

O ensino da técnica de *squash*: uma abordagem metodológica

Marina Luisa de Lima Costa* – Mauro Amâncio da Silva**

Resumo: O *squash* é um esporte de raquete, de origem inglesa, que surgiu por volta do século XIX, na prisão de *Fleet Debtors* (Inglaterra). É jogado entre dois adversários (ou quatro, em caso de duplas), em uma quadra fechada. Tem como objetivo rebater a bola contra a parede frontal, podendo essa tocar na parede lateral e na parede dos fundos. Os componentes técnicos do *squash* são: empunhadura, posicionamento, *drive*, revés, saque, recepção, paralela, cruzada, voleio, *boast*, *drop*, *lob* contra o vidro. O presente estudo verificou a eficiência da aplicação de uma metodologia para a aprendizagem da técnica de *squash*. Para tanto, se utilizou uma pesquisa qualitativa de corte descritivo e exploratório. Constatou-se que a metodologia aplicada foi eficaz para a aprendizagem da técnica de *squash* para todos os participantes. Entretanto, essa aprendizagem não foi igual para todos.

Palavras-chave: *Squash*. Metodologia. Técnica. Iniciantes.

The teaching squash technique: a methodological approach

Abstract: The squash is a racquet sport of English origin, which appeared around the nineteenth century in Fleet Debtors prison in England. It is played between two players (or four, in the case of doubles) in a closed court. The objective is strike the ball against the front wall, which may touch the side wall and the back wall. The technical components of squash are: grip, positioning, for-hand, back-hand, booty, reception, parallel, crusade, volley, boast, drop, lob against the glass. This study examined the effectiveness of the application of a methodology for learning the art of squash, was used for both a qualitative descriptive and exploratory cutting. It was found that the methodology was effective for learning the art of squash for all participants. However, this learning was not the same for everyone.

Keywords: Squash. Methodology. Technique. Bigginers.

La técnica de squash enseñanza: un enfoque metodológico

Resumen: El *squash* es un deporte de raqueta de origen Inglés, que apareció en siglo XIX, en la prisión *Fleet Debtors* (Inglaterra). Se juega entre dos jugadores (o cuatro, en el caso de dobles) en una cancha cerrada. Pretende golpear la pelota contra la pared frontal, que puede tocar la pared lateral y la pared posterior. Los componentes técnicos de *squash* son: empuñadura, colocación, *drive*, *revés*, saque, recepción, paralela, cruzada, volea, *drop*, *lob* contra el vidrio. Este estudio examinó la efectividad de la aplicación de una metodología para el aprendizaje de la técnica de *squash*, se utilizó tanto para un corte cualitativo, descriptivo y exploratorio. Se encontró que la metodología es eficaz para aprender la técnica de *squash* para todos los participantes. Sin embargo, este aprendizaje no es el mismo para todos.

Palabras clave: *Squash*. Metodología. Técnica. Principiantes.

Introdução

O *squash* é um esporte de raquete, de origem inglesa, que surgiu por volta do século XIX, na prisão de *Fleet Debtors* (Inglaterra). É jogado entre dois adversários (ou quatro, em caso de duplas), em uma quadra fechada. Tem como objetivo rebater a bola contra a parede frontal, podendo essa tocar a parede lateral e a parede dos fundos. É permitido apenas um quique no chão, ou então, rebater antes de quicar. Uma partida oficial é disputada em melhor de três ou cinco *games*, cada *game* com 11 pontos disputados. Segundo Padua (2009), é uma modalidade que se caracteriza por haver

* Orientanda da disciplina de TCC II do curso de Educação Física da Universidade de Caxias do Sul (UCS).

** Orientador da disciplina de TCC II e professor no curso de Educação Física da UCS.

“trocas de bola” de altíssima intensidade e de curta duração. O aumento da frequência cardíaca durante os *games* pode variar entre 94 e 100% da frequência cardíaca máxima prevista para cada indivíduo. As movimentações dentro da quadra exigem coordenação motora aliada a uma série de deslocamentos em velocidade. Isso faz com que o atleta desenvolva um alto índice de resistência de força e de elevada potência aeróbia.

A pesquisadora tem contato com a modalidade desde seus 4 anos de idade com práticas recreativas, e aos 12 anos iniciou os treinamentos específicos, visando a participar de competições voltadas à sua faixa etária. Mais tarde já participava de competições nacionalmente, sendo que em 2008 foi campeã brasileira da Categoria Juvenil Sub-19. No ano de 2009, começou a participar da Categoria Profissional.

