

**CENTRO UNIVERSITÁRIO PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS
UNIPAC-BARBACENA
FACULDADE DE SAUDE DE BARBACENA – FASAB
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

HECTOR PETRI

**PROCEDÊNCIA DAS FONTES DE CONHECIMENTOS UTILIZADAS PELOS
TREINADORES BRASILEIROS DE *GIREVOY SPORT***

BARBACENA

2023

HECTOR PETRI

**PROCEDÊNCIA DAS FONTES DE CONHECIMENTOS UTILIZADAS PELOS
TREINADORES BRASILEIROS DE *GIREVOY SPORT***

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Graduação
Educação Física do Centro Universitário
Presidente Antônio Carlos – UNIPAC,
como requisito parcial para obtenção do
título de bacharel em Educação Física.

Orientador: Dr. Yuri de Almeida Costa
Campos

BARBACENA

2023

RESUMO

O *Girevoy Sport* tem se desenvolvido pelo mundo inteiro, existindo inclusive competições de grande renome a nível local, regional, continental e até mundial. Assim, o objetivo deste estudo é investigar e estabelecer as fontes e origens dos conhecimentos utilizados pelos treinadores brasileiros de *Girevoy Sport* no processo estrutural e organizacional do treinamento. Métodos: para a coleta de informações, foram utilizados dois questionários: Questionário Semiestruturado (desenvolvido pelo pesquisador com o objetivo de acessar informações pessoais e profissionais) e Questionário Perfil de Formação do Treinador (QPFT), proposto por Feu *et al.*, (2012). Resultados: Em relação às três dimensões do questionário QPFT, os resultados apontaram que a Experiência do Atleta, seguida pela Formação Acadêmica e, por último a Experiência Profissional, foram em sequência as dimensões mais valorizadas pelos treinadores de *Girevoy Sport*. Conclusão: recomendamos que treinadores de *Girevoy Sport* sejam desenvolvidos continuamente no que tange às aprendizagens de nível não formal, formal e informal para que possam desenvolver de forma global as três dimensões abordadas chegando o mais próximo possível do treinamento ideal.

Palavras-chaves: Treinamento de Força (D055070), Levantamento de Peso (D014891), Capacitação de Professores (D000070260), Gestão do Conhecimento (D058436).

ABSTRACT

The girevoy sport has developed all over the world, including highly renowned competitions at local, regional, continental and even world level. Thus, the objective of the present study is to investigate and establish the sources and origins of the knowledge used by the Brazilians coaches of girevoy sport in the structural and organizational process of training. Methods: to collect information, two questionnaires were used: semi-structured questionnaire (developed by the researcher with the objective of accessing personal and professional information) and the Coach's Training Profile Questionnaire (QPFT), proposed by Feu et al., (2012). Results: regarding the three dimensions of the QPFT questionnaire, the results showed that the Athlete's Experience, followed by Academic Training and, finally, Professional Experience, were in sequence the dimensions most valued by Girevoy Sport coaches. Conclusion: we continuously developed in terms of non-formal, formal and informal learning so that they can develop the three dimensions addressed in a global way, getting as close as possible to the ideal training

Keywords: Strength Training (D055070), Weightlifting (D014891), Teacher Training (D000070260), Knowledge Management (D058436).

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	6
2. REVISÃO DE LITERATURA.....	8
3.1 PARTICIPANTES	14
3.5 INSTRUMENTOS	14
3.6 PROCEDIMENTOS.....	15
4. RESULTADOS	16
5. DISCUSSÃO.....	19
6. CONCLUSÃO	23
7. REFERÊNCIAS.....	24

1. INTRODUÇÃO

O *Girevoy Sport*, também conhecido como levantamento de *kettlebell*, é uma modalidade desportiva que tem ganhado cada vez mais popularidade no Brasil. Esse desporto, que se baseia no uso de *kettlebells* e envolve movimentos técnicos específicos, requer treinadores capacitados e bem informados para orientar os atletas em sua prática.¹

No entanto, pouco se sabe sobre a procedência das fontes de conhecimento utilizadas pelos treinadores brasileiros de *Girevoy Sport*. Compreender de onde os treinadores obtêm seu conhecimento e como aplicam esse conhecimento em sua prática profissional é fundamental para aprimorar a qualidade do treinamento e o desenvolvimento dos atletas nessa modalidade.²

Este artigo tem como objetivo investigar a procedência das fontes de conhecimentos utilizadas pelos treinadores brasileiros de *Girevoy Sport*. Será realizado um estudo exploratório, por meio de questionários aplicados aos treinadores atuantes nessa modalidade em diferentes regiões do Brasil. Os questionários abordarão questões relacionadas às fontes de conhecimento utilizadas pelos treinadores, incluindo cursos, *workshops*, experiência prática, literatura científica, entre outras.

Além disso, serão analisadas as correlações entre as fontes de conhecimento utilizadas pelos treinadores e suas características demográficas, como idade, nível de escolaridade, experiência profissional e participação em competições. Essas informações serão cruciais para compreender o panorama atual do conhecimento dos treinadores de *Girevoy Sport* no Brasil e identificar possíveis lacunas ou áreas que requerem maior atenção e investimento em capacitação.

Os resultados obtidos nesta pesquisa permitirão uma análise aprofundada sobre a origem do conhecimento dos treinadores brasileiros de *Girevoy Sport*, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias de capacitação e formação desses profissionais. Além disso, essas informações poderão orientar a elaboração de diretrizes e recomendações para a prática desportiva no país, visando a promoção de um treinamento seguro, eficiente e de qualidade.

Por fim, ressaltamos a importância deste estudo para o avanço do conhecimento científico sobre a modalidade no Brasil, bem como para a valorização

e reconhecimento dos treinadores envolvidos nessa modalidade esportiva. A compreensão da procedência das fontes de conhecimento utilizadas pelos treinadores é um passo fundamental para aprimorar o treinamento, promover a troca de informações e impulsionar o desenvolvimento do *Girevoy Sport* em nosso país.

