

**Jogos competitivos: Fatores estressantes dessa prática na vida do escolar****Competitive games: Stressing factors of this practice in school life**

DOI:10.34117/bjdv5n8-050

Recebimento dos originais: 25/07/2019

Aceitação para publicação: 20/08/2019

**Ana Karolina Ribeiro Pariz**

Licenciada e Bacharela em Educação Física pela Faculdades Integradas de Santa Fé do Sul

Instituição: Faculdades Integradas de Santa Fé do Sul – FUNEC

Endereço: Avenida Mangará, 477, Jardim Mangará – SP, Brasil

E-mail: Ana.rpariz@hotmail.com

**Felipe Tadeu Bonini Rodrigues**

Licenciado e Bacharel em Educação Física pela Faculdades Integradas de Santa Fé do Sul

Instituição: Faculdades Integradas de Santa Fé do Sul - FUNEC

Endereço: Avenida Mangará, 477, Jardim Mangará – SP, Brasil

E-mail: gosthfelipe@gmail.com

**Aline Soares Balbino**

Licenciada e Bacharela em Educação Física pela Faculdades Integradas de Santa Fé do Sul

Instituição: Faculdades Integradas de Santa Fé do Sul – FUNEC

Endereço: Avenida Mangará, 477, Jardim Mangará – SP, Brasil

E-mail: alinesoaresbalbino@gmail.com

**Sandra de Souza Nery**

Mestre em ciências pelo departamento de nefrologia do hospital das clinicas da faculdade de medicina da universidade de São Paulo-HCFMUSP

Endereço: Avenida Mangará, 477, Jardim Mangará – SP, Brasil

E-mail: sannery@outlook.com

**RESUMO**

Os jogos escolares e de caráter competitivo, geram bastante discussão entre os professores em níveis de aceitação ou negação, no que se refere a sua influência na construção da personalidade do escolar. A vertente sobre a competição escolar vista como esportivização, ou a de que as crianças que não tem aptidões para o tal acabam deixando de participar por meio de uma seleção natural se opõe a ideia de que as crianças possam lidar com as frustrações e/ou experiências de grande valia para vida social, como a cooperação, o trabalho em grupo e o respeito aos limites e regras da sociedade. Dessa forma, identificar fatores estressantes positivos e negativos que acompanham os jogos competitivos é uma imensa possibilidade de se discutir essa questão. Através dessa revisão literária foi possível elucidar as experiências emocionais provenientes de agentes estressores objetivos e subjetivos e compreender que os jogos competitivos tem uma repercussão positiva ou negativa na vida do escolar dependendo da autoestima já adquirida.

**Palavras chave:** Estresse. Competição Escolar. Educação Física.

**ABSTRACT**

School games and competitive nature; generate much discussion among teachers at levels of acceptance or denial in relation to their influence on the construction of the school personality. The competitive side of the school is seen as a sportivization, or that children who do not have the skills to this end, failing to participate through natural selection, opposes the idea that children can cope with frustrations and / or experiences of great value to Social life, such as cooperation, teamwork and respect the limits and rules of society. Thus, identifying positive and negative stressors that accompany competitive play is a great opportunity to discuss this issue. Through this literature, the review was possible to elucidate the emotional experiences of objective and subjective stressors and to understand that competitive games have a positive or negative impact on the school life depending on the self-esteem already acquired.

**Keywords:** Stress. School Competition. Physical Education.

**1 INTRODUÇÃO**

Os jogos escolares surgiram em meados da década de 60, quando o MEC criou a primeira competição escolar nacional, a fim de descobrir novos talentos esportivos e incentivar a integração social entre os participantes. (ARANTES, MARTINS, SARNENTO, 2012). A prática esportiva é um conteúdo ministrado nas aulas de educação física envolvendo a competitividade, onde se encontra importante processo pedagógico de ensino-aprendizagem com a finalidade de discernir o caráter competitivo e o desenvolvimento pessoal. (VIANA; DANTAS; SILVA, 2012). A competição escolar é definida como uma prática organizada com regras, comandadas por profissionais e realizadas através de divisões de equipes, com a finalidade de determinar vencedores (DE ROSE JUNIOR, 2002).

