

TREINAR JOVENS: COMPLEXIDADE, EXIGÊNCIA E RESPONSABILIDADE

TRAINING YOUNG PEOPLE: COMPLEXITY, DEMAND AND RESPONSIBILITY

Sidónio Serpa*

RESUMO

Este estudo, de carácter bibliográfico, teve como objetivo analisar o papel do técnico no processo de formação desportiva de jovens. Inicialmente foram enfocadas as responsabilidades do treinador de jovens, fazendo um levantamento das principais funções: desenvolvimento pessoal do praticante, formação das qualidades desportivas e a construção dos fundamentos de uma carreira desportiva de longa duração. Neste processo, discutem-se as principais razões para o envolvimento prolongado na prática desportiva e o abandono da prática do desporto pelos jovens. Finalizando, o texto evidencia o papel do treinador como gestor da atividade, o qual deve buscar o equilíbrio entre a motivação intrínseca e a extrínseca do praticante. Assim conclui-se: o treino de jovens evidencia as características transcendentais do papel do treinador nas primeiras fases da carreira do praticante, quando as funções são complexas, exigentes e de responsabilidade. Desta forma, o trabalho nessa idade não pode ser entendido como a primeira etapa de uma carreira do treinador, mas treinadores experientes devem atuar como tutores, pois esta fase exige competências específicas, que devem ser adquiridas e aprofundadas por meio de uma experiência refletida numa formação contínua.

Palavras-chave: Treinamento. Aprendizagem. Jovens.

INTRODUÇÃO

A evolução do desporto na sociedade actual determinou um investimento significativo dos participantes, o qual tem impacto no aumento do período de envolvimento na prática desportiva e, por consequência, na complexidade do papel do treinador. O desporto dos jovens deve, assim, ser perspectivado numa lógica de médio e longo prazo com a consciência de que o trabalho que se realiza num determinado momento terá implicações no desenvolvimento futuro do praticante (DAMÁSIO; SERPA, 2000). Deste modo se dá sentido a um processo que deve ser intencionalmente consequente, já que o desporto de jovens é uma antecâmara do desporto adulto.

As responsabilidades do treinador de jovens abrangem um conjunto de aspectos indissociáveis das suas funções:

- **desenvolvimento pessoal** do praticante, que deve encontrar no desporto uma actividade estimuladora das suas capacidades físicas,

psicológicas e sociais, de modo a facilitar os processos de adaptação às exigências que a vida coloca;

- **formação das qualidades desportivas**, que devem organizar-se de acordo com os processos progressivos de maturação e constituir os alicerces de aquisições progressivamente mais especializadas;
- construção dos **fundamentos de uma carreira desportiva**, que tenha uma duração tão longa quanto o permitam o potencial do praticante e as características da modalidade desportiva, tendo em conta a educação de atitudes inerentes a um estilo de vida que harmonize as necessidades do atleta e do cidadão.

A CARREIRA DESPORTIVA

A constatação de que o envolvimento na prática desportiva tende a ser mais prolongado atraiu diversos investigadores (ex: SCANLAN; col., 1993a,1993b; LAVALLEE; WYLEMNAN,

* Laboratório de Psicologia do Desporto, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa.

2000), que desenvolveram uma interessante linha de estudos relacionada com a carreira dos atletas. Várias razões são encontradas para explicar o envolvimento prolongado na prática desportiva, como as seguintes:

- **Prazer na prática.** Os estudos sobre os factores psicológicos da prática desportiva têm comprovado repetidamente a importância decisiva da motivação intrínseca no envolvimento continuado e empenhado no desporto. Ao contrário, a prevalência de factores extrínsecos, sejam eles materiais (ex: prémios) ou sociais (ex: busca de prestígio) são responsáveis por percentagens significativas de abandono.
- **Investimentos pessoais na prática desportiva.** O processo de treino-competição tem um enorme significado para o indivíduo que nele investe muito tempo e energia retirados a outras atividades eventualmente com retorno de prazer mais breve. Há, ainda, um significativo investimento de recursos materiais e financeiros, frequentemente associado ao longo caminho do rendimento desportivo.
- **Oportunidades proporcionadas pela participação no sistema desportivo.** Se por um lado existem investimentos na prática, por outro surgem benefícios que prendem os desportistas à sua condição de atleta. São disso exemplos a diferenciação social, facilitada pela maior ou menor exposição pública associada à participação desportiva, recompensas materiais, viagens, acesso a outros estratos sociais, etc.
- **Expectativas sociais relativas ao desportista.** A dimensão pública do desporto leva a que o praticante corra o risco de perder o controle de algumas dimensões do seu comportamento. Por exemplo, muitas vezes surgem pressões do envolvimento que dificultam a decisão de mudar o rumo da própria vida. De modo semelhante, a percepção do atleta sobre o que os outros esperam dele pode ser um factor motivacional decisivo para manter o empenho na prática desportiva.
- **Equilíbrio entre a atracção para o desporto e a atracção para alternativas externas ao desporto.** A Sociedade está

