

# ANÁLISE DO NÍVEL DE ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA E DO DESEMPENHO DE ATLETAS DE GINÁSTICA RÍTMICA

MENEGALDO, F. R.

Orientador: Prof. Dr. Ademir De Marco

*Departamento de Educação Física e Humanidades*

*Faculdade de Educação Física – FEF/UNICAMP*

Iniciação Científica – PIBIC/CNPQ – Quota 2012/2013



Embora ainda seja pouco considerado, até mesmo em grandes equipes profissionais, o estado psicológico de um atleta é um dos fatores que mais influencia o seu desempenho. É notável verificar que em qualquer modalidade analisada, os atletas de alto rendimento se prepararam e se dedicam de maneira árdua durante os treinos com objetivo de obter desempenho condizente com as expectativas pré-estabelecidas. A competição é o momento em que o atleta expõe todo o seu trabalho aos erros e acertos, podendo alcançar ou não o sucesso. A ansiedade pré-competitiva, tema que embasou este estudo, foi o aspecto psicológico investigado, com o intuito de caracterizar a ansiedade e os seus efeitos na performance de atletas no momento da competição. Participaram desta pesquisa, na condição de voluntárias, 12 atletas de Ginástica Rítmica (GR), sendo seis da categoria pré-infantil (09 e 10 anos) e seis da categoria infantil (11 e 12 anos), pertencentes a três diferentes centros de treinamento do estado de São Paulo. As três equipes participaram do XVII Torneio Nacional de GR, oportunidade na qual foram avaliadas no período de 24 horas que antecedeu a competição, sendo este denominado de pré-competitivo. Os itens da avaliação foram aferidos por meio da escala de ansiedade “*O que Penso e Sinto*” – Gorayeb (1997) - instrumento de auto-aplicação, composto por 28 questões assertivas que fazem referência a sentimentos/comportamentos que estejam associados à manifestação da ansiedade. Todas as questões devem ser respondidas com “sim” ou “não”, obtendo o resultado pelo somatório das respostas “sim”, o qual pode variar de 0 a 28 pontos, indicando a gradação da ansiedade. O outro instrumento utilizado foi o questionário escrito, previamente estruturado, contendo nove questões abertas, referentes aos sentimentos e reações percebidas pelas atletas na véspera da competição, seguindo a dinâmica de uma

entrevista dirigida. O desempenho das mesmas na apresentação foi obtido a partir de parecer individualizado de suas respectivas técnicas. Os resultados obtidos permitiram observar que para os dois instrumentos, a categoria pré-infantil se mostrou mais ansiosa do que a categoria infantil, tendo a ansiedade um papel mais significativo para estas ginastas. Os dados referentes a ansiedade das atletas pré-infantis ainda possibilitou observar que fatores como tempo de treino, tipo de prova e filosofia com a qual a instituição desenvolve a GR, podem ter correlações com altos níveis de ansiedade, o que confirma a importância das alterações psicológicas para atletas dessa categoria. Assim, pode ser inferido que estes resultados estão adequados com as faixas etárias das ginastas, pois ao contrário das atletas pré-infantis, as ginastas da categoria infantil apresentam maior idade cronológica, permitindo analisar que já vivenciaram inúmeras experiências e tiveram oportunidade de participar de várias competições, contribuindo com o desenvolvimento psicológico que propicia maior estabilidade emocional, e conseqüentemente, maior autocontrole sobre suas emoções.