

ALEXANDRE MEDEIROS GHIZI

A CONTRIBUIÇÃO DO PROJETO DE TÊNIS DE MESA NA COMUNIDADE DO
BAIRRO CEARÁ DO MUNICÍPIO DE CRICIUMA

CRICIÚMA, 2002.

ALEXANDRE MEDEIROS GHIZI

A CONTRIBUIÇÃO DO PROJETO DE TÊNIS DE MESA DA COMUNIDADE DO
BAIRRO CEARÁ DO MUNICÍPIO DE CRICIÚMA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Educação Física da Universidade do Extremo Sul Catarinense, como requisito parcial para a obtenção do título de Licenciatura em Educação Física.

Orientadora:

Profª MSc Robinalva Ferreira Carrilho

CRICIÚMA, 2002.

TERMO DE APROVAÇÃO

BANCA EXAMINADORA

Presidente _____
Prof.ª MSc Robinalva Ferreira Carrilho

1ª examinador _____
Profª MSc Rosane Aparecida Bett Soratto

2ª examinador _____
Prof.º Euclides Jerônimo Ribeiro

Dedico este trabalho a todos os meus atletas do município de Criciúma, que no decorrer dos anos vem me respeitando, seguindo meus princípios e idéias; atletas que na maioria das vezes desacreditados, jamais desistiram e conquistaram muitos títulos, devido nossa aliança e comprometimento; atletas que servem de inspiração e motivação para continuar o trabalho, na busca do sucesso.

Dedico também aos meus colegas de classe que em muitas vezes me auxiliaram, quando me ausentava das aulas para participar de campeonatos.

“O trabalho do professor de educação física e do técnico esportivo vai além da simples orientação da prática esportiva. Ele busca orientar a criança para a vida, contribuindo por este meio, para questões mais amplas, auxiliando na construção da identidade do indivíduo praticante da atividade física e do esporte” (Rubio et al.,2000)

AGRADECIMENTOS

As pessoas que sempre me incentivaram, minha irmã Adriana e tia Silemar por ajudar na decisão de escolha do curso, sempre motivar e apoiar para o desenvolvimento deste, à minha Mãe Célia que me suporta nos dias ruins, a Deus por ter feito o Tênis de mesa fazer parte da minha vida.

Meu avô João pessoa que serve de exemplo e auxílio em todas minhas ações.

A minha orientadora professora Rubinalva Carrilio, por me orientar de forma competente e atenciosa.

A Maria Matiku Watanabe e seu esposo, me ensinaram e mostraram o tênis de mesa, sempre apoiaram e deram todo aparato necessário para ser jogador e depois me tornar técnico.

De forma especial agradeço a pessoa que mais me auxiliou na vida profissional, pessoa que através de sua força de vontade e cumplicidade às ações tornou vários sonhos possíveis, meu atleta Deivid Machado Gonçalves.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	01
1. CONTEXTUALIZANDO: A MODALIDADE DE TENIS DE MESA X	
COMUNIDADE.....	02
1.1 A Origem do Tênis de Mesa.....	02
1.2 Fatos e Curiosidades do Tênis de Mesa.....	04
1.3 Tênis de Mesa- O Esporte do Século XXI.....	04
1.4 Modalidade de Tênis de Mesa.....	05
1.5 Concentração.....	08
1.6 Importância da Prática do Exercício.....	09
1.7 A Importância da Prática do Esporte na Comunidade.....	12
1.8 Projeto de Tênis de Mesa na Comunidade.....	13
2. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	14
2.1 Tipo de Pesquisa.....	14
2.2 População.....	14
2.3 Amostra.....	14
2.4 Instrumento de Coleta de Dados.....	15
2.5 Coleta de Dados.....	15
2.6 Tratamento dos Dados.....	15
3. APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS.....	16
3.1 Questionário aos Pais	16
3.2 Questionário aos Alunos.....	21
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	27
5. REFERÊNCIAS.....	28
6. ANEXOS.....	29

INTRODUÇÃO

Neste trabalho monográfico venho externar alguns conhecimentos obtidos através de anos na prática de uma modalidade esportiva que faz parte de minha vida. O tênis de mesa, um esporte que paulativamente mostrou-me sua importância e com isso procura-se levar este benefício a muito mais pessoas.

Tendo como fonte de pesquisa um projeto de iniciação esportiva implantado no município de Criciúma, no bairro Ceará com a modalidade de tênis de mesa, onde poderemos verificar várias peculiaridades do esporte; analisar mais a fundo sobre reais benefícios que a prática do tênis de mesa pode trazer.

Para que possamos entender melhor sobre a modalidade trago um pouco de sua história, curiosidades e alguns fatores que determinam a evolução da criação na modalidade.

Com esta pesquisa pretende-se mostrar a todos o quanto pode ser útil, para comunidade do bairro Ceará e para todas as outras pessoas.

Tendo como **tema** para esta pesquisa: *A contribuição do projeto de tênis de mesa na comunidade do Bairro Ceará do município de Criciúma* **Problema**, *Qual a contribuição na qualidade de vida, dos praticantes de tênis de mesa do bairro Ceará e como objetivo* *Identificar a contribuição na qualidade de vida, dos praticantes de tênis de mesa do bairro Ceará.*

O **objeto de estudo** foi o *Tênis de mesa* e o **tipo de pesquisa** *Descritiva*.

A **população** analisada foi os *Participantes do projeto da Fundação Municipal de Esportes/ Banco do Brasil de tênis de mesa, realizado no Centro Comunitário do bairro Ceará*. E serviram de **amostra** *14 Alunos/ atletas e 14 pais dos respectivos alunos/atletas*.

Foi utilizado como **Instrumento de coleta de dados**: *questionário para: pais e alunos/ atletas*.

Este trabalho consta de três capítulos: capítulo 1 Contextualizando a Modalidade de Tênis de Mesa, capítulo 2 Procedimentos Metodológicos E capítulo 3 Apresentação e Análise dos Dados, além de considerações finais, referências e anexos.

1. CONTEXTUALIZANDO: A MODALIDADE DE TENIS DE MESA X COMUNIDADE

Neste capítulo apresentaremos um referencial teórico acerca da modalidade de tênis de mesa, bem como seu contexto na comunidade.

1.1 A Origem do Tênis de Mesa

Três dos modernos jogos populares de raquete descendem diretamente do antigo jogo medieval de “Tênis”, que costumava ser jogado tanto ao ar livre quanto em espaços fechados. Todos nasceram e evoluíram na Inglaterra durante a Segunda metade do Século XIX: o Tênis de Campo, praticado com uma bola mais macia – Borracha coberta de felpo, em terrenos gramados; o Tênis de Mesa (do mesmo modo um passatempo social) em salas comuns; e Badminton, no qual usava-se uma peteca no lugar de uma bola. Todos os três são hoje em dia esportes atléticos que exigem rapidez e destreza.

As primeiras lembranças registradas do Tênis de Mesa revelam um jogo rude iniciado por estudantes universitários com livros dispostos no lugar de uma rede, e por militares que o praticavam com equipamentos improvisados no país (Inglaterra) e no exterior. A primeira menção de um catálogo de produtos esportivos é de F.H. Avres, 1884. A mais primitiva patente até agora encontrada em conexão com o jogo foi a no. 19.070 de 1891, de Charles Baxter de Moreton – in – the Marsh, Gloucestershire, England.

Raquetes podiam ser de madeira, papelão ou tripa animal, cobertas algumas vezes por cortiça, lixa ou tecido; bolas de cortiça ou borracha, redes de diferentes alturas, algumas vezes consistindo de apenas um fio; mesas em diferentes tamanhos, partidas com contagens de 10, 20, ou 100, saque com um quique inicial na metade da mesa do sacador (o atual sistema), ou diretamente na outra metade da mesa de encontro a um espaço limitado ou não, porém com a obrigatoriedade do sacador estar afastado da linha de fundo da mesa. Nunca figuravam menos de quatro tipos diferentes de duplas. E em qualquer caso, o que era virtualmente o mesmo tipo de jogo tinha muitos nomes.

