

A PSICOLÓGIA DO ESPORTE APLICADA NO VOLEIBOL NO 3º ANO DO ENSINO MÉDIO PARA ADOLESCENTES DE 15 A 17 ANOS

ALMEIDA, Iago Rodrigues¹

RU: 1993779

CALVE, Tatiane²

RESUMO

A presente pesquisa visa apresentar a prática de atividade física a partir da psicologia do esporte aplicada no voleibol no 3º ano do ensino médio para adolescentes de 15 a 17 anos. Pode-se dizer que é uma tarefa que demanda atenção para inserir o aluno nessa prática, o objetivo de trazer vários conhecimentos tanto cognitivo, intelectual e psicológico. Assim, iremos abordar as formas que o professor deve elaborar sua aula para que possamos ter um aluno mais capacitado para o futuro. Este estudo caracteriza-se como bibliográfico com abordagem qualitativa com base em autores e pesquisadores e os principais artigos disponíveis sobre a psicologia do esporte para alunos no 3º ano, tendo como base o processo de desenvolvimento e aprendizagem do voleibol. Assim, identificando as formas de ensinar voleibol, melhorando a formação dos alunos na escola, utilizando as sessões de psicologia do esporte na maturação dos alunos durante o seu projeto de aprendizagem. Vale ressaltar que o importante não é só aprender a jogar voleibol e sim a ter espírito de cooperação, no qual ajude um ao outro, adquirir habilidades motoras, etc. Obteve-se como resultado a total influência da psicologia do esporte no ensino do voleibol na qual foi observada a evolução histórica e melhoria no avanço da prática. Chegamos à conclusão de resultados importantes de que os fatores psicológicos como motivação, dedicação, entusiasmo dos alunos afetam em seus estudos e no seu cotidiano, contribuindo para uma sociedade melhor e com mais disposição para aprender o voleibol em suas aulas de educação física.

Palavras-chave: Psicologia. Voleibol. Educação Física. Escola.

1. INTRODUÇÃO

Compreende-se que a Educação Física tem um papel fundamental na rotina diária dos seres humanos, como por exemplo, em movimentos de locomoção, mudança de direção, além de outras valências físicas utilizadas no dia a dia como: velocidade, resistência, agilidade, força e outras, tendo como fim o desenvolvimento cognitivo, físico e senso motor.

Entende-se que a psicologia do esporte é um dos fatores essenciais para o desenvolvimento no voleibol, e na rotina diária dos alunos, para quaisquer atividades

¹Aluno do Centro Universitário Internacional UNINTER. Artigo apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso

² Professora Orientadora no Centro Universitário Internacional UNINTER.

necessita de um grau de psicológico para desenvolver a tarefa, por mais simples que ela seja. Tendo em vista o desenvolvimento cognitivo como: a redução de estresses, prevenção de doenças degenerativas com a oxigenação do cérebro, agilizando e facilitando as informações processadas pelos neurotransmissores, como consequência melhorando a memória e reduzindo a produção de cortisol na corrente sanguínea. Conforme afirma Weinberg e Gould (2001, p. 28) que as pessoas estudam a psicologia para “entender como os fatores psicológicos afetam o desempenho físico do indivíduo; entender como a participação em esportes afeta o desenvolvimento psicológico, a saúde e o bem-estar de uma pessoa”.

Contudo, ao falar em psicologia do esporte e voleibol ao mesmo tempo, desperta nos alunos de 15 a 17 anos do 3º ano do Ensino Médio a vontade de conhecer um pouco mais sobre estes dois assuntos coligados para obter resultados satisfatórios em seu comportamento cognitivo e físico e para disseminar em sua comunidade os conhecimentos aprendidos.

A partir dos resultados obtidos nas escolas e observando a necessidade de estudos para motivar a prática de voleibol na Educação Física Escolar, principalmente no 3º ano do Ensino Médio, onde o aluno deixa de dar certa atenção para a prática desportiva e foca mais nos estudos, pois esta parte não é cobrada para ingressar na Universidade. Contudo, deixa de entender a influência da psicologia do esporte no desenvolvimento e na aprendizagem do voleibol.

