

**ACADEMIA MILITAR DAS AGULHAS NEGRAS
ACADEMIA REAL MILITAR (1811)
CURSO DE CIÊNCIAS MILITARES**

Cleyson Caetano Rapozo

**O TREINAMENTO FÍSICO DOS ATLETAS DA AMAN E SUAS INFLUÊNCIAS NO
DESENVOLVIMENTO DE ATRIBUTOS DA CARREIRA MILITAR**

Resende

2023

**TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE USO DE DIREITOS AUTORAIS DE NATUREZA
PROFISSIONAL**

TÍTULO DO TRABALHO:

O TREINAMENTO FÍSICO DOS ATLETAS DA AMAN E SUAS INFLUÊNCIAS NO DESENVOLVIMENTO DE ATRIBUTOS DA CARREIRA MILITAR.

AUTOR:

CLEYSON CAETANO RAPOZO

Este trabalho, nos termos da legislação que resguarda os direitos autorais, é considerado de minha propriedade.

Autorizo o Exército Brasileiro (EB) a utilizar meu trabalho para uso específico no aperfeiçoamento e evolução da Força Terrestre, bem como a divulgá-lo por publicação em periódico da Instituição ou outro veículo de comunicação do Exército.

A Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN) poderá fornecer cópia do trabalho mediante ressarcimento das despesas de postagem e reprodução. Caso seja de natureza sigilosa, a cópia somente será fornecida se o pedido for encaminhado por meio de uma organização militar, fazendo-se a necessária anotação do destino no Livro de Registro existente na Biblioteca.

É permitida a transcrição parcial de trechos do trabalho para comentários e citações desde que sejam transcritos os dados bibliográficos dos mesmos, de acordo com a legislação sobre direitos autorais.

A divulgação do trabalho, em outros meios não pertencentes ao Exército, somente pode ser feita com a autorização do autor ou da Direção de Ensino da AMAN.

Resende, 36 de Junho de 2023



Assinatura do Cadete

Dados internacionais de catalogação na fonte

R219t RAPOZO, Cleyson Caetano

O treinamento físico dos atletas da AMAN e suas influências no desenvolvimento de atributos da carreira militar. / Cleyson Caetano Rapozo – Resende; 2023. 30 p. : il. color. ; 30 cm.

Orientador: Gabriela De Sousa Magalhães

TCC (Graduação em Ciências Militares) - Academia Militar das Agulhas Negras, Resende, 2023.

1. Liderança. 2. TFM. 3. Atributos de liderança. 4. Conteúdos atitudinais. 5. Artes marciais. I. Título.

CDD: 355

Ficha catalográfica elaborada por Mônica Izabele de Jesus CRB-7/7231

Cleyson Caetano Rapozo

**O TREINAMENTO FÍSICO DOS ATLETAS DA AMAN E SUAS INFLUÊNCIAS NO
DESENVOLVIMENTO DE ATRIBUTOS DA CARREIRA MILITAR**

Monografia apresentada ao Curso de Graduação em Ciências Militares, da Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN, RJ), como requisito parcial para obtenção do título de **Bacharel em Ciências Militares**.

Orientadora: Gabriela de Sousa Magalhães.

Resende

2023

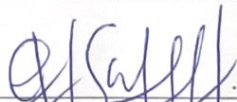
Cleyson Caetano Rapozo

**O TREINAMENTO FÍSICO DOS ATLETAS DA AMAN E SUAS INFLUÊNCIAS NO
DESENVOLVIMENTO DE ATRIBUTOS DA CARREIRA MILITAR**

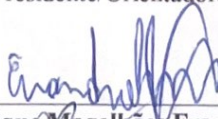
Monografia apresentada ao Curso de Graduação em Ciências Militares, da Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN, RJ), como requisito parcial para obtenção do título de **Bacharel em Ciências Militares**.

Aprovado em 16 de junho de 2023.

Banca examinadora:



Gabriela de Sousa Magalhães - Cap
(Presidente/Orientadora)



Evandro Henrique Magalhães França Silva - Maj



Heitor Cordeiro Milagres - 1º Ten

Resende
2023

Dedico este trabalho com humildade e gratidão, primeiramente a Deus, que me assegurou a vida e a honra para que eu pudesse chegar até aqui com saúde, e à minha família que sempre esteve ao meu lado, a qual me garantiu todo amor e força para lutar pelo meu sonho de ser Oficial do Exército Brasileiro.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, antecipadamente, a Deus por estar ao meu lado neste momento ímpar que é me formar na AMAN e me proporcionar robustez para obter êxito nas minhas conquistas.

Além disso, agradeço à minha mãe que me forneceu zelo e muito amor para manter meu coração aquecido e minha mente em equilíbrio, que me proporcionou um ambiente de paz. E, por conseguinte, à minha namorada e aos meus irmãos que estiveram nessa caminhada comigo, e me mostraram que a vitória só chega aos que ousaram, lutaram e venceram.

Em forma de muito respeito e gratidão, agradeço aos meus instrutores e colegas de turma pela troca de conhecimentos e experiências que contribuíram para o meu crescimento profissional e pessoal.

RESUMO

O TREINAMENTO FÍSICO DOS ATLETAS DA AMAN E SUAS INFLUÊNCIAS NO DESENVOLVIMENTO DE ATRIBUTOS DA CARREIRA MILITAR

AUTOR: Cleyson Caetano Rapozo

ORIENTADORA: Cap Gabriela de Sousa Magalhães

Este estudo tem como objetivo verificar se o TFM, através da prática esportiva, contribuir para um sucesso posterior na liderança e um bom reforço das habilidades essenciais ao líder militar. Para desenvolvimento do mesmo foi utilizada inicialmente a pesquisa bibliográfica e posteriormente foi realizado um estudo de campo com 55 cadetes do 1º ao 4º ano da AMAN, os quais responderam a um questionário virtual, utilizando-se a metodologia mista, tanto quantitativa quanto qualitativa. Sabe-se que a liderança é fundamental para a carreira militar, assim sendo, o treinamento físico dos atletas da AMAN têm influência direta no desenvolvimento de atributos inerentes à liderança. Neste estudo foi evidenciado a prática das lutas, como ferramenta para o desenvolvimento destes atributos, concluindo-se que o TFM, através da prática esportiva, contribui de forma direta para o desenvolvimento destes atributos e conteúdos atitudinais.