1. REVISÃO DE LITERATURA

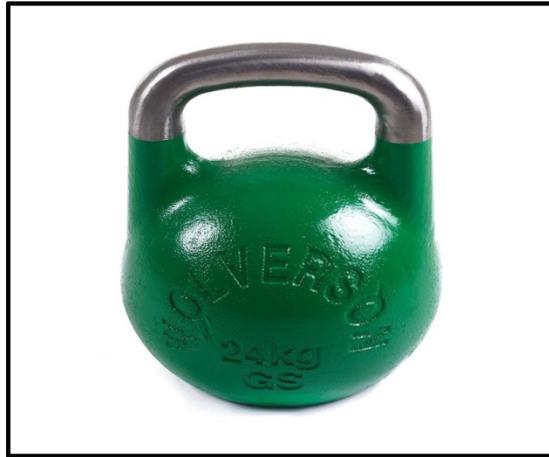
O *Girevoy Sport* é um desporto que se destaca por três fundamentos principais: *jerk*, *snatch* e *long cycle*.³ Cada um desses fundamentos envolve movimentos específicos e desafios distintos. Vamos entender cada um deles:

- *Jerk*: O *jerk* é um dos movimentos fundamentais do *Girevoy Sport*. Consiste em levantar o *kettlebell* do chão até os ombros, utilizando a força das pernas e do tronco, e em seguida, impulsioná-lo acima da cabeça através de um movimento explosivo dos braços e ombros. O objetivo é realizar repetições contínuas desse movimento, buscando equilíbrio entre força e velocidade. O *jerk* requer uma boa técnica de coordenação e estabilidade para executar corretamente e maximizar o desempenho.³
- *Snatch*: O *snatch* é outro movimento essencial no *Girevoy Sport*. Nesse movimento, o atleta inicia com o *kettlebell* entre as pernas e realiza um movimento rápido e contínuo para levá-lo acima da cabeça em um único movimento fluido. O *snatch* envolve uma combinação de força, coordenação e resistência, já que os atletas precisam executar repetições rápidas e precisas desse movimento. É um movimento desafiador que exige uma boa técnica de pegada e controle do *kettlebell* durante todo o movimento.³
- *Long cycle*: O *long cycle* é um dos fundamentos mais exigentes do *Girevoy Sport*. Nesse movimento, o atleta realiza o *clean* (levantamento) do *kettlebell* até os ombros, em seguida, realiza o *jerk* (impulsão acima da cabeça) e retorna o *kettlebell* aos ombros para repetir o movimento. O *long cycle* combina força, resistência e técnica refinada, já que os atletas precisam realizar repetições contínuas do *clean* e *jerk* sem pausas prolongadas. É um movimento que demanda resistência cardiovascular e muscular, além de uma boa técnica de transição entre os dois componentes do movimento.³

Esses três fundamentos proporcionam uma combinação desafiadora de força, potência, resistência e técnica. Cada um deles exige um treinamento específico para desenvolver as habilidades necessárias e aprimorar o desempenho desportivo. Os atletas de *Girevoy Sport* buscam dominar esses movimentos e superar seus próprios limites para alcançar resultados excelentes em competições.⁴

As competições são organizadas no sistema contrarrelógio, ou seja, com prazo de duração definidos, podendo variar de 3 minutos (provas de revezamento) até uma hora ou mais (maratonas e ultramaratonas)⁵. Para realizar as técnicas da modalidade, são utilizados como implementos de cargas as *kettlebells* (Figura 1), isto é, pesos esféricos dotados de uma alça na parte superior. A massa (kg) dos implementos varia conforme a capacidade e interesse dos atletas.

Figura 1 - kettlebell

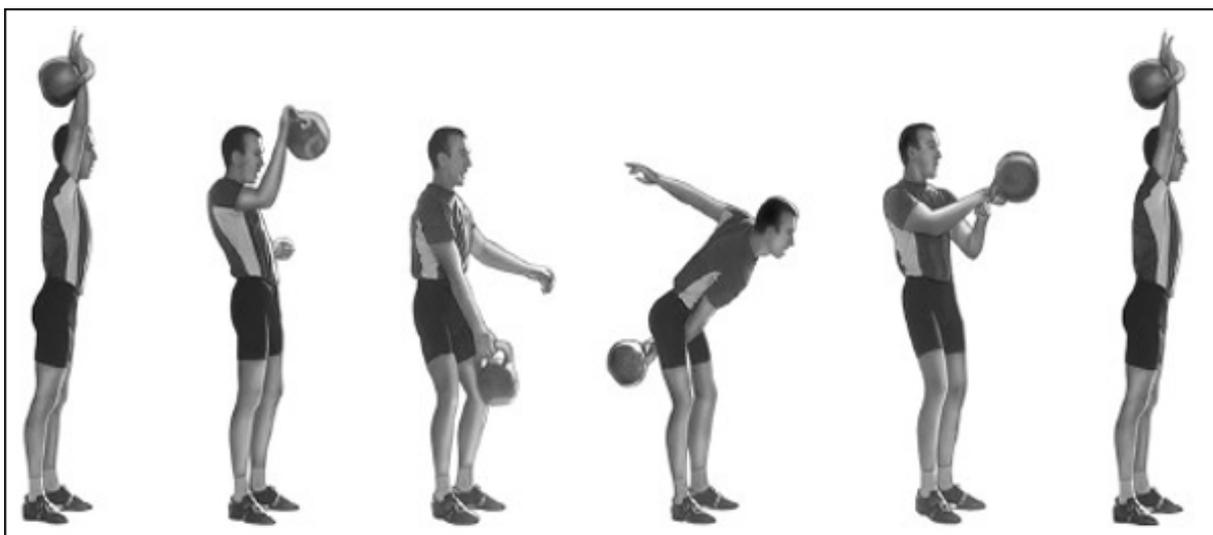


Fonte: <https://wolverson-fitness.co.uk/products/gs-competition-kettlebells-ingles?variant=32126597791843>

O formato de competição tradicional é composto por duas categorias, o *biathlon* e o *long cycle*. O *biathlon* consiste na disputa de duas provas, sendo que a primeira parte envolve a realização do gesto técnico *jerk*, com dez minutos de duração, em seguida, realiza-se a prova de *snatch*, também com a duração de dez minutos. A pontuação final é dada pelo somatório do número de repetições realizadas em cada prova. No entanto, os movimentos realizados, recebem pesos distintos, sendo 1,0 e 0,5, para *jerk* e o *snatch*, respectivamente. O segundo modelo de disputa, o *long cycle*, consiste em uma única prova de dez minutos com realização de *cleans* e *jerks*. É declarado vencedor o atleta que obtiver o maior número de repetições dentro do período estipulado de prova⁶

Por se tratar de um desporto pouco difundido, e com a finalidade de auxiliar na apresentação e compreensão das técnicas que compõe a modalidade, faremos a seguir uma descrição das mesmas.⁶ O *snatch* é realizado com um único *kettlebell*, que é balançado por entre os joelhos e lançado acima da linha da cabeça através de um único movimento, conforme demonstrado na figura 2.