Nesse mesmo século XIX, um corredor de maratonas inglês aposentado – James Gibb – voltou de uma viagem de negócios dos Estados Unidos com bolas de celulósido de brinquedo, que ele imaginou pudessem ser úteis para esse jogo em seu país. Ouvindo-as serem golpeadas por raquete oca, de cabo longo e feita de pergaminho (pele de carneiro), então popular, associou os sons produzidos pela bola na raquete com as palavras pingue-pongue, dando origem ao nome do jogo. Ele submeteu esse nome ao amigo-vizinho John Jaques fabricante de produtos de esporte de Groydon. Este o registrou através do mundo (os direitos para “USA” foram mais tarde vendidos de Jaques para Parker Bros) e ajudado por esse feliz coloquialismo, o jogo passou a ser uma mania elegante na virada do século.

Tão rápido quanto cresceu ele morreu, e permaneceu na Grã Bretanha por 18 anos. O colapso talvez possa ser atribuído a várias causas: o grande número de sistemas de jogos rivais e supostos organizadores (nada menos de 14 livros de instruções são registrados no Catálogo da Biblioteca do Museu Britânico, que

foram confeccionados neste curto período), uma certa monotonia do jogo quando jogado com equipamento inadequado e a invenção (em 1902) da borracha com pinos para a superfície da raquete, possibilitando tão grande efeito e velocidade que criou um enorme e imediato abismo entre experts e estreantes.

Um programa maior ocorreu na Europa Central. Em 1905/1910 o jogo foi introduzido em Viena e Budapeste por um representante de máquinas de escrever e futebolista amador – Edward Shires. Mesmo anteriormente (provavelmente em 1889) – implementos para jogar o Tênis de Mesa chegaram ao Japão, vindo da Grã Bretanha, o que resultou numa peculiar distribuição que durou, na China, Coréia e Hong-Kong, até final de 1920. Mas ambos esses transplantes vieram produzir sementes importantes em etapas posteriores da história.

O Renascimento foi iniciado na Inglaterra e em seguida no país de Gales. Em 1922, após a 1ª Guerra Mundial, J.J. Payne de Luton, um organizador dos velhos tempos, e Percival Bronfield de Beckenham, um campeão nacional inglês adolescente em 1904, seguido por Carris de Manchester, como também por outros veteranos e novatos, formaram uma Associação de pingue-pongue, mas, encontrando-se legalmente impedidos por uma marca registrada, dissolveram-se e se reorganizaram no mesmo dia sob o velho nome do jogo. Eles redigiram cuidadosamente as regras do jogo, com o intuito de obter sua aceitação nacional por todos os adeptos, e estimularam a criação e venda de alto padrão de equipamentos. O sistema de duplas escolhido foi o que era praticado em outras épocas em Manchester. Quatro anos mais tarde as regras tiveram penetração e foram de boa vontade aceitas no exterior. O Código então tornou-se a base das regras internacionais, e o nome Tênis de mesa o oficial, quando a I.T.T.F (Federação Internacional de Tênis de Mesa). foi fundada em 1926.

Extraído do Boletim Comemorativo I.T.T.F. 50 anos

Site: <http://www.fptm.com.br/fptm/texto.asp?id=13> acesso em 05/10/02

1.2 Fatos e Curiosidades do Tênis de Mesa

Tênis de mesa, esporte olímpico desde 1988, é sem dúvida um dos esportes mais praticados no mundo; somente na China, temos 10 milhões de atletas filiados, 1 milhão no Japão, 750.000 na Alemanha, etc. Segundo informações obtidas via Internet só perde para o futebol.

O Brasil sempre possuiu atletas de nível internacional, tais como: BIRIBA (Ubiraci Rodrigues da Costa), o falecido Cláudio Kano e Hugo Hoyama (atual Bicampeão Panamericano individual 91/95 e Tri em equipes 87 / 91 / 95).

Algumas curiosidades: A velocidade da bola chega a atingir 160 km /h e 90 giros por segundo.

Em 1971 o tênis de mesa foi o responsável da reaproximação entre os EUA e a China: Os países haviam rompido relações diplomáticas e no campeonato mundial em Nagóia, no Japão, um atleta americano entrou por engano no ônibus da delegação chinesa, foi muito hostilizado, quando o tricampeão mundial Chuang Tse Tung, foi presenteá-lo com uma camiseta. Toda a imprensa aproveitou e os famosos “PAPARAZI”, sensacionalizaram e a repercussão acabaram gerando um amistoso internacional entre a China e os EUA, nos dois países.

1.3 Tênis de Mesa - O Esportado Século XXI (Saúde, Inteligência e Paz)

Segundo Gadál (1997 p.18) 1) Melhora a circulação sanguínea. 2) Desenvolve a velocidade de *raciocínio* e habilidade. 3) Melhora a coordenação motora e reflexos...4) Melhora a visão e exercita os nervos dos olhos. 5) É ótimo para queimar calorias. 6) Numa partida não existe *choque físico*, evitando-se traumas e brigas. 7) É considerado um dos esportes que mais utiliza o cérebro. 8) É um esporte individual, você não depende de terceiros para vencer. 9) Não é necessário *biotipo especial*, basta ter técnica e habilidade. 10) Não é necessário sacrificar os *estudos* para se chegar num alto nível. 11) Não existem muitos atletas, portanto há maior chance de se chegar numa seleção nacional. 12) Regras fáceis e um esporte dividido em categorias: Pré-mirim (até 10 anos) a Veteranos (acima de 45 anos). Para sua Formação/Educação: 13) Toda a família pode participar.14) Ensina a programar e planejar para treinar corretamente. 15) Não existe a vantagem por ser mais velho, as chances são iguais para todos. 16) Como todo o esporte, ensina-se a vencer, perder e lutar. 17) Desenvolve a disciplina e concentração.(O que pode ser utilizado nos estudos também). 18) Todo atleta de destaque consegue ser diferenciado no tratamento (Tanto na Escola como no Emprego).Aspectos Gerais: 19) O futebol é o esporte mais popular, porém o tênis de mesa é fácil e gostoso de se praticar, por muitos motivos; em especial "não ter contato físico". 20) Não é necessária uma grande Infra-estrutura como um ginásio, área, etc, basta uma mesa, rede, bola e raquetes numa pequena sala. 21) O atleta ao treinar, concentra seus objetivos na modalidade; geralmente não fuma, não bebe e fica longe das drogas. 22) Existem muitos campeonatos, por isso o tênis de mesa propicia aos atletas, conhecerem muitas cidades e fazerem novas amizades.

1.4 Modalidade de Tênis de mesa

Refletindo a cerca da prática do tênis de mesa nas escolas e fora delas, percebemos que existe uma resistência na fala das pessoas envolvidas, referente à importância deste esporte, até a sua conceituação, pois ouvimos com frequência a denominação “ping-pong”.

Respeitar a prática do “ping-pong” faz parte da postura de um mesatenista que,

acreditando no que faz, pretende esclarecer conceitos que no popular precisam ser (re) conceituados.

O “ping-pong” é um passatempo que pode ser praticado, inclusive nas escolas. O tênis de mesa é um esporte que exige muito de técnica, material adequado, podendo também ser praticado na escola, porém com uma visão técnica mais específica e com objetivos a serem alcançados.

O esporte bem estruturado, bem orientado com conteúdos programáticos e unidades de aulas bem elaboradas baseados em conhecimentos cientificamente comprovados, pode contribuir não só para o desenvolvimento lúdico da criança, mas pode influir direta e indiretamente na formação do perfil social, intelectual, mental e psicológico (o que sem sombra de dúvida, vai delinear positivamente o desempenho escolar bem como elevar a performance individual dos alunos) é recebida com grande ceticismo por parte da maioria dos educadores das disciplinas tradicionais do curriculum escolar. (MARTINS, 1996).

Segundo Martins (1999), atualmente, a situação vem mudando e já é possível notar inúmeros trabalhos escolares relacionados com o esporte, e em alguns sistemas de ensino, o esporte de alto rendimento é o carro chefe da área de marketing. Há uma tendência mundial de que as pessoas devam cada vez mais procurar e praticar atividade física/esporte, para ter uma melhor qualidade de vida. Evidenciamos isto, quando presenciamos academias lotadas, um grande número de pessoas fazendo caminhadas diariamente, escolinhas esportivas com muitas crianças, campeonatos esportivos, campeonatos escolares, entre outros, que fazem parte deste estilo de vida.