Palavras-chave: Liderança. TFM. Atributos de liderança. Conteúdos atitudinais.

ABSTRACT

THE PHYSICAL TRAINING OF AMAN ATHLETES AND ITS INFLUENCES ON THE DEVELOPMENT OF MILITARY CAREER ATTRIBUTES

AUTHOR: Cleyson Caetano Rapozo

ADVISOR: Capt. Gabriela de Sousa Magalhães

This study aims to verify whether TFM, through sports practice, will contribute to later success in leadership and a good reinforcement of essential skills for a military leader. For the development of the same, bibliographical research was initially used and later a field study was carried out with 55 cadets from the 1st to the 4th year of AMAN, who answered a virtual questionnaire, using a mixed methodology, both quantitative and qualitative. It is known that leadership is fundamental for a military career, therefore, the physical training of AMAN athletes has a direct influence on the development of attributes inherent to leadership. In this study, the practice of fights was evidenced as a tool for the development of these attributes, concluding that TFM, through sports practice, contributes directly to the development of these attributes and attitudinal contents.

Keywords: Leadership. TFM. Leadership attributes. Attitudinal contents.

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Pratica algum esporte no TFM.....	20
Gráfico 2 – Esporte que pratica.....	21
Gráfico 3 – Relação entre esporte e desenvolver competências.....	21
Gráfico 4 – Atributos ou competências desenvolvidas.....	22
Gráfico 5 – Nível de importância do TFM.....	23
Gráfico 6 – Esporte no currículo da AMAN.....	23

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Prática do TFM.....	15
--------------------------------	----

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	12
1.1 OBJETIVOS.....	13
1.1.1 Objetivo geral.....	13
1.1.2 Objetivos específicos.....	13
2 REFERENCIAL TEÓRICO	14
2.1 LIDERANÇA NO SÉCULO 21.....	14
2.2 O TFM E SUA RELAÇÃO COM O DESENVOLVIMENTO DOS ATRIBUTOS DE LIDERANÇA.....	15
2.3 O ESPORTE COMO PROCESSO DA CONSTRUÇÃO DA LIDERANÇA	16
2.3.1 As lutas como esporte desenvolvedor dos atributos necessários ao militar	17
3 REFERENCIAL METODOLÓGICO	20
3.1 TIPOS DE PESQUISA.....	20
3.2 MÉTODOS.....	20
3.3 POPULAÇÃO E AMOSTRA	20
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	21
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	27
REFERÊNCIAS	28
APÊNDICE 1 – FORMULÁRIO DA PESQUISA	30
ANEXO 1 – O LÍDER MILITAR DEVE.....	31

1 INTRODUÇÃO

A liderança é uma das características mais marcantes do serviço militar, assim sendo, é necessário que o indivíduo desenvolva os atributos de liderança e para isso, as Forças Armadas utilizam o Treinamento Físico Militar (TFM), no qual encontram-se inseridos os esportes.

Segundo Souza (2020), a interação entre o esporte e o desenvolvimento de liderança e habilidades sociais é uma prática comum utilizada por exércitos de todo o mundo. Acredita-se que os esportes nutrem talentos físicos e mentais, aptidão física, espírito esportivo e formação de equipes.

Os esportes têm sido usados ao longo da história como meio de recreação, entretenimento ou como meio de ganhar influência e apoio político, como evidenciado pelas competições esportivas realizadas nos antigos coliseus da Itália, Grécia e outras sociedades antigas registradas (SOUZA, 2020).

A questão de saber se a liderança pode ser adquirida por meio do aprendizado atraiu alguma atenção tanto no meio acadêmico quanto no campo profissional. Segundo Carreteiro (2019), diversos fatos sobre habilidades de liderança podem ser bem aprimorados por meio do uso de inúmeras experiências de aprendizagem. Além disso, a maioria dos pesquisadores sugere que as habilidades de liderança podem ser adquiridas como parte de um programa prático, experimental e educacional. Ao falar sobre o desenvolvimento de habilidades de liderança, a maioria dos pesquisadores se refere à prática de esportes.

A prática esportiva oferece aos indivíduos contribuições para o desenvolvimento da liderança. O desporto desempenha um grande papel no desenvolvimento de competências e valores que são essenciais para o militar, estando intimamente associado ao crescimento das habilidades sociais e interpessoais, bem como da capacidade de liderança. Segundo pesquisas, algumas dessas habilidades envolvem a capacidade de trabalhar em equipe e dar resultados positivos sob pressão, além de ser capaz de resolver problemas e cumprir prazos esperados. Eles também podem atingir metas, comunicar de forma eficaz e lidar com sucessos e fracassos de maneira construtiva. Nos esportes, os capitães de equipe são mais propensos a desenvolver características interpessoais aprimoradas. Eles também têm interações verbais aprimoradas que ajudam a moldar elementos comportamentais entre os companheiros de equipe (CARRETEIRO, 2019).

Assim sendo, questiona-se: o TFM, através da prática esportiva, pode contribuir para um sucesso posterior na liderança e um bom reforço das habilidades essenciais ao líder militar?

Este estudo encontra-se estruturado da seguinte forma: introdução com objetivos geral e específicos; referencial teórico com os tópicos: liderança no século XXI; TFM e sua relação com o desenvolvimento dos atributos de liderança; esporte como processo da construção da liderança; as lutas como esporte desenvolvendo os atributos necessários ao militar; referencial metodológico; resultados e discussão; considerações finais.

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Objetivo geral

Verificar se o TFM, através da prática esportiva, pode contribuir para um sucesso posterior na liderança e um bom reforço das habilidades essenciais ao líder militar.

