

## CARACTERÍSTICAS DA ORIENTAÇÃO

### A Relação Pedagógica de Treino/Ensino (\*)



O desporto constitui em geral uma situação bastante rica em relações humanas: técnicas, táticas, sociais, psicológicas, pedagógicas.

Destas interacções, apenas as técnicas são normalmente privilegiadas, quer nos programas de formação dos atletas quer mesmo nos programas de formação dos treinadores (preparação técnica). Raramente nos preocupamos com a eficácia pedagógica da relação treinador-atleta/aluno, isto é, o modo como o treinador consegue comunicar com o atleta/aluno e em que medida essa comunicação contribui para o êxito desportivo.

No entanto, é considerado pelos especialistas que a interacção treinador-atleta tem uma importância determinante e multidimensional no processo do rendimento desportivo. Elas favorecem - ou desfavorecem - o treinador na utilização do seu saber com vista à qualidade dos seus atletas sob a sua responsabilidade.

#### **E o que acontece na nossa modalidade?**

O treinador de Orientação não tem possibilidade de retirar a mesma quantidade de informação sobre o comportamento dos atletas quanto os treinadores de outras modalidades desportivas.

A sua observação é realizada fora de tempo – não há observação directa do treinador – baseando-se nas recordações/impressões dos atletas, nos dados retirados dos tempos totais e, eventualmente, dos tempos intermédios realizados pelos atletas nas competições/treinos.

De facto, ao contrário do treinador de desportos colectivos e outros desportos individuais, o treinador de Orientação raramente pode observar completamente o comportamento dos seus atletas em competição/treino.

No sentido de ultrapassar esta dificuldade, e dado que os meios áudio-visuais convencionais são impraticáveis ou impossíveis de utilizar, várias técnicas têm sido criadas pelos investigadores, com o objectivo de estudar os comportamentos dos atletas de Orientação em competição/treino, nomeadamente as tomadas de decisão:

- “Postcompetition free recall” – baseada no diálogo aberto e franco entre treinador e atletas;
- “Shadowing” – um atleta observador segue o atleta em observação com a missão de anotar em ficha própria os seus comportamentos durante a corrida;
- “Thought sample” – o atleta vai relatando o que lhe vai no pensamento quando confrontado com um sinal dado ao acaso por um aparelho sinalizador;
- “Task interruption” – a actividade é temporariamente interrompida para dar tempo ao atleta para recordar pensamentos e/ou sentimentos relevantes;
- “Think aloud” – o atleta verbaliza em voz alta os seus pensamentos acerca das decisões e técnicas de navegação utilizadas enquanto corre. Estes comentários são gravados, para análise subsequente, por intermédio de um gravador áudio transportado pelo atleta;
- “Head-mounted vídeo camera” – o atleta transporta na cabeça uma leve câmara vídeo enquanto navega.

Todavia, a maior parte destes procedimentos, embora utilizados em tempo real, no contexto dinâmico da situação, tornam-se intrusivos e causam rupturas nos processos de tomada de decisão envolvidos.

**Na perspectiva do treinador**, apenas as técnicas indicadas em 1º e 2º lugares têm viabilidade, sendo a primeira de utilização universal e a segunda utilizada quase exclusivamente com atletas jovens ou de nível técnico inferior ao de elite, uma vez que aplicada aos atletas de nível superior é frequente o “corredor sombra” perder o contacto com o atleta em observação.

Assim, a prática mais habitual no processo de treino em Orientação, senão a única para a maioria dos casos, consiste no diálogo franco e aberto que se segue a cada exercício/treino/competição entre o treinador e os atletas, incidindo não só no que aconteceu, mas também sobre as reacções e sentimentos dos praticantes em relação à sua prestação.

**É sobretudo nestes momentos que a interacção treinador-atleta se torna vital.**

O treinador torna-se assim um “observador”, um ouvinte e um promotor do diálogo, recolhendo informações preciosas que o irão ajudar a detectar os erros cometidos e as dificuldades encontradas pelos atletas e assim conceber os futuros programas de treino.

Segundo Seiler (1994), os estudos científicos internacionais em Orientação têm focado principalmente os domínios da Psicologia, da Fisiologia e da sua interacção, isto é, estudos do âmbito da Psicofisiologia.

Os estudos sobre ensino/aprendizagem são também bastante vastos, salientando a importância educativa da Orientação, a Orientação na escola e a Orientação com crianças.

Surpreendentemente a metodologia do treino físico aplicado à Orientação tem sido muito esquecida, alicerçando-se a ideia de que esta modalidade é um “desporto mental”.

**Quanto à problemática aqui levantada, a relação treinador-atleta**, que parece bastante importante para a nossa modalidade, apenas se conhece um artigo, referido por Seiler em 1994: “How should the ‘Ideal Coach’ be? And how is the ‘Real Coach’ judged by the athletes”, de Thomas Moser.

**Emanuel Rodrigues,**  
Licenciado Em Educação Física  
Treinador de Orientação 2º grau