Mas como já foi mencionado, por Martins (1999), o esporte bem estruturado, pode ajudar a escola da moderna concepção de formar e educar um ser humano completo, bem integrado à sociedade, dono de seus pensamentos e defensor de suas idéias, com perfil de exigência profissional e determinação.

Segundo Ogilve e Tutko, citados por Samulski, apud Rubio (2000), os esportistas são mais motivados para o rendimento, revelam sua tendência para estabelecer metas mais exigentes e realistas, possuem organização, disciplina e mais capacidade para comunicação comparados com os não esportistas. (Rubio 2000 p.79)

Sobre a relação que o esporte tem com a criança podemos verificar que segundo Rubio et al.,2000, o esporte hoje pode ser considerado um dos maiores fenômenos sociais da modernidade. Reconhecido como uma forma elementar de socialização, até uma

variedade profissional, o esporte compõe hoje o imaginário social, sendo identificado por elementos como força, superação de limites, vitória e supremacia enquanto valores próprios, refletindo assim o modelo social vigente.

A exigência pela boa “performance” o elevado grau de competitividade e a tolerância à frustração e ao estresse são algumas características que o ser humano encontra em seu dia-a-dia. O esporte por sua vez pode atuar como um instrumento de canalização dessas características. (Rubio 2000, p.127)

O Tênis de Mesa é cientificamente comprovado como o segundo esporte no mundo a fazer mais uso das faculdades cerebrais (raciocínio lógico, intuitivo e criativo; concentração), atuando em uma proporção de 61%, enquanto que as atividades referentes à motricidade em todos os seus parâmetros (os vários tipos de coordenação, aspectos técnicos do esporte, aspectos físicos, etc.) representam apenas 39% do jogo em si. Logicamente, o primeiro esporte a fazer mais uso do cérebro é o Xadrez, que em contrapartida, não possui uma acentuada atividade física e motora” (MARTINS, 1999).

Isto significa que o Tênis de Mesa é o esporte que entrou na onda do futuro, um esporte altamente dinâmico e educativo, que pode ser usado como instrumento pedagógico pelas instituições educacionais, devido à alta taxa de estímulo cerebral que proporciona, promovendo a união entre todos os componentes cerebrais e físicos, participando da formação educacional do ser humano completo. Além do mais, é um esporte com alto grau de rotatividade, onde com um espaço reduzidos inúmeros atletas podem usufruir desta atividade educacional. Em um espaço de um campo de futebol, é possível montar 50 mesas, e em uma hora de atividade podem jogar até 500 jogadores.

Um outro trabalho científico publicado pelo Instrutor e Professor de Educação Física John B. Allen no International Journal of Table Tennis Sciences, nº 03 (1996), "Table tennis and motor development", fala sobre a grande importância e influência do Tênis de Mesa como poderoso instrumento de Educação Motora em crianças em idade escolar de 6 a 9 anos.

O trabalho também recomenda o uso do esporte a partir dos 6 anos de idade em virtude da grande contribuição da educação pelo movimento para crianças nesta faixa etária. Em um nível maior de treinamento, onde o aluno já passa a receber mais informações e aumenta a sua bagagem (traduz-se por experiência) no Tênis de Mesa, ocorre um fenômeno de consciência descrito no trabalho do chinês Piren Su (Universidade de

Educação Física de Beijing / China) em seu trabalho também no *International Journal of Table Tennis Sciences*, nº 03 (1996), "A discussion on the specific consciousness of table tennis players".

Basicamente o trabalho fala sobre as grandes variações que o Tênis de Mesa representa na hora de um jogo e quão rápido o atleta deve se adaptar, improvisar e criar opções, em frações de segundo, baseados em objetivos e direcionamentos próprios, cujo termômetro é a consciência enquanto função ativa. Este tipo de tomada de decisão é imensamente importante para a formação de um ser humano convicto de seus interesses e objetivo, bem como os fatores que tornam possível à tomada de decisão em prol de uma causa ou benefício próprio (escolha da carreira, estudos, por exemplo). Vários países têm se destacado hoje pela introdução do Tênis de Mesa em suas culturas esportivas e educacionais, em sistemas governamentais ou privados.

O problema maior está na nossa própria discriminação, pois por vezes, não conhecemos algo a fundo e o prejudicamos: como isto pode ser útil? Por não ter profissionais trabalhando na área, não é um esporte muito divulgado pela mídia e não está presente nas universidades. Como as pessoas irão saber o que e como fazer? Muitas vezes parece tão simples que não desperta sequer o interesse, sendo que, já foi muito pior, hoje temos centro de treinamento, com profissionais qualificados, por todo estado e país. Temos um circuito nacional e estadual bastante competitivo e divulgado, e quem sabe o próximo passo possa ser "entrar" nas universidades, onde se formam os profissionais, tornando-se assim, aos poucos, uma modalidade com espaço merecido em virtude de sua importância.

Tênis de mesa de alto nível é um esporte individual que exige muito reflexo, habilidade, agilidade, concentração, velocidade de raciocínio, determinação, garra, disciplina e preparo físico.

1.5. Concentração

A atenção e concentração são relevantes para o desenvolvimento do atleta. Singer Carough, Tennant, Murphey, Chen e Lidor (1991) ressaltam que muitas técnicas utilizadas como relaxamento e visualização, interferem na atenção. Weinberg e Goud (1995) afirmam que a auto- instrução é eficaz para que o atleta se mantenha concentrado.

De acordo com Catania (1984), a atenção está baseada na resposta discriminada a dimensões do estímulo. O comportamento de estar atento as pistas do ambiente é fundamental para o desenvolvimento esportivo (Ziegler, 1994). A autora considera que o

ambiente competitivo se modifica constantemente, o que exige muita adaptação do atleta. Lacerda, Garzunel e Therme (1996) ressaltam que o nível de habilidade de um atleta está em sua preparação e adaptação as mudanças do meio ambiente. A literatura enfatiza o termo concentração, identificada por (Martin 1996), como dois processos comportamentais distintos: o primeiro seria o comportamento de orientação, ou seja, aquele que coloca o indivíduo em contato com o estímulo discriminativo relevante para a resposta futura. Este comportamento pode incluir uma atenção seletiva. O segundo processo refere-se as variáveis que controlam a habilidade a ser desempenhada, sendo assim a dificuldade de concentração na verdade pode ser dificuldade em se orientar às pistas apropriadas do ambiente.

Quando se pensa em quanta concentração se requer para jogar tênis de mesa, mal se pode compreender a necessidade de aprender a controlar seu temperamento, pois a bolinha de tênis de mesa é tão pequena, rápida e vem com tanto efeito que o jogador deve concentra-se intensamente.

Os jogadores chineses dizem que durante uma partida de tênis de mesa não existe no mundo nada mais do que uma bolinha de tênis de mesa, porém como se vai controlar esta pequena bolinha se muitas vezes o jogador não consegue controlar seu próprio temperamento.

Veremos um pouco sobre a concentração. Na prática, precisamos de concentração para tudo, e treinar a concentração é muito importante. Concentra-se, segundo a psicóloga Marcia Martins (2000) significa centrar sua atenção em um único objetivo, ao conversar sobre isto com atletas nos deparamos com algumas situações, por exemplo: *"Ah! Isso é muito difícil! Como posso ficar prestando atenção somente em único objeto, durante muito tempo?"* Fácil! Quando vamos assistir a um filme que gostamos, nem percebemos que durou duas horas. Usamos a concentração o tempo todo! Às vezes em um único objeto: o filme (por exemplo); outra, são difusas: mesmo estando ao telefone, escuta-se uma música, ou ouve-se a mãe falando na cozinha. Quando jogamos, o "legal" é ter atenção no jogo! Se algo é importante então, a atenção tem que estar presente!! *"Mas eu perco a concentração, quando erro uma bola fácil? E aí... Mas se eu perdi, logo ... posso encontrar!!"* Primeiro, quando for treinar é importante "estar no treino". É comum encontrar atletas na hora do treino, desmotivados, tristes – nunca se sabe o que vamos encontrar! Então, treino é treino,

o pensamento tem de estar nele, no que se está fazendo! Devemos orientar os atletas a estar nele deixar de lado: escolas, namorado, conversas paralelas etc. Concentra-se no que o técnico diz! Se você está ali é porque gosta! É porque você tem um objetivo a cumprir. É um grande passo estar realmente presente no treino.

