



# **Projeto Mário Travassos**

**Artigo de Opinião**

**Valores e atitudes desenvolvidos no esporte: do  
iniciante ao alto rendimento**

**TC Wagner Siqueira Romão  
(Opinião de inteira responsabilidade do autor)**

**2022**

Seria impossível escrever um artigo sobre as mais diversas capacidades que o esporte tem, sem enviesar minha opinião, já um tanto quanto maculada pelos anos como atleta, instrutor de educação física formado na Escola de Educação Física do Exército, gestor do esporte, mestre em ciências do esporte pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro e mais de 30 anos labutando na área. Mas o que todos esses anos trouxeram, além da paixão pela prática desportiva, competitiva ou não, foi a reunião de um vasto acervo de exemplos de como o esporte, do iniciante ao alto rendimento, pode moldar os valores, direcionar as atitudes, e engrandecer o indivíduo no caminho do desenvolvimento de seus principais alicerces para a vida adulta.

Não é de hoje que o esporte se faz presente nas mais diferentes eras da evolução humana. Desde a antiguidade, grandes espaços como o Coliseu, na cidade de Roma, reuniam multidões em uma arena lotada para torcerem pelos seus gladiadores favoritos, em lutas entres seres humanos ou animais. O que para nós, atualmente, pode parecer uma barbárie, à época, não passava de um grande evento esportivo que atraía a atenção dos mais diversos povos.

Também na idade antiga, os primeiros registros históricos dos Jogos Olímpicos datam de 776 a.C., quando os gregos organizavam eventos esportivos e decidem, de 4 em 4 anos, repetir a grandiosa competição.

Na era moderna, o esporte volta a ter um protagonismo na vida das pessoas quando, Barão de Coubertin, idealiza os Jogos Olímpicos da Era Moderna. Após 2500 anos sem uma manifestação organizada de um evento desportivo, foi o historiador francês que vislumbrou uma grande oportunidade em unir as nações, congraçar os mais diferentes povos e estreitar, em torno de um evento esportivo, todos os continentes do planeta. Ao longo dos mais de 120 anos de existência, o evento, hoje, conta com mais de 200 países e 11 mil atletas por edição.

É inegável dizer que ao longo desse mais de um século, a evolução das performances esportivas ainda não encontrou seu ponto final. A grande pergunta de qual é o limite do ser humano segue em aberto e recordes mundiais são quebrados com a mesma velocidade que novas técnicas e atletas aparecem.

Mas saindo do campo da biomecânica, fisiologia do exercício ou nutrição esportiva, um dos campos ou área que permanece imutável ao longo dos anos, é a capacidade que o esporte tem em desenvolver valores e atitudes. São esses valores que, forjados ao longo de anos e mais anos de prática esportiva, fazem com que o indivíduo cresça com a capacidade de superar seus limites, aja em situações desconhecidas, tenha coragem, espírito de cumprimento do dever, além de desenvolver camaradagem, honestidade, lealdade, disciplina, dedicação, zelo, entre tantos outros.

É após a fase fálica, compreendida entre os três e cinco anos, que o caráter do indivíduo começa a ser formado. Ao longo dos anos, o caráter vai deixando de ser uma escolha e passa a ser um reflexo de suas experiências ao longo da vida. Desde o convívio familiar, com a presença constante do pai e da mãe, passando pelo convívio com irmãos, amigos, animais, diferentes ambientes como casa, escola, parque, rua, praça, campo, mar, lago e rotineiros hábitos como alimentação, atividade física, educação, leitura, experiências diversificadas que trazem novas sensações, onde cada grão de areia vai enchendo nosso pote da vida que tem a capacidade exata dos dias que teremos direito de desfrutar. Nosso pote jamais transbordará, fruto do número de experiências ou emoções. Seremos sempre capazes de aprender, experimentar, somar novos valores e evoluir. Até o último dia de nossas vidas.

E, claro, trazendo para a realidade dessa matéria, voltada para os valores e princípios desenvolvidos nessas experiências, o esporte, do iniciante ao alto rendimento, oferece, de maneira inigualável, uma oportunidade de crescer, na “alta” ou na “baixa”, parafraseando os investidores da bolsa de valores, ou, na vitória e na derrota.

Ao iniciar a prática esportiva em qualquer fase de nossas vidas, vamos nos deparar com um primeiro grande dilema relacionado ao esforço físico. Este esforço, muitas vezes extremamente desconfortável, faz com que o indivíduo se depare com um momento de grande crescimento e desenvolvimento de valores. O de suportar esse desconforto. O de superar esse desconforto. E o de seguir em frente. Mesmo diante dele. Crianças com as idades mais jovens são capazes de aprender a superar essas situações de maneira muito verdadeira. É muito comum vermos crianças passando mal em competições desportivas pois colocaram em prática os primeiros ensinamentos nessa longa trajetória: desistir não é uma opção e superar suas dificuldades pode ser um grande aprendizado para uma vida onde a competição existe a todo momento, em qualquer área.