Compreender a influência da psicologia no vôlei no processo de desenvolvimento e aprendizagem não é uma tarefa tão simples, requer entusiasmo e vontade de vencer, para conseguir atingir os objetivos como: a psicologia do esporte pode influenciar na motivação dos alunos nas aulas de Educação Física Escolar no, como o voleibol é ensinado nas escolas, qual a influência das sessões de psicologia do esporte na maturação dos alunos durante o processo de aprendizagem do voleibol nas aulas de Educação Física Escolar.

A psicologia do esporte aplicada no voleibol nas escolas é uma das formas de demonstrar a importância da psicologia do esporte e fora para o desenvolvimento das pessoas seja o cognitivo, psicomotor ou intelectual, dando condições para que o aluno consiga enfrentar situações estressantes do ambiente esportivo e escolar obtendo maior potencial em suas aulas e em outras atividades tendo como desenvolvimento a motivação, o pensamento, estado de humor e emoção. Assim, segundo Suvorov e Grishin (2002) o voleibol se destaca pelo desenvolvimento das

qualidades motrizes e psicológicas como velocidade, flexibilidade e resistência aeróbica, além da força para que possam dominar os hábitos motores do voleibol, motivação, estado de humor e emoção. Portanto, a criança consegue desenvolver suas capacidades físicas e cognitivas através da prática esportiva dentro da escola.

Tendo a inserção do desenvolvimento psicológico nos anos de escolarização os alunos e professores perceberão a importância do assunto ao curto e longo prazo dando mais atenção para trabalhar em sala o quanto antes, conseguindo aplicar no desporto e fora. Além de trazer para a sociedade um ser humano de autoconfiança, atenciosa, prestativa, controlada, com um pouco de competitividade, motivada a trabalhar e com comprometimento com seus afazeres.

Portanto, com o enriquecimento do conhecimento do voleibol e a psicologia do esporte os alunos tendem a desenvolver mais rápidos tanto na escola e fora trabalhando vivências motoras em situações difíceis com o estresse durante um exercício complexo de vôlei como realizando um treinamento de defesa com fundamentos de passe, ou seja, experiências emocionais e aspectos físicos estão sempre aliados. Entretanto, faz-se necessário estudar a contribuição da psicologia do esporte aplicada no voleibol principalmente na escolarização para que o aluno já leve para sua vida essa experiência sendo mais que um simples jogo, competição, brincadeira, etc. E sim uma atividade com desenvolvimento cognitivo e físico ao mesmo tempo, sendo experiências para outras atividades quaisquer dentro da escola.

2. A PSICOLOGIA DO ESPORTE APLICADA NO VOLEIBOL DENTRO DA ESCOLA

2.1 Características da Educação Física Escolar no Ensino Médio

“O principal objetivo da Educação Física na Escola é de educar através do movimento, educar corpo e mente”, conforme afirma Bouvié, Elesbão e Mayer (2016, p. 01). Logo, o aluno conseguiu ingressar na universidade, como na sociedade como um todo também, tendo capacidades de adaptar ao novo mercado, com a tecnologia aprimorada como ser humano tanto intelectual como crítico.

Outro objetivo conseguido foi de ter condições em que o aluno percebeu o seu grau de organização do ensino na escola, as Diretrizes Curriculares Nacionais

(DCNs) definem como é formada a pedagogia de ensino da escola, a forma de avaliação e aprendizagem do aluno, a grade curricular de ensino. E também reformulou a lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei nº 9394/96, Art. 35), no que diz que as finalidades específicas do Ensino Médio são:

[...] consolidar e aprofundar os conhecimentos adquiridos no Ensino Fundamental; possibilitar o prosseguimento dos estudos; preparar para o trabalho e a cidadania; desenvolver habilidades como continuar a aprender; capacidade de se adaptar com flexibilidade às novas condições de ocupação e aperfeiçoamento; aprimorar o educando como ser humano, incluindo a formação ética e o desenvolvimento da autonomia intelectual e do pensamento crítico; e compreender os fundamentos científico-tecnológicos dos processos produtivos, relacionando teoria e prática (BRASIL, 1996, s.p.).

