



Prof. Dr. em Treinamento de Força

X
X
X

X
X
X

X

Keywords: xxxxxxxxxxxxxx, xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx, xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx.

INTRODUÇÃO:

Este estudo investiga o impacto do aprendizado visual e verbal no desempenho do salto vertical de estudantes universitários. O aprendizado visual envolve a assimilação de informações por meio de estímulos visuais, enquanto o aprendizado verbal utiliza instruções verbais para transmitir informações. Ambos os processos são fundamentais para o desenvolvimento de habilidades motoras.

Os participantes do estudo foram divididos aleatoriamente em três grupos de oito pessoas cada: um grupo assistiu a um vídeo instrucional, outro grupo recebeu instruções verbais e o terceiro grupo observou uma demonstração prática. Os dados foram coletados em três sessões distintas, com intervalos de 1 a 2 semanas, utilizando o aplicativo “MyJump Lab”.

A análise dos dados visa compreender como os diferentes métodos de aprendizado influenciam o desempenho no salto vertical, fornecendo insights para otimizar o treinamento atlético e contribuindo para a base teórica do papel do aprendizado cognitivo no aprimoramento de habilidades motoras.

O desempenho atlético, especialmente em habilidades específicas como o salto vertical, é fundamental para muitos estudantes universitários que participam de atividades esportivas competitivas. Diversos fatores influenciam a capacidade de um indivíduo realizar um salto vertical eficaz, e entre esses fatores, o processo de aprendizado desempenha um papel crucial. Este estudo tem como objetivo investigar o impacto do processo de aprendizado visual e verbal no desempenho do salto vertical de estudantes universitários.

O aprendizado visual refere-se à assimilação de informações por meio de estímulos visuais, como imagens, gráficos e demonstrações práticas. Por outro lado, o aprendizado verbal envolve a compreensão e absorção de informações através da linguagem verbal, seja por meio de instruções escritas ou verbais. Ambos os processos têm implicações significativas no desenvolvimento de habilidades motoras, e compreender como esses métodos de aprendizado afetam o desempenho do salto vertical pode fornecer insights valiosos para otimizar o treinamento atlético.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

X

X

Estudos anteriores destacaram a importância da conexão entre a cognição e a execução de habilidades físicas, sugerindo que a maneira como os indivíduos processam e internalizam

informações pode influenciar diretamente seu desempenho motor. No entanto, a maioria desses estudos concentrou-se em esportes específicos ou atividades motoras gerais, deixando uma lacuna de conhecimento no contexto específico do salto vertical em estudantes universitários.

Estudos recentes, como o trabalho de Silva et al. (2020) e Santos e Lima (2020), têm abordado aspectos relacionados ao aprendizado visual e verbal no contexto esportivo. Silva et al. (2020) exploraram as vantagens do aprendizado visual na assimilação de técnicas motoras, destacando a importância de estímulos visuais na melhoria da execução de habilidades específicas. Por outro lado, Santos e Lima (2020) examinaram a eficácia das instruções verbais no desenvolvimento da força e desempenho motor, demonstrando a influência significativa da comunicação verbal no processo de aprendizado.

Um dos estudos proeminentes neste campo foi conduzido por Oliveira et al. (2021), que investigaram a eficácia de métodos de aprendizado visual no desenvolvimento do desempenho do salto vertical em estudantes universitários. Os resultados destacaram a importância de estímulos visuais específicos no aprimoramento das habilidades motoras necessárias para um salto vertical eficaz. Outra contribuição significativa foi feita por Lima e Santos (2021), que se concentraram nas instruções verbais como facilitadoras do desempenho motor. Este estudo revelou que instruções verbais direcionadas de forma adequada desempenham um papel crucial na otimização do salto vertical, fornecendo insights valiosos para a prática de treinamento. Além disso, o trabalho de Silva e Oliveira (2021) aprofundou a compreensão da interação entre aprendizado visual e verbal, explorando como a combinação estratégica desses métodos pode maximizar os ganhos no desempenho do salto vertical. Suas descobertas sugerem que uma abordagem integrada, combinando aprendizado visual e verbal, pode resultar em benefícios sinérgicos notáveis.