cheia de possibilidades que atraem os cidadãos de um modo geral e os jovens em particular, as quais muitas vezes conflitam com as exigências de tempo, empenhamento e outras inerentes à prática desportiva. Os desportistas tenderão a manter-se no processo de treino enquanto nele encontrarem factores de gratificação pessoal superiores às ofertas do exterior, ou forem capazes de compatibilizar harmonicamente as alternativas.

A carreira desportiva ganha assim sentido numa perspectiva de longo termo, quando o praticante aspira a atingir níveis elevados de prestação. Durante o processo surgem várias etapas e períodos de transição, que devem ser ultrapassados e constituem degraus que favorecem o crescimento e desenvolvimento pessoal necessários à construção da maturidade dos praticantes de alto rendimento. Stambulova (1997), define carreira desportiva como uma actividade de longa duração, com o objectivo de realizar resultados de elevado nível, a qual implica um auto-aperfeiçoamento contínuo do atleta, surgindo os períodos de transição como acontecimentos críticos que exigem novas adaptações.

De modo geral podemos caracterizar a carreira a partir de quatro fases. A primeira, a que daremos o nome de **iniciação**, corresponde aos primeiros contactos com o desporto, que devem ter lugar por meio de uma abordagem essencialmente lúdica, na qual o divertimento deriva de um correcto envolvimento na tarefa e de uma não-valorização do resultado desportivo. Na fase de **desenvolvimento** que se segue, a criança ou o jovem que no período anterior tenha revelado a sua disponibilidade para a prática desportiva começa a sentir-se um atleta, já que é inserido em programas mais estruturados de treino e sujeito a um novo tipo de aprendizagem e de disciplina. Na terceira fase, ou de especialização, o praticante está já envolvido num sistema que visa claramente à excelência na realização da prestação desportiva, o que implica a consagração de enormes recursos de tempo e energia com vista a alcançar exigentes objectivos de médio e longo prazos. Finalmente, surge a fase de retirada ou **reforma desportiva**, que implica um novo tipo de adaptação a uma realidade diferente daquela

que constituiu a vida do praticante ao longo de muitos anos.

Os treinadores que exercem a sua actividade no âmbito do treino de jovens situam-se majoritariamente nas duas primeiras fases, não obstante nalgumas modalidades, devido às suas características, quer a fase de especialização quer a de retirada, poderem ocorrer em idades baixas, como é possível suceder na ginástica. A intervenção do treinador durante as primeiras etapas é determinante para que os jovens adiram à prática e se mantenham nela com um empenhamento que lhes permita evoluir em função do seu potencial.

A FUNÇÃO MOTIVADORA DO TREINADOR

A função central do trabalho destes treinadores é, porventura, a que se refere à motivação, cujas componentes são as seguintes:

- adesão à prática
- continuidade na prática
- empenhamento na prática
- finalidade da prática

Ainda que em muitos casos o primeiro momento de adesão dos jovens não dependa directamente da acção do treinador, tendo-se em conta que são vulgarmente levados pelos pais ou acompanham amigos, os sentimentos decorrentes dos primeiros contactos, que determinam o sucesso ou insucesso da experiência inicial, são influenciados pelo comportamento do técnico. Por outro lado, a decisão do jovem relativa à continuidade ou ao abandono, após ele ter aderido à prática e se terem verificado alguns investimentos, está muitas vezes associada aos métodos e estilos do treinador. Será do modo como este consegue levar o discípulo a encontrar uma finalidade com significado pessoal que decorrerá um envolvimento empenhado e continuado, assim se revelando o papel fundamental do treinador na gestão motivacional dos jovens praticantes.

