Recebido em: 23/04/2014 Parecer emitido em: 07/06/2014 Artigo original

PEDROSO, M.L.; FONSECA, G.M.M.; Ansiedade pré-competitiva em escolares praticantes de jogos com características motoras e cognitivas. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, vol. 13, n. 3, p. 41-48, 2014.

ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA EM ESCOLARES PRATICANTES DE JOGOS COM CARACTERÍSTICAS MOTORAS E COGNITIVAS

Mariele Lemos Pedroso[1], Gerard Maurício Martins Fonseca[1,2]

RESUMO

O presente trabalho teve por objetivo analisar o nível de ansiedade pré-competitiva de escolares participantes de competições de xadrez e badminton. O estudo envolveu 89 crianças entre 10 e 12 anos, sendo 58 meninos e 32 meninas, participantes dos Jogos Escolares da cidade de Caxias do Sul/RS. O instrumento utilizado para a coleta de dados foi o *Competitive State Anxiety Inventory* – 2 (CSAI-2). Os resultados mostraram que houve diferença significativa entre os níveis de ansiedade somática e cognitiva entre as duas modalidades e entre os sexos. Porém, o estudo apontou os praticantes de badminton são mais autoconfiantes do que os de xadrez *(p<0,013)*. Os avaliados apresentaram um nível de ansiedade baixo de acordo com o escore do teste, o que nos leva a concluir que neste caso o nível de ansiedade não é um fator determinante para o desempenho dos estudantes nos Jogos Escolares.

Palavras-chave: Ansiedade. Esporte. Competição.

PRE-COMPETITIVE ANXIETY IN SCHOOL GAMES PRACTITIONERS WITH MOTOR AND COGNITIVE CHARACTERISTICS

ABSTRACT

This study aimed to analyse the level of pre-competitive anxiety of students participating in chess and badminton competitions. The study involved 89 children between 10 and 12 years, 58 boys and 32 girls, participating in the School Games in the city of Caxias do Sul/RS. The instrument used for data collection was the Competitive State Anxiety Inventory - 2 (CSAI-2). The results showed a significant difference between the levels of somatic and cognitive anxiety between the two modalities and between the genders. However, the study pointed that badminton practitioners are more confident than chess practitioners (p <0.013). The evaluated exhibited a low level of anxiety according to the test score, which leads us to conclude that in this case the level of anxiety is not a determining factor for the performance of students in the School Games.

Keywords: Anxiety. Sport. Competition.

INTRODUÇÃO

Um dos fatores emocionais que atualmente se manifesta pela modernidade e ritmo de vida das pessoas é a ansiedade. Mesmo de forma inconsciente, ela está presente e afeta a vida de todos.

Segundo Castillo *et al.*, "ansiedade é um sentimento vago e desagradável de medo, apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho." (CASTILLO et al., 2000, p. 20). Desta maneira, em muitos momentos do cotidiano e da vida, ocorrerá o enfrentamento com situações novas, desconhecidas, ou até mesmo consideradas perigosas.

Ainda buscando um conceito para ansiedade, Machado afirma que "quando pensamos em ansiedade, a definição mais comum é o sentimento de insegurança causado por uma expectativa de algum perigo, ameaça ou desafio existente" (MACHADO, 1997, p. 113). Assim, entende-se que situações difíceis ou diferentes das do cotidiano nos levam a um sentimento desestabilizador: a ansiedade.

Fechando as definições para ansiedade, Weinberg e Gould salientam que "ansiedade é um estado emocional negativo caracterizado por nervosismo, preocupação e apreensão associado com ativação ou agitação do corpo" (WEINBERG; GOULD, 2001, p. 97).

Tendo o esporte um lugar de destaque cada vez maior na sociedade, observa-se que no ambiente esportivo, principalmente de competição, surgem situações e sinais de ansiedade.

