

**ORGANIZAÇÃO DE PROJETOS DE ATIVIDADES INDIVIDUAIS COM CRIANÇAS SOBREDOTADAS PARA O ESPORTE**

***ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE PROYECTOS INDIVIDUALES CON NIÑOS DOTADOS DEPORTIVOS***

***ORGANIZATION OF INDIVIDUAL PROJECT ACTIVITIES WITH SPORTS-GIFTED CHILDREN***

Rina Samatovna KAMAHINA<sup>1</sup>  
Ehlmira Shamilevna SHAMSUVALEEVA<sup>2</sup>  
Nailya Chanifovna DAVLETOVA<sup>3</sup>  
Irina Rafisovna MURATOVA<sup>4</sup>

**RESUMO:** O artigo discute a experiência de organização de um projeto de atividades individuais com crianças superdotadas em um acampamento esportivo de verão, onde 64 jovens atletas da República de Tartaristão participaram de testes e experiências pedagógicas e estiveram envolvidas em tênis de mesa, luta livre, atletismo e mostraram alto desempenho. A implementação do projeto individual de autocontrole corporal, proposto pelos autores no âmbito do programa educacional “*Champion's Way*”, implica nas atividades criativas de pesquisa de um jovem atleta, coordenadas com o treinador e os pais, e contribui para o desenvolvimento das competências necessárias. O resultado da atividade individual do projeto é a obtenção de um produto socialmente importante - um trabalho individual de projeto "Autocontrole da condição física", no qual um atleta descreve e analisa seu corpo em detalhes, observando sua saúde. O principal objetivo do projeto para o jovem atleta é aprender a se examinar para melhorar seu desempenho atlético sem comprometer sua própria saúde. O documento apresenta propostas específicas para a organização das atividades do projeto por meio de um sistema de exercícios de laboratório e treinamentos especializados, relevantes no campo da cultura física e das atividades esportivas, destinados ao desenvolvimento de habilidades necessárias para o comportamento de jovens atletas e treinadores que resguardam sua saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Esportes. Crianças sobredotadas. Atividades de projeto. Tecnologias para a preservação da saúde.

<sup>1</sup> Universidade Federal de Kazan (KPFU), Kazan – Rússia. Professora Associada do Departamento de Farmácia, Instituto de Medicina Fundamental e Biologia. Candidata de Pedagogia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9070-8357>. E-mail: [rina150973@mail.ru](mailto:rina150973@mail.ru)

<sup>2</sup> Academia Estadual de Cultura Física, Esporte e Turismo da Região de Volga (SPORTACADEM), Kazan – Rússia. Professora Associada do Departamento de Disciplinas Médicas e Biológicas. Candidata de Biologia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6633-3356>. E-mail: [el.w.w@mail.ru](mailto:el.w.w@mail.ru)

<sup>3</sup> Academia Estadual de Cultura Física, Esporte e Turismo da Região de Volga (SPORTACADEM), Kazan – Rússia. Professora Associada do Departamento de Disciplinas Médicas e Biológicas. Candidata em Ciências Médicas. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2014-1746>. E-mail: [davletova0681@mail.ru](mailto:davletova0681@mail.ru)

<sup>4</sup> Universidade Federal de Kazan (KPFU), Kazan – Rússia. Graduanda do Instituto de Pedagogia e Psicologia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2571-0378>. E-mail: [irena.murena369@gmail.com](mailto:irena.murena369@gmail.com)

**RESUMEN:** El artículo analiza la experiencia de la organización de actividades de proyectos individuales con niños superdotados en un campamento deportivo de verano, donde 64 jóvenes atletas de la República de Tartaristán participaron en pruebas y experimentos pedagógicos y participaron en tenis de mesa, lucha, atletismo y mostraron un alto rendimiento. La implementación del proyecto individual de autocontrol corporal propuesto por los autores en el marco del programa educativo “Champion's Way” implica las actividades creativas e investigadoras de un joven deportista, coordinado con el entrenador y los padres, y contribuye al desarrollo de las competencias necesarias. El resultado de la actividad del proyecto individual es la obtención de un producto de importancia social: un trabajo de proyecto individual “Autocontrol de la condición física”, en el que un atleta describe y analiza su cuerpo en detalle, observando su salud. El objetivo principal del proyecto como joven deportista es aprender a examinarse a sí mismo para mejorar su rendimiento deportivo sin comprometer su propia salud. El documento presenta propuestas específicas para la organización de actividades de proyectos a través de un sistema de ejercicios de laboratorio y entrenamientos especializados relevantes en el campo de la cultura física y las actividades deportivas y dirigidos al desarrollo de habilidades necesarias para el comportamiento saludable de los jóvenes atletas y entrenadores.