Segundo Mattos e Neira (2000) para inserir a Educação Física dentro do currículo escolar e colocá-la no mesmo grau de importância das outras áreas conhecimento os professores trabalharam através da fundamentação teórica, da vinculação das aulas com os objetivos do trabalho, da não improvisação e, principalmente, da elaboração de um plano que atenda às necessidades, interesses e motivação dos alunos.

Conforme Correia (2009, p. 83-84), é um “espaço social de promoção humana, onde são desenvolvidos processos intencionais e sistemáticos visando à socialização de saberes das mais diferentes naturezas”. Portanto, vale destacar que a Educação Física inserida no final do Ensino Médio é de grande valia principalmente na parte de integração dos alunos e uma atividade diferente do dia a dia do aluno que está preparando para o ingresso na Universidade, e o principal conhecimento da modalidade desportiva como o voleibol desde suas crenças, regras, dinâmicas e trabalhos em grupos e diversão assim o aluno consegue adquirir diversas atributos e qualidades.

A Instituição Escola precisa ser efetivamente um “espaço sociocultural” (DAYRELL, 2007), contemplando a extrema diversidade das “juventudes” atuais. Podemos perceber que hoje as juventudes conhecem com muita facilidade a vida noturna em bares, boates e outras festas, deixando de usar o seu tempo para os estudos. O principal objetivo da escola e da prática desportiva é dar espaço para que o aluno consiga ter a interação com seus colegas e principalmente ter o conhecimento adquirido e de uma forma simples e divertida trazendo para seus

amigos de fora o conhecimento adquirido e divulgando a socialização em que este lê trouxe de benefícios.

Somando a isto as aulas devem estar em busca do aprendizado, ensinando de maneira de lúdica se possível e atentando principalmente aqueles alunos que ainda não despertaram interesse pela prática esportiva, trazendo este aluno para participação da aula com o auxílio dos seus colegas de classe, com a realização de jogos entre alunos essa tarefa fica fácil tendo atenção aos gestos técnicos conforme foi ensinado em aulas passadas e não apenas jogar de qualquer forma, não se esquecendo de avaliar o aluno em situações difíceis e de confronto como: o salto para ataque com o uso do bloqueio; a situação de treinamento de passe e defesa com o desenvolvimento da agilidade e posicionamento em quadra.

2.2 Métodos de ensino utilizados para o voleibol na escola

Dentre os métodos utilizados para ensinar voleibol na escola encontram-se o tradicional, minivoleibol e situacional. Segundo Nascimento (2019, p.18) o método tradicional que foca no ensino por partes, ou seja, inicia como realiza fundamentos básicos saque, manchete, toque, bloqueio, ataque e defesa etc. Inicia-se sempre do mais simples para o mais complexo e somente avançando o nível quando o aluno atingiu o conhecimento em cada parte e no final uniu todo o conhecimento adquirido em situações de jogo.

Outro método utilizado para ensinar voleibol na escola é o minivoleibol, no qual é ensinado por meio de mini jogos com situações problemas que vão surgindo durante o jogo em que o aluno é colocado em situações das quais tem que resolver o problema com agilidade e da melhor forma possível. Quando realizadas em conjunto dos seus colegas, as atividades são mais interativas e complexas, realizadas de forma dinâmica entre os alunos e dando mais espaços na quadra, no qual todos participem de forma reduzida nas quatro mini quadras disponibilizadas dentro da quadra poliesportiva da escola.

Podemos destacar o método situacional onde o aluno aproxima o máximo da situação de jogo onde é trabalhado de forma dinâmica sem utilização de pressões psicológicas durante o jogo, além das brincadeiras entre as situações onde o aluno não perde o foco e nem sua atenção na tarefa realizada e nem o prazer pelo desporto, assim podendo solucionar o problema em que a equipe apresenta em

jogos e melhorando suas dificuldades tanto individuais como coletivas e levando o aprendizado para sua rotina na escola.

