

## **ANSIEDADE E RENDIMENTO NO FUTSAL ESCOLAR**

SILVA, João Marcelo Lopes da<sup>1</sup>; MARTINS, Erecy Roberto Segalla<sup>2</sup>

Palavras-chave: Futsal, ansiedade, rendimento.

O esporte como competição, envolve diretamente o treinamento dos atletas, sempre buscando uma melhora. Não é diferente no futsal, onde os times estão sempre trabalhando para aumentar o nível da equipe e aumentar as chances de conseguir um resultado positivo dentro de um campeonato. Sempre é necessário ressaltar a importância do treinamento, pois é quando os erros são aceitáveis e podem ser corrigidos imediatamente, aperfeiçoando a técnica dos atletas, as noções táticas e a visão geral do jogo dentro dos objetivos pretendidos. Dentro de um jogo nada é previsto e as escolhas devem ser tomadas em frações de segundos, o que aumenta a pressão sobre o comportamento do atleta, gerando uma ansiedade maior. O fator psicológico pode influenciar muito o desempenho do atleta, é importante conversar com a equipe, destacar a competitividade de uma forma que o aluno não se sinta na obrigação de vencer, mas sim de jogar bem e fazer melhor o seu papel dentro do jogo, para que com isso, a equipe toda seja beneficiada e os resultados apareçam naturalmente. Desta forma este estudo teve como objetivo analisar os níveis de ansiedade durante uma competição oficial de futsal. Foram utilizadas técnicas padronizadas de coleta de dados, como o questionário e a observação ampliada. Normalmente, pensamos que quanto mais forte o time, e maior for a qualidade individual que se tem na equipe, mais confiantes e menos ansiosos ficam os atletas, pois sabem da sua capacidade de resolver um jogo. Porém, o estudo provou ao contrário, que quanto mais forte o time, quanto maior for a responsabilidade de vencer, mesmo sabendo das suas capacidades, os atletas ficam com um nível de ansiedade elevado e sempre com dúvidas perante seus respectivos desempenhos. Mas a ansiedade, nos atletas que participaram do estudo, foi vista de uma maneira positiva, fazendo com que os atletas entrassem em quadra mais concentrados, mais vibrantes e dispostos a vencer.

---

Acadêmico do Curso de Educação Física - Licenciatura UNICRUZ – joao\_chiesa17@hotmail.com

<sup>2</sup> Professor M.Sc do Centro de Ciências da Saúde/Curso de Ed Física- UNICRUZ – betosegalla2@hotmail.com  
Artigo completo publicado na revista BIOMOTRIZ, v.7, n.2 (edição especial), 2013.