A competição nada mais é do que uma comparação de desempenho entre os participantes, onde obtém a vitória quem melhor se sobressair. Segundo Weinberg e Gould (2001, p. 120), "competimos contra os outros, contra nós mesmos, contra o relógio ou livro de recordes e contra objetos e os elementos naturais". Além de competirmos contra nós mesmos, sempre estamos em busca do sucesso. Os mesmos autores destacam que "além da competição ser um processo, ela tem uma estrutura de recompensa, o que alimenta a noção de que o sucesso de um participante causa o fracasso de outros." (WEINBERG; GOULD, 2001 p. 120).

Os citados autores consideram ansiedade-estado como "um estado emocional temporário, em constante variação, com sentimentos de apreensão e tensão conscientemente percebidos, associados com a ativação do sistema nervoso autônomo" (WEINBERG; GOULD, 2001, p. 97). Desta forma, pode-se dizer que, em uma competição, a ansiedade-estado nada mais é do que o sentimento pré-competitivo, com reações que variam de indivíduo para indivíduo. Por sua vez, Marques (2000) destaca que que o nível de ansiedade-estado não está ligado somente ao nível de ansiedade-traço. A percepção da importância daquela situação e a incerteza do resultado para o indivíduo, são variáveis que interferem no estado de ansiedade. Isto significa dizer que o praticante pode apresentar um nível elevado de ansiedade estado, mas por natureza não seja uma pessoa com elevado grau de ansiedade traço.

Nas manifestações esportivas, a ansiedade foi divida em dois tipos: ansiedade somática e cognitiva, de acordo com Bochinni *et al.*, (2008). A ansiedade somática é representada pela autopercepção aos aspectos fisiológicos provenientes da ansiedade e está diretamente relacionada com a ativação fisiológica, causando respostas como taquicardia, aumento da frequência respiratória, dor de estômago, entre outras. A ansiedade cognitiva, por sua vez, caracteriza-se como um componente mental da ansiedade-estado causado pelo medo de uma avaliação negativa, relacionando-se com pensamentos duvidosos a respeito de atingir um determinado objetivo, ou seja, expectativas e autoavaliação, podendo causar reação como o medo, apreensão, apatia, desinteresse, pensamentos negativos, entre outros. Este tipo de ansiedade, quando aumentada, produz efeitos negativos nas atividades esportivas que requerem maior concentração, estratégia e agilidade psicomotora fina, como por exemplo, xadrez, sinuca, golf, tiro ao alvo, dança, etc.

A prática esportiva está vinculada à ideia de jogar. O jogo é uma prática presente e importante na vida e desenvolvimento das crianças. Huizinga (2001) defende que a alegria, o prazer e o divertimento são elementos que definem o jogo. O ato de jogar faz parte da essência humana. Desta forma, o autor chama a todos de *homo ludens*, ou seja, o homem é um ser que joga/brinca por natureza.

De acordo com Kishimoto (2008), o jogo pode ser compreendido em três partes: uma delas como resultado de um sistema linguístico, de sinais dentro de um contexto social; uma segunda como sistema de regras; e, por fim, estas duas situações sendo realizadas com a obediência as regras pré-determinadas.

Esporte e jogo muitas vezes se confundem deste a perspectiva conceitual. Segundo Vaz (2010) os esportes fazem parte do universo dos jogos, o que ocorre muitas vezes como complemento e outras em oposição. Na opinião do citado autor, as modalidades esportivas são uma espécie de desdobramento, com características específicas, dos jogos e das brincadeiras. Vaz (2010) salienta que o esporte tem formas e expressões diferentes do jogo, muito embora seja difícil separar inteiramente um do outro.

Nesse contexto, é importante diferenciar os tipos de jogos. Os jogos esportivos, descritos por Tavares;

Souza Jr. (1996), são aqueles que geralmente são conhecidos como esportes coletivos, salvo algumas exceções tendo regras universais, ou seja, sendo jogados da mesma maneira em todo o mundo. Neste sentido, os jogos esportivos, além dos aspectos sociais presentes, apresentam um componente motor mais acentuado.

Os jogos de mesa, por sua vez, são caracterizados pelo fato do jogador desprender menos movimentação corporal. São jogados geralmente em ambientes mais fechados (salas), usando-se tabuleiros e pequenas peças, alvos e outros equipamentos para representação dos jogadores, sendo que as regras são pré-determinadas (TAVARES; SOUZA JR., 1996). Assim sendo, estes jogos são atividades que requerem mais dimensões cognitivas do que a utilização do controle motor.