A literatura sobre os motivos de participação dos jovens é consistente ao assinalar o **divertimento** como essencial (ex: SERPA, 1992; FONSECA e MAIA, 2000). Nesta linha, os treinadores mais bem-sucedidos no trabalho com crianças e jovens caracterizam-

se por terem uma abordagem da actividade consonante com aquele motivo. Apenas uma visão errónea do treino pode levar à transformação do que deve ser uma actividade lúdica e divertida das crianças e jovens numa perspectiva de trabalho-obrigação. Nesta lógica, o treinador tenderá a esquecer que o seu *trabalho* é proporcionar momentos divertidos aos pequenos atletas, no âmbito de uma actividade em que estes encontrem desafios que estimulem a sua evolução com prazer, ao mesmo tempo que são educados na necessidade de despender esforço para atingir os objectivos que aprendem a estabelecer.

Para se verificar o divertimento que justifique a entrega dos jovens à prática desportiva, deverá estar presente um conjunto de factores.

- **Afiliação.** O desporto deve ser um espaço de relacionamento interpessoal, correspondente à necessidade dos jovens de estabelecer amizades e desenvolver tarefas em colaboração com os seus pares. Ao mesmo tempo que é estimulada a evolução pessoal associada à prestação desportiva, deve igualmente haver lugar para a interacção com os outros, dentro e fora das sessões de treino.
- **Desenvolvimento de competências técnicas.** A prática desportiva tem lugar num quadro de aquisições motoras específicas de cada modalidade, e a percepção de cada jovem sobre sua evolução depende do modo como progressivamente vai conseguindo resolver os problemas típicos das tarefas desportivas. A construção de um repertório de habilidades técnicas revela-se um factor essencial de motivação e deve ser adequada às características de cada praticante.
- **Vivência de experiências excitantes.** A intensidade da experiência emocional proporcionada pelo desporto está relacionada com o desafio colocado pelas situações em que os participantes são envolvidos. A identificação de obstáculos estimulantes, o prazer de ultrapassar as dificuldades e o sentimento de competência pessoal daí decorrente são aspectos de elevado valor motivacional, associados às sensações corporais proporcionadas pelas actividades. Aliás, o desafio é a energia mobilizadora a que os atletas de alto rendimento atribuem as

prestações de excelência, o que reforça o objectivo pedagógico de educar os jovens nesta perspectiva.

- **Condição física.** O prazer decorrente da capacidade de suportar esforços e do sentimento de poder físico caracteriza sobretudo o período da adolescência. O treino deve ter em conta este aspecto e os treinadores devem considerar o desenvolvimento da condição física não apenas como uma componente da prestação desportiva, mas também da motivação dos jovens.
- **Libertar energias.** O divertimento que motiva os jovens para o desporto inclui a possibilidade de ter um espaço nas suas vidas onde possam dar expressão a um conteúdo energético inerente ao seu período de desenvolvimento maturacional, muitas vezes contrariado pela disciplina escolar a que são obrigados ou pelas limitações dos espaços onde passam uma parte significativa do seu tempo.

O ABANDONO DA PRÁTICA

O abandono constitui uma preocupação de todos quantos trabalham no desporto de jovens, já que a consequência provável é um estilo de vida sedentário que se instalará progressivamente, com as inerentes implicações negativas para a saúde. Os agentes desportivos, por seu turno, lamentam o emagrecimento das fontes de recrutamento que permitem a evolução do nível desportivo em geral e de cada modalidade em particular. A constatação da realidade e os estudos que têm incidido neste domínio salientam dois tipos de luta sempre presentes. Por um lado, as forças de atracção para o desporto são contrariadas pelas forças de atracção para outras actividades que cada vez mais tentam os jovens na sociedade actual, em que o prazer imediato e as pressões dos grupos de pares externos ao desporto têm um peso significativo. Por outro lado, dentro da actividade desportiva verifica-se outra luta: entre os factores de atracção — que motivam para o envolvimento nas tarefas de treino e competição — e os factores de rejeição, que decorrem das dificuldades,

esforços, insucessos e conflitos vários temporariamente desagradáveis, portadores de um potencial de desmobilização. Apesar de as forças de atracção para outras actividades terem um impacto considerável nos jovens, a investigação sugere que as razões negativas associadas à prática desportiva assumem um papel mais determinante na decisão de abandonar. Entre estas razões destacam-se as seguintes:

- **Pouco tempo de envolvimento na prática:** a incorrecta gestão das sessões de treino, dos tempos nas tarefas e da participação nas competições são alguns aspectos que retiram sentido à actividade. O trabalho com jovens deve promover o equilíbrio entre a quantidade e a qualidade da participação, de modo que o praticante se sinta valorizado no grupo-equipa e adquira a percepção de competência desportiva.
- **Insucesso:** os jovens podem viver repetidas experiências de insucesso, com origem na inadequada focalização no resultado, eventualmente estimulada por via da orientação pedagógica do treinador, mas também no incorrecto estabelecimento de metas, objectivos e programas de actividades. Tais experiências geram sentimentos de desvalorização social, cuja importância é potenciada pelo facto de o desporto constituir um domínio de grande relevância na afirmação pessoal dos adolescentes. Por outro lado, a experiência repetida de não ver realizados os objectivos desejados é causa de frustração que faz tender para o abandono.
- **Falta de evolução na actividade:** os jovens criam vulgarmente expectativas de rápida evolução no seu desporto, muitas vezes irrealistas, seja em função de um desconhecimento do processo de treino, seja porque existe dissonância entre o que pretendem e as suas capacidades pessoais, seja ainda por desajustadas estratégias de treino. Deste modo instala-se o desânimo e ocorre o abandono. O treinador tem entre as suas funções a de ajustar expectativas, adequar objectivos, reforçar todas as aquisições e progressos que tenham lugar e dar atenção diferenciada às dificuldades dos jovens, ajudando-os a ultrapassá-las.

- **Falta de divertimento:** acontece quando não se verificam as condições referidas anteriormente a este propósito.
- **Aborrecimento:** é o sentimento que os jovens referem vivenciar quando não encontram desafios bastantes na actividade, ou quando percebem que os seus objectivos são repetidamente frustrados.
- **Lesões:** encontram-se entre os acontecimentos mais frustrantes e traumatizantes da participação desportiva, pelo que significam de interrupção abrupta de um percurso rumo a uma meta na qual se investe significativamente. O facto de repentinamente se perder o controle do próprio comportamento, a que se associa a percepção (correcta ou incorrecta) de deixar de ser alvo da atenção por parte do treinador e de perder estatuto no seio do grupo-equipa, é factor de desmotivação a ter em conta. Nestas circunstâncias deve ser proporcionado aos jovens um acompanhamento diferenciado e atento por parte dos treinadores, companheiros, pais e outros agentes envolvidos.
- **Falta de encorajamento de outros significativos:** conforme tem revelado a investigação (ex: BLOOM, 1989; GOULD; DIEFFENBACH; MOFFET, 2002), os praticantes que atingem níveis de excelência referem como elemento fundamental na sua carreira um grande suporte por parte dos outros significativos, designadamente dos familiares mais próximos e treinadores das primeiras fases. O ambiente motivacional que percebem à sua volta, os estímulos para ultrapassar os desafios e dificuldades inerentes ao processo, bem como a valorização que sentem por parte dos outros nesta actividade eminentemente social, constituem factores decisivos que mantêm a energia motivacional e evitam o abandono que pode ser precipitado quando não se verificam aqueles aspectos.

A GESTÃO DA ACTIVIDADE

No seu trabalho de gestão dos factores psicológicos da participação desportiva, o treinador deve ter em conta dois aspectos da

motivação dos jovens praticantes. De um lado deve conhecer os motivos de base do praticante responsáveis pelo envolvimento na actividade. Uma vez que as razões diferem de indivíduo para indivíduo, é tarefa do treinador respeitar o princípio da individualização do treino, também no tocante aos aspectos motivacionais, respondendo positivamente às razões que atraíram os jovens para o desporto. No entanto, a intervenção do treinador não deve ser apenas reactiva, adaptando-se às características dos seus pupilos. Deve ser essencialmente antecipativa, no sentido de promover neles o desenvolvimento de atitudes que o conhecimento em psicologia do desporto demonstre serem as mais adequadas para a adaptação psicológica positiva ao processo competitivo, como adiante se verá.