No meio educacional o fator competição escolar gera bastante discussão entre os professores em níveis de aceitação ou negação, colocando em pauta os fatores positivos e negativos da competição na vida do escolar. (ARRUDA JUNIOR, 2009). A discussão se baseia em duas vertentes, a competição escolar vista como esportivização, caracterizando um ambiente adulto para as crianças, onde tendem a aceitar as regras impostas pelos esportes sem desenvolver o senso crítico, além do que as crianças que não tem aptidões para o tal acabam deixando de participar por meio de uma seleção natural que ocorre naturalmente, esse seria o lado negativo do esporte na escola. Já para outros autores a competição está inserida na vida do indivíduo desde sempre, porém, no esporte ela fica mais evidente, como no caso de um vestibular, ou uma entrevista de emprego, contudo, o esporte sendo trabalhado para que as crianças aprendam a lidar com as frustrações e também as vitórias seria de grande valia para vida social, sem contar na cooperação, no trabalho em grupo e no respeito aos limites e regras da sociedade.

O conhecimento sobre os fatores positivos e negativos associados aos jogos de competições escolares seria de grande valia para pais e técnicos/professores no sentido de desenvolver um ambiente propício para os eventos competitivos. A vida escolar tem período significativo para o desenvolvimento da personalidade de um indivíduo e, quanto mais rica for, do ponto de vista socioeducativo e psicológico, mais chance de sucesso pessoal e social. Visto assim, identificar fatores estressantes que acompanham os jogos competitivos na vida do escolar e poder conhecer mais sobre a influência desses fatores, presentes em jogos competitivos, no desenvolvimento da personalidade do escolar, é o que se pretende com essa revisão de literatura.

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

### **2.1 ESPORTE E COMPETIÇÃO ESCOLAR**

O esporte é um direito de todos, segundo a Constituição Brasileira em seu artigo 217. (BRASIL, 1988). Reverdito et al. (2008), afirmam que a competição é elemento fundamental do esporte, pois é nela que a manifestação do esporte se realiza em sua plenitude. Ainda, segundo esses autores, a competição transcende as fronteiras das práticas esportivas, pois é própria da condição humana e está presente nas relações da vida. Martins e Silva (2014) relatam que a competitividade é algo que está implícita no ser humano, faz parte de sua cultura é algo presente no seu dia a dia.

O ponto culminante do desenvolvimento do Esporte Escolar foi quando o MEC (1976), com o intuito de favorecer a integração nacional e descobrir talentos esportivos criou os Jogos Estudantis Brasileiros (JEB's). Desde o final da década de 60, quando da sua criação, foi identificada uma grande troca de nomes para esse evento. Entretanto, sua função educacional tem sido alvo de discussão, de modo que sua aplicabilidade seja destinada ao desenvolvimento competitivo-colaborativo dos participantes. A competição escolar, quando elaborada de forma pedagógica, tem como principais objetivos a integração entre os escolares, o despertar em conhecer suas próprias capacidades e o discernimento do perder e do ganhar, sem transformar o evento em uma arena de guerra. (BRASIL, 1976)

A competição escolar se torna positiva na vida do aluno quando engloba o desenvolvimento pessoal, que vem a enriquecer a vida, uma vez que aprende a lidar com a frustração e com a derrota, com a vitória e o sucesso, estes são pontos importantes para que o aluno amadureça na vida, tenha disciplina e compromisso com suas responsabilidades. Os jogos escolares tem como fundamento a educabilidade do aluno, sendo assim, a conduta

pedagógica não deve dispensar a formação para a cidadania mesmo que essa seja usada para o desenvolvimento das vocações esportivas. (PEREIRA et al. 2014).

Pinto et al. (2015), afirma que o processo ensino aprendizagem na formação esportiva do aluno, tem a desempenho como um importante conteúdo associado ao sucesso, para tanto que suas capacidades físicas, técnicas, táticas e psicológicas se relacione de maneira equilibrada. Arruda Junior (2009), entende que a competição pode vir a ser uma grande aliada no desenvolvimento do aluno, se a mesma não for abordada exacerbando a vitória como principal objetivo. Pois assim, o escolar, além do aumento na participação, convivência, cooperação e solidariedade também se enriquece de criatividade e autenticidade.

Portanto, a competição em si é boa ou má, de acordo com o que fazemos dela. Nesse sentido, Amaral (2007, p. 21), afirma que, “Conviver é facilitar um processo que busca o desenvolvimento pessoal, social e profissional durante toda a vida do indivíduo, com a finalidade de melhorar a sua qualidade de vida e da coletividade.” Ou seja, com a competição o escolar tem a chance de conviver e respeitar o diferente, em situação que lhe exijam autoconhecimento e autocontrole.