Devemos treinar a concentração das crianças diariamente, ensiná-las o valor do silêncio, aos poucos eles vão percebendo como isto é importante. Com isto a criança melhora sua concentração na escola conseqüentemente suas notas podem melhorar, seus pais irão apoiá-los melhorando assim o seu rendimento nos treinos e em competições.

Fonte: <http://www.fcatm.hpg.ig.com.br/cadponto.htm/> acesso em 06 de outubro de 2002.

1.6 Importância da Prática do Exercício

A maioria das pessoas sempre encontra uma boa desculpa para não fazer exercício. Falta de tempo é, sem dúvida, a mais usada; achar que faz mal, não saber onde praticar e ter problemas físicos são justificativas bastante comuns para o sedentarismo. Mas, se elas conhecessem os benefícios da atividade física, as academias, clubes, centros esportivos, parques, camping e quadras não seriam suficientes para atender à grande demanda.

A melhor razão para começar um programa de exercício físico é melhorar o condicionamento físico e por conseqüência a saúde. Fazer exercício regularmente traz benefícios tanto para a saúde física quanto mental. Pesquisas científicas recentes têm demonstrado que os exercícios, especialmente os aeróbios, atuam sobre o sistema cardiorrespiratório, proporcionando os seguintes efeitos:

- Diminuem as taxas sanguíneas do mau colesterol (LDL), que tende a se depositar nas artérias, e estimulam a produção do bom colesterol (HDL);
- Ajudam a estabilizar a pressão arterial, colaborando no tratamento da hipertensão (pressão alta);
- Aumentam a quantidade de sangue que o coração pode bombear a cada batida;
- Auxiliam na redução da gordura corporal, provocando uma diminuição de peso saudável, uma vez que o exercício utiliza a gordura como fonte de energia;
- Melhoram a circulação periférica, tornando os músculos mais capitalizados, o que contribui para que maior quantidade de sangue e o oxigênio chegue ao corpo todo;

- Ampliam a capacidade de absorver oxigênio – você se torna capaz de aproveitar melhor o ar que respira, o que aumenta a sua resistência a fadiga. (Mauro Guiseline, 1996, p. 17 e 18)

Mas não é só isso, estudos revelam que os exercícios fortalecem os ossos, prevenindo as doenças associadas a seu enfraquecimento, ajudam a combater a insônia e o estresse e podem ajudar as pessoas a viverem mais e melhor. (Guiseline, 1996, p.18)

Segundo Guiselini (1996 p. 17 e 18), ao participar de um programa cuja meta é melhorar a qualidade de vida, você vai verificar que o exercício:

- Ajuda a controlar o estresse e reduz a tendência a depressão: você enfrenta com mais disposição os problemas diários. Melhora, inclusive, o seu humor. As pessoas que se exercitam tendem a ser mais alegres e dinâmicas;
- Dá uma sensação de mais energia não só para o trabalho, mais também para aproveitar o tempo livre. As pessoas às vezes estão tão fora de forma que não se dispõem de um mínimo de energia para se divertir.
- Auxilia na realização das atividades diárias, eliminando aquele costumeiro cansaço que torna a capacidade de decisão mais lenta e diminui sua produtividade;
- Ajuda a dormir melhor, tornando o sono mais agradável: você fica mais relaxado, pois gasta aquela energia acumulada que o torna ansioso e tenso;
- Melhora a auto imagem: você passa a se conhecer melhor e descobre que, independente da idade, é capaz de fazer muitas coisas. Passa a tomar consciência do seu potencial adormecido.

O coração, o pulmão e os vasos sanguíneos fazem parte do principal sistema de transporte do nosso organismo. O sistema cardiorrespiratório funciona de maneira integrada para garantir que o sangue se infiltre em todos os tecidos do corpo. Ele desempenha um papel crítico na resposta fisiológica ao exercício.

Segundo Guiseline o exercício intenso exige um aumento acentuado do metabolismo energético nos músculos esqueléticos ativos. Essa condição só pode ser mantida se os músculos estiverem abastecidos com os chamados substratos metabólicos – oxigênio, glicose, e ácidos graxos, que são também os combustíveis necessários ao bom

funcionamento muscular é o sistema cardiorrespiratório; por isso, o exercício intenso mobiliza alterações acentuadas nessa função. Conheça as principais:

- Entregar oxigênio aos músculos ativos.
- Remover o dióxido de carbono e os outros produtos finais do metabolismo à medida que são produzidos nos músculos ativos.
- Facilitar a dissipação de calor resultante do metabolismo para o ambiente pelo aumento de fluxo sanguíneo na pele.
- Sustentar uma resposta metabólica própria e integrada ao exercício pelo transporte de substâncias reguladoras como hormônios dos seus locais de produção até o tecido-alvo. (Guiselini 1996, p.48 e 49)

Conforme Guiselini (1996), você melhora o seu condicionamento físico e, a resistência cardiorrespiratória, ocorre várias mudanças fisiológicas. Há, sobretudo, um aumento na sua capacidade de transportar e absorver oxigênio. Isso quer dizer que uma pessoa bem treinada consome mais oxigênio que uma sedentária. Sendo capaz de consumir mais oxigênio, você se cansa menos e consegue se exercitar por mais tempo, de forma mais intensa, gastando mais calorias.

Portanto evidenciamos, segundo os autores a importância do exercício físico na qualidade de vida das pessoas.

1.7 A Importância da Prática do Esporte na Comunidade

Reforçado pelo pensamento de Leopoldo Santana, onde coloca: “temos que criar uma civilização que não se desmorone debaixo de horas de ócio”, expressaremos algumas idéias.

Em nossa sociedade temos muitos problemas com drogas, ociosidade, criminalidade, onde as oportunidades são restritas as pessoas com um poder aquisitivo melhor e as crianças cada vez mais cedo tem de trabalhar e parar de estudar, tendo pouco acesso ao esporte, cultura e lazer.

Precisamos, portanto, oportunizar a estas crianças e jovens o acesso a cultura, esporte e lazer, contribuindo na sua formação e realização dos seus sonhos.

O projeto da Fundação Municipal de Esportes (FME) de Criciúma, referente a modalidade de Tênis de Mesa, propicia várias oportunidades, como relacionamento com atletas de outras localidades, conhecimentos diversificados, culturas diferentes, propicia sonhar com várias vantagens proporcionadas pelo esporte, pois o tênis de mesa é um esporte individual, ainda não muito competitivo no Brasil, onde a criança depende muito dela para concretizar seus sonhos.

Em uma comunidade em que o esporte não se apresenta de forma organizada, e que tem, como em todo o Brasil, um potencial pessoal muito grande a ser explorado, em que as crianças na sua maioria não teriam oportunidade de praticar o tênis de mesa ou qualquer outro esporte, a não ser na rua, o esporte tem de estar presente, contribuindo socialmente na formação das crianças, possibilitando o afastamento das drogas, da violência, ou seja dos males da sociedade.

O esporte apresenta várias formas de emprego, diretos e indiretos, com várias ramificações, mas nem sempre a criança pode viver somente do esporte, com exceção de um excelente jogador, por que além de ser bem sucedido trás inúmeras outras áreas de atuação.

Por meio do esporte surgem vários profissionais, não apenas o caminho do profissionalismo na modalidade, pessoas que nunca teriam a oportunidade de cursar uma faculdade, de estudar em bons colégios, de conhecer outras áreas e mercados de trabalho. Para alguns o esporte serve de escada para uma vida profissional bem sucedida, além do que se os princípios do esporte forem bem trabalhados contribuem significativamente e positivamente na vida pessoal.

O esporte sem distinção de raça ou classe social tem o poder de propiciar a todos os seus praticantes a oportunidade de sonhar, como afirma Oscar Shimidt. “Todos os esportes tem a grande virtude de permitir aos seus praticantes sonhar com grandes feitos, com a vitória, com a realização. E essa capacidade de sonhar que o esporte dá a todos sem distinção de classe social é o maior tesouro que alguém pode ter.” (Nascimento p.6)

1.8. Projeto de Tênis de Mesa na Comunidade

Relataremos como é executado o Projeto de Tênis de Mesa no **CENTRO DE TREINAMENTO DE TÊNIS DE MESA DO BAIRRO CEARÁ**, na cidade de Criciúma.