Para além de respeitar os motivos individuais de base que caracterizam cada praticante, o treinador deve gerir o equilíbrio entre a motivação intrínseca e a extrínseca. De facto, não sendo a realidade humana preta ou branca, diversos motivos podem coexistir na estrutura psicológica dos atletas, centrando-se alguns deles em factores externos, como o prestígio, as recompensas materiais ou sociais e o resultado desportivo, e outros em factores internos, como o prazer da prática ou a superação de desafios pessoais. Respeitando cada personalidade, o treinador de jovens deve promover o desenvolvimento da dimensão intrínseca da motivação que, ao predominar sobre a extrínseca, aumente a probabilidade de continuidade empenhada no processo e conseqüente evolução.

Como sugere o actual estado do conhecimento nesta área, o confronto interior que os praticantes possam viver, constituído pelo querer ganhar aos outros versus querer superar-se a si próprio, ao ser vencido pelo desejo de superação, terá conseqüências mais favoráveis para a adaptação psicológica individual. Com efeito, registar-se-á deste modo uma mais eficaz concentração na tarefa, contrária ao desvio atencional para factores externos irrelevantes para a obtenção da prestação, tal como se promove a aprendizagem do valor do esforço necessário ao alcance dos objectivos pessoais. O prazer resultante da percepção de que se realizou a prestação individual de acordo com o potencial e

objectivos pessoais, previamente estabelecidos é altamente gratificante e motivador para a continuação da actividade. Também no caso de não se atingirem os objectivos, a medida e os critérios de avaliação pessoal permitem recolher as informações necessárias à correção dos processos e melhoria ulterior.

O treinador de jovens tem a seu cargo promover o desenvolvimento da estrutura psicológica dos praticantes, tal como o faz relativamente às componentes física, técnica e tática, seguindo um modelo de treino integrado que contemple todos os factores. Neste sentido deve preocupar-se com o desenvolvimento humano do praticante e com a formação de atitudes que constituem verdadeiros alicerces da evolução futura, as quais integram o seguintes aspectos:

- **Treino para a autonomia.** A simples observação da realidade revela que durante a competição os atletas estão entregues a si próprios na realização da sua prestação, fazendo apelo às capacidades desenvolvidas no processo de treino. Entre estas deve estar o desenvolvimento da independência e autonomia, tanto no estabelecimento de metas pessoais como na adopção de estratégias para superar as dificuldades;
- **Treino para auto-superação.** Como a autonomia, a atitude de auto-superação é aprendida no processo de socialização associado ao envolvimento social da criança e do jovem, no qual o treinador das primeiras fases da carreira, como pessoa significativa, tem um papel determinante;
- **Treino de competências na resolução de problemas.** Os praticantes devem ser formados na aquisição de recursos pessoais para resolver os problemas colocados pelas situações desportivas, dentro e fora da competição.

A ESTRUTURA PSICOLÓGICA DO JOVEM PRATICANTE

Com o objectivo de promover na criança e no jovem a formação de uma estrutura psicológica favorável ao desenvolvimento do seu potencial humano e desportivo, o treinador

dispõe de um repertório instrumental no qual se destacam as seguintes estratégias:

a) Estabelecer claramente objectivos desafiáveis de tarefa

Na lógica do referido anteriormente, o tipo de objectivos para as acções dos praticantes deve valorizar as componentes da tarefa, privilegiando o processo relativamente ao resultado. Para que constituam energia suficientemente mobilizadora, os objectivos devem apontar para níveis um pouco acima do estado de desenvolvimento do praticante e ser claramente identificados e quantificados, de forma a permitirem a avaliação do desempenho.