**PALABRAS CLAVE** Deportes. Niños superdotados. Actividades de proyectos. Tecnologías para la salud.

**ABSTRACT:** The article discusses the experience of individual project activity organization with gifted children in a summer sports camp, where 64 young athletes of the Republic of Tatarstan participated in pedagogical testing and experiment and were involved in table tennis, wrestling, athletics and showed high performance. The implementation of the individual project for their body self-control, proposed by the authors within the framework of the “Champion's Way” educational program, implies the creative, research activities of a young athlete, coordinated with the trainer and parents, and contributes to the development of the necessary competencies. The result of individual project activity is a socially important product obtaining - an individual work project, “Self-monitoring of physical condition”, in which an athlete describes and analyzes his body in detail, observing his health. The main goal of the project as a young athlete is to learn how to examine himself to improve his athletic performance without compromising his own health. The paper presents specific proposals for project activity organization through a system of laboratory exercises and specialized trainings relevant in the field of physical culture and sports activities, aimed at skill development necessary for health-saving behavior of young athletes and coaches.

**KEYWORDS:** Sports. Gifted children. Project activities. Health-saving technologies.

## Introdução

A urgência do problema está relacionada ao fato de que, por um lado, as crianças superdotadas para o esporte exigem resultado na forma de vitórias em competições esportivas e, por outro, a preservação de sua saúde e, portanto, de uma longa carreira esportiva. Esta combinação de dois objetivos simultâneos é considerada possível durante a introdução da

tecnologia que salva a saúde em todas as áreas da vida. Preservar a saúde da população, formar os fundamentos de um estilo de vida saudável, introduzir adultos e crianças ao esporte são as tarefas que se controlam ao mais alto nível (OPOKIN, 2019).

As vitórias esportivas em várias competições são necessárias ao atleta e à sociedade. A realização de alto desempenho atlético e desenvolvimento da qualidade física, ao mesmo tempo que a introdução de valores de estilo de vida saudável é uma das tarefas prioritárias que o treinador deve definir para si mesmo e para os alunos durante o estágio inicial de treinamento.

Com base no exposto, o sistema de apoio a crianças superdotadas e talentosas no esporte deve estar focado na formação e desenvolvimento de suas competências, permitindo o autocontrole da condição física do jovem atleta durante as atividades individuais do projeto (BELOUSOVA, 2019; VETROV, 2019; DAVLETOVA, 2019; OSIPOVA, 2017).

A implementação do projeto individual proposto pelos autores para o autocontrole do seu corpo no âmbito do programa educacional “*Champion's Way*” implica que a atividade criativa de pesquisa de um jovem atleta, coordenada com o treinador e pais, contribui para o desenvolvimento das competências necessárias. O resultado de uma atividade de projeto individual é o recebimento de um produto socialmente importante, que o atleta descreve detalhadamente, observando sua saúde. O principal objetivo do projeto é ensinar a um jovem atleta as formas de o autoexame melhorar seu desempenho atlético sem comprometer a própria saúde.

## Métodos

O programa educacional “*Champion's Way*” foi desenvolvido pela FSBEI HE "Academia Estadual de Cultura Física, Esportes e Turismo do Volga" no âmbito da Equipe de Pesquisa Temporária "Padrão Ouro para o Desenvolvimento Infantil 2.0", na nomeação "Módulos de desenvolvimento educacional para áreas de superdotados e grupos de competência. Direção “Sport” com o apoio financeiro da ANO “Universidade de Talentos Aberta de Kazan 2.0”.

O estudo do tema foi organizado durante a sessão especializada de verão da Universidade de Talentos “*Champion's Way*” (julho de 2019). 64 jovens atletas da República do Tartaristão com alto rendimento estiveram envolvidos no tênis de mesa, luta livre, atletismo e participaram de testes e experimentos pedagógicos.

## Resultados e discussão

Um dos objetivos do programa educacional desenvolvido, “*Champion's Way*”, é aprimorar as habilidades de jovens atletas para atingir o nível máximo possível de treinamento técnico, tático, físico, funcional, psicológico e teórico por meio do controle do estado funcional do corpo na forma de autocontrole sistêmico, seguida da redação e defesa pública da trajetória individual de desenvolvimento do desportivismo na forma do projeto “automonitoramento da condição física” (DAVLETOVA, 2019).