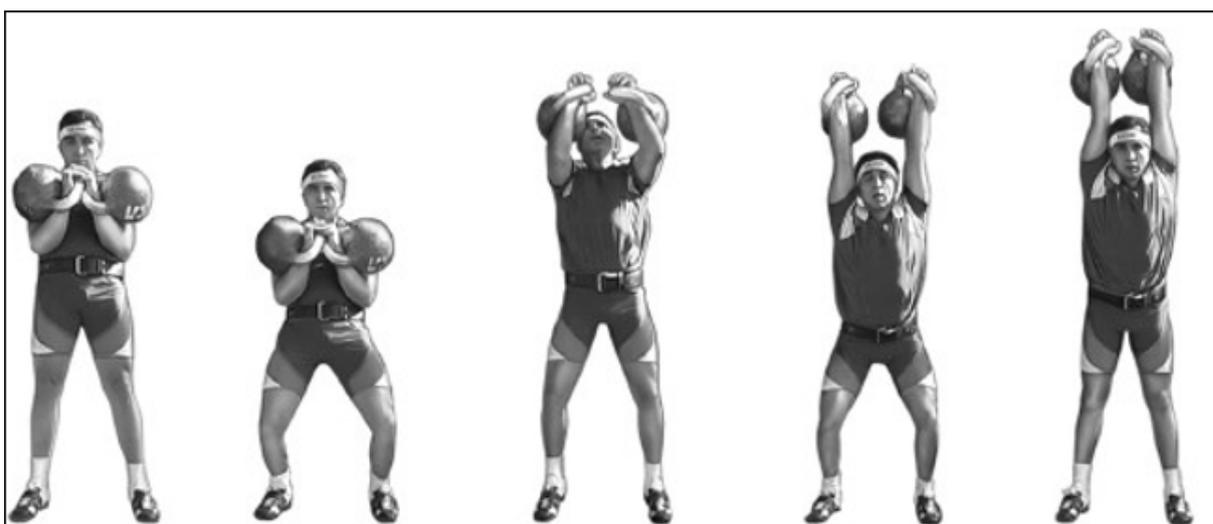
Figura 2 - Snatch



Fonte: <http://www.girevik-online.com/exercises-of-kettlebell-sport/snatch>.

O movimento *jerk*, pode ser feito com uma ou duas *kettlebells*, sendo caracterizado pela realização de um movimento complexo, em que o atleta deve lançar o(s) o implemento(s) de carga partindo próximo a linha dos ombros até acima da cabeça, conforme descrito na figura 3.

Figura 3 - Jerk



Fonte: <http://www.girevik-online.com/exercises-of-kettlebell-sport/jerk>

Nas competições que envolvem o *long cycle* (Figura 4), o movimento pode ser realizado com uma ou duas *kettlebells* que passam da linha do joelho até os

ombros através de um movimento de balanço único e potente (*clean*) para, em seguida, ser lançado acima da cabeça (*jerk*): a realização destes 2 movimentos corresponde a uma repetição, devendo o atleta executar o maior número de repetições dentro do período de prova^{5,7}

Figura 4 – long cycle (clean and jerk)



Fonte: <http://www.girevik-online.com/exercises-of-kettlebell-sport/long-cycle>

Nas três modalidades, o objetivo consiste em executar o maior número de repetições tecnicamente corretas dentro do período estipulado de tempo. Outros pontos de destaque são a complexidade técnica e a elevada exigência dos sistemas de disputas, o que justifica a relevância da atuação dos treinadores no ensino da modalidade, visando otimizar o desempenho esportivo dos atletas.⁷

Levando em consideração os pontos destacados acima, durante a etapa de preparação dos atletas, torna-se necessário o aperfeiçoamento da base aeróbica, o aumento da força dos desportistas, e desenvolvimento de níveis de mobilidade articular e flexibilidade muscular.⁸

DEWESEE *et al.*⁹ consideram que para se alcançar o alto rendimento nas práticas desportivas, o processo de treinamento requer uma combinação sistematizada dos aspectos táticos, fisiológicos e psicológicos. Para além da melhora do desempenho e do ensino do desporto, o treinador possui funções que ultrapassam o âmbito pedagógico e organizacional do treinamento, podendo influenciar positivamente os atletas nos mais diversos âmbitos, como saúde e integração social, ajudando na aquisição de novas competências para a vida.¹⁰

Especificamente, a habilitação da profissão de treinador esportivo pode ser atingida mediante a conclusão de curso superior nas áreas de Educação Física e/ou Ciências do Esporte e complementada através de palestras, workshops e seminários junto às organizações que regem o desporto.¹¹

Isso aconteceu a partir da regulamentação da profissão de Educação Física ocorrida em 1998, com a formação de treinadores limitada aos contextos formais, visto que aqueles que desejavam seguir pela área precisavam cursar Educação Física.¹² O entendimento do fato da formação dos treinadores possuir caráter multifatorial, estando relacionado ao nível de formação acadêmica, tempo de atuação com a prática desportiva e familiaridade com os meios e métodos de ensino, exige a identificação das fontes de conhecimentos mais significativas para a construção do processo de treinamento e do exercício da profissão.^{13,14} Nesse sentido, FEU *et al.*¹⁵ propõem que o perfil dos treinadores seja analisado considerando os conhecimentos e suas experiências pessoais quando se encontravam na condição de atletas, os conhecimentos adquiridos na sua experiência profissional, bem como a sua formação acadêmica. Com base nisso, foi formulado pelo autor o Questionário Perfil de Formação do Treinador, que já se encontra disponível como ferramenta de pesquisa em diversas publicações e teses^{12,15} e que, por esse motivo, foi escolhida como ferramenta da presente pesquisa. De forma geral, esse questionário busca analisar e pontuar as fontes de conhecimentos utilizadas na formação dos treinadores através de 15 perguntas, com respostas em escala *likert*, que varia entre 1 (discordo plenamente) até 10 (concordo plenamente).

As preferências por fontes de conhecimento específicas aplicadas pelo treinador na sua prática profissional estão diretamente ligadas as suas convicções e experiências pessoais. Dessa forma, a identificação das características de formação através de questionários e ferramentas específicas podem auxiliar a prática profissional, assim como estruturar e organizar de forma mais efetiva o processo formativo esportivo. No melhor do nosso conhecimento existem poucas informações disponíveis na literatura sobre o *Girevoy Sport*, bem como sobre a formação profissional e experiência dos treinadores. A realização de pesquisas sobre o perfil e a atuação dos treinadores no contexto brasileiro é importante para minimizar a falta de informações, bem como auxiliar a compreensão sobre formas de atuação e na

formação continuada destes profissionais. Assim, o objetivo do presente estudo foi investigar e estabelecer as fontes e origens dos conhecimentos utilizados pelos treinadores brasileiros de *Girevoy Sport* no processo estrutural e organizacional do treinamento.¹¹

3. MATERIAIS E MÉTODOS

3.1 Participantes

Participaram do estudo treinadores brasileiros de *Girevoy Sport* que atenderam aos seguintes critérios;

3.2 Critérios de Inclusão

- Ter registro ativo no Conselho Regional de Educação Física (CREF);
- Possuir experiência mínima de 2 anos na condição de treinador da modalidade;
- Ter participado como treinador em competições de nível nacional.

3.3 Critérios de exclusão

- Treinadores que desejarem abandonar o estudo em qualquer momento;
- Treinadores que não fornecerem todas as informações necessárias.

3.4 Delineamento do estudo

A pesquisa caracteriza-se como descritiva e de caráter transversal.