Weis, Romanzin e Carvalho (2011), afirmam que, a competição é uma ocasião na qual o aluno tem a oportunidade de mostrar seus atributos, porém, com resultados negativos ou positivos dependente da interpretação pessoal. Ainda contemplam a ideia de que situações estressoras são comuns a todos, mas a forma de agir diante das mesmas é que determina maior ou menor nível de estresse. Santos (2011), também relata que os efeitos negativos ou positivos, não são gerados pela competição propriamente dita, e sim por tudo o que ocorre ao redor, que possa vir a influenciar no resultado final, como o meio social onde ocorreu e a maneira como o trabalho foi realizado pelo orientador da equipe. Com isso, definiu que a competição nem sempre é desconfortável, pois, está ligada a fatores internos e externos juntamente com a experiência do aluno em saber lidar com as suas emoções junto ao jogo. Nesse sentido, Caputo, Rombaldi e Silva (2016), apontam que o ambiente competitivo deve oferecer atitudes positivas, afeto e compreensão pelos conteúdos humanos envolvidos.

## 2.2 ESTRESSES E SEUS FATORES

Segundo Farnè (2003) e Souza (2014), o estresse foi conceituado pela primeira vez em 1936 por Hans Selye, doutor em medicina e química na cidade de Praga. Selye realizou inúmeros experimentos, no qual aplicava estímulos estressores em animais, e então observou um padrão específico nas respostas orgânicas e comportamentais desses animais, chamando

inicialmente de “Síndrome geral de adaptação”, posteriormente passou a chamar de “Síndrome do stress biológico”.

Após longos anos de pesquisa Selye chegou a um resultado claro sobre o conceito de estresse: Estresse vem do inglês “stress” que significa “pressão”, “tensão” ou “insistência”. É o resultado de um conjunto de reações do organismo que gera uma adaptação a novas situações impostas, o mesmo pode ser desencadeado por estados emocionais positivos ou negativos.

Para Castro (2008), a definição e estresse se dão a um “conjunto de reações orgânicas e psíquicas de adaptação, que o organismo emite Quando é exposto a qualquer estímulo que o excite, irrite, amedronte ou faça muito feliz”.

Segundo Souza (2014), o esforço que o organismo faz para que o corpo recupere a homeostase, pode ser dividida em três fases:

I- Reação: Resposta rápida para lutar contra uma possível ameaça interna ou externa, liberando adrenalina e aumentando os batimentos cardíacos consequentemente o fluxo sanguíneo. Farnè (2003), chama de fase alarme, quando o estressor é moderado, a resposta da adaptação é orgânica, vem através da via nervosa constituída pelo sistema simpático (que independe de nossa vontade), libera-se as catecolaminas (adrenalina e noradrenalina), que são responsáveis pela resposta rápida e eficaz do organismo diante de uma situação que o tirou de sua zona de conforto.

II- Resistência: Quando o organismo realiza modificações metabólicas, fisiológicas e químicas para que haja adaptação necessária. (SOUZA, 2014)

Quando o fator estressante se intensifica, a resposta se dá através da via endócrina, ou seja, os hormônios corticosteroides entram em ação, a principal é a cortisona que ajuda a produzir mais energia para que o organismo consiga se adaptar/resistir ao estímulo. (FARNÈ, 2003)

III- Exaustão: Após a adaptação, se o estímulo se estender, grandes quantidades de corticosteroides são liberados, sendo prejudiciais ao organismo e levando o indivíduo a fadiga, podendo até surgir complicações a longo prazo como úlceras, gastrites, artrites e hemorragias (FARNÈ, 2003). Souza (2014), completa dizendo que esse esforço que o organismo faz para que o corpo restabeleça o equilíbrio, acaba com um desgaste gradual que quando prolongado pode tornar o indivíduo emocionalmente instável, o deixar irritado e até mesmo violento com traços de depressão, síndrome do pânico e insônia.

Ainda segundo Farnè (2003), o estresse não depende somente do evento e sim da importância que se dá a ele, daí o motivo da relatividade particular de um fator ser estressante para um e para o outro não. A medida de avaliação de estresse depende do temor de algo, da importância que se dá ao evento e os recursos que julga ter para enfrenta-lo. Caputo, Rombaldi e Silva (2016), apontam o aparecimento do estresse no âmbito esportivo devido ao enfrentamento de desafios, riscos em demandas de decisões provenientes do ambiente competitivo.