Este projeto iniciou no mês de fevereiro de dois mil e dois, em parceria com moradores do bairro Ceará e a Fundação Municipal de Esportes de Criciúma, visando a melhora da qualidade técnica dos atletas e a criação de um novo local de treinamento, onde crianças do Bairro Ceará pudessem ter a oportunidade de treinar tênis de mesa, acompanhadas por professores podendo assim sonhar em ser um atleta profissional ou simplesmente se divertir jogando. Procuramos, por meio de um diagnóstico, verificar o que os alunos estavam procurando e a partir disto oferecer a orientação adequada.

Qualquer criança de 08 à 16 anos pode participar do projeto não pagando nada por isto.

Com uma aceitação e assiduidade grande por parte das crianças, temos hoje a inclusão destas na equipe de rendimento do município, crianças que nunca jogaram tênis de mesa e hoje representam o município em competições estaduais. O projeto conta com materiais e professores em um espaço físico apropriado à prática da modalidade, com quatro mesas.

Temos atualmente dois professores e 50 participantes neste projeto, as aulas são ministradas três vezes por semana, para iniciação, com duração de uma hora e cinco vezes por semana com a duração de quatro horas para aperfeiçoamento.

Crianças que estariam nas ruas, ou assistindo televisão conforme mencionado pelos próprios alunos no questionário entregue, hoje tem esta oportunidade, podem ampliar seus horizontes, se divertir e quem sabe no futuro estudar em um colégio melhor, ou se profissionalizar na modalidade, aprender o que o esporte praticado de forma correta a acompanhada proporciona as pessoas: disciplina, força de vontade, determinação, espírito de equipe, entre outros.

2. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Neste capítulo serão apresentados os procedimentos metodológicos que orientam o presente estudo, assim descritos: tipo de pesquisa, população, amostra, instrumentação, coleta e tratamento dos dados.

2.1. Tipo de Pesquisa

A presente pesquisa se caracteriza como sendo do tipo descritiva. Este estudo pretende conhecer situações e atitudes predominantes por meio análise e da descrição dos

fenômenos. A pesquisa é do tipo de campo, pois consiste em coletar dados de um meio e dos diversos aspectos que o cercam. Nesta pesquisa procurou –se observar as características da modalidade de tênis de mesa, bem como o desenvolvimento do projeto de iniciação esportiva executado no Centro Comunitário do Bairro Ceará da cidade de Criciúma, de que forma as atividades realizadas fazem influência na vida das crianças desta comunidade.

2.2 População

A população alvo do presente estudo foi constituída por alunos e pais de alunos que participam do projeto de iniciação esportiva de tênis de mesa do Bairro Ceará, do município de Criciúma.

2.3 Amostra

A amostra foi do tipo intencional, composta 14 por alunos e 14 pais de alunos. Esta amostra foi escolhida no sentido de concretizar o objetivo da pesquisa.

2.4 Instrumento de coleta de Dados

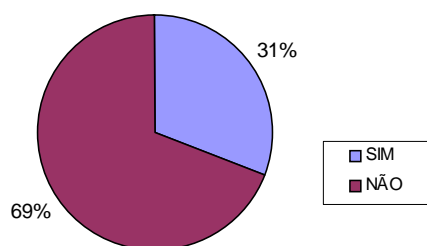
O instrumento utilizado para a coleta de dados, foi o questionário composto por 10 questões, sendo 02 abertas e 08 fechadas, aplicado para os alunos praticantes de tênis de mesa e para os pais dos mesmos.

2.5 Coleta de Dados

A coleta de dados foi efetuada pelo pesquisador, entregando o questionário para os alunos responderem e devolverem naquele momento, solicitando ainda que os mesmos entregassem a seus pais o questionário para que respondessem e devolvessem nos próximos cinco dias. Antes da entrega do questionário, o pesquisador, comentou sobre o objetivo da pesquisa, sua relevância e a importância da colaboração dos mesmos, bem como da sinceridade das respostas.

2.6 Tratamento dos Dados

De posse dos questionários respondidos, as informações obtidas na pesquisa, foram agrupadas e visualizadas em gráficos, utilizando o programa excel do windows 98, analisando-os e comparando-os, com base na revisão bibliográfica.



3. APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

Após recolher os questionários preenchidos pelos pais e pelos próprios alunos poderemos tirar algumas conclusões. Abaixo de cada gráfico consta a análise respectiva.

3.1 Questionário Aplicado aos Pais

Por meio do questionário entregue aos 14 pais, podemos verificar o seguinte:

4- Dados pessoais, sexo:

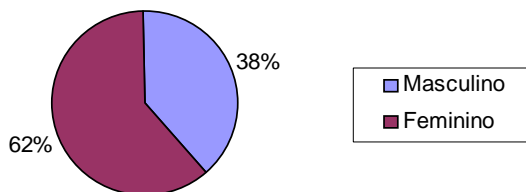


Gráfico 01: Este nos mostra que 62 % dos pais que responderam o questionário eram do sexo feminino e 38% do sexo masculino.

5- Há quantos anos seu filho pratica o tênis de mesa?

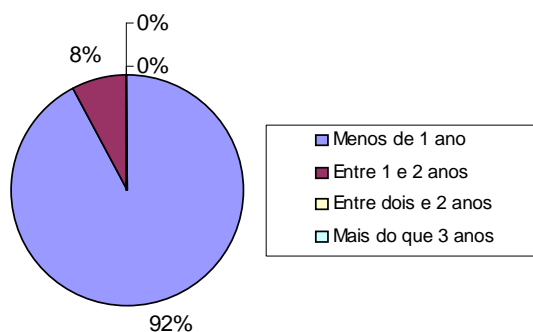


Gráfico 02: podemos perceber que 92% das crianças praticam o tênis de mesa a menos de 1 (um) ano ou seja, começaram a praticar no projeto de TM do Bairro.

3- Quantas vezes por semana seu filho pratica o tênis de mesa?

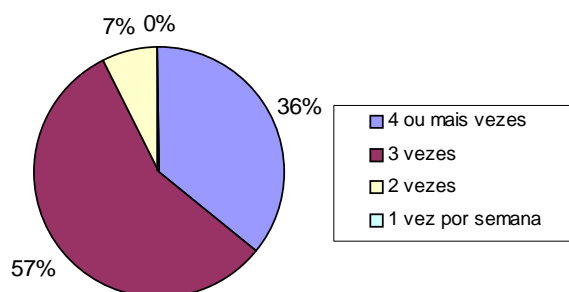


Gráfico 03: 57% das crianças participa 03 vezes por semana e 36 % 4 ou mais vezes, ou seja, 93% das crianças pratica regularmente a modalidade.

6- Você conhece os métodos trabalhados pelo professor?

Gráfico 04: podemos verificar que apenas 31% dos pais tem conhecimento dos métodos trabalhados pelo professor.

7- Você conhece as características da modalidade?

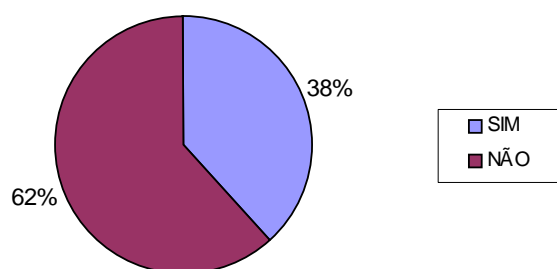


Gráfico 05: verificamos que 62% dos pais não tem conhecimento das características da modalidade, comparando com o gráfico 4 percebemos a falta de acompanhamento das atividades.

6- Qual o comportamento de seu filho ao retornar dos treinos?