Segundo Franco apud Moscard, Alves e Gregol (2013, p. 1) descreveu que:

O voleibol é uma modalidade esportiva coletiva apresentando na sua essência o jogo, fator que sociocultural mente motiva e estimula as pessoas, mostrando-se muito favorecido e propício o desenvolvimento da sua prática. Porém, apresenta-se preocupante o ensino da modalidade esportiva na escola sem um procedimento metodológico apropriado, tendo o objetivo voltado apenas para a assimilação de gestos técnicos. Dessa forma, não ocorre o direcionamento para a reflexão em um contexto mais abrangente.

Assim, reforça que o ensino não deve ser maçante e tenso. O aluno deve ter participação no aprendizado e principalmente nas aulas práticas para saber sua dificuldade e facilidade no exercício sempre que possível deve ser ensinado de uma forma lúdica para que o aluno sinta prazer pela modalidade desportiva e motivado em aprender com o passar do tempo. Portanto, o professor não vai somente ensinar o conteúdo e sim aprender com seus alunos e estando consciente das principais dificuldades apresentadas e pronto para adaptar a aula para que não ocorra a repetição dos mesmos erros. Neste sentido, Campos (2006 apud SOUZA 2007, p.1) complementam que:

Cabe ao professor de Educação Física e ao professor treinador de voleibol participar ativamente na confecção desse projeto pedagógico, e assim poderá definir alguns parâmetros básicos para a aquisição de materiais, espaços e horários para aulas e treinamentos dessa modalidade. Também será importante esclarecer como o voleibol poderá contribuir juntamente com as outras disciplinas, para a formação integral do aluno. É de fundamental importância que os professores de Educação Física e/ ou professores/ treinadores participem de reuniões, nas quais se decidem os caminhos que a escola irá tomar. Pois, desta maneira, poderão contribuir decisivamente para o desempenho educacional do aluno, efetivamente nos aspectos afetivo e cognitivo.

Portanto, devemos entender que não é o esporte favorito geralmente dos alunos analisando historicamente e sim o futebol desperta mais interesse nos alunos devido suas ideologias e praticas, porém não os distancia muito a forma de ensinar é a mesma iniciando a partir dos fundamentos básicos como manchete, toque, saque por baixo, etc. Logo em seguida começam a ser inseridos em minijogos e começa a dinâmica entre os colegas onde começa a desperta o interesse pelo

esporte, e para aqueles que já absorveram o conteúdo auxilia os outros colegas que apresenta alguma dificuldade.

De modo geral é notório que nessa fase o aluno procura a pratica desportiva para sair um pouco daquele ambiente de sala de aula e para colocar o seu corpo e mente em pratica e realizar de forma lúdica, ou seja, não praticando uma aula que seja com ênfase em regras e teorias e sim de maneira lúdica, sempre atentando para conceitos e regras para não virar uma simples brincadeira.

2.3 Conceitos de psicologia do esporte

A cada dia que passaram mais os profissionais de Educação Física procuram inserir a psicologia do esporte em suas sessões de treinamentos, podemos citar como a motivação inserida no voleibol podendo influenciar na vida do aluno e nos seus estudos agindo em suas emoções dando animo para dedicar mais em outras atividades escolares e no seu cotidiano.

Percebe-se que a parte técnica de uma equipe escolar não existiu um espaço para um profissional trabalhar a parte psicológica da equipe, ou seja, o profissional de Educação Física teve que ir a busca desse conhecimento para passar aos alunos para aperfeiçoarem o rendimento escolar e desportivo.

Conforme Gould e Pick (1995), o percussor da Psicologia aplicado no desporto dos Estados Unidos defende a ideia de psicologia no esporte através do ensinar a professores os princípios psicológicos tendo em vista que o profissional de Educação Física não tem uma formação tão grandiosa nesta área para colocar em suas aulas de maneira enriquecedora. Portanto, conseguiu adaptar a informação já adquirida em Psicologia utilizando o método científico e experimental para que ajudassem os alunos em suas aulas práticas.