Souza (2014), observou que o estresse se dá não somente por fatores negativos/e ou desagradáveis mas também a fatores positivos/e ou agradáveis, e as reações são praticamente as mesmas. Ele afirma ainda que a liberação de cortisol está ligada a memorização “Isso se aplica particularmente a eventos e informações emocionalmente relevantes a experiência do indivíduo”. O indivíduo quando exposto a um evento estressor, como resposta o organismo tende a três comportamentos: enfrentamento da situação, evitação (fuga) ou passividade (colapso), a resposta de reação depende da capacidade de raciocínio de cada um.

Ante essa informação, De Rose Junior et al. (2004), corroboram que os fatores estressantes de uma competição se dá por situações objetivas (torcida, material, situações de jogo entre outros) e subjetivas (maneira individual do aluno entender e interpretar as situações).

Existem sintomas característicos acometidos por emoções durante o período de competição esportiva que, envolvem ego, ansiedade, falta de controle e imprevisibilidade, que podem ser julgados como propriedades negativas ou fatores estressantes. (PINTO et al., 2015)

Para De Rose Junior et al. (2004), existem alguns fatores psicológicos que influenciam na performance do aluno, são eles a motivação, ansiedade, estresse, atenção, concentração e agressividade. Souza Junior; Barbosa e Cruz (2013); Weis; Romanzini e Carvalho (2011); Caputo, Rombaldi e Silva (2016), realizaram pesquisas, afim de identificarem os sintomas de estresse pré-competitivos em crianças com idade entre 10 a 17 anos, utilizaram como instrumento o questionário chamado Lista de sintomas de “Stress Pré-competitivo Infanto-Juvenil” – LSSPCI. Comparando as 3 tabelas, conclui-se que o desequilíbrio da homeostase no organismo, geram os seguintes fatores de maiores relevâncias de estresse: sudorese, agitação, preocupação com críticas, vontade de ir ao banheiro, preocupação com adversários, empolgação, insônia, nervosismo, boca seca, cansaço no fim do treino, falar muito sobre a competição, impaciência, ansiedade e se sentem muito pressionados diante de todos.

### **2.2.1 Fatores estressantes objetivos**

O conteúdo humano envolvido nesse universo, como técnicos, árbitros, companheiros de equipe, adversários e a torcida, contemplam os fatores estressantes objetivos (DE ROSE JUNIOR, 2002)

Com base em Santos (2011), a torcida pode vir a influenciar de maneira significativa positiva ou negativamente, dependendo da concentração de cada um. Pode ser considerado positiva quando há competidores na equipe que encontram na torcida adversaria a motivação necessária para vencer, passando a jogar então contra o público e não mais contra o adversário, ou negativa quando a torcida passa a afetar a concentração dos competidores fazendo com que se sintam pressionados. Gouvea et al. (2004) e De Rose Jr (2002), colocam que a torcida se manifesta de forma negativa apenas para quem está iniciando, pois, quem tem mais habilidade ela se torna neutra ou incentivadora.

Castro (2008), aponta que o técnico dependendo de sua postura, compromete o nível de estresse, tanto positivo como negativo em sua equipe. Alguns pontos ante o comportamento do técnico foram observados e tiveram relevância no desempenho dos competidores

- O técnico que grita excessivamente pode ser considerado como um fator positivo quando ele oferece soluções para sua equipe.

Para De Rose Junior (2002), Técnico injusto, técnico que não reconhece o esforço do aluno e somente criticam, contribui significativamente para o aumento de estresse elevado no competidor.

Para Castro (2008), esses diversos fatores são considerados negativos, porém, com níveis de estresse diferenciados.

- Adversário desleal foi considerado como um fator estressante mais elevado do que um adversário provocador.

- Arbitragem injusta foi identificada como um dos maiores fatores causadores de estresse negativo durante o jogo, tendo ação direta no desempenho do aluno. (DE ROSE JUNIOR, 2002)

- Companheiros de equipe que não se esforçam, reclamam muito e são egoístas são fontes de estresse comum entre os competidores, com influência negativa na performance do aluno. De Rose Junior (2002), ainda afirma que fofocas no grupo, inveja e diferença de tratamento pelo técnico com os companheiros são delicadas fontes de estresse.