1.1.2 Objetivos específicos

Conceituar liderança militar;

Descrever a prática do TFM na AMAN;

Relacionar a prática esportiva ao desenvolvimento dos atributos de liderança.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 LIDERANÇA NO SÉCULO 21

Ano após ano, as organizações lutam para encontrar e desenvolver líderes prontos para o futuro. Na pesquisa Global Human Capital Trends (2021), 80% dos entrevistados classificaram a liderança como uma alta prioridade para suas organizações, mas apenas 41% acham que suas organizações estão prontas ou muito prontas para atender seus requisitos de liderança.

As organizações sabem que devem desenvolver líderes para habilidades de liderança perenes, como a capacidade de gerenciar operações, supervisionar equipes, tomar decisões, priorizar investimentos e gerenciar os resultados. E eles sabem que também devem desenvolver líderes para os recursos necessários às demandas do ambiente de negócios em rápida evolução e impulsionado pela tecnologia, recursos como liderar através da ambiguidade, gerenciar a crescente complexidade, ser conhecedor de tecnologia, gerenciar mudanças demográficas de clientes e talentos, e lidar com as diferenças nacionais e culturais (GLOBAL HUMAN CAPITAL TRENDS, 2021).

Em consonância com a nova perspectiva de liderança do século 21, o Exército Brasileiro (EB) tem buscado o desenvolvimento de habilidades e atributos que estejam de acordo com o novo paradigma. Para tanto, o EB publicou o manual C20-10 que trata sobre liderança militar

O Manual de Liderança Militar define liderança militar como sendo

A capacidade evidenciada por um indivíduo para influenciar outros militares, subordinados ou não, seja em tempo de paz, seja em situações de crise ou guerra, motivando-os a cumprir de forma adequada suas missões específicas e a participar de forma pró-ativa das atividades desenvolvidas pelo grupo a que pertencem. (BRASIL, 2013, p. 1-3)

Desta forma o TFM tem servido como ferramenta para o desenvolvimento dos atributos de liderança, em que, através da prática esportiva os militares têm a oportunidade de desenvolver atributos como: espírito de corpo, camaradagem, cooperação, decisão, disciplina, respeito, dentre outros.

2.2 O TFM E SUA RELAÇÃO COM O DESENVOLVIMENTO DOS ATRIBUTOS DE LIDERANÇA

A prática esportiva é um dos componentes do TFM e tem-se observado, de acordo com Ferguson *et al.* (2018), que muitos atletas podem contar com as habilidades de liderança que adquiriram com o esporte. Cita-se que, os atletas reconhecem a importância do trabalho em equipe e da confiança, sabem lidar com adversidades e conflitos, sabem pensar estrategicamente e mudar de rumo quando necessário.

Figura 1 – Prática do TFM



Fonte: EXÉRCITO BRASILEIRO (2022)

O estudo de Moraes (2017) analisou como a participação atlética e outros fatores afetam as habilidades de liderança dos alunos. Estudantes-atletas pontuaram significativamente mais do que não-atletas em liderança transformacional geral, particularmente em dois indicadores de liderança transformacional: gerenciamento de si mesmo (incluindo atitudes em relação a si mesmo e consideração pelo bem-estar dos outros) e gerenciamento de sentimentos (incluindo motivação de colegas de trabalho para provocar sentimentos de competência e significado de seu trabalho).

Para o autor, a participação no esporte construiu confiança e caráter em situações de alta pressão. Os alunos-atletas precisavam gerenciar mudanças e fracassos em uma base competitiva contínua. Eles precisavam encorajar e influenciar os membros da equipe a perseguir os objetivos da equipe, em vez de elogios individuais (MORAES, 2017).

Esse estudo reforçou os resultados de uma pesquisa de Frisch (2012), que descobriu que atletas do ensino médio superaram colegas não atletas em uma medida de capacidade de liderança. Isso acrescenta mais evidências à teoria de que os tipos de comportamento pessoal e social associados ao treinamento e participação atlética podem de fato aumentar, ou pelo menos fortalecer, o potencial de liderança.

Diante destes estudos e constatações, evidencia-se que a prática de esportes está intimamente ligada ao desenvolvimento dos atributos de liderança, devendo ser realizado um estudo no âmbito da AMAN para corroborar com a ideia de que o TFM propicia aos cadetes o desenvolvimento dos atributos de liderança.

2.3 O ESPORTE COMO PROCESSO DA CONSTRUÇÃO DA LIDERANÇA

O esporte, como mais um campo de ação humana e social, também vivenciará esse processo de construção social da liderança, embora com características ou traços, padrões e funções em relação às necessidades e realidades desse espaço, também altamente variável, por outro lado, dependendo de transformações históricas e sociais vividas, o que implica considerar esse fenômeno desde as origens do esporte, como um espaço institucionalizado em 776 aC (depois do aparecimento dos Jogos Olímpicos na Grécia), passando pela prática de atividades físicas esportivas desenvolvidas historicamente pelo homem, e alguns jogos desportivos praticados ao longo da Idade Média, até aos desportos para todos e o esporte de massa de hoje (McCHRYSTAL, 2022).

Com isso, embora existam muitas definições ou concepções que surgiram ao longo da história em torno deste fenômeno social, há uma firme crença no sentido positivo, aberto e universal da concepção do esporte, cuja maior expressão é hoje a Carta Europeia do Desporto (1993). Tem a seguinte redação: "'Desporto' significa qualquer forma de atividade física que, através da participação casual ou organizada tende a expressar ou melhorar a condição física e o bem-estar mental, estabelecendo relações sociais ou obtendo resultados em competição em qualquer nível" (McCHRYSTAL, 2022).

Com esta definição, o esporte seria compreendido de maneira mais acentuada como um fenômeno social que transcende a mera trivialidade, não se limitando unicamente a um aspecto superficial da área institucional humana nem um conjunto simples de comportamentos sociais e atitudes ou hábitos ou estilos de vida definidos. Em última análise, é aquele senso flexível e aberto de significado do esporte ("o esporte inunda tudo"), que

responde espontaneamente à natureza criativa e aberta do espírito humano (McCHRYSTAL, 2022).