Segundo Cruz e Gomes (2001, p. 1) os fatores psicológicos foram determinantes para chegar aos resultados tão expressantes dentro do desporto, esses fatores fizeram parte da sessão de treinamento assim como afirma Kocian, R., Kocian, W. e Machado (2005, p. 1) que o ideal de uma sessão seria dividido em parte física, cognitiva e emocional. Conforme Deschamps e Junior (2006, p. 1) a parte da sessão de treinamento psicológico foi a principal para a preparação do aluno sendo utilizado em programa de rendimento até mesmo em sala de aula. Portanto, Weinberg e Gould (2001, p. 28) citou a psicologia para estudar os fatores

cognitivos relacionado com a parte física do aluno aliado ao desposto com relação à saúde física, bem-estar, rendimento na escola e outros.

Segundo Becker (2003, p. 39), defende sobre as lesões e estresse durante as competições escolares e treinamentos mais intensos podendo ocasionar o ciclo de Burnout, portanto o objetivo não é tornar a escola vencedora de todas competições e nem os alunos um forte atleta, o professor afrente dos seus alunos deve tomar cuidado no planejamento dos treinamentos para que isso não ocorra com seus alunos.

É comum ouvir na reta final dos treinamentos e início de competições esportivas e até mesmo em intercolegiais: “temos que nos preparar psicologicamente para esta partida” ou “fisicamente o time está bem, mas psicologicamente vem passando por dificuldades” ou, ainda, “temos que elevar o moral para virarmos o jogo” (BECKER, 1998, p. 31). Portanto, o aluno não deve passar por essa dificuldade ou até mesmo ouvir essa frase durante suas aulas pois, o foco principal é aprender a dinâmica do jogo e a interação entre os alunos e caso consiga a vitória no colegial melhor ainda, porém o importante mesmo é participar. Quanto a parte de preparação psicologia o professor de educação física irá em busca sempre de se aperfeiçoar quanto a parte psicológica para inserir em suas aulas até mesmo se aperfeiçoar nesta área, pois percebemos que ainda na universidade não é dada certa atenção para essa parte de ensino aliada ao esporte.

Considerando o aspecto biológico psicológico e social humano, o aluno poderá se deparar com necessidades em quaisquer das esferas acima citadas: biológica, psicológica ou social (WEINBERG, 2001). O professor deve estar atento para quando ele deve intervir na situação do jogo para não atrapalhar a dinâmica do jogo e sim fortalecer a parte psicológica do aluno, apesar da escola não ter um especialista para acompanhar a aula de educação física é interessante que o professor tenha um bom relacionamento com a sessão de psicologia da escola para que ele consiga ter um auxílio dos alunos com mais dificuldade e consiga fazer com que estes se desenvolvam mais rápido.

2.4 Influência da psicologia do esporte no ensino de esportes na escola

Foi de suma importância o profissional de Educação Física ter tido um bom relacionamento com os seus alunos, pois estes absorveram o conteúdo da melhor

forma possível, sendo organizados de forma específicas, e demonstrados o que pretendia ensinar através do exemplo.

No entanto, esta sequência cronológica teve certa atenção onde o professor soube lidar com a teoria e a prática principalmente, se este não conseguisse demonstrar, teria que trazer um reforço para a aula como um atleta de alto rendimento para acrescentar no aprendizado, ou vice-versa se conseguisse praticar bem e não conseguisse ensinar poderia utilizar de outras formas de ensino como vídeo, literatura desportiva e outras maneiras.

Dessa forma, recomendou se utilizar o conhecimento conceitual, procedimental e logo o atitudinal, observando a psicologia do desporto, tendo consciência dos conhecimentos adquiridos sendo envolvidas outras disciplinas como a psicologia, a sociologia, a medicina e outros. Conforme nos relata Sadi (2010, p. 1) “A pedagogia do esporte como concepção teve como princípio fundamental o ensino (de esporte) por meio de jogos; não qualquer jogo, mas aqueles que se aproximam dos esportes, os jogos esportivos”.