### **2.2.2 Fatores estressantes subjetivos**

Subjetividade é o sentimento acometido pela emoção do momento, segundo Nascimento (2012). De acordo com Weis, Romanzini e Carvalho (2011), os principais sintomas de estresse interno pré-competitivos são ansiedade, entusiasmo, nervosismo e medo de perder o jogo. Já De Rose Junior (2002), identifica medo, insegurança, expectativas, objetivos e pressões internas como principais fatores específicos de estresse psicológicos individuais. A intensidade com que esses fatores se manifestam parece ser diretamente proporcional a conceitos e sentimentos que se tem de si mesmo, ou seja, a autoestima.

### **2.2.2.1 Ansiedade**

A ansiedade consiste numa emoção típica do fenômeno estresse e é considerado “um estado emocional negativo”. As características pessoais, da situação e da tarefa, são fatores que tornam a relação ansiedade-rendimento bastante complexa (SONOO et al., 2010).

A ansiedade competitiva consiste em um componente cognitivo, que engloba pensamentos e dúvidas sobre o desempenho e a situação competitiva, bem como, o julgamento de si mesmo. Essa perturbação somática, traz sensações fisiológicas desagradáveis de excitação como sudorese, batimentos cardíacos e tensão muscular aumentados, inclusive alteração na respiração e “frio no estômago”; e uma terceira dimensão designada autoconfiança (SONOO et al., 2010). Nesse sentido, Pinto et al. (2015), afirmam que jogos consecutivos geram inseguranças, devido ao pouco tempo de recuperação, adversários mais difíceis e devido a fadiga acumulada a criança julga não ter as ferramentas necessárias para um bom desempenho. Colaborando com essa ideia, Weis, Romanzini e Carvalho (2011), explica que quanto menor a confiança na hora dos jogos maiores são as dúvidas os medos e os receios.

### **2.2.2.2 Medo**

O medo ainda segundo Castro (2008), é um dos fatores mais estressantes durante a competição, dentre eles estão: o medo de errar em momentos decisivos, cometer os mesmos erros várias vezes e errar de forma a causar a derrota. De Rose Junior (2002), completa que o medo de não ter um bom desempenho durante os jogos, cometendo erros que possam vir a prejudicar a sua “imagem/status” esportivo, acaba resultando e sintomas de alto índice de estresse como nervosismo e ansiedade, começam a aumentar suas expectativas e se sentem altamente pressionados a agradar a todos.

### 2.2.2.3 Situações de jogo

Perder o jogo para uma equipe considerada inferior tecnicamente, tem um índice de estresse negativo maior para o aluno, do que perder um jogo praticamente ganho. (CASTRO, 2008; DE ROSE JUNIOR, 2002). Momentos de decisão como cobranças de faltas, últimos pontos entre outros, são momentos em que há um aumento do nível de estresse. (CASTRO, 2008).

## 2.3 INFLUÊNCIAS DA PERSONALIDADE

Entre os fatores competitivos individuais, pode-se destacar a personalidade do atleta, como atributo pessoal que interfere na resposta de reação de cada aluno. (DE ROSE JUNIOR, 2002). Segundo Pujals e Vieira (2002), fatores que influenciam negativamente os atletas durante as competições, são as emoções de alta ansiedade e a baixa autoestima, enquanto o bom humor, a alegria e a autoestima elevam o nível do rendimento desses alunos.

### 2.3.1 Autoestima

A Autoestima é uma característica da personalidade, na qual tem grande influência na resposta de reação da criança ante um estímulo estressor. César (2013), afirma que as crianças com autoestima elevada tendem a ser mais seguros, confiantes e sempre encaram novos desafios como algo positivo, e fatores como: torcidas, algumas situações de jogo, cobranças de faltas, por exemplo, são considerados motivadores.

Contudo, precisa haver um equilíbrio para que a autoestima elevada não seja considerada negativa, como relata Castro (2008) e De Rose Junior (2002), o fator psicológico individual “ego elevado” é considerado potencialmente um estressor negativo, pois o indivíduo acaba reclamando muito e se esforçando pouco. Tem que estar em equilíbrio, capaz de aflorar a confiança em si mesmo, porém, com cuidados necessários sobre os riscos a correr.