Dessa forma, podemos considerar que o badminton faz parte da classificação de jogos esportivos. Segundo o manual do treinador, o badminton é um desporto individual ou de pares, semelhante ao tênis, praticado com raquetes e um volante, também chamada pena. Este jogo é normalmente disputado em quadra coberta, a qual é dividida por uma rede. (BADMINTON WORLD FEDERATION, 2011)

O objetivo do jogo é, usando a raquete, lançar o volante sobre a rede para o campo do adversário sem a deixar tocar no chão. Aquele que deixar cair o volante dentro do seu lado da quadra, ou lançar o volante para fora da quadra, perde a jogada. Se o jogador (ou par) que ganha a jogada for o que a iniciou, então marca um ponto e começa uma nova jogada; se não, passa a ser o adversário a servir. O primeiro jogador a atingir 15 pontos (11 pontos, no caso das mulheres) ganha o *set*. Um jogo é composto por um número ímpar de *sets*, normalmente 3 ou 5, ganhando o jogador que vencer a maioria (op. cit.).

Assume-se como um jogo de confrontação direta, muito dinâmico e complexo. Nessa modalidade, as ações dos jogadores são executadas de forma constante e as jogadas se desenrolam em alta velocidade, obrigando os jogadores a realizarem rápidos ajustes durante o jogo. Esse jogo desenvolve a habilidade de característica motora dos participantes.

Schmidt; Wrisberg (2000) afirmam que, para realizar essa habilidade, o fator essencial é o componente motor. No badminton, as inúmeras tomadas de decisão dos jogadores acontecem tipicamente sobre uma enorme e constante pressão temporal, durante praticamente todo o jogo. O jogador deve ser capaz de prever a trajetória da bola e desenvolvê-la, assim como deve ficar atento ao movimento da raquete e ao braço do adversário.

Por sua vez, o jogo de xadrez encaixa-se na classificação de jogo de mesa, exercita o raciocínio lógico, concentração, autoconfiança, construção de hipóteses, estratégias, organização de pensamento, controle de ansiedade, exercício da paciência e outros. Ou seja, esta atividade exercita as habilidades de características cognitivas, pois a tomada de decisão se mostra de grande importância para o desempenho da tarefa, sendo que a natureza do movimento fica num grau de importância menor (SCHMIDT; WRISBERG, 2000). A cada jogada, o jogador está sendo desafiado. Para um bom desempenho, ele terá de prever a melhor jogada e também prever o que seu adversário fará.

Segundo Ferracini (1998), o jogo de xadrez é um exercício mental, ao qual a criança não está acostumada a fazer, como obedecer a regras rápidas. Ou seja, para jogar xadrez, a criança necessita de concentração e tranquilidade, a fim de aplicar as melhores estratégias e jogadas. Aprender a jogar xadrez assemelha-se à aprendizagem da leitura, em que partimos do micro (vogais e consoantes) para chegarmos ao macro: palavras, frases e textos. No xadrez, o processo de aprendizagem é semelhante, pois aprendemos a mover as peças, para depois fazê-las cooperar entre si e, então, atingir o objetivo principal do jogo, que é o xeque-mate (FERRACINI, 1998).

A teoria do U invertido (BECKER JUNIOR; SAMULSKI,1998, WEINBERG; GOULD, 2001), procura explicar a relação entre o nível de ansiedade e desempenho esportivo. De acordo com ela, existe um nível ideal de ansiedade para tipo de situação. Neste caso, esportes que demandam mais coordenação, precisão, concentração, necessitariam de um nível baixo de ansiedade estado. Por sua vez, esportes com mais vigor físico, podem requerer um nível maior de ativação, no que um nível mais elevado de ansiedade seria algo positivo.

Partindo-se desta teoria, badminton e xadrez como jogos apresentam algumas características diferentes. Diante disto, a presente pesquisa objetiva verificar e analisar o nível de ansiedade em situações competitivas no xadrez e no badminton em escolares.