A pesquisadora integrou a Seleção Brasileira Feminina de *Squash* nos anos de 2010 e 2011, conquistando medalha de bronze por equipes no feminino no Sul-Americano disputado em Lima, em 2011, e tem como último campeonato disputado pela seleção, os Jogos Pan-Americanos de Guadalajara. No ano de 2012, participou de apenas duas etapas do circuito brasileiro, em função de estar cursando os últimos semestres do curso de Bacharelado em Educação Física. Na etapa realizada em Minas Gerais, sagrou-se vice-campeã.

Acredita-se que a falta de trabalhos desenvolvidos e de estudos realizados em nosso país contribuem para a carência de pessoas capacitadas para trabalhar nessa área, bem como não gera interesse pelo conhecimento da modalidade e, com isso, não são revelados atletas de alto nível para competir no cenário nacional e no internacional.

Fundamentação teórica

História do *squash* no mundo

O *squash*, como outras modalidades esportivas, tem mais de uma versão sobre sua história. A de maior credibilidade é que no começo do século XIX existia uma obsessão por raquetes e bolas, e foi então que se iniciou uma variante do esporte no presídio *The Fleet*, em Londres. Os presidiários se exercitavam rebatendo uma bola contra as paredes. Vários deles usavam raquetes, originando, assim, o jogo de *rackets*. Tal jogo encaminhou-se por algum obscuro caminho até *Harrow* e outras escolas britânicas de prestígio e tradição por volta de 1820. Começava aí, o esporte conhecido como *squash rackets*, ou simplesmente, *squash*.

O *squash* foi inventado por volta de 1820, na *Harrow School*, quando os alunos descobriram que uma bola furada do jogo de *rackets*, quando espremida (*squashed*) pelo impacto com a parede, produzia um jogo com muito mais variedade de trajetórias e que também requeria um esforço muito maior para ser jogado, pois os jogadores não podiam simplesmente “esperar” a bola voltar como no jogo de *rackets*. Essa variante do *rackets* foi muito bem-aceita e, em 1864, as primeiras quatro quadras de *squash* foram construídas na *Harrow School*, fundando oficialmente o esporte conhecido como *squash*.

Componentes técnicos

A técnica no *squash*, como em qualquer modalidade esportiva, é fundamental para sua aprendizagem. Primeiro, se aprendem todos os componentes técnicos para depois aprender como e quando utilizá-los. Segundo Fonseca (1997), uma técnica de boa qualidade facilita a ação do jogador e possibilita melhor aproveitamento tático. Os componentes técnicos do *squash* são: empunhadura, posicionamento, *drive*, revés, saque, recepção, paralela, cruzada, voleio, *boast*, *drop*, *lob* contra o vidro.

É importante ressaltar que não foi encontrada literatura relacionada com os componentes técnicos específicos do *squash*. A pesquisadora descreveu todos eles baseada na sua experiência com a modalidade, ainda no Trabalho de Conclusão de Curso I (TCC I), e se utilizou disso para a aplicação do estudo:

- a *empunhadura* é a forma com que o indivíduo segura o cabo da raquete;
- outro componente, além da empunhadura, que se aplica a todos os golpes é o *posicionamento do corpo* na hora de rebater a bola. Do lado direito, deve-se virar de frente para a parede lateral, colocar a perna esquerda à frente do corpo, mantendo sempre o ombro esquerdo apontando para a parede frontal, e o direito, para a parede dos fundos. Do lado esquerdo, ocorre o inverso;
- *drive* e revés são nomenclaturas utilizadas nas modalidades de raquete. No *squash*, podemos conceituar o *drive* como sendo a rebatida em que a palma da mão que segura a raquete aponta para a parede frontal. O *revés* é a rebatida em que o dorso da mão aponta para a parede frontal;
- o *saque*, no *squash*, diferentemente de outros esportes de raquete, como *tênis* e *paddle*, por exemplo, não tem regra específica. O mais usual é o saque “ao lado do corpo”;
- para a recepção do saque, o jogador deve se posicionar mais ou menos no meio da área de recepção. O jogador pode optar por deixar a bola quicar no chão, ou então, rebater no ar;
- *paralela* é o golpe no *squash* durante o qual o jogador rebate a bola para que ela volte paralelamente à parede lateral;
- *cruzada* é o golpe oposto ao da paralela. O jogador rebate a bola para o lado contrário do que ele está rebatendo;
- *voleio* é o componente em que o jogador leva a raquete de encontro à bola no ar, ou seja, rebate a bola sem deixá-la quicar no chão;
- existem dois tipos diferentes de *boast*: o *boast* duas paredes e o *boast* três paredes. O *boast* três paredes é o golpe em que o jogador faz com que a bola toque na parede lateral, depois toque na frontal, depois na outra lateral e, só após, quica no chão. O *boast* duas paredes, como o nome já diz, é o golpe em que a bola toca em uma parede lateral, depois na parede frontal e, então, quica no chão;
- *Drop*, mais popularmente conhecido como *curta*, é o golpe em que o jogador (de qualquer lugar da quadra) faz com que a bola toque a parede frontal o mais perto da

linha baixa da área válida para o jogo e que, após, toque o chão, o mais perto possível da parede lateral;