César (2013), esclarece que a baixa autoestima é aflorada pela culpa, por isso se preocupa com o julgamento de pessoas próximas sobre o seu possível erro, o que interferiria no seu autoconceito, esse indivíduo geralmente foca em um não fracasso, sendo assim, não se arrisca em momentos decisivos nem em fazer papel de destaque nos jogos. Portanto, a baixa autoestima engloba ansiedade e medo. Para Pujals e Vieira (2002), "Um atleta autoconfiante, diante de um fracasso, manter-se-á alheio a essa situação; porém, se apresentar uma autoconfiança baixa, poderá identificar-se com o fracasso e ter dificuldades para supera-lo”.

### 3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo declara que a competitividade está no cotidiano do aluno, tanto dentro como fora da escola, portanto, ela precisa ser trabalhada de forma pedagógica, afim de que haja, uma liderança adequada durante este processo, pois assim, definira se a competição influenciara de maneira positiva ou negativa no amadurecimento do aluno.

Dentro da competitividade foi identificado fatores estressantes objetivos (torcida, técnico, companheiros de equipe, adversários e arbitragem) e subjetivos (ansiedade, medo e situações de jogos). Tais fatores, gerados pelo estresse durante o período competitivo abrangem a todos, porém, são relativos para cada indivíduo, o que os classifica em positivos ou negativos são as características da personalidade de cada um. Observou-se nesse estudo que uma característica importante da personalidade que irá classificar o estímulo como positivo ou negativo é a autoestima. As crianças com a autoestima elevada são mais autoconfiantes e não deixam se influenciar pelos fatores objetivos (externos), logo, a torcida, técnico, adversários, arbitragem e companheiros de equipe acabam se tornando estímulos motivacionais ou desafiadores, gerando efeitos positivos para o aluno durante o período competitivo. Já crianças com baixa autoestima, se sentem mais ansiosas, pois, se preocupam com os julgamentos dos presentes com relação ao seu desempenho, sendo assim, ele procura não se arriscar nos jogos, não aceitar desafios, sente-se inibido pela presença da torcida, e o técnico, adversário, arbitragem e companheiros de equipe, acabam influenciando negativamente neste aluno. Ou seja, os fatores estressantes identificados são os mesmos para todos, o que irá diferenciar se positivos ou negativos é a personalidade de cada um, conclui-se então que cada aluno precisa ser trabalhado pedagogicamente o psicológico de maneira individual, adequadamente de acordo com sua personalidade.

### REFERÊNCIAS

AMARAL, J.D. **Jogos cooperativos**. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2007.

ARANTES, A.; MARTINS, F.; SARMENTO, P. Jogos escolares brasileiros: reconstrução histórica. **Motricidade**, Vila Real, Portugal, v. 8, n. 2, p. 916-924, ago/set. 2012. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273023568116>>. Acesso em: 20 maio 2016.

ARRUDA JUNIOR, N. A. **A Competição e a Educação Física escolar**. 2009. 56f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009.

BRASIL. Constituição da república Federativa do Brasil de 1988. **Artigo 217 de 5 de outubro de 1988. Seção III do desporto**. Brasília: Casa Civil, 1988. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/Constituicao/Constituicao.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/Constituicao.htm)>. Acesso em: 07 abr. 2016.

BRASIL. Ministério da educação e Cultura. **Jogos Escolares brasileiros**, Lei n 6251 de 1975. Brasília: MEC,1976. Disponível em: <[www.esporte.gov.br/index.php/institucional/alto-rendimento/jogos-escolares-brasileiros/jogos-escolares-brasileiros-jeb-s](http://www.esporte.gov.br/index.php/institucional/alto-rendimento/jogos-escolares-brasileiros/jogos-escolares-brasileiros-jeb-s)>. Acesso em: 23 mai. 2016.

CAPUTO, E. L.; ROMBALDI, A. J.; SILVA, M.; C. Sintomas de estresse Pré-competitivo em atletas adolescentes de handebol. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Pelotas, p.1-5, fev. 2016. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1016/j.rbce.2016.01.006>>. Acesso em: 31 jul. 2016.

CASTRO, M. V. **Análise das situações competitivas desencadeadoras de estresse em atletas escolares de basquetebol**. 2008. 57 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) -Universidade de Brasília, Brasília, 2008.

CÉSAR, M. S. **A autoestima e a educação física escolar**. 2013. 47f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2013.

DE ROSE JUNIOR, D. A Competição como Fonte de Estresse no Esporte. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. Brasília, v. 10, n. 4, p. 19-26, out. 2002. Disponível em: <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/issue/view/43>>. Acesso em: 26 mar. 2016.