No entanto, até o momento, poucos estudos direcionaram sua atenção para a aplicação específica desses processos de aprendizado no contexto do salto vertical em estudantes universitários. Esta lacuna de conhecimento inspira a presente investigação, buscando compreender como abordagens de aprendizado visual e verbal podem modular o desempenho no salto vertical. Ao abordar essa

lacuna, pretendemos investigar como diferentes abordagens de aprendizado visual e verbal podem modular a eficácia do treinamento para o salto vertical. A compreensão aprofundada desses efeitos pode não apenas fornecer orientações práticas para treinadores e educadores físicos, mas também contribuir para a base teórica do papel do aprendizado cognitivo no aprimoramento de habilidades motoras específicas.

Este estudo utilizará uma abordagem metodológica rigorosa, incorporando medidas objetivas do desempenho do salto vertical, avaliações do processo de aprendizado visual e verbal, bem como análises estatísticas robustas para identificar padrões e relações significativas. Esperamos que os resultados deste estudo forneçam insights valiosos para a otimização do treinamento esportivo, contribuindo para o desenvolvimento holístico dos estudantes universitários envolvidos em atividades físicas competitivas.

VALE RESSALTAR QUE O TRABALHO ESTÁ EM FASE DE FINALIZAÇÃO AINDA PELO SIMPLES FATO DE SER UMA PESQUISA DE COLETA DE DADOS, DADOS ESSES QUE JÁ ESTÃO COM O PROFESSOR ORIENTADOR PARA O DECORRER DO DESENVOLVIMENTO E CONCLUSÃO DO TCC E TAMBÉM DO TRABALHO DE PESQUISA DE INICIAÇÃO DO GRUPO DA FACULDADE. O TRABALHO FICARÁ PRONTO NESSE SEMESTRE AINDA PARA A DEFESA DO TCC DOS MESMOS.

X

X

CORPO DO TRABALHO/DESENVOLVIMENTO – Estes termos são provisórios, apenas servem para ilustrar que é a parte mais extensa do seu trabalho. Você deve dividi-lo em tópicos com títulos que geralmente advém dos objetivos específicos e decorrem do assunto a ser tratado.

X

X

Tem por função principal expressar o desenvolvimento dos objetivos explicitados na introdução do trabalho, apresentando a síntese interpretativa de seu desenvolvimento. Refere-se à apresentação em ordem lógica dos resultados obtidos na pesquisa. Estes resultados podem ser apresentados de forma objetiva, precisa e lógica, utilizando tabelas, gráficos, figuras, discursos, desde que haja a devida interpretação.

Na referida parte também pode ser realizada uma comparação entre os resultados obtidos pelo autor e os encontrados na literatura. É a parte de detalhamento da pesquisa quer na discussão dos conceitos e categorias, quer na apresentação dos resultados da pesquisa que deverão ser analisados e confrontados com os já apresentados na literatura, avaliando e criticando a exatidão dos dados obtidos e a concordância ou não com outros autores.

Em determinadas circunstâncias deve haver um item especificando a metodologia utilizada e as implicações práticas da pesquisa que devem ser discutidas, podendo apresentar propostas que visem contribuir para as soluções dos problemas detectados, ou sugerir outros. Quando, por exemplo, o pesquisador vai ao campo para pesquisar um determinado tema e testar determinadas hipóteses, ele pode fazer uso de diferentes métodos (quantitativos e qualitativos) e técnicas de pesquisa (entrevistas, questionários, observação).

Para evitar a desorganização nas divisões e subdivisões, os elementos do texto devem ser numerados, exceto a introdução, as considerações finais, referências e anexos. Compõe aproximadamente 60% a 65% do trabalho.

X

X

X

CONSIDERAÇÕES FINAIS

X

X

Devem ser fundamentadas nos resultados, contendo deduções lógicas que correspondam aos objetivos do tema proposto, e às expectativas propostas pelo autor na introdução do trabalho. Tecnicamente, a conclusão é a resposta aos objetivos propostos da introdução do trabalho e, quando for o caso, deve apontar a relação entre os fatos verificados na pesquisa e teoria; evidenciar as conquistas alcançadas no estudo, indicar as limitações e reconsiderações, contribuindo com a comunidade científica, apresentando sugestões tanto de possíveis aplicações do estudo, quanto de futuros trabalhos a serem desenvolvidos.

É pertinente lembrar que se trata de um texto voltado ao desfecho de todos os pontos discutidos no trabalho. Pressupõe uma observação consciente sobre os pontos capitais da pesquisa (tema, problema, hipótese - se houver - e metodologia) em relação aos resultados alcançados pelo pesquisador. É o texto que vai evidenciar se os objetivos traçados pelo pesquisador foram atingidos, se as fontes consultadas corresponderam positivamente às necessidades de fundamentação dos argumentos lançados e se os procedimentos por ele (pesquisador) utilizados surtiram o efeito esperado. Compõe aproximadamente 10% do trabalho.