– o *lob* é o golpe que tem o objetivo de encobrir o adversário; e

– chama-se *contra o vidro* o golpe em que o jogador rebate a bola em direção à parede do fundo para que ela, assim, chegue a tocar na parede frontal.

Existe ainda uma bola vencedora no *squash* chamada *nick*; essa jogada impossibilita a defesa do adversário. Depois de tocar a parede frontal, toca o solo no encontro entre ele e a parede lateral, fazendo com que a bola role no chão, caracterizando dois piques. O *nick* acontece normalmente a partir dos componentes técnicos *drop*, *boast* e voleios de ataque.

Procedimentos metodológicos

O presente estudo verificou a eficiência da aplicação de uma metodologia para a aprendizagem da técnica de *squash*, para tanto se utilizou de uma pesquisa qualitativa de corte descritivo e exploratório. Para Malhotra (2006), a pesquisa exploratória pode ser usada para formular um problema ou defini-lo com maior precisão, identificar cursos alternativos de ação, desenvolver hipóteses, isolar variáveis e relações-chave para exame posterior, obter critérios para desenvolver uma abordagem de problema e também estabelecer prioridades para pesquisas posteriores.

Para Vieira (2002), a pesquisa exploratória se interessa em descobrir e observar fenômenos, procurando descrevê-los, classificá-los e interpretá-los, além de ter como base para coleta de dados a observação. Malhorta (2006) diz que a pesquisa descritiva pressupõe que o pesquisador tenha grande conhecimento prévio a respeito da situação-problema. Complementa que esse tipo de pesquisa é marcado por um enunciado claro do problema, por hipóteses específicas e pela necessidade detalhada de informação. Ainda de caráter transversal no que diz respeito à temporalidade, pois foi limitada pelo período de realização das disciplinas de Trabalho de Conclusão de Curso I e II (TCC I e II).

A amostra teve característica não aleatória. Segundo Schlüter (2005), esse tipo de amostra baseia-se no julgamento do pesquisador. A pesquisadora selecionou para o estudo cinco participantes, entre eles três do gênero feminino e dois do gênero masculino, com idade entre 10 e 15 anos. Os cinco participantes selecionados não tiveram contato com a modalidade *squash* antes do estudo. Para a participação no estudo os responsáveis legais pelos participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

O participante 1 é do gênero feminino, tem 13 anos de idade e é estudante da 8ª série do Ensino Fundamental. Já praticou outras modalidades esportivas, fora das aulas de Educação Física escolar, como tênis e ginástica artística. O participante 2 é do gênero masculino, tem 13 anos de idade e é estudante da 6ª série do Ensino Fundamental. Não praticou nenhuma modalidade além das praticadas na escola. O participante 3 é do gênero masculino, tem 12 anos de idade e é estudante da 6ª série do Ensino

Fundamental, já praticou *futsal* e basquete fora da escola. O participante 4 é do gênero feminino e completou 13 anos de idade durante o estudo. É estudante da 7ª série do Ensino Fundamental e frequentou fora da escola aulas de natação, *jazz*, *ballet* e ginástica artística. O participante 5 é do gênero feminino, completou 13 anos de idade no primeiro dia do estudo e é estudante da 7ª série do Ensino Fundamental. Praticou *futsal*, ginástica artística, natação, vôlei, patinação e *ballet* fora da escola.

O local para aplicação do estudo foi uma academia situada em um bairro da cidade de Caxias do Sul. A academia possui quatro quadras. As quatro foram utilizadas, facilitando o trabalho da pesquisadora durante as aulas.

Foram ministradas 16 aulas, com duração de uma hora e trinta minutos cada, na frequência de uma vez por semana, às quartas-feiras. O estudo iniciou dia 18 de julho e encerrou no dia 31 de outubro. Iniciou antes da data prevista devido à confirmação de vaga na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II (TCC II) à pesquisadora, além de a amostra já estar selecionada, e o local, disponível. Todas as aulas iniciavam com aquecimento seguido de alongamento, depois a parte principal da aula e por fim o jogo formal. Em 8 das 16 aulas, nas quais os participantes tinham na parte principal da aula a aprendizagem de um dos componentes técnicos, utilizou-se muito o método parcial.