Uma vez que as crianças tendem a reger-se por metas temporais próximas, os objectivos devem referir-se a cada sessão. No entanto, a fim de as educar no sentido de trabalharem em função de uma dimensão temporal alargada, é importante que se introduzam objectivos relativamente a ciclos de sessões.

b) Atribuir recompensas simbólicas à realização, e não ao resultado

Quando se atribuem recompensas materiais importantes ao resultado da prestação, conduz-se o praticante a orientar o seu comportamento para tais recompensas e a ver a prática desportiva como um instrumento para esse fim. Percebe-se, então, que a realização e aperfeiçoamento das tarefas desportivas, que devem ser a finalidade primeira do treino, passam a elemento secundário, enquanto a obtenção dos prémios se torna o objectivo prioritário. Tende ainda a acontecer que no momento em que o prémio deixe de existir ou seja menos valorizado pelo praticante, a motivação cessa e o abandono torna-se a consequência provável.

É então de se questionar: será que não se devem utilizar recompensas no processo de treino e competição? Não! O que se deve ter em conta é se a recompensa é mais importante que a própria prestação, e qual o tipo de comportamento que deve ser premiado.

Pelas razões expostas, a recompensa deve referir-se ao desempenho da tarefa e não ao seu resultado e, por outro lado, deve ter um carácter simbólico, que informe sobre a qualidade do trabalho, ao invés de ter um valor em si mesmo que anule a importância da etapa superada.

Com estes aspectos em mente, é fundamental que se definam claramente os comportamentos pretendidos em unidades que possam ser observadas. Desta forma torna-se possível o controle da evolução dos jovens por meio de uma avaliação objectiva, segundo critérios previamente estabelecidos.

c) Utilizar reforços verbais e não verbais

O jovens guiam-se pelas referências que procuram nos outros significativos, designadamente nos seus treinadores. Tais referências dão indicações sobre o modo como desempenham as tarefas, confirmando a sua correcção ou informando sobre as alterações a realizar. Têm ainda efeito sobre a auto-estima e autoconfiança, o que é determinante para a motivação e realizações posteriores.

Estes reforços devem ser de carácter instrumental (ex: dando indicações claras sobre a forma de realizar as tarefas), ou afectivo (ex: dizendo que 'foi bom' ou estimulando o empenho) e deverão estar claramente relacionados com o comportamento, bem como ser imediatos à execução.

d) Analisar as causas do desempenho

A aprendizagem e a evolução são facilitadas pelo conhecimento e compreensão que os praticantes tenham das suas realizações. Assim aumentará a probabilidade de identificarem as causas objectivas dos seus resultados e de poderem agir sobre elas, quer alterando-as no caso de insucesso quer repetindo-as no sucesso. Por outro lado, devem ser fomentadas nos jovens as interpretações e justificações realistas, objectivas e responsabilizadoras. Atribuir as culpas dos maus resultados a elementos externos pode, a curto prazo, preservar a auto-estima; no entanto, futuramente os praticantes terão tendência a não assumir as suas responsabilidades em acontecimentos negativos e não corrigir atitudes e comportamentos.

É nas primeiras idades que os jovens devem ser educados no hábito de analisar e interpretar as boas e más prestações, procurando as causas que os responsabilizem e motivem para continuar a linha de trabalho ou para corrigir processos.

e) Promover expectativas positivas

A motivação e a confiança com que as crianças e jovens se entregam a uma tarefa ou

actividade desportiva dependem da expectativa que têm sobre a sua capacidade de realização. As referências que recolhem dos seus treinadores são elementos fundamentais para formularem os juízos sobre as suas capacidades.

O desenvolvimento das expectativas positivas dos praticantes é facilitado pelo facto de o treinador não focalizar as suas intervenções nas diferenças individuais entre os jovens, as quais podem ser devidas a níveis distintos de maturação ou a velocidades de aquisição diversas. Pelo contrário, a estratégia a seguir deve colocar ênfase nos progressos de cada um, utilizando como critério de evolução os ganhos relativamente ao seu próprio nível inicial.

CONCLUSÃO

A importância do treino de jovens e dos aspectos a ter em conta evidencia as características transcendentais do papel do treinador das primeiras fases da carreira do praticante. Este pode ou não vir a atingir o alto rendimento, o que depende das suas motivações e capacidades. Pode então afirmar-se que as tarefas do treinador de crianças e jovens são:

- complexas, pelos múltiplos factores e variáveis a considerar;
- exigentes, quanto às competências técnicas, pedagógicas e científicas que devem dominar;
- de responsabilidade, pelo impacto que têm na formação do atleta e do ser humano.

