologia do esporte estratégias sistematizadas para o desenvolvimento de projetos e treinamentos no processo de formação e desenvolvimento humano dos atletas que fazem parte de suas atividades. Tem buscado compreender e agregar conhecimentos sobre corporeidade, emoções, comportamentos, pensamentos e impulsos, presentes nos desportos, potencializando a atividade de seus atletas.

Com o propósito manifesto de implementar programas de estimulação cognitiva que suportam as necessidades específicas de atletas talentosos do estado do Paraná, neste trabalho torna-se materializada, contextualizada e sistematizada a proposta do Serviço socioeducacional para atletas de competição do Paraná: o SPAC-PR. Como sugestão futura, este serviço será avaliado na medida que for constituindo e divulgando seus projetos.

REFERÊNCIAS

- Brasil. Ministério da Educação. A Política Nacional de Educação Especial. MEC. Brasília, 1994.
- Brasil. Ministério da Educação. Saberes e práticas da inclusão: desenvolvendo competências para o atendimento às necessidades educacionais especiais de alunos com altas habilidades/ superdotação. 2. ed - Brasília: Secretaria de Educação Especial, 2006.
- Brandão M. e col. Causas e consequências da transição de carreira desportiva: uma revisão de literatura, in Revista Brasileira Ciência e Movimento, 8 (1), pp. 48-58. Disponível: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/355>, 2000.
- Esteves; Costa Lobo C; Valente J; André L. Serviço Psicopedagógico de promoção de altas habilidades cognitivas em atletas de competição: SPAC. Revista talento, inteligência e criatividade, v.4, p.4-14, 2017.
- Ferreira, M. A. C. A influência da auto-eficácia e da ansiedade em jogadores de futebol. 2008. 72 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física)–Departamento de Educação Física, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2008.
- Fleith, D. S.; Alencar E. M. L. S. Desenvolvimento de Talentos e Altas Habilidades: Orientação a Pais e Professores. Porto Alegre: Artmed, 2017.
- Gil, A.C . Como elaborar projetos de pesquisa. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010. 184p.
- Machado A. A. (Org.) . Psicologia do Esporte: Temas Emergentes I. Jundiaí: Ápice, 1997.
- Martens, R. Sport Competition Anxiety Test. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers, Inc, 1977.
- Medeiros, C. Lesão e dor no atleta de alto rendimento: O desafio do trabalho da Psicologia do esporte. Revista Psicologia da faculdade de Ciências Humanas e da Saúde, v. 25, n. 2 , 2016.
- Nakata, L. E. A transição de carreira do ex-atleta de alto rendimento. Tese (Doutorado em Ciências) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014.
- Ourofino, V. T. A. T. de; Guimarães, T. G. Características intelectuais, emocionais e sociais do aluno com altas habilidades/superdotação. In FLEITH, D. (org.). A Construção de Práticas Educacionais para Alunos com Altas Habilidades/Superdotação. Brasília: MEC, 2007.
- Rubio, K. Medalhistas Olímpicos Brasileiros. Memórias, histórias e imaginário. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.
- Rubio, K. Imaginação e Criação de Estados Mentais. Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, v.2,p.01-22, 2008.
- Samulski, D . Psicologia do Esporte. Belo Horizonte: Imprensa Universitária/UFMG, 1992.
- Santos, A.S.R.; Lauria, V.T; Lima,C. Detecção De talento esportivo. Revela, n. 20, 2016.
- Schviger, A. O que é coping? Psicologia.pt, o portal dos psicólogos. 2009.
- Simons, J. Doing the imagery in the field. In.: M. B. Andersen (ed.) Doing Sport Psychology. Champaign: Human Kinetics, 2000.
- Stambulova, N. V. Developmental sports career investigations in Russia: a post-perestroika analysis. The Sport Psychologist, v.8, n.3, p. 221-237, 1994.
- Stefanello, J. Situações de estresse no vôlei de praia de alto rendimento: um estudo de caso com uma dupla olímpica. Revista Portuguesa de Ciência no Desporto, p. v. 7, p.232-44, 2007. Vieira, L.F; Vissoci, J.R. N.; Oliveira, L. P.; Vieira, J. L. L. Psicologia do Esporte: uma área emergente da Psicologia. Psicologia em Estudo, Maringá, v. 15, n. 2, p. 391-399, abr./jun. 2010.
- Weinberg, R. S.; Gould, D. Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.



Zijing, província de Sichuan, China 2003