A psicologia do esporte é uma área científica onde estuda as pessoas e os seus comportamentos neste caso aliado ao estudo e ao desporto com aplicações práticas aliadas a teoria, conforme afirma Gill (1986), os psicólogos do esporte identificam dificuldades de atenção para exercer a atividade, timidez, egoísmo, principalmente em esporte que são coletivos e outros. Que muito das vezes os psicólogos são os professores de Educação Física, devido à escassez de profissionais nesta área. O mais importante é que cada aluno consiga obter de alguma forma alguma melhoria em sua vida pois o foco não é formar atletas e sim seres humanos melhores, e uma maior democratização na sociedade contemporânea.

Segundo Marques (2001, p. 130) todos tem que ter acesso a psicologia do esporte, sendo o esporte um dos patrimônios culturais da sociedade, ou seja, o autor defendeu a democratização para que todos participem de pelo menos uma modalidade. Percebemos que nas escolas públicas há uma defasagem em relação às escolares particulares em que muitas vezes o aluno não tem participação na modalidade desportiva devido falta de infraestrutura, profissionais especializados e dentre outros aspectos. Isso nos mostra que a ausência desse conhecimento inibe muito a prática dos alunos e principalmente o incentivo para realizar uma atividade física diferente.

Conforme afirmou Santana, (2005, p.1), "ao longo da história da educação física brasileira até os dias de hoje, a pedagogia do esporte, em grande parte, pouco se preocupou em educar considerando, e até mesmo respeitando, a complexidade das pessoas e dos fenômenos sociais". Portanto, temos muito que evoluir em relação a esse histórico para que possam mudar essa estatística começando pela especialização do profissional de Educação Física nesta área, a participação de psicólogos na escola e principalmente nas modalidades desportiva, trazendo assim um enriquecimento para as modalidades desportivas e principalmente os alunos, sabendo refletir na democratização da sociedade.

Segundo Samulski (1992), destacou a necessidade de uma formação mais abrangente apontando quatro os campos de aplicação da psicologia do esporte, conforme seguem: 1) Esporte de Rendimento; 2) Escolar; 3) Recreativo e 4) Reabilitação.

Nosso foco foi no escolar no período final do ensino médio para adolescente de 15 a 17 anos de idade, priorizando a formação do aluno e dando condições para ser inserido na universidade e não se esquecendo de formar um cidadão melhor para a sociedade através da psicologia do esporte sendo trabalhado nas aulas de educação física por um Profissional nesta área.

Podemos concluir que a psicologia do esporte está presente em todo lugar, dentro e fora da escola, e possui uma interdisciplinaridade com outras disciplinas ao se relacionar com os estudantes. O Profissional de Educação Física deve ter um conhecimento básico nesta área para conseguir lidar com os problemas no passar do dia a dia. Não basta simplesmente estudar bioquímica, fisiologia do exercício, anatomia e outras disciplinas da área, é importante o professor entender o que fazer para motivar o adolescente a querer aprender uma modalidade esportiva no final do Ensino Médio, quais benefícios ele terá para sua vida, e principalmente colocando seu corpo em movimento saindo um pouco da tensão de sala de aula. Resumindo, o adolescente, em sua maioria, não irá colocar o seu corpo em movimento e para isso, é necessário o professor de Educação Física ter um conhecimento básico para auxiliar seus alunos em sua formação escolar, aliando corpo e mente para o avanço da vida.

3. METODOLOGIA

Para a realização desse estudo foi utilizado quantos aos fins, uma pesquisa de caráter bibliográfico com abordagem qualitativa onde foram pesquisados autores e artigos com os principais dados disponíveis sobre a psicologia do esporte, aplicada no voleibol no 3º ano da escola para adolescentes de 15 a 17 anos, tendo como base o processo de desenvolvimento e aprendizagem do voleibol.