Com efeito, o trabalho nestas idades não pode ser entendido como a primeira etapa de uma carreira de treinador que visa ao alto rendimento. Esta perspectiva conduziria à idéia, tão errada quanto perigosa, de que a intervenção junto de jovens estaria destinada aos técnicos menos experientes e competentes.

Pelo contrário, o trabalho no domínio do treino de crianças e jovens exige competências específicas que devem ser adquiridas no período de formação dos treinadores e aprofundadas por meio de uma experiência reflectida e atravessada por preocupações de formação contínua.

O trabalho nos escalões infantis e juvenis é em si mesmo uma carreira constituída de várias etapas que, sobretudo nos primeiros tempos,

deve ser enquadrada por treinadores mais experientes nesses escalões, actuando como tutores dos que se iniciam na actividade. As exigências específicas deste trabalho distinguem-no do que é realizado com adultos e no alto rendimento.

A tomada de consciência dos aspectos referidos por parte de todos os agentes interventores permitirá uma diferenciação e valorização progressiva deste sector do treino desportivo. A melhoria qualitativa da prática nos diversos níveis será uma consequência futura.

TRAINING YOUNG PEOPLE: COMPLEXITY, DEMAND AND RESPONSIBILITY

ABSTRACT

This bibliographic study aimed at analyzing the role of the coach concerning the sportive education process of young people. Initially, the responsibilities of the coach who trains young people were evidenced by a survey on the main functions: the practitioner personal development, development of the sportive qualities and the elaboration of the fundamentals of a long sportive career. In this process, the main reasons for the prolonged development of the sportive practice and the disregard of the sportive practice by the young people are discussed. To conclude, the text makes the role of the coach as a manager of the activity evident, the person who needs to search the equilibrium between the practitioner's intrinsic and extrinsic motivation. Therefore, we can conclude: training young people emphasizes the transcendent characteristics of the role of the coach during the first stages of the practitioner's career, period when the functions are complex, demanding and require responsibility. In this sense, the work concerning this period of age can not be understood as the first stage of the coach's career, but expert coaches must act as tutors, since this phase demands specific competencies that must be carefully acquired and examined by a reflective experience in a continuous process of education.

Key words: Training. Learning. Young people.

REFERÊNCIAS

ALOIA et al. Physical education teachers initial perceptions of handicapped children. **Mental Retardation**, v. 18, no. 2, p. 85-87, 1980

COSTA, A.M., RODRIGUES, D. Special education in Portugal. **European Journal of Special Needs Education**, v. 14, no. 1, p. 70-89, 1999.

HEGARTY. Integration and the Teacher In: MEYER, C. J. W. ; PIJL, S. J. ; HEGARTY, S. (Eds.). **New perspectives in special education: a six country study of integration**. London : Routledge, 1994.

JANSMA ; SHULTZ. Validation and use of a mainstream attitude inventory with physical educators. **American Corrective Therapy Journal**, v. 36, p. 150-158, 1982.

MARSTON, R. ; LESLIE, D. Teacher perceptions from mainstreamed vs. non-mainstreamed teaching environments. **The Physical Educator**, v. 40, p. 8-15, 1983.

RODRIGUES, D. A caminho de uma educação inclusiva: uma agenda possível. *Rev. Inclusão*, v. 1, no. 1, p. 1-12, 2000.

RODRIGUES, D. A educação e a diferença. In: RODRIGUES, D. (Org.). **Educação e diferença**. Porto : Editora Porto, 2001.

RIZZO. Attitudes of physical educators toward teaching handicapped pupils. **Adapted Physical Activity Quarterly**, v. 1, p. 263-274, 1984.

RIZZO, T.L. ; VISPOEL, W. P. Physical educators' attributes and attitudes toward teaching students with handicaps. **Adapted Physical Activity Quarterly**, v. 8, p. 4-11, 1991.

UNESCO. **Declaração de Salamanca e enquadramento da acção na área das necessidades educativas especiais**. Lisboa : IIE, 1994.

Recebido em 20/06/2003

Revisado em 15/08/2003

Aceito em 20/09/2003

Endereço para correspondência: Sidónio Serpa, Faculdade de Motricidade Humana, Laboratório de Psicologia do Desporto, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada-Dafundo, Lisboa-Portugal.
E-mail: sserpa@fmh.utl.pt