DE ROSE JUNIOR et al. Situações de jogo como fonte de stress em modalidades esportivas coletivas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esportes**, São Paulo, v. 18, n. 4, p. 385-

95, out/dez. 2004. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16577>>  
Acesso em: 17 jun. 2016.

FARNÈ, M. **O estresse**: as vezes é positivo, as vezes é negativo, mas pode ser transformado em um aliado. Paulinas. Edições Loyola, 2003. (Coleção para saber mais, 4)

GOUVEA, F.L et al. Carga psíquica e situações de jogo: avaliação em equipes masculinas e femininas de voleibol infanto-juvenil, **Salusvita**, Bauru, v. 23, n. 1, p. 63-76, 2004.

Disponível em: <[http://www.usc.br/biblioteca/salusvita/salusvita\\_v23\\_n1\\_2004art04por.pdf](http://www.usc.br/biblioteca/salusvita/salusvita_v23_n1_2004art04por.pdf)>. Acesso em: 03 mar. 2016.

MARTINS, L. T.; SILVA, R. O. Competição na Educação Física escolar: quem ganha o jogo? **Revista Digital**, Buenos Aires, Año 18, n. 188, p. 1-18, jan. 2014. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com>>. Acesso em: 15 set. 2016.

NASCIMENTO, L. F. **O esporte como fator de desenvolvimento da personalidade**. 2012. 39f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação física) – Universidade do Extremo Sul Catarinense, Criciúma, 2012.

PEREIRA, R. A. et al. Avaliação do Estado Fisiológico de Escolares Atletas. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, João Pessoa, v. 18 n. 4, p. 75-82, 2014. Disponível em: <<http://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/rbcs>>. Acesso em: 03 mar. 2016.

PINTO, J. C. B. L. et al. Monitoramento da carga interna competitiva de uma equipe de basquetebol sub-17 durante os jogos escolares regionais. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, v. 16, n. 1, p. 2-5. Jan./mar. 2015. Disponível em: <<http://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/view/5592>>. Acesso em: 04 abr. 2016.

PUJALS, C.; VIEIRA, L. F. Análise dos fatores psicológicos que interferem no comportamento dos atletas de futebol de campo. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 13, n. 1, p. 89-97, set. 2002

REVERDITO, R. S. et al. Competições Escolares: Reflexão e ação em pedagogia do Esporte para Fazer a Diferença na Escola. **Revista UFG**, Goiânia, v. 11, n. 1, p. 37-45, 2008. Disponível em: <<https://revistas.ufg.br/fef/article/view/1207/3279>>. Acesso em: 25 maio 2016.

SANTOS, B. P.; **Influencia da Torcida Sobre o Desempenho de Atletas de Voleibol**. 2011. 34f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, Rio Claro, 2011.

SONOO et al. Ansiedade e desempenho: um estudo com uma equipe infantil de voleibol, **Motriz**, Rio Claro, v.16, n. 3, p. 629-637, jul./set. 2010. Disponível em: <<http://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/3208>>. Acesso em: 18 ago. 2016

SOUZA JUNIOR, R. F. S.; BARBOSA, M. S.; CRUZ, I.R.D. Avaliação do estresse pré-competitivo de atletas de um time de voleibol nos jogos escolares de Montes Claros na fase municipal, **Revista Digital**, Buenos Aires, Año 18, n. 184, p. 1-8, set. 2013. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com>>. Acesso em: 20 jun. 2016.

SOUZA, M. S. V. B. **Revisitando o significado do estresse no conceito das organizações: uma breve revisão teórico-conceitual**. Brasília, 2014. 28f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em gestão de pessoas e Coaching) - Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2014.

VIANA, M. B. X.; DANTAS, R. A.; SILVA, A. O. A Competição na educação física escolar. **Revista Digital**, Buenos Aires, Ano 16, n. 165, p. 1-7, fev. 2012. Disponível em: <[www.efdesportes.com](http://www.efdesportes.com)>. Acesso em: 15 mar. 2016.

WEIS, G. F.; ROMANZINI, C.L.P.; CARVALHO, V. Competições esportivas como fonte de estresse: análises das equipes infanto-juvenis do projeto Cestinha em Santa Cruz do Sul/RS. **Revista brasileira de Ciência e Movimento**, Santa Cruz do Sul, v. 19, n. 1, p. 58-65, 2011