3.5 Instrumentos

Para a coleta de informações, foram utilizados dois questionários: Questionário Semiestruturado e Questionário Perfil de Formação do Treinador (QPFT) (FEU *et al.* 2012), os quais serão apresentados a seguir.

- Questionário semiestruturado

Este instrumento foi desenvolvido pelo pesquisador com o objetivo de acessar informações pessoais e profissionais, como por exemplo: idade, nível de

escolaridade, tempo de atuação como treinador da modalidade e nível de experiência como treinador, e afins (Apêndice).

- Questionário Perfil de Formação do Treinador (QPFT)

O questionário QPFT foi proposto inicialmente por Feu *et al.*, (2012), originalmente em idioma espanhol, posteriormente, foi traduzido e validado para língua portuguesa. O questionário é constituído por quinze questões com respostas em escala do tipo likert, com 10 possibilidades de respostas, variando entre 1 (Discordo plenamente) a 10 (Concordo plenamente), com o intuito de investigar as procedências de conhecimento utilizadas pelos treinadores através de 3 dimensões: 1) experiência de atleta, 2) formação acadêmica e 3) experiência profissional. Cada uma das dimensões do questionário é constituída, respectivamente, por cinco indicadores que abrangem as metodologias, as aprendizagens, experiências, conhecimentos e exercícios vivenciados pelos treinadores (Anexo 1).

3.6 Procedimentos

Os treinadores de *Girevoy Sport* foram contactados via aplicativos de mensagens (*WhatsApp*), a fim de apresentar os objetivos e os procedimentos que foram abordados durante a pesquisa, sendo que as dúvidas pertinentes foram esclarecidas ainda nesta oportunidade. Os treinadores que aceitaram participar do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TLCE), e em seguida, responderam aos questionários, que foram aplicados de forma online, via questionário eletrônico (*google forms*).

3.7 Análise estatística

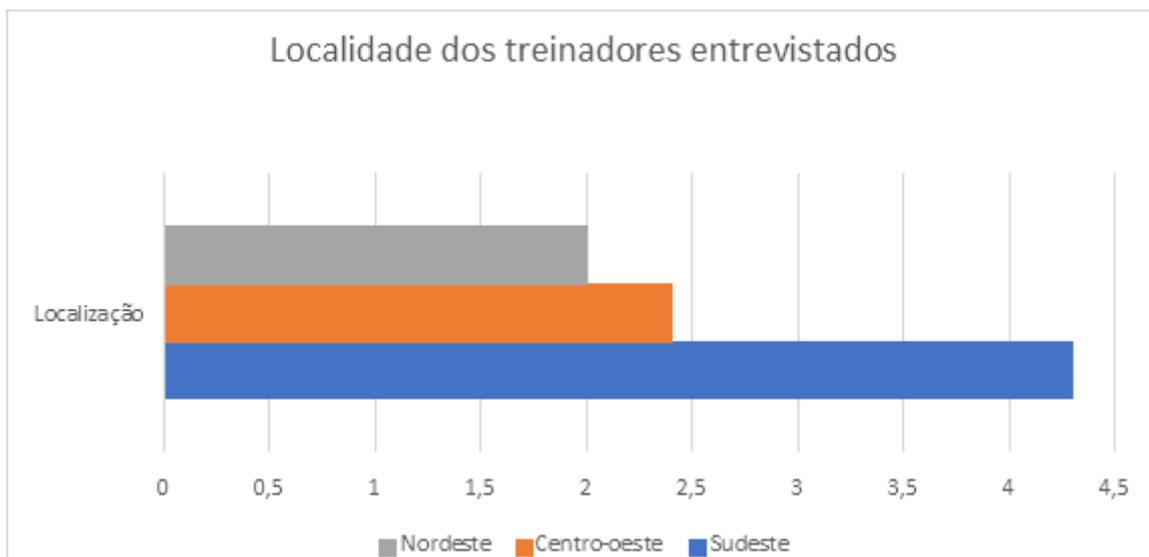
Após a coleta, os dados foram tabulados com auxílio do *software* Excel®. Em seguida, a idade dos participantes foi calculada como (média ± DP). Posteriormente, as perguntas contidas no Questionário Perfil de Formação do Treinador (QPFT) foram calculadas em relação aos percentuais contidos em cada resposta de cada voluntário do estudo.

1. RESULTADOS

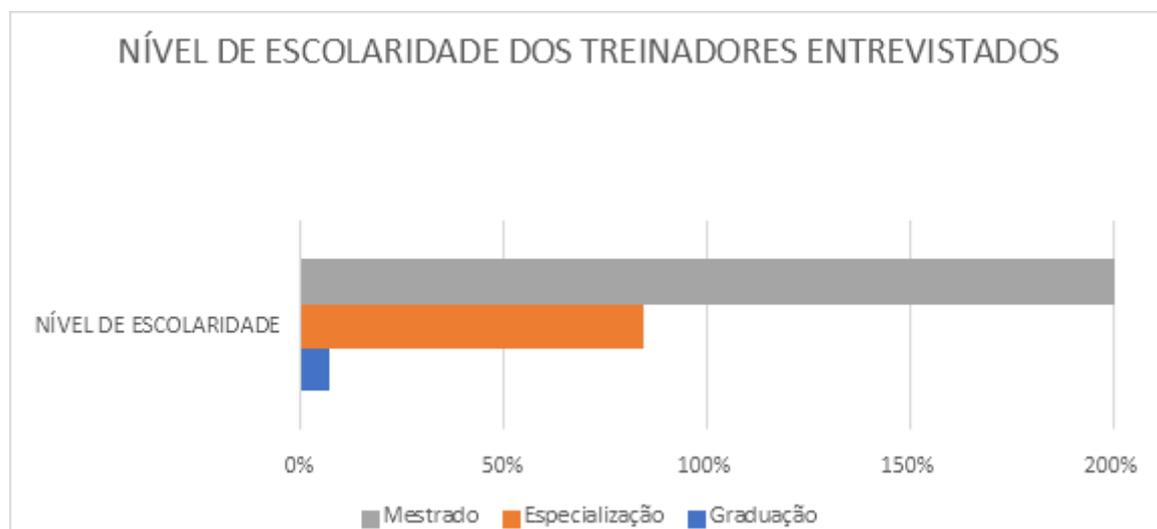
Participaram da pesquisa 15 treinadores, das quais 2 abandonaram a pesquisa/ não responderam ao questionário. Dos 13 treinadores incluídos na pesquisa, a média de idade era de 37,84 anos, com desvio padrão de 6,68 anos. Desses participantes, 12 pertenciam a cidades diferentes.



Um total de (23,07%) dos participantes pertenciam aos estados de Goiás, Santa Catarina e Paraíba, todos com apenas um treinador. Os estados do Rio Grande do Sul, Pernambuco e Rio de Janeiro, tiveram cada um, dois treinadores, totalizando, assim, (46,15%) dos participantes do estudo. Por fim, o Estado de São Paulo foi representado por 4 treinadores, totalizando (30,76%) da amostra avaliada.