2.3.1 As lutas como esporte desenvolvidor dos atributos necessários ao militar

Sodré (2002) aponta as artes marciais como benéfica para o desenvolvimento físico, psicológico, cognitivo e social do indivíduo, sendo as mesmas utilizadas pelo Exército Brasileiro não só com essas finalidades, mas também para defesa.

As sessões de defesa pessoal, de acordo com Brasil (2015), devem ser feitas por um instrutor e dois monitores. Cabendo ao instrutor definir o exercício a ser executado e aos monitores demonstrar. Os exercícios serão executados pela turma em tempos e quando tiverem adquirido habilidade para a execução do mesmo, irão fazê-la a comando.

Sodré (2002) atenta para o fato de que indivíduos que possuem boa capacidade física estão mais aptos a passar por qualquer tipo de situação, sem que tenham problemas ou de ordem física ou de ordem psicológica.

Um bom condicionamento físico é necessário para suportar grandes marchas; terrenos de difícil transposição, como charcos e montanhas; o pesado equipamento individual; o calor intenso e, até mesmo, para sobrepujar o inimigo com a força física, se assim for necessário. Atividades como assaltos fatigantes, corridas e rastejos demorados sob fogos inimigos, transposição de obstáculos variados, luta pela sobrevivência em casos de naufrágio, marchas intermináveis com cargas excessivas, esforços físicos para desatolar carros de combate em terrenos lamacentos e progressões exaustivas em terrenos difíceis para atingir as áreas de combate, são ações presentes no campo de batalha e que requerem um treinamento físico adequado (BRASIL, 2015, p. 11).

É de suma importância para o militar estar gozando de plena capacidade física, uma vez que o mesmo enfrentará combates e necessitará passar por situações adversas. Igualmente importante é que o comandante passe para a tropa uma imagem de corpo saudável, pois só assim conseguirá motivar e ter o respeito da tropa (BRASIL, 2015).

As artes marciais melhoram a aptidão física do indivíduo, além de deixá-lo em prontidão, assim o manual de TFM afirma que:

A melhoria da aptidão física contribui para o aumento significativo da prontidão dos militares para o combate, e os indivíduos aptos fisicamente são mais resistentes à doenças e se recuperam mais rapidamente de lesões do que pessoas não aptas fisicamente. Além disto, e mais importante, os indivíduos mais aptos fisicamente têm maiores níveis de auto-confiança e motivação (BRASIL, 2015, p. 3).

De acordo com Sodré (2002) um dos benefícios da prática de artes marciais é a auto-confiança, a qual é fundamental para o militar em combate. Ajuda também no auto-controle e disciplina auxiliando na diminuição da agressividade, além de desenvolver um novo comportamento social e psíquico.

Sodré (2002) cita como principais motivos para o treino de artes marciais no Exército: motivo profissional, aquisição de habilidades motoras e desenvolvimento da aptidão física.

Em virtude da característica da profissão o militar é preparado para a guerra e todo seu treinamento tem por fim o embate em vários estágios e condições, contra diversas forças, sejam elas regulares ou não (guerrilha). Há sem dúvidas, então, motivos vitais para o treinamento do combatente do EB em Artes Marciais. O treinamento sistemático de combate corpo a corpo com o emprego de técnicas de Artes Marciais, é motivado, em primeiro lugar e principalmente, pela necessidade do militar em estar apto ao uso de seu corpo como meio de ataque e defesa em situações circunstanciais como o cumprimento de missões específicas. Espera-se com isso que o combatente se torne capaz, a qualquer momento, saber se conduzir em uma situação de embate (SODRÉ, 2002, p. 48).

Observa-se portanto a necessidade das artes marciais em situações de combate, a qual é utilizada como defesa pessoal, em missões específicas, podendo a mesma ser útil até mesmo para salvar a vida do militar.

No que diz respeito às habilidades motoras, Sodré (2002, p. 49) aponta:

Considerando o processo de aquisição de habilidade motora, seja ela em qualquer ambiente ou para qualquer habilidade, Tani *et al* (1988) afirma que o treinamento também objetiva que: o militar se identifique com os movimentos afins das artes marciais e para que o mesmo possa receber informações quando da execução do ato motor das mesmas e se há o perfeito encaixe nos parâmetros estabelecidos como corretos ou próximo a isso para uma determinada técnica. Exemplifica-se: o combatente tem como objetivo dominar a mão de um adversário que porta uma faca com a empunhadura da lâmina para baixo. Ele procurará a melhor maneira para dominar a mão do adversário impedindo que a mesma possa vir a feri-lo. Para isso faz uso das informações que já possui e que foram introduzidas através do treinamento sistemático. Basicamente, nas primeiras tentativas ocorrerão erros performáticos, no entanto, com a prática o praticante tomará consciência dos erros através do processamento das informações (*feedback*). É com base neste contexto que poderá decidir sobre possíveis mudanças a serem introduzidas e, com isso, melhorar o seu desempenho (MAGIL, 1984). Cria-se, assim, um círculo virtuoso em que há uma apropriação de conhecimentos e informações que poderão fazer com que a execução esteja mais próxima da padronização, em forma de técnicas eficientes em uma situação de embate.

Assim sendo, tem-se as artes marciais como uma ferramenta que proporcionará ao militar defender-se em qualquer situação, estando atento aos movimentos do inimigo e procurando a melhor forma de combatê-lo.