METODOLOGIA

O presente trabalho tratou-se de um estudo quantitativo, descritivo e com característica temporal transversal. Segundo Thomas; Nelson; Silverman (2007, p. 298), "a pesquisa quantitativa tende a enfatizar a análise, ou seja, separar e examinar os componentes de um fenômeno". Neste tipo de pesquisa, o pesquisador utiliza instrumentos padronizados e fornece índices que podem ser comparados com outros estudos. Normalmente o pesquisador utiliza questionários e testes como instrumentos de coleta.

De acordo com Santos (1999), a pesquisa descritiva é um levantamento das características conhecidas que são componentes do fato, do problema ou do fenômeno em estudo. Andrade; Medeiros (1997) apontam que, neste tipo de pesquisa, os dados são observados, registrados, analisados, classificados e interpretados sem a interferência do pesquisador sobre eles, ou seja, sem a sua manipulação. O estudo descritivo procura abranger aspectos gerais e amplos de um contexto social

Igualmente, este trabalho apresentou um corte transversal, que é caracterizado pelo uso de uma amostra em que os fatores são medidos uma única vez no tempo, visando atender a um objetivo em específico. É definido também como a pesquisa que analisa o comportamento de variáveis em grupos distintos de sujeitos em um mesmo período de tempo (PICCOLI, 2006). É um tipo de estudo no qual o desfecho e a exposição são avaliados simultaneamente num grupo de indivíduos.

O presente estudo verificou a ansiedade pré-competitiva de 89 crianças entre 10 e 12 anos, sendo 58 meninos e 32 meninas, participantes dos Jogos Escolares da cidade de Caxias do Sul, no estado do Rio Grande do Sul, nas modalidades de xadrez e badminton do ano de 2013. Os Jogos Escolares da são uma competição realizada ao longo do ano, envolvendo as escolas de Caxias do Sul das redes municipal, estadual e privada. É a competição mais importante da cidade, sob o ponto de vista do envolvimento de crianças e jovens e do número de participantes. No ano de 2013, em todas as modalidades esportivas os Jogos Escolares da cidade de Caxias do Sul, envolveram 10.254 estudantes. Sendo que no Xadrez participaram 1131 nos dois naipes da categoria mirim e no Badminton foram 152 participantes no masculino e feminino da mesma categoria.

Previamente, foi feita a identificação dos educandários participantes da competição, por meio de contato com a Secretaria Municipal do Esporte e Lazer. Depois de identificadas as escolas, foram realizados os contatos com as direções dos educandários para explicar os objetivos da pesquisa e sua importância. Após o assentimento das escolas, foram encaminhados os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Estes documentos foram encaminhados para a assinatura dos pais ou responsáveis dos estudantes, autorizando sua participação na pesquisa. Os TCLEs foram recolhidos nos dias que antecederam a competição. Além disso, após este consentimento assinado, as crianças também assinaram no dia da competição o Termo de Assentimento.

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi o *Competitive State Anxiety Inventory* – 2 (CSAI-2). Para Fernandes (2008), o CSAI-2 é um dos principais instrumentos para avaliar a ansiedade-estado no meio desportivo. O CSAI-2 mede o nível de ansiedade somática, cognitiva e a autoconfiança e é constituído de 27 questões. Nele, o indivíduo que responde deve optar por uma das seguintes opções, de acordo com cada pergunta: (1) Nada, (2) Um pouco, (3) Bastante e (4) Completamente. O questionário foi respondido de forma individual pelas crianças e apenas os pesquisadores tiveram acesso ao gabarito das questões.

A coleta dos dados para a pesquisa foi feita nos dias das competições das modalidades de xadrez e badminton nos Jogos Escolares de Caxias do Sul. Após a identificação dos participantes na pesquisa, foi feita a explicação do preenchimento do questionário e os mesmos foram distribuídos de 20 a 30 minutos antes das partidas de xadrez e badminton para todos os participantes. Antes da aplicação do questionário, os avaliados receberam os devidos esclarecimentos, sendo que os pesquisadores ficaram à disposição para o esclarecimento de quaisquer dúvidas. Os materiais necessários para o preenchimento do questionário foram disponibilizados pelos pesquisadores.