Eles previam que os jovens atletas estudassem o módulo “*Pump the Brain*”, para aprofundar o conhecimento teórico, antes de iniciar um projeto individual. Este módulo inclui aulas interativas voltadas para a conscientização de jovens atletas nas questões de comportamento de preservação da saúde, na forma de palestras, trabalhos de laboratório e treinamentos. Os autores desenvolveram fundamentos metodológicos e testaram a organização do trabalho de cada participante nos seguintes laboratórios, durante a sessão especializada de verão.

“Laboratório para avaliação funcional de um atleta”:

- avaliação dos indicadores funcionais do corpo e dos principais sistemas de oferta de atividades esportivas;
- desenvolvimento de programas individuais de treinamento físico.

"Conheça a si mesmo":

- a análise de técnicas psicofisiológicas que registram as reações autonômicas e emocionais individuais de um jovem atleta;
- a formação de habilidades para trabalhar com equipamentos básicos e técnicas básicas usadas para avaliar o estado funcional do corpo de um atleta.

“O laboratório de leis biológicas” (SALAJ, 2011):

- a análise das leis estatísticas de variabilidade de modificação;
- características dos indicadores quantitativos corporais do atleta;
- determinação do limite de variabilidade do indicador;
- o desenvolvimento de curvas de variação e a formulação de conclusões sobre as características da taxa de reação de traços individuais entre os atletas.

“Laboratório de recuperação esportiva”:

- avaliação de vários métodos de recuperação após uma carga de treinamento;
- o papel do sono no processo de recuperação após o exercício físico;
- dominar as técnicas básicas de massagem e automassagem;
- análise de produtos alimentícios utilizados para valorização;
- dominar as técnicas básicas de recuperação ativa.

"#NoInjury!":

- avaliação dos fatores de risco para lesões;
- a análise dos principais métodos de prevenção de lesões durante os processos competitivos e de treinamento;
- dominar o algoritmo de primeiros socorros em condições de emergência e lesões.

Além disso, os treinamentos do autor foram desenvolvidos e organizados, com base na Tecnologia de desenvolvimento do pensamento crítico e uma abordagem ativa (SHAMSUVALEEVA, 2018).

Autocontrole do campeão:

- Os princípios básicos do automonitoramento do estado funcional antes, durante e após o treinamento;
- O desenvolvimento de habilidades de autocontrole;
- O conceito de sobrecarga e o desenvolvimento de competências para a sua detecção precoce.

“Nutrição do campeão”:

- Os fundamentos teóricos de uma alimentação equilibrada;
- As regras de confecção do menu do dia;
- O conceito de lanches saudáveis;
- Princípios básicos da nutrição do atleta.

Dia do campeão:

- O conceito de hábitos corretos e os fundamentos teóricos da elaboração da programação diária;

- Regras para a elaboração de uma programação diária para dias de semana, fins de semana e férias;
- Determinação do seu cronótipo;
- Programação diária em função do cronótipo;
- Dominar a técnica de desenvolvimento de rastreador de hábitos.

“*Brain up, campeão!*” (EYLER, 2014; YAKOVENKO; KAMAHINA; MAVLYUDOVA, 2016):

- O conceito de aptidão para o cérebro e seu significado para um jovem atleta;
- Técnicas e exercícios básicos;
- Gadgets e aplicativos para treinamento eficaz de habilidades cognitivas.

"#ProWeight":

- Controle de peso;
- Avaliação de várias opiniões sobre formas de redução de peso;
- Dominar as regras básicas de perda de peso segura e ganho de peso em vários esportes.

O trabalho de projeto individual envolve dois consultores científicos e começa com um diagnóstico de entrada do estado funcional de um jovem atleta, usando equipamento especializado no Laboratório de Avaliação Funcional. Em seguida, ao longo de todo o turno, o participante acompanha a manifestação dos efeitos do processo de treinamento e aprende a identificar os primeiros sinais de cansaço. Ele se observa, faz medições, avalia a qualidade do sono, o bem-estar, o nível de desempenho físico durante os exercícios matinais, as aulas mestras de estrelas do esporte e o treinamento no esporte e competições escolhidos. Avaliando sua condição, o jovem atleta, em conjunto com o treinador e consultores científicos, leva em consideração os dados obtidos nos demais laboratórios listados acima, sobre os fundamentos do monitoramento da condição física de um atleta, e se compara com os demais participantes durante o treinamento. Tendo recebido recomendações de cientistas, ele desenvolve e defende publicamente sua trajetória individual de desenvolvimento do espírito esportivo.