Segundo Costa (2003), esse método possibilita aprofundar corretamente todos os componentes da técnica do jogo, entretanto torna o ambiente um pouco monótono, fatores que, segundo a literatura utilizada, dizem respeito às vantagens e às desvantagens, respectivamente. Na primeira aula, os participantes foram apresentados à modalidade, aprenderam as regras, os objetivos do jogo e tiveram seu primeiro contato com a raquete aprendendo a empunhadura e o posicionamento do corpo na hora de rebater. Para isso, foi aplicado um exercício em que a pesquisadora rebatia uma bola paralela, os participantes tinham que fazer o mesmo e ainda tentar fazer com que a bola quicasse no lugar delimitado pela pesquisadora. O exercício foi realizado dos dois lados da quadra (direito e esquerdo), possibilitando a aprendizagem do *drive* e do *revés*. Após esse exercício, os participantes foram distribuídos nas quatro quadras para treinarem a paralela repetidamente e sozinhos, cada um com sua raquete e sua bola. Na segunda aula, fizeram uma revisão da paralela, os exercícios foram os mesmos, assim a pesquisadora pôde observar e corrigir os erros cometidos. Na terceira aula, os participantes aprenderam o saque. A pesquisadora explicou novamente as regras para o saque e as possibilidades de execução. Os participantes foram distribuídos nas quadras para a prática, enquanto isso a pesquisadora conseguia observar e corrigir.

Na quarta aula, fizeram um exercício para aprender a cruzada. A pesquisadora aplicava o exercício para um participante de cada vez, enquanto os outros aproveitavam para treinar a paralela, o saque e também jogar. Na quinta aula, o componente vivenciado foi o voleio. O exercício aplicado foi semelhante ao da primeira aula, em que a pesquisadora rebatia uma paralela alta, para que os participantes pudessem voar também na paralela. Essa aula foi muito importante para dar sequência à seguinte, que foi de recepção de saque, enfatizando, assim, a transferência de aprendizagem.

Segundo Fonseca (1997), para facilitar a aquisição de novas habilidades técnicas, é importante criar um ambiente que proporcione a transferência de aprendizagem, ou seja, que a habilidade já aprendida facilite a aquisição de uma nova habilidade.

Na aula de saque, os participantes aprenderam que o saque alto é melhor pela dificuldade de receber; logo no treino de recepção, alguns saques foram altos e, assim, precisariam ser recebidos com voleio. Na sexta aula, treinaram a recepção de saque. O exercício foi feito em duplas em uma quadra com a pesquisadora. A mesma sacava diferentes tipos de saque e, a cada vez, um participante executava a recepção, para que os demais tivessem uma ampla vivência desse componente. Os outros participantes, enquanto esperavam sua vez de treinar com a pesquisadora, aproveitavam para praticar os componentes já aprendidos em aulas anteriores.

Na sétima aula, os alunos tiveram uma revisão dos componentes técnicos já aprendidos, a fim de reforçar seu aprendizado. Os exercícios aplicados foram semelhantes aos das primeiras aulas, apenas foram incluídos deslocamentos para dificultar e também motivar os participantes. Na oitava aula, os participantes vivenciaram o *boast*, que foi realizado com todos os participantes na mesma quadra, cada um rebatia uma vez e aguardava para rebater novamente. A pesquisadora ficou na frente da quadra executando uma cruzada, e os participantes, localizados no fundo da quadra, rebatiam um *boast*. O exercício foi feito dos dois lados da quadra. Após isso, os participantes foram divididos para executar o mesmo exercício sem a pesquisadora. Na nona aula, vivenciaram o *drop*. O exercício para a aprendizagem do *drop* foi realizado em duplas. A pesquisadora ficou na frente da quadra em um dos lados, perto da parede. Os participantes ficaram lado a lado também na metade da frente da quadra. A pesquisadora rebatia uma bola curta na direção deles para que, assim, eles executassem o *drop*. Na décima aula, tiveram mais uma aula de revisão. Realizaram um exercício combinado em duplas. A pesquisadora rebatia um *drop*, e os participantes rebatiam executando uma paralela, depois rebatia um *boast*, e eles respondiam com cruzada. Na décima primeira, vivenciaram o *lob*. O exercício foi feito com todos os participantes na mesma quadra; a pesquisadora ficou no fundo e rebatia um *boast*; os participantes ficaram na frente da quadra e respondiam com um *lob* cruzado. Na metade do tempo, incluímos uma cruzada. Então, a pesquisadora rebatia o primeiro *boast*, e eles respondiam com cruzada, rebatia o segundo *boast*, e eles respondiam com o *lob*. O exercício foi feito dos dois lados da quadra. Depois de treinar com a pesquisadora, os participantes foram praticar com os colegas o mesmo exercício. Na décima segunda e décima terceira aulas, fizeram mais exercícios de fixação. Nessas duas aulas, a pesquisadora optou por realizar exercícios individuais e diferentes para cada participante, de acordo com as maiores dificuldades de cada um.