Com relação ao desenvolvimento da aptidão física, Sodré (2002, p. 50) fala que:

Com relação ao desenvolvimento da aptidão física, Sodré (2002, p. 50) fala que:

Há também que se falar no condicionamento físico do combatente em função do treinamento, quando feito de forma correta, está em um patamar adequado como exercício físico. O treinamento deve ser sistemático visando um desenvolvimento e aperfeiçoamento físico-corpóreo do praticante, como afirma Barbanti (1986), mudanças específicas no organismo podem ser induzidas por um programa regular de exercícios físicos. Esse treinamento sistemático com periodicidade é fundamental para a aptidão física como afirma McArdle et al. (1998). O que levará o praticante a ter força, resistência, razoável flexibilidade articular, um sistema cardiorrespiratório de boa capacidade aeróbia, uma composição corporal com peso sob controle e uma disposição mental positiva. Seguindo a idéia de uma melhora integral das funções através da prática, Elsayed e Young (2000) demonstram que pessoas moderadamente ativas têm menores riscos de serem acometidas por distúrbios mentais do que as sedentárias. Assim a participação em programas de exercícios físicos sistemáticos exerce benefícios de ordem mental, o que para o profissional militar é imprescindível.

Como dito anteriormente, e o próprio manual de TFM do Exército Brasileiro coloca, é indispensável que o militar desenvolva e aperfeiçoe seu físico, principalmente quando o mesmo exerce um papel de liderança.

Considere-se, ainda, que hoje em dia, já está amplamente reconhecido o valor do treinamento físico para a manutenção da boa forma do corpo e da mente. Todos os dias, o líder militar deverá exercitar o corpo, mantendo o adequado preparo, compatível com sua idade e com a função que exerce. É bom lembrar que os exageros e os treinamentos descontínuos não colaboram para que isto aconteça. Ao contrário, podem produzir danos irreparáveis e até a morte (BRASIL, 2015, p. 33).

Além disso, Jacob (2008, p. 23) cita a atividade física como uma ferramenta que irá reduzir alguns efeitos da idade e prevenir doenças:

A atividade física realizada no decorrer da vida pode atenuar as perdas ósseas e musculares e reduzir o risco de fraturas em até 60%. Além disso, a atividade física aprimora a qualidade de vida, reduz o risco de quedas e promove o aumento da força muscular, do condicionamento aeróbico e da flexibilidade do equilíbrio.

Desta forma, tem-se que as artes marciais, enquanto técnica de defesa pessoal e atividade física só pode ser fator positivo na vida do militar, devendo o mesmo praticar assiduamente com a finalidade de obter todos os benefícios que a mesma propicia.

3 REFERENCIAL METODOLÓGICO

Os procedimentos metodológicos utilizados foram os seguintes: leituras preliminares para aprofundamento do tema; definição e elaboração dos instrumentos de coleta de dados e definição das etapas de análise do material. Ao serem estabelecidas as bases práticas para a pesquisa, procurou-se garantir a execução da pesquisa seguindo o cronograma proposto, além de propiciar a verificação das etapas de estudo.

3.1 TIPOS DE PESQUISA

Foi utilizada a pesquisa bibliográfica do tipo descritiva que segundo Gil (2017, p. 23) são:

Pesquisas que buscam levantar a opinião, atitudes e crenças de uma população. Essas pesquisas, normalmente de caráter quantitativo, buscam a identificação e descrição de características de grupos de pessoas ou de fenômenos. Quando feitas de forma qualitativa, tendem a utilizar mapas, modelos ou quadros descritivos para categorizar características.

Também foi realizado um estudo de campo com 55 cadetes do 1º ao 4º ano da AMAN, tendo por instrumento de coleta de dados entrevista com questionários, conforme Apêndice A deste estudo.

3.2 MÉTODOS

A pesquisa bibliográfica foi realizada em literaturas que encontram-se em livros, manuais do Exército Brasileiro e bancos de dados eletrônicos, utilizando-se como descritores: liderança – TFM – esportes – desenvolvimento – atributos de liderança.

Os materiais encontrados foram lidos e definidos quais foram utilizados de acordo com os objetivos que se desejou alcançar. Foi realizado um resumo dos mesmos e referenciados e em seguida foram utilizados na confecção do referencial teórico.

3.3 POPULAÇÃO E AMOSTRA

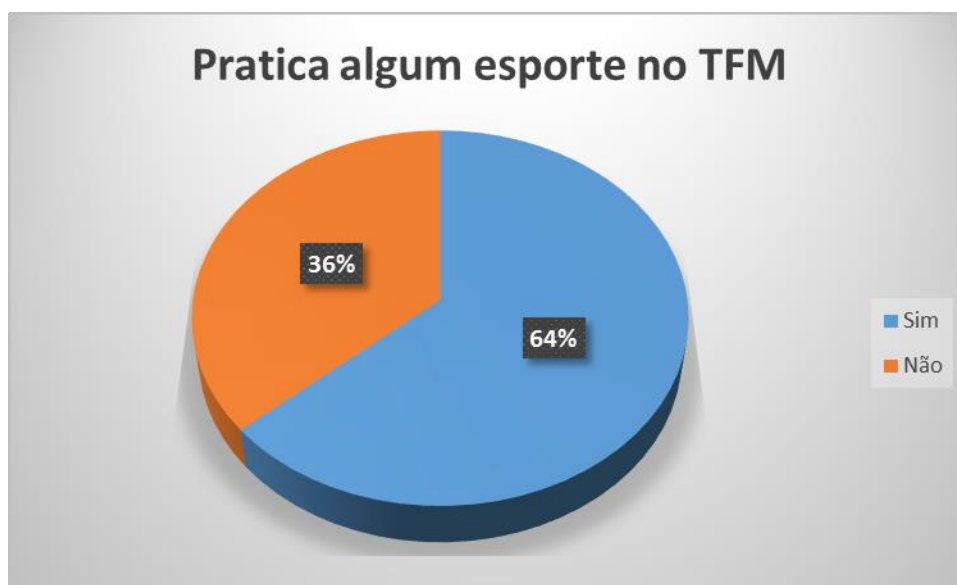
A pesquisa foi realizada com 55 cadetes da AMAN, de todos os cursos e anos, mediante um questionário virtual disponibilizado no *Google Forms*

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foi realizado um estudo de campo com 55 cadetes do 1º ao 4º ano da AMAN, os quais responderam a um questionário virtual (Apêndice A).