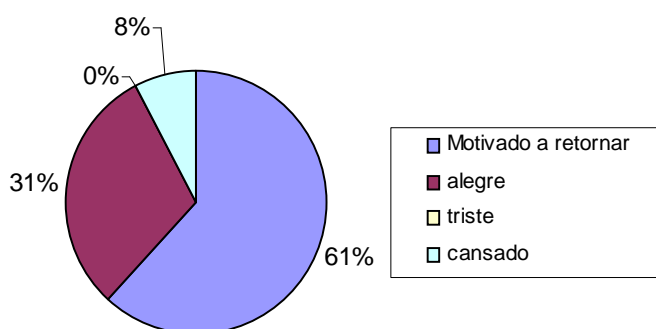


Gráfico 06: O gráfico de número 6 nos mostra como as crianças se comportam ao retornar dos treinos, podemos perceber que a motivação a retornar chama mais a atenção de 61% dos pais, já 31% das crianças volta alegre, apenas 8% apresenta-se cansado e nenhum pai apontou o item triste.

7- Pergunta aberta: Você acha importante a prática de esporte para crianças/ adolescentes?
Por que?

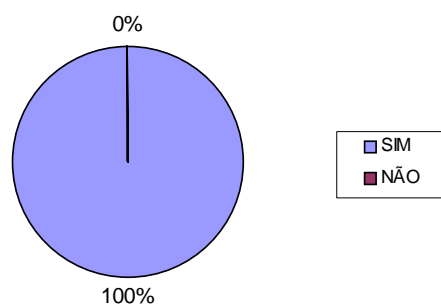


Gráfico 07: verificamos que os pais tem conhecimento da importância da prática da atividade física, foram unânimes neste ponto e entre as respostas apresentadas, alguns comentários:

“Sim, desenvolve o espírito de equipe”

“Ótimo, além de exercitar fisicamente motiva e disciplina”

“... não ficam nas ruas”.

“Sim porque o esporte faz bem para a saúde física e mental”

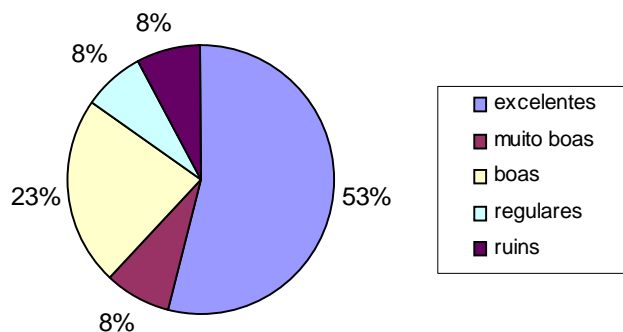
“Faz bem para a saúde e desenvolve a criança”

“Sim é uma forma de convívio com outras pessoas”

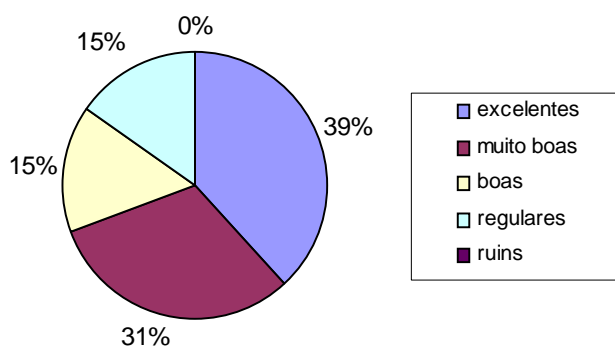
“Não envolve com outras coisas piores como drogas”

“Muito importante, pois é uma maneira saudável de preencher as horas vagas”.

8- Como eram as notas de seu filho no ano passado?



8- Como são as notas de seu filho atualmente, na escola?



Através da análise dos **gráficos 08 e 09** podemos verificar que entre as notas julgadas pelos pais como excelentes e muito boas no gráfico 8 somam 61% e que este ano apontado no gráfico 9 somam 70 %, ou seja uma melhora de 9% bastante significativa uma vez que as crianças hoje tem mais ocupação extra classe, diminuindo o tempo de prováveis estudos, contrariando alguns pais que impedem os alunos algumas vezes de treinar por causa da escola.

10 – Pergunta aberta: O que o seu filho fazia, neste horário, antes de começar a praticar o tênis de mesa?

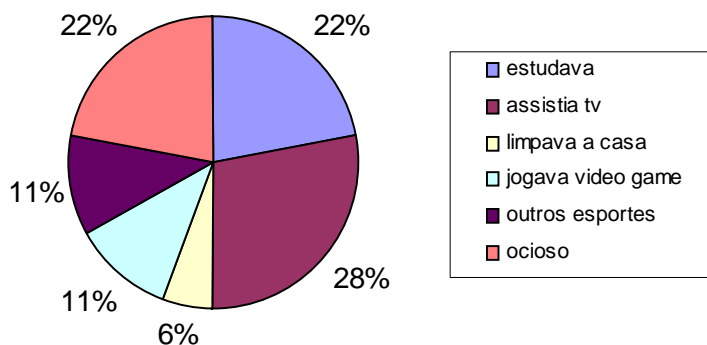


Gráfico 10: Analisando o gráfico 10 podemos perceber que apesar de os pais acharem importante a prática de esporte (conforme confirmado pelo gráfico 7) apenas 11% das crianças praticava outro esporte, de forma livre ou orientada. Podemos notar mais uma vez a importância deste projeto, oferecendo oportunidade as crianças, confirmado pelos próprios pais. A maior parte deles estava ocioso (na rua fazendo nada) 22%, assistindo TV 28% e jogando vídeo game 11%.

3.2 Questionário Aplicado aos Alunos

Por meio do questionário entregue aos 14 alunos, podemos verificar o seguinte:

9- Dados pessoais: sexo e idade

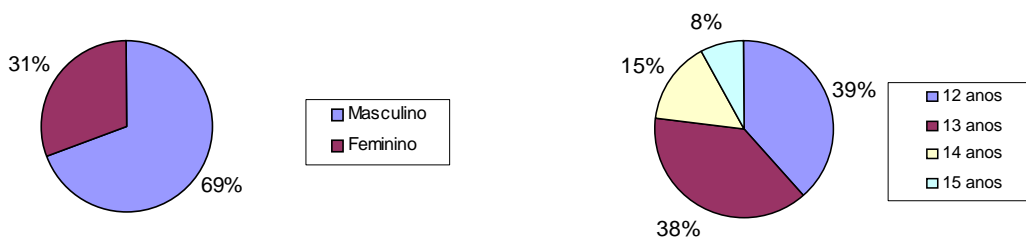


Gráfico 01 : nos mostra que 69 % das crianças que participam do projeto são do sexo masculino e 31% do sexo feminino e a idade (conforme gráfico acima e ao lado direito) dos participantes está entre 12 e 15 anos. Sendo que sua maioria 77% entre 12 e 13 anos.

Nos dias de hoje, a iniciação às drogas, principalmente o cigarro (Ineichen, 2001; Rohrbaugh, 2001), está ocorrendo entre 11 a 15 anos, sendo importante que as escolas busquem alternativas nas horas ociosas das crianças/adolescentes através da prática de alguma atividade física/esportiva.

2- Quantas vezes por semana você pratica o tênis de mesa?

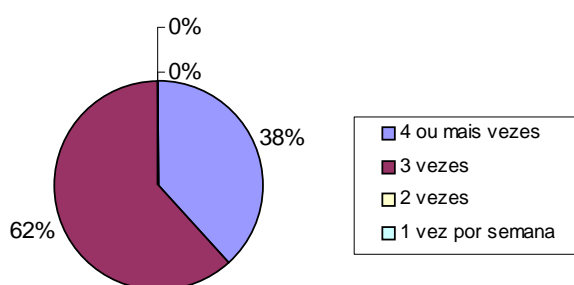


Gráfico 02: verificamos portanto que 100% das crianças pratica de forma regular.

3- Há quantos anos você pratica o tênis de mesa?