Na décima quarta, fizeram uma aula atípica, ou seja, a pesquisadora organizou uma gincana com atividades específicas do *squash*, e essa aula teve o propósito de descontrair os participantes e entusiasamá-los para as aulas seguintes. As atividades que valeram mais pontos foram jogos modificados, seguindo os princípios do método

situacional. Tenroller (2004) aponta o método em série de jogos como sendo semelhante ao método global, que consiste no jogo propriamente dito, apenas com algumas modificações. Na décima quinta aula, realizaram mais exercícios de fixação. Com a pesquisadora realizaram o seguinte exercício: a pesquisadora rebatia um *boast*, e os participantes respondiam com cruzada; depois rebatia uma paralela, e eles respondiam com outra paralela. Nas outras quadras, enquanto um participante rebatia um *boast*, o outro respondia com paralela. Depois de um determinado tempo, trocavam de posição.

Nas aulas de revisão, os métodos em série de jogos e o situacional estiveram bastante presentes. Segundo Morales e Greco (2007), o método situacional exige do atleta uma adequada capacidade para a tomada de decisões táticas, bem como eficiência e eficácia na execução das ações técnicas. Pinho et al. (2010) citando Giacomini (2007), complementam que esse método enfatiza o desenvolvimento da compreensão tática e dos processos cognitivos subjacentes à tomada de decisão procurando evitar que os praticantes sejam condicionados a um desgastante processo de ensino da técnica. Na última aula, fizeram uma espécie de aula-jogo, jogando todos contra todos. Essa aula foi o fechamento do estudo. Desse modo, a pesquisadora pôde observar o aprendizado dos participantes. A pesquisadora optou por não ensinar o componente técnico contra o vidro, porque é o mais difícil de ser aprendido, e o tempo do estudo foi curto e limitou o aprendizado.

Análise e interpretação dos resultados

Depois de aplicadas as 16 aulas, cada uma delas com o relato das pautas de observação, fez-se um cruzamento das informações, a fim de detectar e descrever o processo de ensino e aprendizagem de cada participante do estudo, traçando um comparativo da primeira à última aula.

As pautas anotadas foram: observar se os participantes mantêm contato visual com a bola durante treinos e jogos; observar se os participantes sabem realizar a preparação da raquete corretamente; observar se os alunos se posicionam corretamente para os golpes de *drive* e revés; observar se realizam o saque de forma adequada; observar se sabem se posicionar durante o jogo formal; observar se conseguem direcionar a bola tanto na paralela quanto na cruzada; observar se têm uma boa antecipação motora para executar o voleio; observar se os alunos executam golpes considerados difíceis como o *boast*, o *drop*, o *lob* e contra o vidro e, por fim, observar se os alunos têm um bom entendimento do jogo sabendo a hora certa de solicitar as regras de *let* e *stroke*.

Observações realizadas em relação a cada pauta de observação:

– *contato visual com a bola durante treinos e jogos*: os cinco participantes tiveram comportamentos muito parecidos em relação a esse item da pauta de observação. No início do estudo, não olhavam diretamente para a bola, cometendo erros em função disso. Ao término do estudo, melhoraram significativamente fazendo com que os erros diminuíssem. Segundo Maggil (2000), um dos papéis consistentes da visão é o de ajudar

as pessoas a prepararem os movimentos dos membros e do corpo e, em habilidades que exigem movimentos precisos dos membros, a visão dá informações para corrigir os erros e garantir que o indivíduo execute o movimento com precisão;