ANÁLISE DOS RESULTADOS

Para a análise dos dados obtidos com o teste CSAI-2 no presente estudo, foi utilizado o teste t de *student* para amostras não pareadas, buscando identificar as diferenças com nível de significância de $p<0,05$ (MOTTA, 2006). Igualmente, foi feita a análise das diferenças entre os diferentes tipos de ansiedade dentro dos grupos de xadrez e badminton, por meio da Análise de Variância (ANOVA) com igual nível de significância.

Conforme exposto na Tabela 1, através do resultado do teste *t-student* para amostras não pareadas, verificou-se que não houve diferença significativa ($p=0,294$) na média geral de nível de ansiedade entre as modalidades de xadrez ($n=51$) e badminton ($n=38$).

Tabela 1. Comparação do nível de ansiedade entre diferentes modalidades.

Modalidade	N	Média do nível de ansiedade	Desvio -padrão	Valor *p*
Badminton	38	2,103314	0,287	0,294
Xadrez	51	2,028322	0,361	

O desempenho tanto no jogo de xadrez, como no badminton, depende apenas do próprio praticante, já que ambos são esportes de características individuais. Esta individualidade passa para o praticante a responsabilidade por seus atos na execução do jogo e as decorrências dos seus erros e acertos. Neste sentido, pensamos que a ausência de diferenças significativas no nível de ansiedade pode estar atrelada a este fato. A responsabilidade individual, ou seja, o peso do acerto ou do erro será sempre do próprio praticante.

Para Perrault; Vallerand (1998) apud Gould *et al*., (1999), no que se refere à *performance* individual dos atletas, a motivação e a confiança estão presentes no momento da competição, pois quando eles conseguem manter um alto nível de motivação, tendem a ter uma boa *performance*. O indivíduo possivelmente será beneficiado ou punido com vantagens ou desvantagens em relação ao adversário e, neste sentido, isto é mais forte do que o tipo de jogo; seja ele relacionado aos aspectos cognitivos, como o xadrez, ou mais motor, como o badminton.

Quando comparados os participantes em relação ao sexo, através da Tabela 2, observa-se que não houve diferença significativa no índice de ansiedade (p=0,164). Mesmo utilizando outro instrumento (SCAT) e uma faixa etária diferente, a pesquisa de De Rose; Vasconcellos; Tolaine (1992) corrobora os resultados do presente estudo, pois também encontrou um nível de ansiedade igual para ambos os sexos, para praticantes de badminton com idade entre 24 e 26 anos. Os autores concluíram que os jogadores e jogadoras de badminton encontram-se no nível médio de ansiedade, considerado adequado à prática esportiva.

Tabela 2. Comparação do nível de ansiedade entre os participantes.

Sexo	N	Ansiedade Média	Desvio-padrão	Valor *p*
Feminino	32	2,118	0,231	0,164
Masculino	57	2,028	0,375	

Segundo Martens *et al*., (1990, apud PÁTRIA 2010), a ansiedade cognitiva consiste em pensamentos negativos e preocupações sobre a *performance*, incapacidade para se concentrar e atenção destrutiva. Já a ansiedade somática é uma percepção das manifestações físicas da ativação, caracterizada por sensações físicas. Na amostra geral de praticantes de badminton (n=38) e de xadrez (n=51), analisou-se a ansiedade em seu aspecto cognitivo e somático e a autoconfiança dos participantes. Observou-se que não houve diferença significativa entre as modalidades no tipo de ansiedade cognitiva (p=0,243) e somática (p=0,787), conforme os resultados apresentados na tabela 3.

Tabela 3. Comparação do nível de ansiedade e autoconfiança nas modalidades.

Ansiedade	Modalidade	N	Média de ansiedade	Desvio-padrão	Valor *p*
Ansiedade cognitiva	Badminton	38	1,790	0,468	0,243
	Xadrez	51	1,913	0,505	
Ansiedade somática	Badminton	38	1,877	0,441	0,787
	Xadrez	51	1,852	0,432	
Autoconfiança	Badminton	38	2,643	0,499	0,013
	Xadrez	51	2,320	0,661	

Entretanto, como podemos observar na tabela acima, os resultados apontaram que existe diferença significativa em relação à autoconfiança, mostrando que os praticantes de badminton apresentaram-se mais autoconfiantes do que os praticantes de xadrez (p=0,013).