Os principais indicadores das metas de aprendizagem e alcance dos resultados esperados são a defesa pública bem-sucedida do trabalho do projeto individual,

“Automonitoramento da condição física”, por jovens atletas como resultado da compreensão de todos os tipos de atividades educacionais durante o programa educacional “*Caminho do Campeão*” desenvolvimento (DAVLETOVA, 2019).

O papel fundamental na organização da atividade de projeto de jovens atletas é dado ao treinamento "Autocontrole Campeão", cujo objetivo substantivo é estruturar o conceito de sistema de controle e autocontrole durante o treinamento e atividades competitivas, e o objetivo ativo é o desenvolvimento da capacidade de exercer o autocontrole de indicadores subjetivos e objetivos para o sucesso na preparação de um atleta para as competições.

Dentre os resultados esperados do treinamento, destaca-se:

- dominar os métodos de manter um diário de autocontrole durante o treinamento e atividades competitivas para identificar os primeiros sinais de fadiga e excesso de trabalho;
- dominar habilidades especiais para automonitoramento de indicadores subjetivos e objetivos do corpo de um atleta no processo de preparação e participação em competições.

Vamos considerar alguns aspectos do projeto no exemplo de jovens lutadores. Entre os indicadores subjetivos de autocontrole, eles são encorajados a anotar seu estado geral de saúde, desempenho mental e físico, sono e apetite em sua apostila, e então tentar dar uma avaliação geral dos resultados usando a fórmula POPS (TURSUNBAEV, 2018).

Para avaliar os indicadores objetivos de autocontrole, os participantes do treinamento são convidados a aprender a medir a circunferência do bíceps, tórax e coxa, pulso, pressão, altura e peso corporal sob a supervisão do técnico. Alguns parâmetros são necessários para calcular o potencial adaptativo e o índice de massa corporal. Para avaliar o estado funcional do sistema respiratório, são utilizados os testes de hipóxia de Stange e Genchi.

A medição da frequência cardíaca é um componente importante do controle da tolerância ao exercício para atletas. Os participantes do treinamento familiarizam-se com o teste ortostático, que informa ao atleta sobre o estado funcional, o grau de fadiga, e discutem o cálculo da restauração da perda de fluidos após o treinamento. Em seguida, usando a fórmula POPS, uma conclusão geral é elaborada com base nos resultados da medição.

A próxima etapa do trabalho inclui o desenvolvimento de um rastreador de hábitos para automonitoramento sistêmico e registro de indicador de autocontrole:

- em cada sessão de treino (dinâmica das mudanças de peso corporal);
- uma vez por dia (indicadores subjetivos de autocontrole, teste ortostático);
- uma vez por mês (potencial adaptativo, teste de Genche, teste de Stange);

- uma vez a cada seis meses (medidas circunferenciais);

As habilidades de registro de resultados de auto-observação adquiridas e uma série de indicadores de medição, em uma pasta de trabalho, são necessários para uma autoavaliação posterior e, em seguida, para o desenvolvimento e implementação de um programa individual de desenvolvimento pessoal, levando em consideração a maioria dos fatores que influenciam um atleta. Existem páginas especiais na apostila, cujo preenchimento gradual prepara o jovem atleta para a defesa pública.

A defesa do projeto “Auto-monitoramento da condição física” sugere que um participante será capaz de comparar os resultados do estudo do estado funcional do corpo com os valores tabulares ou a média do resultado do grupo, comentá-los pela fórmula POPS, determinar seus prós e contras, sugerir a possibilidade de uso desses dados para corrigir o processo de treinamento, justificar as condições de sobrecarga de trabalho, sobrecarga de treino e prevenção de lesões, e para formular uma conclusão geral do projeto.

Tal atividade permite que você crie um tipo de pensamento projetual baseado na capacidade de avaliar as perspectivas de seu desenvolvimento, utilizar corretamente os recursos corporais, planejar ações, realizar um planejamento, o que sem dúvida funcionará tanto para o desempenho no esporte quanto para manutenção de sua saúde.

Durante o desenvolvimento do programa educacional “*Champion's Way*”, os jovens atletas devem manter uma apostila especialmente desenhada como material didático. A realização das tarefas do Livro de Exercícios faz parte dos treinamentos e ao mesmo tempo do trabalho de projeto individual “Automonitoramento da condição física”, que é o resultado do desenvolvimento do programa educacional “*Champion's Way*”.