Outro diferencial ao se deparar com a prática esportiva regular, do iniciante ao alto rendimento, é o convívio com regras estipuladas e a obrigatoriedade em cumpri-las. Cumprir regras significa obedecer a um conjunto de normas técnicas, que não foram criadas por nós e que nem sempre concordamos. Seja por conta de uma decisão subjetiva de um árbitro, que pode acertar ou cometer erros de fato ou de direito, ou apenas por acreditarmos que a elaboração das mesmas foi mal-feita. Nada disso virá ao caso quando nos lançamos em determinada prática esportiva ou competição e que deverá ser obrigatoriamente cumprida. Assim, cumprir regras, obedecer às normas, se enquadrar dentro de um sistema comum de avaliação, se igualar com os demais participantes, independente de cor da pele, clero, altura, peso, local de nascimento, entre outras diferenças, faz com que nossa defesa em satisfazer nossos desejos, seja constantemente

testada no cumprimento de tais regras. Algumas linhas de pesquisa dizem que o esporte somente forjará caráter e desenvolverá valores desde que devidamente orientado por quem de direito. O indivíduo por si só não seria capaz de desenvolver *fair play* (jogo limpo) e boas atitudes, por exemplo. Pelo contrário, sem uma devida orientação, o esporte potencializaria uma série de erradas atitudes, pois teria o poder de aflorar extintos primitivos de sobrevivência e superação. Assim, o cumprimento das regras, exercitado de maneira orientada, trará ganhos no desenvolvimento de qualquer indivíduo pois o ensinará a se enquadrar dentro de um padrão único para todos aqueles que se submetem ao mesmo teste. Saber cumprir regras, com toda certeza, tem muito valor e pode evitar muitos dissabores na vida adulta.

A competição entre praticantes esportivos é a maneira de medir desempenho e responde a uma única pergunta: quem vence e quem perde. E esse adjetivo, talhado na pele de quem compete, como vencedor e perdedor, talvez seja a principal escola da prática competitiva. Saber vencer e saber perder. Inicialmente, saber vencer pode parecer fácil, mas é uma arte repleta de armadilhas.

O vencedor tende a não enxergar os motivos que o fizeram vencer e estes ensinamentos muitas vezes se perdem fazendo com que esse indivíduo não reencontre o caminho da vitória com a mesma facilidade. Vencer testa sua humildade em não deixar que nosso egocentrismo aflore de maneira a acharmos que somos de fato o centro do mundo, o atleta mais importante ou o invencível de sua modalidade. Saber vencer, quando bem explorado, pode ser um ótimo exercício para desenvolver atributos mais a florados na derrota.

A derrota, essa sim, é repleta de ensinamentos. Perder é ruim. Ninguém gosta de perder. Por isso, é na derrota que somos capazes de exercitar os motivos que nos impediram de chegar ao sucesso. Perder nos faz refletir. Perder nos faz analisar. Perder nos faz revisar cada passo, cada decisão, cada estratégia e é nesse momento que nossa mente se prepara para os próximos desafios. E ela se faz presente a todo momento. É impossível vencer sempre. Aliás, ela se faz muito mais presente em nossas vidas do que a vitória. Assim, saber tirar os verdadeiros ensinamentos, no desenvolvimento de valores e atitudes, traz evolução.

Ao pontuar o esforço físico, o cumprimento às regras e as lições aprendidas em competição, fica claro que não seria tarefa fácil encontrar, com a mesma profundidade, outra atividade que traga tantos ensinamentos no desenvolvimento de valores e atitudes como a prática esportiva, seja para atletas iniciantes ou alto rendimento.

No fim, será o acúmulo de experiências vividas, as esportivas de forma bem mais intensa, que colocarão o leque de opções na mesa e nos permitirão fazermos nossas escolhas. Cada escolha, uma renúncia. Cada escolha, uma consequência. Dessa forma vamos trilhando

nosso caminho, acumulando horas de voo e cumprindo a glória de viver. Viver da forma como escolhemos. Nossa página diariamente está em branco e diariamente será preenchida. É preciso fazermos sempre boas escolhas, certos de que nem sempre conseguiremos. Fácil não é. Se pudermos contar com bons ensinamentos que nos auxiliam na hora de decidir, como as experiências colhidas na prática esportiva, toda ajuda é sempre bem-vinda. Nosso livro da vida está sempre em construção, mas vai chegar um dia em que escreveremos nossa última página. A partir daí é fechá-lo e entregarmos para o leitor. Quem não quer escrever uma boa história? A decisão é sua. Boa sorte!



O tenente-coronel Romão é Chefe da Divisão de Pesquisa e Extensão da EsEFEx, tendo sido instrutor-chefe do corpo de alunos nos anos de 2017, 2018 e 2021.

## REFERÊNCIAS

- ABAD ROBLES, M. T. et al. The development of respect in young athletes: A systematic review and meta-analysis. **PloS one**, v. 16, n. 6, p. e0252643, 2021.
- HUHTINIEMI, M. et al. Associations among Basic Psychological Needs, Motivation and Enjoyment within Finnish Physical Education Students. **Journal of sports science & medicine**, v. 18, n. 2, p. 239–247, jun. 2019.
- LUDWICZAK, M.; BRONIKOWSKA, M. Fair Play in a Context of Physical Education and Sports Behaviours. **International journal of environmental research and public health**, v. 19, n. 4, fev. 2022.
- MORTIMER, H. et al. Values and clean sport. **Journal of sports sciences**, v. 39, n. 5, p. 533–541, mar. 2021.