A autoconfiança pode ser reforçada por jogos mais motores, pois quando acertamos o movimento e fazemos pontos, também se reforça a autoconfiança. Segundo Guilhardi (s.d, p.13), "o sentimento de autoconfiança está associado aos comportamentos bem sucedidos". No caso do jogo de badminton, como ele é jogado ponto a ponto, cada ponto ou *set* vencido possibilita ao executante um nível maior de afirmação das suas qualidades.

No caso do badminton, podemos considerar o fato de que os erros que ocorrem no jogo podem ser corrigidos em jogadas posteriores, o que de certa forma não abala a autoconfiança do praticante. Já no xadrez, a autoconfiança pode depender do fato de que qualquer erro levará fatalmente à vitória do adversário.

Analisando somente praticantes do sexo masculino, conforme a Tabela 4, podemos perceber que não houve diferença significativa no nível de ansiedade cognitiva (p=0,493) e somática (p=0,780), bem como na autoconfiança (p=0,301) entre os participantes de xadrez (n=13) e de badminton (n=19).

Tabela 4. Nível de ansiedade por modalidade nos praticantes do sexo masculino.

Ansiedade	Modalidade	n	Média de ansiedade	Desvio-padrão	Valor *p*
Ansiedade cognitiva	Badminton	19	1,795	0,490	0,493
	Xadrez	13	1,914	0,456	
Ansiedade somática	Badminton	19	1,883	0,412	0,780
	Xadrez	13	1,923	0,367	
Autoconfiança	Badminton	19	2,690	0,482	0,301
	Xadrez	13	2,496	0,557	

A Tabela 5 demonstra que as participantes do sexo feminino nas modalidades de badminton (n=19) e xadrez (n=38) não apresentaram diferença significativa nas diferentes práticas de esporte em relação à ansiedade cognitiva (p=0,369), somática (p=0,738) e à autoconfiança (p=0,067).

Tabela 5. Nível de ansiedade por modalidade nos praticantes do sexo feminino.

Ansiedade	Modalidade	n	Média de análise	Desvio-padrão	Valor *p*
Ansiedade cognitiva	Badminton	19	1,784	0,457	0,369
	Xadrez	38	1,912	0,527	
Ansiedade somática	Badminton	19	1,871	0,480	0,738
	Xadrez	38	1,827	0,455	
Autoconfiança	Badminton	19	2,596	0,524	0,067
	Xadrez	38	2,260	0,689	

A diferença encontrada na autoconfiança quando comparadas as duas modalidades entre si e que não foi encontrada quando comparadas as modalidades em cada sexo, estatisticamente deve-se a variabilidade da amostra. Entretanto, pode-se observar na Tabela 5, que o valor de *p* para a autoconfiança das meninas foi de 0,067, muito próximo do valor estipulado para o nível de significância. Brandão (2007, apud BOCHINNI *et al.*, 2008, p.523) afirma que "a autoconfiança não se refere à habilidade do atleta em si, mas à avaliação que o atleta tem de sua própria habilidade, ou seja, na confiança que ele tem em sua capacidade para lidar com as necessidades do esporte", demonstrando assim que o atleta pode ter capacidade, mas seu desempenho depende também do quanto ele confia em si mesmo.

Ao observar o escore de acordo com o gabarito do questionário do CSAI-2, feito pela soma separada de três sub-escalas, com pontuação variando de um mínimo de 9 pontos a um valor máximo de 39 pontos. A classificação de Martens (1990 apud PÁTRIA 2010) fica dividida em "Baixo", entre 9 e 18 pontos; "Médio", entre 18 e 27 pontos; e "Alta", entre 27 e 36 pontos, de acordo com a somatória obtida através da análise dos resultados.