Os procedimentos desenvolvidos desta pesquisa tiveram como base inicial abordar as referências teóricas sobre a psicologia dentro do voleibol sendo um fator primordial para o desenvolvimento do aluno. Logo, em seguida teve uma breve recapitulação no histórico da modalidade e sendo praticado dentro da escola como: funções de cada aluno, posições na quadra, regras, atuação dos jogadores, advertências, etc. Teve a inserção do desenvolvimento psicológico tantos alunos como professores compreenderão a importância de uma modalidade desportiva no 3º ano do Ensino Médio, dando maior atenção na elaboração do projeto político pedagógico da escola na parte de educação física, desenvolvendo assim o deposto dentro e fora da escola, trazendo para a sociedade um ser humano com autoconfiança, atencioso, prestativo, controlado, com um pouco de competitividade, motivada a trabalhar e com comprometimento com seus afazeres.

Além de compreender as ações psíquicas que interferem nas atitudes dentro da escola, sendo observado também o cognitivo, o motivacional de cada aluno e o emocional trazendo melhorias para os alunos nas aulas de Educação Física. Teve como princípio básico, a comunicação entre os pares sendo a melhor forma de entender o relacionamento professor e aluno e colegas de outra sala de aula.

Contudo, para complementar a pesquisa é importante ter sessões voltadas para a psicologia do esporte com o objetivo de desenvolver a parte cognitiva e psicomotora do aluno aliado ao esporte e em outras atividades pessoais. Como por exemplo: trabalhos de redução de estresse através do diálogo, incentivo para o fortalecimento nas vésperas das competições escolares e em situações de preparo para as provas de outras disciplinas, ideias de melhorias em concentrações, auxílio no bem-estar familiar e dentre outros trabalhos.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesta reflexão teórica ficou evidenciado que, o ramo da influência da psicologia do esporte no ensino do voleibol para adolescentes entre 15 e 17 anos de idade, estudantes do 3º ano do Ensino Médio onde tiveram uma evolução histórica e melhoria no avanço da psicologia do esporte aliado a pratica desportiva no caso do voleibol na escola. Ainda hoje, percebe-se uma carência de profissionais qualificados em psicologia do esporte, o que reflete diretamente na formação dos alunos, que serão os grandes profissionais do futuro. A leitura teórica feita nos permite absorver a área de atuação do profissional, entender de uma forma mais simples a influencia da psicologia no voleibol e identificar a sua aplicação, podendo influenciar na motivação dos alunos.

Além de identificar como o voleibol é ensinado no Ensino Médio e destacar os pontos positivos e negativos na metodologia utilizada, conseguindo aprimorar este método. Também identificamos qual a influência das sessões de psicologia do esporte na maturação dos alunos do Ensino Médio durante o processo de aprendizagem do voleibol nas aulas de Educação Física Escolar.

Podendo destacar a dificuldade de encontrar professores com qualificação nesta área devido à diversidade de área de atuação e conhecimentos específicos que o profissional pode atuar proporcionando dentro da própria psicologia, Educação Física e do voleibol. Entretanto, dentro da psicologia do esporte podemos citar a psicologia clínica com atuação em programas específicos onde o aluno tem alguma demanda que pode ser trabalhada para melhor seu grau de rendimento na escola e educacional onde é direcionada e focada principalmente no rendimento do aluno nas aulas de voleibol.

Ao longo desse trabalho podemos notar que o aluno percebe com mais clareza o método de ensino utilizado pela escola, os processos de avaliação, o projeto básico, tendo como base as DCNs e conhecimento da lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei nº 9394/96, Art. 35) podendo destacar o método de ensino do vôlei como: tradicional, minivoleibol e situacional.

Espera-se que esse trabalho auxilie professores e alunos a entenderem melhor o processo de psicologia do esporte dentro das aulas de voleibol, aproximando-os mais à pratica desse desporto e incentivando-os a pratica-lo no 3º ano do Ensino Médio, período em que não é tão fácil praticar atividade física,

inclusive pelo maior tempo dedicado aos estudos. Porém, a prática é simples, não demanda muito tempo e beneficia os estudos, desenvolvendo atributos necessários para o ensino. Este conhecimento deve ser difundido no Brasil, fomentando a prática do voleibol nas escolas no final do Ensino Médio. Afinal, este é o ano mais crítico para a atividade física devido ao vestibular.