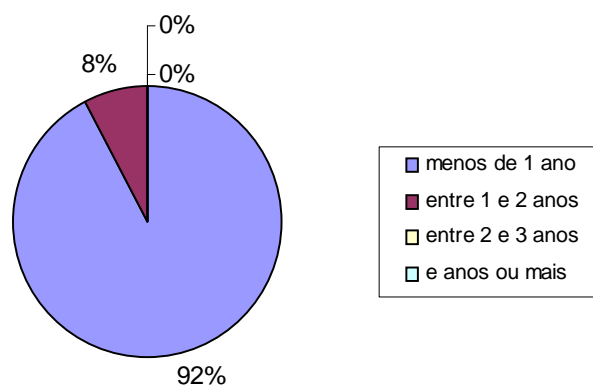
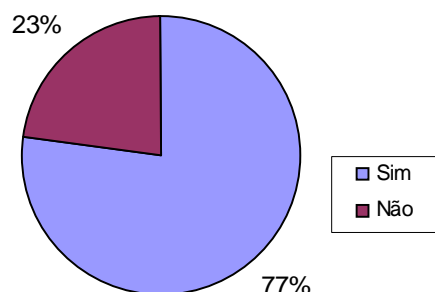
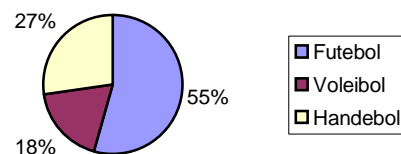


Gráfico 03: Sendo que 92% das crianças pratica o tênis de mesa a menos de 1 (um) ano como já havia mencionado algo semelhante no gráfico 2, do questionário aos pais, estes alunos começaram na prática da modalidade apenas este ano, com o início do projeto.

4- a) Você pratica outros esportes?



b) Outros Esportes Praticados



Gráficos 04 a) e b) : quando perguntados quanto à participação de outros esportes não diferenciamos esporte orientado (escolinhas) de esporte praticado livremente, sendo assim, podemos perceber que 77% pratica outro esporte. Na questão referente ao outro(s) esporte(s) praticado(s) conforme gráfico b) Acima lado direito, verificasse que o futebol tem maior participação 55% seguida do handebol 27% e o voleibol com 18%.

10- Na escola, em quantas matérias você tem nota inferior a 05 (cinco)?

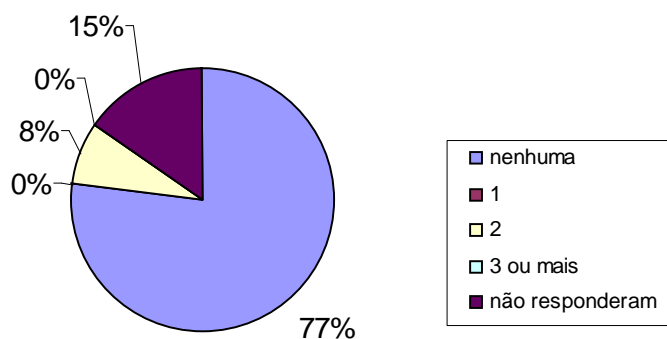


Gráfico 05: este nos mostra o desempenho escolar dos alunos e vemos que 77% dos alunos não possui nota inferior a 05(cinco).

6- Já reprovou algum ano na escola?

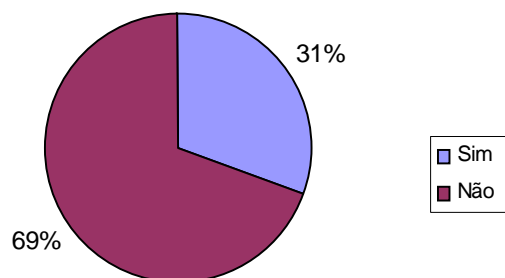


Gráfico 06: o índice de reprovação escolar é de 31% por parte dos praticantes entrevistados.

7- Pergunta aberta: os itens foram citados de acordo com as respostas dos alunos.

O que você estaria fazendo neste horário se não estivesse treinando tênis de mesa?

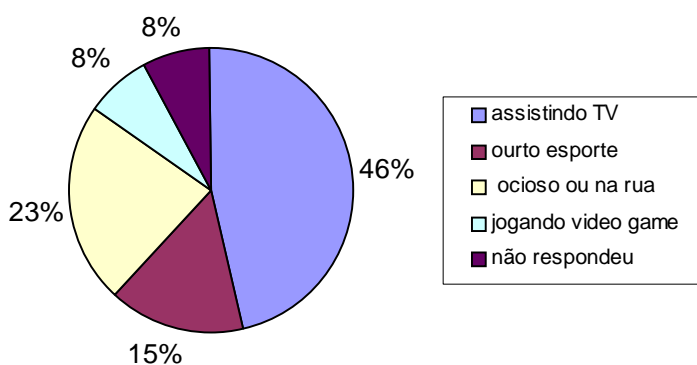


Gráfico 07: este gráfico nos mostra que apenas 15% estaria praticando outro esporte, a soma de ociosos 23%, assistindo TV 46% e jogando vídeo game 8% é de 77%, e o item estudar ou estudava não apareceu, fato que aparece em 22% no gráfico respondido pelos pais. Esta mesma pergunta foi direcionada ao país (gráfico 10 questionário aos pais) e apresentou algumas diferenças caso do item referente a assistir TV 46% respondido pelos próprios alunos e os pais responderam 28%.

8- O que você acha das aulas de tênis de mesa?

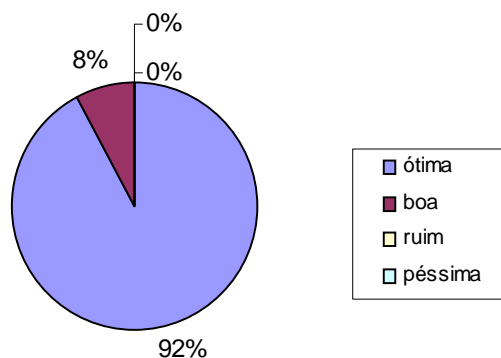


Gráfico 08: nos mostra que o nível de aceitação é muito bom por parte dos alunos participantes 92 % dos mesmos consideram ótimas as aulas de tênis de mesa.

9 - O que você mais gosta nas aulas de tênis de mesa?

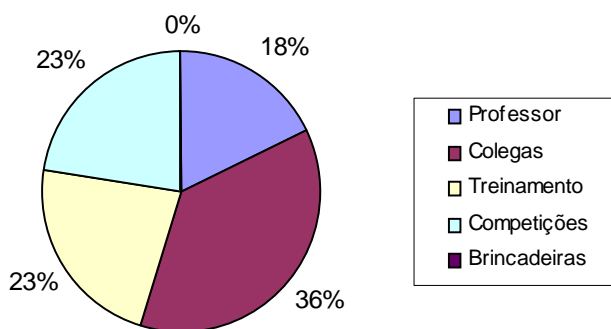


Gráfico 09: os alunos poderiam responder mais de uma alternativa e o item em aberto (outro, quais?) não foi mencionado. Quanto aos itens respondidos podemos perceber que o professor com 18%, treinamento 23%, colegas 36% e competições com 23% tem boa aceitação por parte dos alunos.

10 – O que melhorou na sua vida, após o início da prática do tênis de mesa?

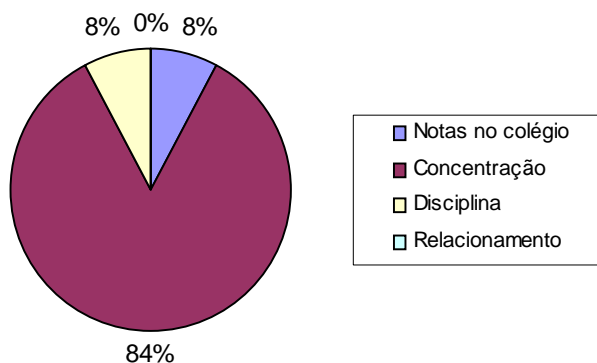


Gráfico 10: o item concentração foi citado por 84% dos alunos entrevistados.

11- Pergunta aberta: Você acha importante a prática do tênis de mesa? Sim ou Não, Justifique.

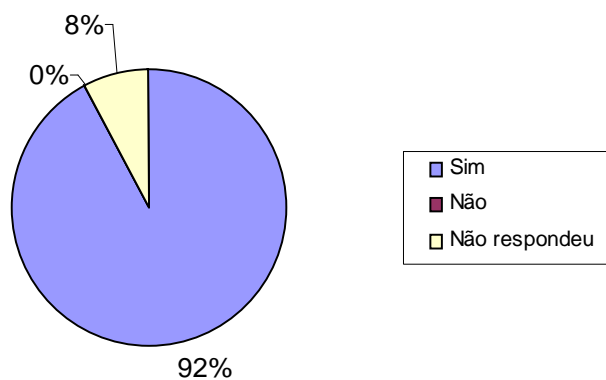


Gráfico 11 : vemos que 92 % dos alunos acha importante a prática da modalidade. Como na pergunta era solicitado que se justificasse segue alguns comentários.