– *preparação da raquete*: a participante 1 apresentava, no início do estudo, uma preparação errada para o *squash* devido à sua experiência anterior com aulas de tênis. No fim do estudo, algumas vezes essa preparação se repetia, mas, na maioria das vezes, conseguia realizar a preparação correta. O participante 2 não apresentou dificuldades nesse item, pois logo no início do estudo, aprendeu e errou pouquíssimas vezes durante o estudo. O participante 3 obteve melhora do início do estudo até o fim e, na preparação para o revés, o participante realiza de forma correta a maioria das rebatidas, o que não ocorria no início do estudo. Para o *drive* ainda comete alguns erros, diferentemente do início do estudo em que errava na maioria dos golpes. As participantes 4 e 5 apresentaram algumas dificuldades no início do estudo, mas ao finalizar o mesmo, os resultados foram positivos acertando quase todas as preparações. Tilden (1966) diz que somente com a preparação correta e antecipada de um golpe é possível usar a cabeça da raquete corretamente, e que se deve conservar a raquete pronta até o momento de rebater;

– *posicionamento durante golpes de drive e revés*: nesse item, os participantes 1, 3 e 5 aprenderam com facilidade e mantiveram os acertos até o término do estudo. Os participantes 2 e 4 tiveram a mesma dificuldade que foi em relação ao posicionamento do *drive*, que, na maioria das vezes, foi errado. Em compensação, o posicionamento do revés obteve melhora, e a maioria dos golpes foi realizada de forma correta;

– *saque*: nesse componente técnico, todos os participantes apresentaram melhoras significativas. No início o saque é um componente difícil de acertar em função de ter que acertar a bola em uma área delimitada, por isso, no início do estudo, os participantes, em geral, erravam o saque. Além disso, os participantes erravam a bolinha, tinham dificuldade de jogar a bola para cima e conseguir rebater antes de ela cair no chão. Ao término do estudo, todos acertavam o saque sem dificuldades. Algumas vezes ainda cometiam erros, mas eram raros;

– *posicionamento no jogo formal*: se refere ao local onde um indivíduo deve ficar no momento em que seu adversário está rebatendo, ou então, o local para onde um indivíduo deve ir após rebater sua bola. Esse local é denominado “T” e se localiza praticamente no centro da quadra. Esse item não é tão fácil de ser aprendido pelos alunos, em função de muitos outros itens em que devem pensar na hora de jogar. A melhora nesse item é que todos os alunos entenderam onde devem ficar, mas, na hora da prática, dificilmente conseguem ir para a posição correta. O participante 3 merece destaque nesse aspecto porque, ao finalizar o estudo, algumas vezes se encontrava na posição correta;

– *direciona a bola na paralela e na cruzada*: os participantes 1, 3, 4, e 5 melhoraram significativamente nesses fundamentos. No início do estudo, não conseguiam direcionar a bola na direção que desejavam, mas ao finalizar, sabiam para onde queriam

que a bola fosse e conseguiam executar os golpes sem dificuldade, sabendo diferenciar como se rebate a paralela de como se rebate a cruzada. O participante 2 apresentou maiores dificuldades nesses componentes durante o estudo e no fim não obteve melhoras significativas se comparado aos outros participantes, não conseguindo direcionar a bola na maioria das vezes;

– *execução do voleio*: esse golpe pode ser considerado intermediário em relação à sua dificuldade se comparado com outros componentes. No início do estudo, os participantes apresentaram dificuldades para realizar esse componente, tiveram alguns acertos, mas os erros prevaleceram. No decorrer do estudo, os participantes melhoraram aumentando o número de acertos. Os participantes que se destacaram nesse componente foram o 1 e o 3, acertando a maioria dos golpes durante o jogo e, inclusive, em recepções de saque. A antecipação espacial e temporal são importantes na execução desse golpe. Sshmidt e Wrisberg (2001) dizem que, ao se anteciparem, os indivíduos podem organizar antes seus movimentos permitindo que iniciem a resposta apropriada mais rapidamente;

– *boast, drop, lob e contra o vidro*: vale lembrar que o componente técnico *contra o vidro* não foi ensinado aos participantes do estudo. O participante 1 apresentou boa execução dos componentes *boast* e *drop* ao finalizar o estudo, o que não acontecia no início. Em relação ao *lob*, apresentou maiores dificuldades, não tendo melhoras significativas no decurso do estudo. O participante 2 obteve melhoras em relação ao componente técnico *drop*, realizou de forma correta no fim das aulas, sem muitos erros. Os outros componentes, *boast* e *lob*, apresentaram dificuldade de execução do início ao fim do estudo. O participante 3 obteve melhora em relação aos três componentes, errava muitas vezes no início do estudo, mas na conclusão executava todos sem dificuldades. O participante 4 apresentou melhoras do início para o fim do estudo em relação ao *drop* e ao *lob*, executou os dois componentes sem dificuldades com destaque para o *lob*. No *boast* também obteve melhora, já que no início do estudo dificilmente acertava o golpe, mas no fim conseguiu vários acertos, se destacando mais nos outros componentes. O participante 5 apresentou melhoras significativas nos componentes *boast* e *drop*, teve dificuldades para acertar o *boast* no início do estudo, mas na conclusão realizou tranquilamente. O *drop*, ele acertou facilmente no fim das aulas e não teve grandes dificuldades no início. Em relação ao *lob*, não obteve melhoras significativas, teve dificuldades no início e no fim do estudo. Aumentou o número de acertos, mas, mesmo assim, foram poucos;