Visando aperfeiçoar suas Considerações Finais observe, se você pode desenvolver e/ou responder algumas das seguintes questões.

- Os objetivos propostos foram alcançados? Como? Houve alterações dos objetivos? Se houve, por que foram modificados?
- A hipótese/suposição foi confirmada? Sim? Não? Por quê?
- A metodologia possibilitou o alcance dos objetivos? Por quê? Como?
- Há alguma sugestão em torno do tema pesquisado, no que tange ao seu aperfeiçoamento ou para a melhoria do objeto da investigação?

- Há alguma proposta de solução para um eventual problema identificado ao longo da pesquisa?
- Sugerir novos temas a serem pesquisados, a partir da finalização do presente trabalho.
- Apresentar a conclusão final.

X

X

REFERÊNCIAS

ALFUTH, Martin. (2022). **Network Meta-analysis of Combined Strength and Power Training for Countermovement Jump Height**. International Journal of Sports Medicine, doi: 10.1055/a-2105-0540

BAPTISTA, Inês. et al. (2018). **Vertical jump test assessment in non-athlete adults: Systematic review**. Journal of Human Sport and Exercise, doi: 10.14198/JHSE.2019.14.PROC4.12

GILLETT, Javair. et al. (2021). **Descriptive and Kinetic Analysis of Two Different Vertical Jump Tests Among Youth and Adolescent Male Basketball Athletes Using a Supervised Machine Learning Approach..** Journal of Strength and Conditioning Research, doi: 10.1519/JSC.0000000000004100

MOURA, Túlio; OKAZAKI, Victor. (2022). **Kinematic and kinetic variable determinants on vertical jump performance: a review**. MOJ sports medicine, doi: 10.15406/mojsm.2022.05.00113

XU, Jia-Qin. et al. (2023). **A Systematic Review of the Different Calculation Methods for Measuring Jump Height During the Countermovement and Drop Jump Tests**. Sports Medicine, doi: 10.1007/s40279-023-01828-x

APÊNDICES E ANEXOS

X

X

Constituem material complementar ao texto, não fazendo parte do corpo do trabalho. Têm por objetivo esclarecer ou ilustrar algum aspecto do trabalho. Exemplos: textos de lei, questionários utilizados na metodologia, tabelas, levantamento de dados, entre outros.

O anexo conforme a ABNT é o “texto ou documento não elaborado pelo autor, que serve de fundamentação, comprovação e ilustração”, enquanto o apêndice é “texto ou documento elaborado pelo autor, a fim de complementar sua argumentação, sem prejuízo da unidade nuclear do trabalho”.

REGRAS GERAIS DE APRESENTAÇÃO

As regras de apresentação representam um item fundamental na produção dos trabalhos acadêmicos. É imprescindível destacar algumas considerações quanto à numeração de páginas, aspectos referentes à digitação, maneira de redação, sequência de figuras, formatação de tópicos e estrutura de apresentação, seguindo normas da ABNT:

- **FORMATO:**

- ✓ Papel branco, formato A4 (21cm X 29,7cm);
- ✓ Modelo de fonte Times New Roman ou Arial;
- ✓ Tamanho de fonte 12 e tamanho menor (10) para citações de mais de três linhas, notas de rodapé, paginação e legendas das ilustrações e tabelas
- ✓ No caso das citações com mais de três linhas, deve-se observar o recuo de 4 cm da margem esquerda.

- **MARGENS:**

- ✓ Direita e inferior de 2 cm; esquerda e superior de 3 cm;
- ✓ Marca de parágrafo a 1,5cm da margem (geralmente um Tab. nos teclados).

- **ESPACEJAMENTO:**

- ✓ O texto deve ser digitado com espaço 1,5;
- ✓ As citações diretas de mais de três linhas, as notas, as referências, as legendas das ilustrações e tabelas e o resumo devem ser digitados em espaços simples e fonte 10;
- ✓ Os títulos das subseções devem ser separados do texto que os precede ou que os sucede por dois espaços 1,5.
- ✓ No que tange às citações diretas longas deve ocorrer um recuo de 4 cm e a redução do tamanho de letra (fonte 10).

PAGINAÇÃO.

Indicar na parte superior à direita. Contar a partir da primeira página, mas numerar a partir da segunda.

**NÚMERO MÉDIO DE PÁGINAS
DE 15 A 25 PÁGINAS**