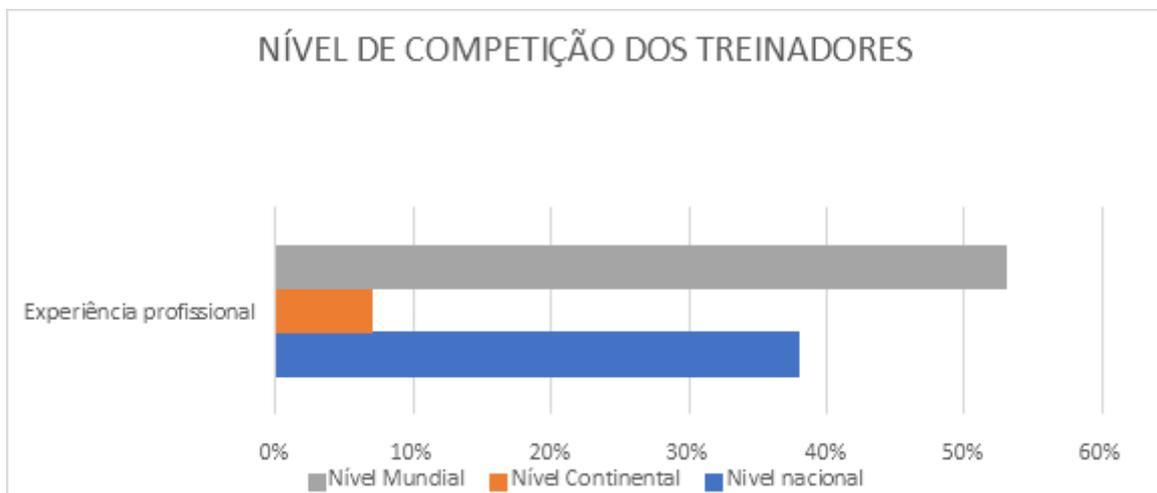


Quanto ao nível de escolaridade, (84,61%) eram professores especializados, (7,69%) possuíam nível de graduação e (7,69%) mestrado. (100%) dos participantes pontuaram 7 anos ou mais na condição de profissional na área de educação física, com (15,38%) dos entrevistados com tempo de envolvimento com o ensino da modalidade entre 1 e 2 anos, (15,38%) entre 3 e 4 anos, (23,07%) entre 5 e 6 anos e o restante (46,15%), 7 anos ou mais.



Acerca da experiência profissional, (38,46%) dos profissionais treinavam entre 1 e 5 atletas, (23,07%) entre 6 a 10 atletas, (23,07%) entre 11 e 15 atletas e (15,38%) 16 ou mais. Como maior experiência competitiva na condição de treinador, (38,46%) chegaram ao nível nacional, (7,69%) ao nível continental e (53,84%)

alcançaram o nível mundial. Em relação à frequência média da participação anual dos atletas da equipe em competições, (15,38%) marcaram 1 competição, (38,46%) de 2 a 3 competições, (15,38%) de 4 a 5, e (30,76%) 6 competições ou mais.



Em relação à frequência média das sessões de treino semanal dos atletas da equipe, (23,07%) pontuaram 1 a 3 sessões, (69,23%) 4 a 6 sessões e (7,69%) 7 a 9 sessões. Quanto à frequência média dos treinos técnicos/ específicos realizados pelos atletas da equipe, (53,84%) dos treinadores marcaram de 1 a 3 treinos semanais e (46,15%) de 4 a 6 treinos.

No que concerne à frequência média semanal de realização dos treinamentos de força/preparação geral realizados pelos atletas da equipe, todos responderam afirmativamente à pergunta: (76,92%) responderam de 1 a 3 treinos, (15,38%) de 4 a 6 treinos e apenas (7,69%) 7 treinos ou mais, com (61,53%) dos entrevistados afirmando que as sessões aconteciam em dias/horários diferentes e (38,46%) no mesmo dia/horário.

No tocante às formas de acompanhamento e ensino da modalidade, (30,76%) responderam que o fazem de forma presencial e (69,23%) responderam que atuam de forma mista (isto é, tanto de forma presencial, quanto online). Em relação ao local de trabalho, (76,92%) possuíam local de trabalho e (23,07%) não possuíam local próprio.

Quanto a trabalhar com algum projeto social envolvendo o *girevoy sport*, (100%) dos entrevistados afirmaram não o fazer e, em relação a faixa salarial como treinador da modalidade, (61,53%) responderam até dois salários mínimos, (23,07%) até 4 salários mínimos e (15,38%) até 6 salários mínimos. O questionário foi finalizado com (76,92%) dos entrevistados afirmando lecionar cursos específicos da modalidade.

2. DISCUSSÃO

A primeira análise teve como objetivo principal analisar e comparar os indicadores apresentados no QPFT (i.e., metodologias, aprendizagens, experiências, conhecimentos e exercícios) entre os indicadores (i.e., experiência do atleta, formação acadêmica e experiência profissional). Dentro desse contexto, no que se refere ao indicador metodologias, os resultados mostraram que “Os critérios metodológicos aprendidos em cursos de formação de treinadores” e “A metodologia que criei a partir da minha própria experiência à frente do processo de treinamento” apresentaram 31% das respostas correspondente ao nível “10”. Embora em menor escala, “Os métodos que eram utilizados pelos meus treinadores” também foram destacados pelos voluntários do estudo apresentando 40% das respostas correspondente ao nível “9”.

A partir dos resultados obtidos na pesquisa com os treinadores de *Girevoy Sport*, podemos observar algumas informações relevantes. Dos 15 treinadores convidados, 2 abandonaram a pesquisa ou não responderam ao questionário, resultando em uma amostra final de 13 treinadores. A média de idade dos participantes foi de 37,84 anos, com um desvio padrão de 6,68 anos, indicando uma faixa etária relativamente homogênea.

Ao correlacionar os resultados obtidos nesta pesquisa com a literatura

existente, observa-se que alguns pontos estão alinhados com as discussões de autores como Meigh *et al.*¹⁷. Por exemplo, a importância do aperfeiçoamento da base aeróbica, o aumento da força dos desportistas e o desenvolvimento de mobilidade articular são aspectos que foram destacados pelos autores e que também foram mencionados pelos treinadores entrevistados.