Podemos destacar os principais autores que trouxeram melhorias para o aluno conseguir chegar seus objetivos de uma forma simples através da prática de atividade física aliada aos estudos, ou seja, aliando corpo e mente. Resumindo, se o aluno não tiver uma boa saúde física dificilmente ele terá um bom rendimento nos estudos, fato que prejudicará os deveres na escola.

REFERÊNCIAS

BECKER JR, BEGTZE, M.M. A comunicação entre as crianças, os pais e os treinadores em uma escolinha esportiva de basquetebol, em relação à motivação e a proposta pedagógica. **Resumo do X Congresso Brasileiro de Psicologia do Esporte e III Congresso Internacional de Psicologia do Esporte**, Rio de Janeiro, 2003 p. 39

BRASIL, **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. *Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996*. Disponível em <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm> Acesso em 04/09/2020.

BOUVIÉ, R. L.; ELESBÃO, H.; MAYER, S. M. **As características da educação física na educação infantil e séries iniciais: Um estudo no município de Encantado – RS**. Santa Cruz do Sul, 2016.

CORREIA, W.R. **Educação Física no Ensino Médio: questões impertinentes**. 1 ed. São Paulo: Plêiade, 2009. (81-184)

CRUZ, J. F. A; GOMES, A. R. A preparação mental e psicológica dos atletas e os factores psicológicos associados ao rendimento desportivo. **Revista Treino Desportivo**, Portugal, 2001, p.18, v.3.

DAYRELL, J.T. **A Escola como espaço sócio - cultural**. Disponível em: http://portalmultirio.rio.rj.gov.br/sec21/chave_artigo.asp?cod_artigo=1068 Acesso em 20 set. 2020

DESCHAMPS, Silvia Regina; JUNIOR Dante de Rose. Os aspectos psicológicos da personalidade e da motivação no voleibol masculino de alto rendimento. **EFDeportes.com**, Revista Digital, Buenos Aires, 2006, p.1, n. 92.

Eberspächer, H. (1990). Mentales Fertigkeitstraining. **Sport Psychologie**, 1, 5-13.

GILL, D.L. *Champaign : human kinetics* – Psychological dynamics of sport. 1986.

Gould, D. & Pick, S. (1995). Sport Psychology: The Griffith era: 1920-1940. **The Sport Psychologist**, 9, 391-405.

KOCIAN, R. C.; KOCIAN, W. E.; MACHADO, A. A. Aspectos psicológicos positivos e negativos de uma concentração esportiva: uma visão dos atletas. **EFDeportes.com**, Revista Digital, Buenos Aires, 2005, p.1, n. 89.

MARQUES, A. O treino dos jovens desportistas. Atualizações de alguns temas que fazem a agenda do debate sobre a preparação dos mais jovens. **Revista Portuguesa de Ciência do Desporto**, v.1, n.1, p.130-137, jan.2001.

NASCIMENTO, M. G. S. **Métodos de ensino do voleibol no âmbito escolar**. 2019. 58 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) - Departamento de Educação Física, Universidade Federal Rural de Pernambuco, Recife, 2019.

NEIRA, M. G.; MATTOS, M. G. **Educação física na adolescência**: construindo o conhecimento na escola. 5.ed. São Paulo: Phorte, 2008.

Sadi RS. **Pedagogia do esporte**: descobrindo novos caminhos. São Paulo: Ícone, 2010. 216 p.

SANTANA, W.C. **Pedagogia de esporte na infância e complexidade**. Rio de Janeiro. Guanabara Koogan, 2005

SAMUSKI, D. **Psicologia do Esporte**. Belo Horizonte: Imprensa Universitária/UFMG, 1992.

SOUZA, C. **Reflexões sobre a prática do voleibol no cenário escolar – o voleibol “da” escola**. São Paulo, 2007. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/ceme/uploads/1383157608.Monografia_Cesar_Augusto_Fernandes_de_Souza.pdf> Acessado em 04/10/2020.

SUVOROV, Y. P; GRISHIN, O. N. **Voleibol Iniciação**. 3. Ed., Rio De Janeiro: Sprint, 2002.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 2.ed. Porto Alegre: Artmed, 2001. 560 p 28.