“praticar esporte é muito bom, e o tênis de mesa é o melhor esporte”

“eu adoro esse esporte , acho que ele é importante para mim, me deixa animada. “

“é um esporte que exige concentração e que me faz sentir bem.”

“o tm melhorou o meu relacionamento humano com os colegas e me deu uma motivação a mais. A força de vontade.”

“por que o tênis de mesa não é perigoso e é um esporte calmo

“porque em vez de eu estar nas ruas sem fazer nada, eu estou lá treinando.”

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como objetivo *identificar a contribuição na qualidade de vida, dos praticantes de tênis de mesa do bairro Ceará, auxiliando assim, na formação do ser humano*. Contribuir na concentração além de exercitá-las sem apresentar um nível elevado de lesão é uma das características do tênis de mesa. Neste sentido percebemos que o objetivo da pesquisa foi alcançado.

Podemos perceber a realidade de uma comunidade que acredita na prática do esporte de forma organizada, as crianças gostam e participam da escolinha de tênis de mesa de forma assídua, confirmando assim as diferentes possibilidades da prática do esporte na comunidade.

O grau de dificuldade, bastante elevado da modalidade, faz com que as crianças se dediquem ao máximo a aprendam a superar obstáculos maiores.

Devemos salientar que qualquer esporte é importante para a vida das crianças, tirá-las das ruas, da ociosidade e abrir espaços para sonhos e superação de limite, isto o esporte é capaz, desde que levado a sério.

Evidenciamos como principais resultados da pesquisa, que os pais percebem a importância do projeto, apesar da maioria não conhecer as características da modalidade, também evidenciamos que os filhos voltam do treino pré dispostos a retornarem e felizes. Suas notas melhoraram, apesar de os pais pensarem que eles participando do projeto ficam com menos tempo livre para se dedicar aos estudos.

Quanto aos alunos percebemos que são comprometidos com o projeto, dizendo ser ótimas as aulas, destacam a importância do convívio social com seus colegas, e a concentração foi um item que melhorou em suas vidas.

Assim percebemos que este projeto é de suma importância para a comunidade do bairro Ceará de Criciúma.

O esporte tem de estar presente na vida de todos, sempre, acrescentamos isso com um direito de todo cidadão que, como sujeito da história, faz a diferença.

REFERÊNCIAS

- GADAL, M. *Train to win*. Ottawa: M. Gadal, 1997
- GUISELINI, Mauro. *Qualidade de vida, um programa prático para um corpo saudável*. Editora Gente, 2ª edição
- GOULD, D. and Weiberg, *Foundations of sport and exercise psychology*. Wiley, Chichester. R.S (2000).
- JOHN B. Allen no International Journal of Table Tennis Sciences. "*Table tennis and motor development*". nº 03 (1996).
- MARTINS Marles e CAMARGO Franciso, *Aprendendo tênis de mesa Brincando*. Piracicaba 1999.
- NASCIMENTO, Silvio *Claudio Kano - A trajetória de um campeão*, Editora Palas Athena.
- PIREN, Su. (Universidade de Educação Física de Beijing / China). International Journal of Table Tennis Sciences. "*A discussion on the specific consciousness of table tennis players*". nº 03 (1996).
- RUBIO, Kátia (org). *Psicologia do Esporte- Interfaces, Pesquisa e Intervenção* - Casa do Psicólogo, 2000.
- SINGER, R.N. *Psicologia dos Esportes: mitos e verdades*; tradução Marina T.B. Vieira. São Paulo, Harper&Row do Brasil , 1997.

BIBLIOGRAFIAS COMPLEMENTARES

BURITI, Marcelo de Almeida (org) *Psicologia do Esporte* Campinas SP, Editora Alínea 1997.

KUNZ, Elenor *Transformação Didático-Pedagógica do Esporte*, Ijuí RS, Editora Unijuí 2000.

Exemplares das revistas TT PLAYER Federação Paulista de tênis de mesa números 08/2000, 09/2000, 10/2001, 11/2001, 12/2001, 13/2001 e 14/2002 .

NASCIMENTO, Silvio *Claudio Kano - A trajetória de um campeão*, Editora Palas Athena

SINGER, RN. *Psicologia dos Esportes: mitos e verdades*; tradução Marina T.B. Poto Vieira. São Paulo, Harper&Row do Brasil, 1997.

ANEXO 1

UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE – UNESC

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

TEMA: A CONTRIBUIÇÃO DO PROJETO DE TÊNIS DE MESA NA COMUNIDADE DO BAIRRO
CEARÁ

ACADÊMICO: ALEXANDRE MEDEIROS GHIZI

QUESTIONÁRIO PARA OS PAIS

Objetivo: Este questionário tem o objetivo de coletar dados para o trabalho de conclusão de curso. Solicito que seja respondido de forma coerente, isenta e sincera, para contribuir efetivamente na construção do trabalho.

Dados pessoais: Sexo : () masculino () feminino

1- Há quantos anos seu filho pratica o tênis de mesa?

() menos de 1 ano

() entre 1 e 2 anos

() entre 2 e 3 anos

() mais de 3 anos

2- Quantas vezes por semana seu filho pratica o tênis de mesa?

() 1 vez

() 2 vezes

() 3 vezes

() 4 ou mais vezes por semana.

3- Você conhece os métodos trabalhados pelo professor?

() Sim

() Não

4- Você conhece as características da modalidade?

() Sim

() Não

5- Qual o comportamento de seu filho ao retornar dos treinos?

() motivado para o próximo treino

() alegre

() triste

() cansado

() outro, qual? _____

6- Você acha importante a prática de esporte para crianças / adolescentes ? Por que ?

R: _____

7- Como eram as notas de seu filho no ano passado?

() Excelentes

() Muito boas

() Boas

() Regulares

() Ruins

8- Como são as notas de seu filho atualmente, na escola?

() Excelentes

() Muito boas

() Boas

() Regulares

() Ruins

9 – O que o seu filho fazia, neste horário, antes de começar a praticar o tênis de mesa?

R: _____

ANEXO 2

UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE – UNESC
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO
TEMA: A CONTRIBUIÇÃO DO PROJETO DE TÊNIS DE MESA NA COMUNIDADE
DO BAIRRO CEARÁ
ACADÊMICO: ALEXANDRE MEDEIROS GHIZI

QUESTIONÁRIO PARA OS ALUNOS

Objetivo: Este questionário tem o objetivo de coletar dados para o trabalho de conclusão de curso. Solicito que seja respondido de forma coerente, isenta e sincera, para contribuir efetivamente na construção do trabalho.

Dados pessoais:

Sexo : () masculino () feminino Idade : _____ Série : _____

1- Quantas vezes por semana você pratica o tênis de mesa?

- () 1 vez
- () 2 vezes
- () 3 vezes
- () 4 ou mais vezes por semana.

2- Há quantos anos você pratica o tênis de mesa?

- () até 1 ano
- () de 1 a 2 anos
- () de 2 a 3 anos
- () mais de 3 anos

3- Você pratica outros esportes?

- () Sim
- () Não
- () outros, quais ? _____

4- Na escola, em quantas matérias você tem nota inferior a 5,0 (cinco) ?

- () nenhuma matéria
- () 1 matéria
- () 2 matérias
- () 3 ou mais matérias

5- Já reprovou algum ano na escola?

- () Sim
- () Não
- () quantos? _____

6- O que você estaria fazendo neste horário se não estivesse treinando tênis de mesa?

R: _____

7- O que você acha das aulas de tênis de mesa?

- ótima
- boa
- ruim
- péssima

8- O que você mais gosta nas aulas de tênis de mesa?

- professor
- colegas
- treinamento
- competições
- brincadeiras
- outros : quais? _____

9 – O que melhorou na sua vida, após o início da prática do tênis de mesa?

- relacionamento humano com os colegas e pais
- concentração
- disciplina
- as notas no colégio
- outros, quais? _____

10 – Você acha importante a prática do tênis de mesa?

- sim
- não

Justifique: _____