Gould *et al.*,¹⁸ buscaram saber se treinadores de elite procuravam o seu desenvolvimento profissional a partir de tipos de aprendizado em que eles achavam que promoveriam o aprimoramento de sua carreira e reconheceram a importância do conhecimento informal, aqui compreendido como o processo ao longo da vida pelo qual se adquire e acumula conhecimento, habilidades e percepções de experiências diárias e exposição ao ambiente,¹⁹ e experiencial para o desenvolvimento do treinador. Apesar do conhecimento informal ter sido destacado, o conhecimento formal também foi ressaltado pelos participantes em utilizar nas suas metodologias de treinamento critérios metodológicos aprendidos em cursos específicos de formação, ou seja, programas de certificação de treinadores em larga escala desenvolvidos pelos órgãos governamentais nacionais do esporte.¹⁸

Em relação ao indicador aprendizagens, ficou evidenciado que voluntários se apoiam em dois pilares básicos (i.e., “o que aprendi com outros treinadores enquanto era atleta” e “o que aprendi durante minha formação como treinador”), apresentando um somatório dos percentuais de 77% e 84%, respectivamente, nos níveis “8, 9 e 10”.²⁰ Isso evidencia que os treinadores dão mais importância ao que foi aprendido com seus treinadores enquanto eram atletas e a sua formação como treinador em geral, quando comparado ao que foi aprendido por iniciativa própria. Em partes, parece que esses resultados reforçam a ideia de que treinadores mais jovens, como é o caso da amostra estudada (i.e., $37,84 \pm 6,68$ anos de idade), utilizam em larga escala dos conhecimentos adquiridos em sua etapa como atleta.¹¹ Além disso, a importância dada a formação em geral pelos treinadores do nosso estudo, também já foi destacada por treinadores de *rugby* em outros estudos.¹⁵

No que se diz respeito ao indicador experiência, os resultados revelaram que os treinadores avaliados valorizam principalmente o seguinte aspecto “Pôr em prática as teorias elaboradas com base na minha experiência pessoal como treinador” obtendo 46% no nível “10”. Entretanto, fatores como “A experiência que adquiri ao longo da minha carreira como atleta” e “O que aprendi durante minha

formação acadêmica na área da Educação Física” deixaram claro que o acúmulo de anos como treinador favorece mais a utilização do conhecimento provido das experiências pessoais.^{7,12} No entanto, as experiências adquiridas por esses treinadores em sua formação específica como profissionais de Educação Física, parece ser pouco relevante para sua atuação como treinadores de *girevoy sport*, o que pode ser confirmado pela característica da grade curricular nos cursos de Educação Física.^{9,20}

No que tange o indicador conhecimentos, “Os conhecimentos adquiridos com os treinadores que me treinaram”, bem como, “Os conhecimentos adquiridos ao longo do meu trabalho e da minha experiência como treinador” obtiveram percentuais de 54% e 46% no nível “10”, respectivamente, indicando que esses dois parâmetros são fontes importantes de conhecimento para esses treinadores. Não menos importante, porém, em menor magnitude em relação ao nível “9”, “Os conhecimentos aprendidos nos cursos de formação que participei” foram aqui ressaltados.

Quanto ao indicador exercícios, “Os exercícios e tarefas que aprendi quando era atleta”, assim como, “Os exercícios aprendidos durante o curso de formação de treinadores”, apresentaram o somatório dos percentuais de 84% e 78%, respectivamente, nos níveis “8, 9 e 10”. Por outro lado, “A experiência adquirida com os exercícios criados por mim no processo de treino” não se mostrou tão relevante, apresentando o somatório do percentual de 46% nos níveis “4 e 5”. Esses resultados não foram surpreendentes, uma vez que o *girevoy sport* constitui uma modalidade esportiva tradicional Russa datada de 1885.²¹ e, por isso, poucas mudanças foram anexadas em sua rotina de treinamento.

Em relação às três dimensões do questionário QPFT, nossos resultados apontaram que a Experiência do Atleta, seguida pela Formação Acadêmica e, por último a Experiência Profissional, foram em sequência as dimensões mais valorizadas pelos treinadores de *girevoy sport*. Entretanto, deve-se destacar que essas dimensões, apresentaram apenas discrepâncias sutis entre elas. Diferentemente de treinadores de *handebol* das categorias sub 19 e sub 21 que demonstraram maior valorização da Experiência Profissional¹⁹, treinadores de

girevoy sport parecem valorizar todas as dimensões, ainda que uma estatística mais robusta deva ser aplicada para reforçar esses achados.

Brookfield²² ressaltou que a aprendizagem acontece de forma ampla e em uma variedade de contextos, na maioria das vezes ocorre em um ambiente informal²³ (i.e., âmbito prático), além de instituições de aprendizagem formal²⁴ (i.e., âmbito acadêmico). De fato, as pesquisas com treinadores parecem indicar que os mesmos podem estruturar suas rotinas de treinamento baseado em vários caminhos, incluindo experiência anterior como atleta, orientação informal, experiência prática como treinador, além da interação com treinadores e atletas colegas²⁵.

Neste ponto, gostaríamos de mencionar também o termo aprendizagem autodirigida, uma vez que treinadores podem utilizar e explorar a internet²⁶, além de ler manuais de treinamento²⁴, livros²⁶, artigos de jornais e revistas²⁵. Além disso, foi demonstrado que os treinadores assistem a vídeos educacionais de ciências esportivas²⁶. além de gravações do desempenho de seus atletas, assim como, de outros atletas^{26,27}

Por fim, parece que programas de formação continuada que envolvam aprendizagem não formal englobando conferências de treinadores, seminários, *workshops* e clínicas²⁸ podem ser o caminho para uma formação ideal dos treinadores. Dessa forma, recomendamos que treinadores de *girevoy sport* sejam desenvolvidos continuamente no que tange às aprendizagens de nível não formal, formal e informal para que possam desenvolver de forma global as três dimensões abordadas chegando o mais próximo possível do treinamento ideal.

3. CONCLUSÃO

Em relação às três dimensões contempladas pelo questionário QPFT, nossos resultados apontaram que a Experiência como Atleta, seguida pela Formação Acadêmica e, por último a Experiência Profissional, foram em sequência as dimensões mais valorizadas pelos treinadores de *Girevoy Sport*. Entretanto, deve-se destacar que essas dimensões apresentaram apenas discrepâncias sutis entre elas, o que mostra que os treinadores da modalidade parecem valorizar todas as dimensões observadas, ainda que uma estatística mais robusta deva ser aplicada para reforçar esses achados.

No entanto, é importante ressaltar que cada pesquisa é única em sua abordagem e contexto, e é necessário considerar as limitações e particularidades do estudo realizado. Assim, é importante levar em conta que esses resultados são específicos para a amostra de treinadores participantes e podem não ser generalizáveis para toda a população de treinadores de *Girevoy Sport*.

Apesar disso, esses resultados fornecem *insights* interessantes sobre as características demográficas, experiência profissional, frequência de treinamentos e outros aspectos relacionados aos treinadores de *Girevoy Sport*. Essas informações podem ser úteis para compreender melhor o perfil dos profissionais envolvidos nessa modalidade desportiva e podem contribuir para o desenvolvimento de estratégias de capacitação, aprimoramento e suporte aos treinadores.