O nível de ansiedade somática encontrada nos dois esportes é baixa. No badminton, a média foi 16,84 no masculino e 16,95 no feminino. Já no xadrez, o escore foi de 16,45 para o masculino e 17,31 para o feminino, não apresentando, como já destacado anteriormente, uma diferença estatisticamente significativa entre modalidades esportivas e sexos.

Em relação à ansiedade cognitiva, também foi encontrado um escore baixo entre as modalidades e sexos, sendo que no badminton os meninos tiveram uma média de 16,05 e as meninas 16,16. No xadrez, os meninos atingiram uma média de 17,21 e as meninas de 17,23.

Já analisando a autoconfiança dos participantes das duas modalidades e nos dois sexos, pode-se perceber que estão em um nível médio. Segundo Cox (1998 apud BERTUOL; VALENTINI, 2006) e Imlay *et al.*, (1995 apud BERTUOL; VALENTINI, 2006) considera-se boa uma ansiedade moderada para se atingir o desempenho ideal, visto que, desta maneira, a atenção do atleta estaria voltada apenas para a tarefa realizada, sem distrações.

CONCLUSÃO

Neste estudo observamos diferentes tipos de ansiedade pré-competitiva (cognitiva e somática) e a autoconfiança, correlacionando-as com a modalidade praticada – no caso o xadrez e badminton –, e o sexo dos participantes. Após a análise dos resultados do presente trabalho, podemos concluir que o nível de ansiedade pré-competitiva de escolares praticantes de badminton e xadrez é médio.

Constatou-se que não houve diferença significativa no nível de ansiedade entre as duas modalidades. Porém, houve diferença significativa na autoconfiança quando comparadas as duas modalidades entre si, levando a concluir que modalidades com características motoras e cognitivas, apesar de serem totalmente diferentes na prática, podem levar o indivíduo a um nível de ansiedade semelhante. Entretanto apesar de o nível de ansiedade ser médio em ambas as modalidades, isso não garante que a autoconfiança será a mesma, demonstrando que pode não haver relação entre um índice e outro.

Falando-se do sexo dos praticantes, também não se observou diferença significativa nos níveis de ansiedade e autoconfiança em cada modalidade de jogo, sugerindo que meninos e meninas apresentam o mesmo nível de autoconfiança.

No geral, dentro de cada grupo e entre os grupos, não houve diferença significativa entre os tipos de ansiedade em situações pré-competitivas, o que nos leva a concluir que o estado psíquico, emocional e motor não diferem entre os naipes e as modalidades.

Deve-se destacar que o estudo apresentou algumas limitações, como o uso de apenas um instrumento para medir os tipos de ansiedade e a autoconfiança, além da amostra ser relativamente pequena, para o número de atletas envolvidos nas duas competições. Assim, sugere-se que sejam feitas outras pesquisas, abrangendo diferentes tipos de instrumentos para que se verifique realmente se não há relação entre as modalidades estudadas, abordando um maior número de praticantes.

Para finalizar, lançamos mão das ideias de Huizinga (2001), que defende que a alegria, prazer e o divertimento são elementos que definem o jogo. O ato de jogar faz parte da essência humana. O homem é um ser que joga/brinca por natureza. Da mesma forma, Álvarez; Buendía (1996) destacam que as competições escolares entre crianças e jovens, quando bem organizadas, incitam a amizade, a alegria e proporcionam a superação dos limites de cada um.

Levando em consideração estes pensamentos, conclui-se que o presente estudo não encontrou diferenças significativas, possivelmente em função que os participantes pratiquem os esportes, mais por diversão, e não por competição.

REFERÊNCIAS

ÁLVAREZ, J.L.H.; BUENDÍA, R.V. **La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos**. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia, 1996.

ANDRADE, M.M.; MEDEIROS, J.B. **Curso de língua portuguesa para a área de humanas**: enfoque no uso da linguagem jornalística, literária, publicitária. São Paulo: Atlas, 1997.

BADMINTON WORLD FEDERATION. **Formación para entrenadores de bádminton**: manual para el entrenador – nivel 1, 2011. Disponível em: < http://www.badminton.es/file/7321/?dl=1>. Acesso em: 12 de mar. 2013.