Com relação ao entrevistado praticar algum esporte no TFM, 64% dos entrevistados responderam que praticam e 36% não praticam (Gráfico 1).

Gráfico 1 – Pratica algum esporte no TFM



Fonte: ELABORADO PELO AUTOR (2023)

Para aqueles que praticam esporte no TFM, 29% dos entrevistados praticam atletismo ou outros esportes; 17% corrida; 12% judô; 8% futebol; 5% pentatlo (Gráfico 2).

Gráfico 2 – Esporte que pratica



Fonte: ELABORADO PELO AUTOR (2023)

Com relação ao entrevistado considerar que existe alguma relação entre prática esportiva e desenvolvimento das competências e atributos da liderança, 100% dos entrevistados consideram que existe essa relação (Gráfico 3).

Gráfico 3 – Relação entre esporte e desenvolver competências



Fonte: ELABORADO PELO AUTOR (2023)

Sobre quais atributos ou competências o entrevistado considera que são desenvolvidos, 27% disseram ser rusticidade; 26% abnegação; 20% liderança; 16% cooperação e 11% camaradagem (Gráfico 4).

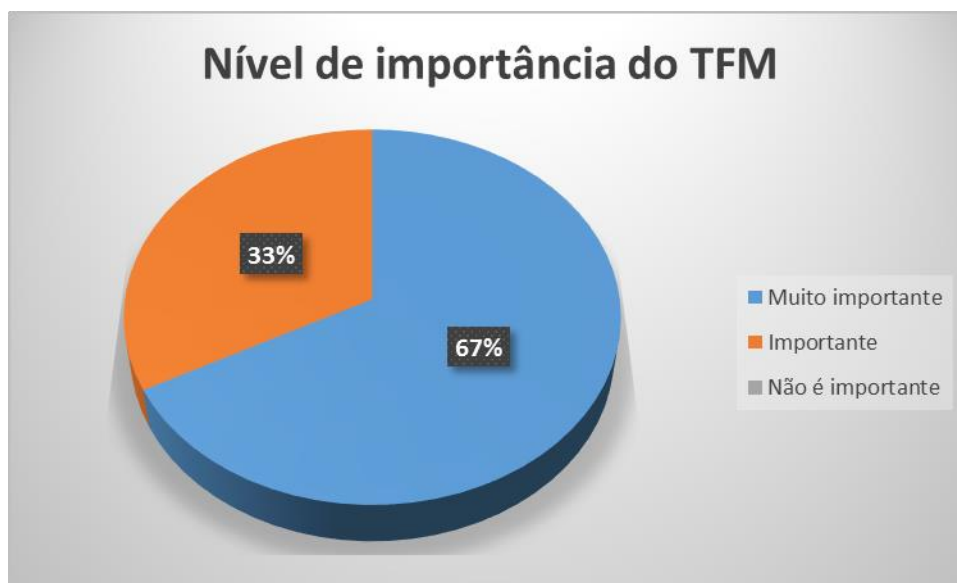
Gráfico 4 – Atributos ou competências desenvolvidos



Fonte: ELABORADO PELO AUTOR (2023)

Com relação ao nível de importância da prática esportiva no TFM para o desenvolvimento das competências e atributos de liderança que o entrevistado considera, tendo sido dadas as opções: muito importante – importante – não é importante, 67% dos entrevistados consideram ser muito importante e 33% importante (Gráfico 5).

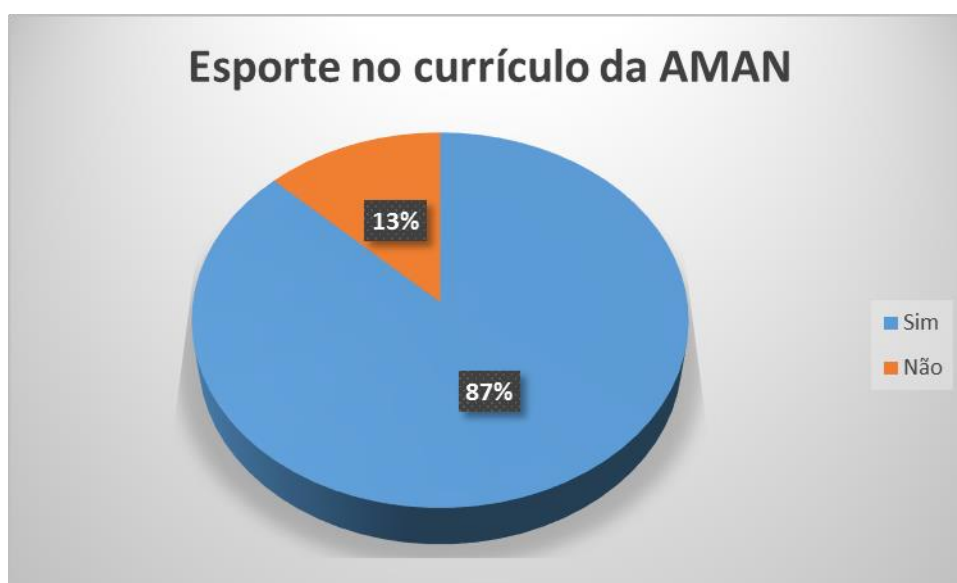
Gráfico 5 – Nível de importância do TFM



Fonte: ELABORADO PELO AUTOR (2023)

A respeito do entrevistado considerar que a prática esportiva deva fazer parte do currículo da AMAN como forma de desenvolvimento dos atributos e competências de liderança, 87% dos entrevistados consideram que deve fazer parte do currículo da AMAN e 13% consideram que não deve (Gráfico 6).

Gráfico 6 – Esporte no currículo da AMAN



Fonte: ELABORADO PELO AUTOR (2023)

Diante do estudo de campo realizado constatou-se que 64% dos entrevistados pratica algum tipo de esporte no TFM, sendo que 29% pratica atletismo ou outros esportes; 17% corrida; 12% judô; 8% futebol; 5% pentatlo.

