

NOME: EDUARDO QUARESMA DOS SANTOS FILHO

TÍTULO: PRÁTICA MENTAL NA APRENDIZAGEM DO PASS FORWARD DO FUTEBOL AMERICANO

AUTORES: TÉRCIO APOLINÁRIO DE SOUZA, EDUARDO QUARESMA DOS SANTOS FILHO, TÉRCIO APOLINÁRIO DE SOUZA, PEDRO HENRIQUE COELHO

AGÊNCIA FINANCIADORA (se houver): NÃO POSSUI

PALAVRA CHAVE: COMPORTAMENTO MOTOR; APRENDIZAGEM MOTORA; IMAGINAÇÃO

RESUMO

A prática mental pode ser conceituada um fator que o professor pode manipular, com o intuito de facilitar a aprendizagem ou melhorar o desempenho de um determinado gesto técnico, por meio da imaginação. Os benefícios da imaginação da execução de habilidades motoras com ausência de movimento observáveis, ou seja, a prática mental, tem sido evidência em estudos que utilizaram tarefas com baixa demanda efetora, como realizar uma sequência de toques em um teclado. O presente trabalho tem como objetivo avaliar o efeito da prática mental em uma habilidade com alta demanda efetora, o Pass Forward do Futebol Americano. A hipótese levantada é que a prática mental tem apresentará maiores níveis de aprendizagem que a ausência de prática no Pass Forward do Futebol Americano. Para testar essa hipótese serão 32 sujeitos serão divididos igualmente em dois grupos, grupo de prática mental (GPM) e grupo de ausência de prática (GAP). Ambos grupos receberam instruções verbais e duas demonstrações por meio de fotos sobre as metas da tarefa antes do início do experimento. Essa tarefa possui duas metas, ambas com a mesma importância. A primeira meta consiste em acertar o centro de um alvo, disposto a 9 metros de distância do participante. A segunda meta diz respeito ao padrão de movimento que deve ser realizado, o participante deverá reproduzir o mais próximo possível o padrão de movimento que será apresentado a ele durante as duas demonstrações. O estudo será dividido em 3 momentos: pré-teste, aquisição e pós-teste. O pré-teste consiste na execução de 3 tentativas, a aquisição 30 tentativas, pós-teste 3 tentativas. No pré-teste seus escores de pontuação serão contabilizados, bem como o padrão de movimento será filmado para posteriormente contabiliza-lo. Na fase de aquisição os participantes do GMP executaram de forma mental as 30 tentativas e os GAP não executaram nenhuma atividade nessa fase. Após 10 minutos da fase de aquisição iniciará o pós-teste, com 3 tentativas.