É importante que futuras pesquisas continuem explorando esses temas, ampliando a amostra e investigando outros aspectos relevantes para a compreensão e desenvolvimento do *Girevoy Sport*.

4. REFERÊNCIAS

- [1] Marcon, Giovani. Métodos Contemporâneos Para Elaboração De Programas De Treinamento Para o Alto Rendimento/ Giovani Marcon, Ricardo Muller Bottura e Cláudio Novelli.- São Paulo: CREF4/SP,2019. p.49-65
- [2] Resende, Rui. Desporto, Inovação e Formação de Treinadores: O Papel do Treinador de Desporto no Desenvolvimento de Competências de Vida. Centro de Investigação em Qualidade de Vida: O Papel do Treinador de Desporto no Desenvolvimento de Competências de Vida, Instituto Politécnico de Santarém, ano 2020, v. 1, n. 1, ed. 1, p. 53-67, 2020.
- [3] Molina, S. F., Godoy, S. J. I., Calvo, A. L., Saiz, S. J., & Alonso, M. C. (2012). El conocimiento profesional adquirido por el entrenador de balonmano: experiencias y formación. *Revista de psicología del deporte*, 21(1), 107-115.
- [4] Jiménez, S., Gómez, M. A., Borrás, P. y Lorenzo, A. (2007). Factores que favorecen el desarrollo de la pericia en entrenadores expertos en baloncesto. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 6(2), 145-149.
- [5] Gould, D., Giannini, J., Krane, V. & Hodge, K., Educational Needs of Elite US National Team, Pan American and Olympic Coaches, *Journal of Teaching in Physical Education*, 1990, 9(4), 332-344.
- [6] WKSF Foundation DOCS: Presentation. In: WKSF Foundation DOCS: Presentation. Via San Martino 3/5, 20020 Nosate, Milan – Italy: WKSF, [2018]. Disponível em: <https://wksf.site/wp-content/uploads/2020/12/Presentation-WKSF.pdf>. Acesso em: 11 dez. 2022 às 18:55
- [7] Novelli, Cláudio. *Kettlebells: Um Novo Velho Mundo De Histórias, Fundamentos e Aplicações*. 1. ed. São Paulo/SP: Edição do Autor, 2019. 114 p. v. 1. ISBN 978-65-901207-0-0.

- [8] Kostiantyn, P., Volodymyr, A., Volodymyr, M., Vasyly, P., Igor, R., Valentin, B., & Sergiy, B. (2016). Improvement of physical preparedness of sportsmen in kettlebell sport on the stage of the specialized base preparation. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(2), 540.
- [9] Dewese, B. H. et al. The training process: Planning for strength–power training in track and field. Part 1: Theoretical aspects. *Journal of Sport and Health Science*, v. 4, n. 4, p. 308-317
- [10] Resende, Rui. Desporto, Inovação e Formação de Treinadores: O Papel do Treinador de Desporto no Desenvolvimento de Competências de Vida. Centro de Investigação em Qualidade de Vida: O Papel do Treinador de Desporto no Desenvolvimento de Competências de Vida, Instituto Politécnico de Santarém, ano 2020, v. 1, n. 1, ed. 1, p. 53-67, 2020.
- [11] Falcão, W. R., Bennie, A., & Bloom, G. A. (2015). Desporto de alto rendimento: formação e competências do treinador. *Formação e saberes em desporto, educação física e lazer*, 41-66.
- [12] Milistetd, M. et al. Coaches' development in Brazil: structure of sports organizational programmes. *Sports Coaching Review*, v. 5, n. 2, p. 138-152, 2016. ISSN 2164-0629/2164- 0637.
- [13] Gonzalez-Rivera, M. D. et al. Sources of knowledge used by Spanish coaches: A study according to competition level, gender and professional experience. *International Journal of Sports Science & Coaching*, v. 12, n. 2, p. 162-174, 2017. ISSN 1747-9541 2048-397X
- [14] Mendes JC, Brandt R, Carvalho HM, Feu S, Ibañez SJ, Nascimento JV. Validation and reliability of a sources of knowledge scale for Brazilian coaches. *Motriz: Rev Educ Fis* 2019;25:e101913
- [15] FEU, S. et al. El conocimiento profesional adquirido por el entrenador de balonmano: experiencias y formación. *Revista de Psicología del Deporte*, v. 21, n. 1, p. 107-115, 2012. ISSN 1988-5636.
- [16] Meigh, N. J., Keogh, J. W., Schram, B., & Hing, W. A. (2019). Kettlebell training in clinical practice: a scoping review. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 11, 1-30.
- [17] Benites, L. C., & Souza Neto, S. D. (2008). O processo de constituição histórica das diretrizes curriculares na formação de professores de Educação Física. *Educação e Pesquisa*, 34(02), 343-360.
- [18] Irwin, G., Hanton, S., & Kerwin, D.G., The Conceptual Process of Skill Progression Development in Artistic Gymnastics, *Journal of Sport Sciences*, 2005, 23(10), 1089-1099
- [19] Mendes, J. C., Milistetd, M., Ibañez, S. J., & Nascimento, J. V. D. (2020). Fontes de conhecimentos dos treinadores: Estudo de caso das seleções brasileiras masculinas de handebol. *Pensar en Movimiento: Revista de ciencias del ejercicio y la salud*, 18(2), 81-98

- [20] Tikhonov, V.F., Suhovey, A.V. and Leonov D.V., Fundamentals of Kettlebell Sport: Teaching Motor Actions and Methods of Training: A Manual, Soviet Sport, 2009
- [21] Coombs, P.H., & Ahmed, M., Attacking Rural Poverty: How Nonformal Education Can Help. Johns Hopkins University Press, Baltimore, 1974.
- [22] Brookfield, S.D., Understanding and Facilitating Adult Learning: A Comprehensive Analysis of Principles and Effective Practice, Open University Press, Buckingham, UK, 1986.
- [23] Merriam, S.B. & Caffarella, R.S., Learning in Adulthood, 3rd ed., Jossey-Bass, San Francisco, 1999
- [24] Smith, M.K., Informal Learning, retrieved [Http://www.infed.org/biblio/inf-lrn.htm#informallearning](http://www.infed.org/biblio/inf-lrn.htm#informallearning), 1999
- [25] Irwin, G., Hanton, S., & Kerwin, D.G., Reflective Practice and the Origins of Elite Coaching Knowledge, Reflective Practice, 2004, 5(3), 425-442.
- [26] Wright, T., Trudel, P., & Culver, D. (2007). Learning how to coach: the different learning situations reported by youth ice hockey coaches. Physical education and sport pedagogy, 12(2), 127-144.
- [27] Feu, S., Feu, S., García-Rubio, J., & Ibañez, S. J. G. (2018). El aprendizaje del balonmano en la edad escolar desde el Modelo Tactical Game. Avances científicos para el aprendizaje y desarrollo del Balonmano, 17-24.
- [28] Schempp, P.G., Templeton, C.L., & Clark, B., The Knowledge Acquisition of Expert Golf Instructors, in: Farrally, M.R. & Cochran, A.J., eds., Science and Golf III: Proceedings of the World Scientific Congress of Golf, Human Kinetics, Champaign, Illinois, 1999, 295-301.
- [29] Jiménez, S., Gómez, M. A., Borrás, P. y Lorenzo, A. (2007). Factores que favorecen el desarrollo de la pericia en entrenadores expertos en baloncesto. Cultura, Ciencia y Deporte, 6(2), 145-149.
- [30] Marcon, Giovanni. Métodos Contemporâneos Para Elaboração De Programas De Treinamento Para o Alto Rendimento/ Giovanni Marcon, Ricardo Muller Bottura e Cláudio Novelli.- São Paulo: CREF4/SP,2019. p.49-65

