

## Influência da distância do arco à parede na aquisição da técnica do salto em crianças no processo de adaptação ao meio aquático

Ana Cabrita<sup>1</sup>, Andreia Ferrum<sup>1</sup>, Carolina Matos<sup>1</sup>, Dmytro Martynenko<sup>1</sup>, Rafael Melo<sup>1</sup>, Miguel Fortunato<sup>1</sup>, Ana Conceição<sup>1</sup>, David Catela<sup>1</sup>, Marta Martins<sup>1</sup>, Marco Branco<sup>1</sup>

1. Escola Superior de Desporto de Rio Maior, Instituto Politécnico de Santarém, Rio Maior, Portugal

### INTRODUÇÃO

A distância a que o arco se encontra do bordo lateral da piscina pode ser considerada uma variável importante a ter em conta ao quando se aplicam exercícios deste género pois para se estudar a tomada de decisão do desportista, é fundamental atender-se à estrutura do contexto, ao objetivo da tarefa e à dinâmica da interação indivíduo/ambiente (Araújo, Davids, & Hristovski 2006).

### MÉTODOS

A amostra foi composta por 12 crianças (N=12), 7 masculino e 5 feminino, (8,75 anos  $\pm 1,30$ ) em fase de adaptação ao meio aquático e sem experiência prévia. A tarefa consistiu em executar um salto, partindo da posição engrupada, com os dois pés apoiados no bordo da piscina, passando por dentro de um arco (com um diâmetro de 60cm), colocado na posição vertical. A cada salto, a distância aumentou (de 10cm em 10cm) até que cada elemento da amostra não conseguisse realizar a tarefa sem que nenhuma parte do seu corpo entrasse em contacto com o arco.

Foi efetuado um teste de impulsão vertical. Os instrumentos utilizados para a medição dos saltos

foram uma fita métrica ajustada às condições (salto de impulsão vertical) e uma tabela de observação construída e validada por peritos (salto através do arco).

### RESULTADOS

De notar melhorias na técnica de execução do salto à medida que a distância do arco à parede aumentava por parte de 75% dos alunos. À medida que o arco se afastava da parede as crianças apresentavam comportamentos distintos a cada salto para dentro do arco.

### CONCLUSÃO

A relação entre a distância do arco e a Altura do salto de impulsão vertical é estatisticamente significativa ( $p=0,030 < 0,05$ ). O estudo indica que existe uma distância ideal e particular adotada por cada uma das crianças, que varia com a força de impulsão vertical das mesmas.

### REFERÊNCIAS

Araújo, D., Davids, K., & Hristovski, R. (2006). The ecological dynamics of decision making in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(6), 653–676. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.07.002>



Todo o conteúdo da revista **Motricidade** está licenciado sob a [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/), exceto quando especificado em contrário e nos conteúdos retirados de outras fontes bibliográficas.