BECKER JUNIOR, B.; SAMULSKI, D. **Manual de treinamento psicológico para o esporte**. Novo Hamburgo: Feevale, 1998.

BERTUOL, L.; VALENTINI, N.C. Ansiedade competitiva de adolescentes: gênero, maturação, nível de experiência e modalidades esportivas. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 17, n. 1, p. 65-74, 2006.

BOCHINNI, D. *et al.*, Análise dos tipos de ansiedade entre jogadores titulares e reservas de futsal. **Conexões**, v. 6, ed. esp. p. 522-532, 2008.

CASTILLO, A.R.G.L. *et al.*, Transtornos de ansiedade. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 22, n.2, p. 20-23, 2000.

DE ROSE, D., VASCONCELLOS, E., TOLAINE, S. Principais Reações de Ansiedade-Traço Competitiva em Atletas de Badmington. **Anais** XVIII SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE CELAFISCS, São Caetano do Sul. 1992.

FERNANDES, R.J.C. **A dinâmica decisional no badminton: o acoplamento serviço-recepção nos atletas de singulares homens de elite mundial**. [Dissertação de Mestrado] Universidade da Madeira, Funchal, 2008.

FERRACINI, L.G. **Xadrez no Currículo Escolar**: ensinando xadrez para crianças a partir dos 3 anos de idade. Londrina: Midiograf, 1998.

GOULD, D. *et al.* , Fatores que afetam o desempenho olímpico: Percepções dos atletas e treinadores de mais e menos bem sucedidas equipes. **A Psicologia do Esporte**, v. 13, p. 371-394, 1999.

GUILHARDI, H.J. **Auto-estima, auto-confiança e responsabilidade.** p. 1-29, [s.d]. Disponível em: <http://professor.ucg.br/SiteDocente/admin/arquivosUpload/15372/material/autoconfianca%20e%20responsabilidade.pdf>. Acesso em: 09 de set. 2013.

HUIZINGA, J. **Homo ludens**: o jogo como elemento da cultura. 5. ed. São Paulo: Perspectiva, 2001.

KISHIMOTO, T.M. **Jogo, brinquedo, brincadeira e a educação.** 11. ed. São Paulo: Cortez, 2008.

MACHADO, A.A. **Psicologia do esporte**: temas emergentes. Jundiaí: Ápice, 1997.

MARQUES, M.G. **Estudo descritivo sobre como adolescentes, atletas de futebol e tênis de porto alegre, percebem a psicologia do esporte**. 2000. 149 f. Dissertação (Mestrado em Ciência do Movimento Humano)-Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2000.

MOTTA, V.T. **Bioestatística**. 2. ed. Caxias do Sul: EDUCS, 2006.

PÁTRIA, C.M. **Treinamento como fator de diminuição da ansiedade pré-competitiva em jogadores de futsal**. [monografia de graduação] Faculdade Unidade de Suzano - UNISUZ, Suzano, 2010.

PICCOLI, J.C.J. **Normalização para trabalhos de conclusão em educação física.** 2. ed. Canoas: Editora da ULBRA, 2006.

SANTOS, M.A. **Aprenda análise sintática.** 6. ed. São Paulo: Saraiva, 1999.

SCHMIDT, R. WRISBERG, C. **Aprendizagem e Performance Motora**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2000.

TAVARES, M.; SOUZA JÚNIOR, M. O jogo como conteúdo de ensino para a prática pedagógica da educação física na escola. **Corporis**, v. 1, n. 1, p.1-22, 1996.

THOMAS, J.R.; NELSON, J.K.; SILVERMAN, S.J. **Métodos de pesquisa em atividade física.** 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

VAZ, A.F. Jogos, esportes: desafios para a educação física escolar. **Cadernos de Formação RBCE**, v. 1, n. 2 p. 96-106, 2010

WEINBERG, R.S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. Porto Alegre: Artmed, 2001.

[1] Universidade de Caxias do Sul.
[2] Núcleo de Pesquisa Ciências e Artes do Movimento Humano.

Rua José Gollo, 135
Marechal Floriano
Caxias do Sul/RS
95020-090