– *let e stroke*: os participantes 1, 3, 4 e 5 melhoraram seu entendimento em relação a essas regras. Conseguiram no encerramento do estudo saber a hora de utilizá-las durante o jogo, apresentaram apenas uma dificuldade: diferenciar uma da outra. Mas como são regras, dependem da interpretação de cada um para decidir quando aplicar uma ou outra, então não se pode exigir que os participantes saibam isso. O participante 2 não apresentou melhoras por não saber o momento certo de usar as regras. Durante o estudo, não utilizou nenhuma vez essas duas regras.

Vale ressaltar que alguns participantes não compareceram em todas as aulas, faltando uma ou duas vezes. Quando era apresentado um conteúdo novo na aula, e algum participante não se fazia presente, o mesmo era recuperado no início da aula seguinte. A pesquisadora aplicava um exercício apenas para o participante que havia faltado na aula anterior, para que ele não ficasse tão prejudicado nos exercícios e nas aulas seguintes.

Respondendo às questões de pesquisa

Com o intuito de auxiliar na busca pela elucidação do problema, as seguintes questões foram investigadas.

– A metodologia proposta foi eficaz para a aprendizagem da técnica de *squash*?

A partir da história prévia e experiência da pesquisadora os comentários são os seguintes:

- O período de quatro meses, com a frequência de uma vez por semana, é um período muito curto para a aprendizagem de uma modalidade esportiva, aqui se tratando do *squash*. Entretanto, é tempo suficiente para desenvolver algumas habilidades que estejam presentes na modalidade e conhecê-la melhor, principalmente.

- Considerou-se a metodologia aplicada eficaz pela evolução que os participantes apresentaram do início ao fim do estudo. Iniciaram no estudo como se tivessem iniciando o aprendizado de um novo idioma, sem saber nada e, ao concluir, adquiriram conhecimento de regras e algumas táticas, conheceram os componentes técnicos e conseguiram executá-los, além da disciplina e da conduta esportiva adquiridas. Certamente a execução dos golpes não é a ideal no que diz respeito ao gesto motor correto, pois cometiam alguns erros, mas comparado-os aos do início, a melhora pode ser considerada significativa. Os participantes demonstraram interesse pela modalidade e prazer em praticá-la, confirmando os resultados esperados pela pesquisadora, que notou que é possível que se tornem adeptos dessa modalidade esportiva.

– Como se deu a aprendizagem da técnica de *squash* com iniciantes? Houve diferenças na aprendizagem entre os participantes?

- Conforme já descrito anteriormente, os participantes foram selecionados pela pesquisadora com o critério de não terem tido contato prévio com essa modalidade de estudo. Assim, cinco participantes foram selecionados, sendo três do gênero feminino e dois do gênero masculino. A partir daí, 16 aulas foram ministradas a contar do dia 18 de julho, com frequência de uma vez por semana e duração de uma hora e trinta minutos. A cada aula, os alunos aprendiam um componente técnico, revisavam outro e jogavam, por meio dos métodos parcial, global e situacional. Pelas observações feitas durante todas as aulas, a pesquisadora avaliou o desempenho dos alunos no decorrer do estudo.

- Apesar do pouco tempo, os participantes obtiveram melhoras significativas na aprendizagem de *squash* comparando os mesmos do início ao fim do estudo.

- Como foi mencionado na análise dos resultados, houve diferenças na aprendizagem de cada participante. Acredita-se que essas diferenças ocorreram em função das atividades já praticadas pelos participantes antes do estudo, ou então, pela falta de atividades físicas. A transferência de aprendizagem é a influência que a prática de uma habilidade tem no desempenho de outra habilidade ou da mesma em contextos diferentes. Quando tratamos de aprendizagem motora, a transferência de aprendizagem é um dos conceitos mais presentes. Para a execução de novas habilidades, essa transferência é muito positiva, facilitando o aprendizado por parte do aprendiz. Segundo Maia et al. (2007), aqueles que possuem experiências anteriores em certas habilidades motoras possuem uma vantagem: a rapidez com que aprendem uma nova tarefa, ou semelhante. Isso se aplica diretamente à participante 1 que já praticou outra modalidade de raquete, facilitando a sua aprendizagem relativa ao *squash*. Na lição de Magill (2000), a transferência positiva ocorre quando a experiência com uma habilidade ajuda ou facilita o desempenho da habilidade em um novo contexto ou na aprendizagem de uma outra habilidade.