Para 100% dos entrevistados existe alguma relação entre prática esportiva e desenvolvimento das competências e atributos da liderança, sendo desenvolvidos, para 27% rusticidade; 26% abnegação; 20% liderança; 16% cooperação e 11% camaradagem.

67% dos entrevistados considera muito importante a prática esportiva no TFM para o desenvolvimento das competências e atributos de liderança e 33% considera importante.

Para 87% dos entrevistados a prática esportiva deve fazer parte do currículo da AMAN e para 13% não deve.

Ao final observa-se que a prática desportiva desenvolve os atributos de liderança, devendo a mesma fazer parte do currículo da AMAN e os militares devem praticar algum tipo de esporte, com o fim de adquirir os atributos e competências da liderança.

O esporte faz parte da formação dos oficiais da AMAN pelos benefícios físicos e cognitivos que proporciona aos militares. Nesse sentido, o mesmo é uma atividade que permite ao cadete ser exposto a um cenário complexo, no qual aprende a integrar o trabalho do corpo e da mente, com o objetivo de desenvolver o processo de tomada de decisão sob estresse. Adicionalmente, com a prática de esportes, são desenvolvidos valores fundamentais que atualmente estão na base do modelo de formação de lideranças do Exército Brasileiro.

No esporte, como no confronto militar, deve haver um planejamento onde se incorpore o treinamento, as manobras ofensivas e defensivas. Porém, como em qualquer plano em execução, este será afetado por novos fatores que complicarão o cenário inicial. Para o esportista, conseguir lidar com essa nova situação exigirá autocontrole e o bom uso do pensamento racional e intuitivo, pilares fundamentais do processo de tomada de decisão sob estresse. Da mesma forma, o cansaço físico e provavelmente algumas lesões derivadas dos inúmeros treinos tornarão ainda mais complexa esta situação que, se não puder ser controlada, resultará em derrota. Essas características que se desenvolvem com a prática do esporte são as mesmas que um líder precisa para orientar sua equipe em uma situação militar complexa.

O Modelo de Formação de lideranças da AMAN é baseado nos valores fundamentais, que são atributos da vida profissional militar, identificando-os como honra, coragem, integridade, dever, lealdade, dentre outros. A base da liderança militar é construída sobre esses valores, que devem ser consolidados desde o início da formação do oficial. Neste sentido, o esporte permite desenvolver os valores da bravura e da honra, através de um ensino sistemático e comparativo da modalidade, utilizando os treinos como simulador de emoções.

A prática de esportes contribui de forma fundamental para o desenvolvimento dos atributos e competências de liderança. Através dos esportes, principalmente os coletivos, os indivíduos são capazes de tomar suas próprias decisões, socializar, trabalhar em equipe e serem responsáveis por dar o melhor de si em prol de atingir um objetivo.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve por objetivo verificar se o TFM, através da prática esportiva, pode contribuir para um sucesso posterior na liderança e um bom reforço das habilidades essenciais ao líder militar.

A liderança é fundamental para o militar, tendo em vista que através da mesma, o comandante irá determinar o sucesso da missão. Assim sendo, é preciso que o mesmo tenha desenvolvido tanto os atributos quanto os conteúdos de liderança.

Com isso, os liderados terão respeito e confiança pelo líder, e serão motivados por suas atitudes e exemplo. Para desenvolver esses atributos e conteúdos atitudinais é preciso que o militar utilize de meios para tal, sendo a prática esportiva um dos fatores de desenvolvimento de liderança.

A literatura pesquisada corrobora com os resultados do estudo de campo realizado, onde ficou evidente que o TFM, através da prática esportiva, desenvolve os atributos e conteúdos atitudinais que são inerentes ao líder militar.

A prática de esportes colabora para o desenvolvimento de alguns atributos da área afetiva, os quais são de grande importância para o militar, tendo em vista as missões pelas quais irá passar.

A formação do militar é certamente completa, proporcionando ao mesmo conhecimento em todas as áreas, transformando-o em um homem que por si só toma decisões em combate de forma rápida e eficiente.

Desta forma, conclui-se que o TFM, através da prática desportiva, colabora para o desenvolvimento de liderança e o mesmo deve continuar sendo utilizado pela AMAN de forma a evidenciar os atributos e conteúdos atitudinais nos militares.

Por fim, ressalta-se a relevância de futuras pesquisas que aprofundem ainda mais a compreensão dos efeitos do treinamento físico na carreira militar, considerando outros fatores como o gênero, a faixa etária e as características individuais dos atletas. Esses estudos contribuirão para o aperfeiçoamento dos programas de treinamento físico, tornando-os cada vez mais eficientes e adequados às necessidades específicas dos militares da AMAN e demais instituições afins.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Manual de Liderança Militar**. Brasília: Exército Brasileiro, 2013.

BRASIL. **Treinamento físico militar**. Brasília: Exército Brasileiro, 2015.

CARRETEIRO, L. **Como o esporte pode ajudar na construção da liderança?** 2019. Disponível em: <www.terra.com.br/noticias/dino/como-o-esporte-pode-ajudar-na-construcao-da-lideranca,5f34237e6eb7240c375f2a8d71eb50f5yler7j13.html>. Acesso em: 26 jul. 2022.

FERGUSON, A. *et al.* **Lições de liderança do desporto**. São Paulo: Actual, 2018.

FRISCH, B. **Como líderes eficazes estruturam e gerenciam**. São Paulo: Campus, 2012.

GIL, C. A. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa** São Paulo: Atlas, 2017.

GLOBAL HUMAN CAPITAL TRENDS. **The social interprise in a world disrupted**. 2021. Disponível em: <www.deloitte.com>. Acesso em: 26 jul. 2022.

McCHRYSTAL, S. **Time de times: liderando equipes em um mundo de transformação**. São Paulo: LVM, 2022.

MORAES, I. R. **Liderança e administração esportiva**. São Paulo: Ícone, 2017.