APÊNDICE

Apêndice I - Questionário semiestruturado

1) Informações sociodemográficas

- 1) Nome: _____.
- 2) Data de nascimento: ____/____/____.
- 3) Telefone: _____.
- 4) Email: _____.
- 5) Cidade de residência: _____.
- 6) Unidade Federativa (UF): _____.
- 7) Nome do centro de treinamento: _____.
- 8) Nível de escolaridade: () graduação () especialização () Mestrado ()
Doutorado

II) Informações sobre a modalidade/ sistemas de treinamento/ informações dos treinadores

- 1) Tempo de envolvimento do treinador com o ensino da modalidade:
() 1 a 2 anos () 3 a 4 anos () 5 a 6 anos () 7 anos ou mais
- 2) Quantos anos de atuação o treinador possui na área de educação física:

- 1 a 2 anos 3 a 4 anos 5 a 6 anos 7 anos ou mais
- 3) Maior nível competitivo dos atletas da equipe:
 Estadual nacional continental mundial
- 4) Frequência média da participação anual dos atletas da equipe em competições:
 1 competição anual 2 a 3 competições anuais 4 a 5 competições anuais 6 competições anuais ou mais
- 5) Frequência média das sessões de treino semanal dos atletas da equipe:
 1 a 3 treinos semanais 4 a 6 treinos semanais 7 a 9 treinos semanais 10 ou mais treinos semanais
- 6) Frequência média dos treinos técnicos/ específicos realizados pelos atletas da equipe:
 1 a 3 treinos semanais 4 a 6 treinos semanais 7 a 9 treinos semanais 10 ou mais treinos semanais
- 7) Frequência média semanal dos treinamentos de força/preparação geral realizados pelos atletas da equipe:
 não realizam 1 a 3 treinos 4 a 6 treinos 7 treinos ou mais
- 8) Caso haja resposta positiva para a questão acima, apontar se as sessões de treinamento de força/preparação geral ocorrem em sessões/dias separados do treinamento específico:
 as sessões acontecem no mesmo dia/horário as sessões acontecem em dias/horários diferentes.
- 9) Atualmente você treina quantos atletas?
 1 a 5 6 a 10 11 a 15 16 ou mais.
- 10) Formas de acompanhamento e ensino da modalidade:
 online presencial misto
- 11) Possui local de trabalho?
 sim não.
- 12) Trabalha com algum projeto social envolvendo o ?
 sim não.
- 13) Faixa salarial como treinador da modalidade:
 até 2 salários mínimos até 4 salários mínimos até 6 salários mínimos 7 salários mínimos ou mais.



Anexo II – Termo de consentimento livre e esclarecido

CENTRO UNIVERSITÁRIO PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS-UNIPAC

Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos

(CEP UNIPAC)

Pesquisador Responsável:

Endereço:

CEP:

Telefone:

E-mail:

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

O Senhor (a) está sendo convidado (a) como voluntário (a) a participar da pesquisa “Procedência das fontes de conhecimentos utilizadas pelos treinadores brasileiros de *girevoy sport*”. Neste estudo pretendemos investigar e estabelecer as fontes e origens dos conhecimentos utilizados pelos treinadores brasileiros de *Girevoy Sport* no processo estrutural e organizacional do treinamento. O motivo que nos leva a estudar se dá pela importância de compreender de onde os treinadores obtêm seu conhecimento e como aplicam esse conhecimento em sua prática profissional.

Para este estudo adotaremos os seguintes procedimentos: utilização e aplicação de dois questionários: Questionário Semiestruturado e Questionário Perfil

de Formação do Treinador (QPFT) através da plataforma *Google forms*. Os riscos envolvidos na pesquisa consistem em constrangimento. Caso haja alguma intercorrência, os pesquisadores se comprometem a dar suporte a você por meio de apoio e retirada de dúvidas via e-mail. A pesquisa contribuirá para compreender as fontes de conhecimentos utilizadas pelos treinadores de *Girevoy Sport* e, com isso, auxiliar na formação e capacitação destes treinadores e de outros.

Para participar deste estudo você não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Apesar disso, caso sejam identificados e comprovados danos provenientes desta pesquisa, o Senhor (a) tem assegurado o direito a indenização. O Sr. (a) será esclarecido (a) sobre o estudo em qualquer aspecto que desejar e estará livre para participar ou recusar-se a participar. Poderá retirar seu consentimento ou interromper a participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que o Sr. (a) é atendido (a) é atendido pelo pesquisador, que tratará a sua identidade com padrões profissionais de sigilo, atendendo a legislação brasileira (Resolução Nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde), utilizando as informações somente para os fins acadêmicos e científicos.

Os resultados da pesquisa estarão à sua disposição quando finalizada, basta solicitá-la ao pesquisador responsável, se quiser. Seu nome ou o material que indique sua participação não será liberado sem a sua permissão. O (A) Senhor (a) não será identificado (a) em nenhuma publicação que possa resultar deste estudo. Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão arquivados com o pesquisador responsável por um período de 5 (cinco) anos, e após esse tempo serão destruídos. Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias originais, sendo que uma via será arquivada pelo pesquisador responsável, no Centro Universitário Antônio Carlos e a outra será fornecida ao Senhor (a).

Eu, _____, portador do documento de Identidade _____ fui informado (a) dos objetivos do estudo "Procedência das fontes de conhecimentos utilizadas pelos treinadores brasileiros de *girevoy sport*", de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações e modificar minha decisão de participar se assim o desejar.

Declaro que concordo em participar desse estudo. Recebi uma via deste termo de consentimento livre e esclarecido e me foi dada à oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

"BARBACENA-MG", _____ de _____.

Nome e assinatura do (a) participante (a)

Data

Nome e assinatura do (a) pesquisador (a) responsável

Data

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos deste estudo, você poderá consultar o Comitê de Ética em Pesquisa do UNIPAC:

Rodovia MG 338, Km 12 - Colônia Rodrigo Silva, Reitoria
CEP.: 36.201-143 - Barbacena - MG

Telefone: (32) 3339-4994

E-mail: cep_barbacena@unipac.br