- Em contrapartida, o participante que não frequentou nenhuma escolinha de modalidades esportivas fora do âmbito escolar apresenta mais dificuldade para a aprendizagem da modalidade, em função do seu baixo repertório motor.

- Ao analisar a evolução dos participantes na aprendizagem da modalidade em forma de escala de 1 a 10, do início ao fim do estudo, no período de quatro meses, os participantes 1 e 3 ficariam com 9, os participantes 4 e 5, com 8, e o participante 2, com 7. Os números altos na escala se justificam pelo fato de os participantes não terem tido contato com a modalidade antes do início do estudo, tornando a aprendizagem evidente.

Considerações finais

Este estudo teve como objetivo aplicar uma metodologia de ensino para a modalidade *squash* em participantes que não tivessem tido contato prévio com a modalidade. A partir daí verificar se a metodologia aplicada foi eficaz para a aprendizagem da técnica de *squash*, como se deu a aprendizagem e ainda se houve alguma diferença de aprendizagem entre os participantes.

Depois de 16 aulas aplicadas com duração de uma hora e trinta minutos cada, com frequência de uma vez por semana, constatou-se que a metodologia aplicada foi eficaz para a aprendizagem da técnica de *squash* para todos os participantes. Comparados do início ao fim do estudo, a melhora foi significativa. Entretanto, essa aprendizagem não foi igual para todos, alguns tiveram mais facilidade em alguns componentes técnicos e maior dificuldade em outros e vice-versa.

A principal limitação do estudo foi o tempo, já que a pesquisadora acredita que se o período para aplicação do estudo fosse maior, ou se a frequência semanal das aulas fosse duas vezes na semana, os resultados teriam sido mais significativos.

Apesar dessa limitação, os resultados atingiram as expectativas, tanto em relação à aprendizagem da técnica quanto em relação ao prazer dos participantes em praticar a modalidade.

Por fim, esse assunto não deve se encerrar neste estudo, pois se espera que esta pesquisa sirva como ponto inicial para muitas outras, e que outros pesquisadores sintam-se encorajados a realizar estudos em relação à metodologia do ensino de *squash*.

Referências

- COSTA, Claiton Frazzon. *Futsal: aprenda a ensinar*. Florianópolis: Visual Books, 2003.
- FONSECA, Gerard Maurício M. *Futsal: metodologia de ensino*. Caxias do Sul: Educ, 1997.
- MAGILL, Richard A. *Aprendizagem motora: conceitos e aplicações*. São Paulo: E. Blücher, 2000.
- MAIA, Raquel Ferreira et al. Efeitos da transferência de aprendizagem entre tarefas: saque do voleibol para o saque no tênis. *Revista Mackenzie de Educação Física*, v. 6, n. 3, 2007.
- MALHOTRA, Naresh K. *Pesquisa de marketing: uma orientação aplicada*. Porto Alegre: Bookman, 2006.
- MORALES, Juan Carlos P.; GRECO, Pablo Juan. A influência de diferentes metodologias de ensino-aprendizagem-treinamento no basquetebol sobre o nível de conhecimento tático processual. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, v. 21, n. 4, 2007.
- PINHO, Sílvia Teixeira de et al. Método situacional e sua influência no conhecimento tático processual de escolares. *Motriz*, v. 16, n. 3, 2010.
- PADUA, Rafael. *O estudo das capacidades físicas e a transferência de energia na prática do squash*. 2009. Disponível em: <<http://www.cdof.com.br/squash3.htm>>. Acesso em: 29 out. 2012.
- SCHMIDT, Richard A.; WRISBERG, Craig A. *Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem baseada no problema*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.
- SCHLÜTER, Regina G. *Metodologia da pesquisa em turismo e hotelaria*. 2. ed. São Paulo: Aleph, 2005.
- TENROLLER, Carlos A. *Futsal: ensino e prática*. Canoas: Ed. da Ulbra, 2004.
- TILDEN, William T. *Tênis: como jogá-lo melhor: um guia completo sobre técnica e táticas*. São Paulo: Pioneira, 1966.
- VIEIRA, Valter Afonso. As tipologias, variações e características da pesquisa de marketing. *Revista FAE*, v. 5, n. 1, 2002.