SODRÉ, M. **Mestre Bimba: Corpo de Mandinga**. Rio de Janeiro: Manati, 2002.

SOUZA, C. **Lições do mundo do esporte para a liderança**. 2020. Disponível em: <www.istoedinheiro.com.br/licoes-do-mundo-dos-esportes-para-a-lideranca/>. Acesso em: 26 jul. 2022.

JACOB FILHO, Wilson. **Atividade física e envelhecimento saudável**. 2004. Tese (Livre Docência) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2004.

APÊNDICE A – FORMULÁRIO DA PESQUISA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

O Senhor(a) está sendo convidado(a) a participar da pesquisa "O treinamento físico dos atletas da AMAN e suas influências no desenvolvimento de atributos da carreira militar." sob a responsabilidade do pesquisador Cleyson Caetano Rapozo, e orientação do Cap Gabriela de Sousa Magalhães.

A presente pesquisa tem por objetivo analisar o tema: "O treinamento físico dos atletas da AMAN e suas influências no desenvolvimento de atributos da carreira militar", bem como se há alguma relevância para o desenvolvimento do perfil profissiográfico esperado do cadete de infantaria.

Sua participação é de caráter voluntário e se dará como descrito:

Coleta de dados: a pesquisa terá como instrumento utilizado a coleta de dados através da aplicação de questionário por meio da plataforma virtual Google Forms para cadetes do de infantaria.

Destino dos dados coletados: o pesquisador será responsável pelos dados originais coletados da pesquisa por meio do questionário, esses permanecerão em posse do pesquisador por 3 anos e após serão destruídos. Os conhecimentos gerados através da pesquisa não serão utilizados de forma a prejudicar os cadetes participantes ou instituição na qual realizou-se a pesquisa. Os dados obtidos por meio do questionário serão utilizados para monografia a ser apresentada ao Curso de Graduação em Ciências Militares, da Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN,RJ), como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Ciências Militares.

Riscos, prevenção e benefícios para o participante da pesquisa: um possível risco que a pesquisa pode representar para os voluntários é que eles podem se sentir desconfortáveis, inseguros ou relutantes em fornecer algumas das informações que o pesquisador solicita por meio do questionário. A fim de precaver-se dos riscos que possam advir deste estudo, é garantido ao participante o direito ao anonimato; a renunciar ao estudo a qualquer momento; a não responder a quaisquer questões que considere oportunas; e a solicitar que os dados fornecidos durante a pesquisa não sejam utilizados. O benefício esperado com o desenvolvimento da pesquisa será o fato de oferecer a percepção quanto as atitudes desenvolvidas na AMAN significam para bem formar o futuro oficial de carreira da arma de Infantaria.

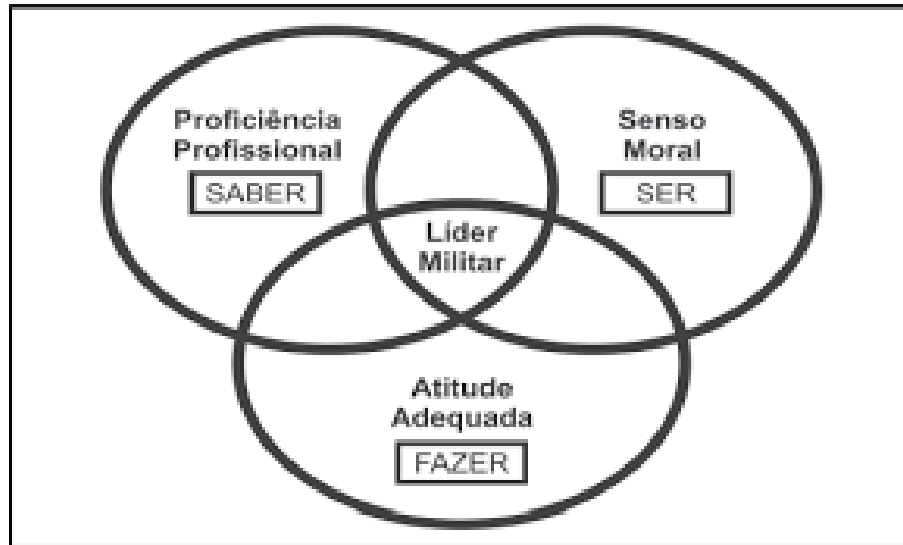
Garantias e indenizações: o direito à indenização nos termos da lei é garantido às pessoas

que sofram qualquer tipo de dano pessoal ou material em resultado de ferramentas ou técnicas de recolha de dados. Os participantes têm o direito de ser informados sobre os resultados parciais e finais do estudo, podendo, a qualquer momento do estudo, entrar em contato com o pesquisador responsável pelo estudo para esclarecer suas dúvidas; sem nenhum custo para o participante e sem participação em o estudo qualquer benefício financeiro durante o desenvolvimento do estudo ou após a conclusão do estudo; as respostas ao questionário e as entrevistas com os professores serão realizadas em data e hora convenientes ao participante.

Qualquer punição ou mudança na forma como o pesquisador o atende, o pesquisador tratará sua identidade com padrões profissionais de confidencialidade.

Para qualquer outra informação o senhor(a) poderá entrar em contato com o pesquisador pelo telefone (21) 96498-3178 ou e-mail: cleysonccr@gmail.com.

- 1) Você pratica algum esporte no TFM?
- 2) Se respondeu sim à primeira pergunta, qual esporte?
- 3) Existe alguma relação entre prática esportiva e desenvolvimento das competências e atributos da liderança?
- 4) Se sim, quais atributos ou competências você considera que são desenvolvidos?
- 5) Qual o nível de importância da prática esportiva no TFM para o desenvolvimento das competências e atributos de liderança? Muito importante – Importante – Não é importante.
- 6) Você considera que a prática esportiva deva fazer parte do currículo da AMAN como forma de desenvolvimento dos atributos e competências de liderança?

ANEXO 1 – O LÍDER MILITAR DEVE

Fonte: BRASIL (2011)