Resultados esperados da masterização do módulo interativo educacional do programa “*Champion's Way*”:

- adoção de modelos conceituais de atividades de salvamento da saúde do atleta para alcançar alto desempenho atlético;
- adoção de novas ideias sobre o desenvolvimento de comportamentos de salvamento da saúde entre os atletas como o pensamento do vencedor;
- o desenvolvimento de métodos de autocontrole para o corpo do atleta, incluindo a esfera emocional;



- dominar habilidades especiais para a implementação de comportamentos que resguardam a saúde por meio da melhoria da memória, atenção e flexibilidade de pensamento para resolver tarefas não padronizadas da prática esportiva.

### **Síntese**

A implementação do trabalho de projeto individual “Automonitoramento da condição física” contribui para o desenvolvimento de competências necessárias, entre os jovens atletas, para o automonitoramento durante o treinamento e atividades competitivas, a identificação e posterior análise de indicadores de saúde subjetivos e objetivos obtidos como resultado de domínio do treinamento, além de manter autocontrole diário no esporte.

Obter as habilidades mais simples de autocontrole, a capacidade de observar a si mesmo, analisar a situação atual, identificar os primeiros sinais de fadiga e excesso de trabalho, permite que jovens atletas corrijam um cronograma de treinamento para dominar altas cargas de treinamento por meio do desenvolvimento de comportamentos que resguardem a saúde.

### **Conclusões**

As atividades do projeto fazem parte dos requisitos do Padrão Educacional do Estado Federal (KARPOVA, 2012; SARGE, 2018; TARASOVA, 2018; SHAPOVALOV, 2019). Dominar as competências que determinam o sucesso em atividades de treinamento e competitivas é possível durante a implementação de vários projetos, incluindo registro de resultados de testes pedagógicos, monitoramento de saúde e avaliação do estado funcional do corpo de um jovem atleta. Para organizar atividades de projeto individuais com alunos dotados para o esporte, é necessário criar um sistema de estudos de laboratório e treinamentos especializados que sejam relevantes no campo da cultura física e atividades esportivas e criar condições para um jovem atleta estudar o próprio corpo.

**AGRADECIMENTOS:** O trabalho é executado de acordo com o Programa de Crescimento Competitivo do Governo Russo da Universidade Federal de Kazan.

## REFERÊNCIAS

- BELOUSOVA, D. N. Work with gifted children. Their involvement in research and design activities. *In: BELOUSOVA, D. N. Education and science in modern realities*. 2019. p. 45-46.
- DAVLETOVA, N. K. **Navigator for the workers in the field of physical education and sports on the development of talents in the Republic of Tatarstan: the collection of trainings**. 2019. 208 p.
- EYLER, L. T. Conceptual and data-based investigation of genetic influences and brain asymmetry: a twin study of multiple structural phenotypes. **Journal of Cognitive Neuroscience**, v. 26, n. 5, p. 1100-1117, 2014.
- KARPOVA, S. I. Design and research activity as the means of gifted student development. **Bulletin of SUU**, n. 1, p. 143-147, 2012.
- OPOKIN, D. S. Health-saving technologies in the education system. **Human World**, p. 71-74, 2019.
- OSIPOVA, S. N. Project activity in work with gifted children. **Interactive Science**, n. 12, p. 103-105, 2017.
- SALAJ, S. Specificity of jumping, sprinting, and quick change of direction motor abilities. **J. Strength Cond. Res.**, v. 25, n. 5. p. 1249-1255, 2011.
- SARGE, A. V. Work with gifted children in the conditions of modern technological education in Russia. **Modern Technological Education**, p. 52-58, 2018.
- SHAMSUVALEEVA, E. S. The design of classes using the Technology of critical thinking development on the example of the discipline "Fundamentals of anti-doping support". **Science and sport: modern trends**, v. 3, n. 20, p. 114-120, 2018.
- SHAPOVALOV, A. A. Teacher training for the organization and conduct of educational, research and design activities of students. *World of Science, Culture, Education*, v. 6, n. 79, p. 208-212, 2019.
- TARASOVA, E. V. Olympic principles of training during individual trajectory support organization concerning the highest achievements of gifted children. **Science and sport: modern trends**, v. 1, n. 18, p. 126-131, 2018.
- TURSUNBAEV, S. U. Project activities of teachers during the development of giftedness among children and adolescents. **Prospects of Science**, n. 8, p. 99-102, 2018.
- VETROV, Y. P. Project activity as the factor in the development of giftedness among children and adolescents. **Bulletin of the Armavir State Pedagogical University**, n. 1, p. 17-25, 2019.
- YAKOVENKO, T.; KAMAHINA, R.; MAVLYUDOVA, L. The educational process organization on the basis of the cerebral hemispheres individual profile functional asymmetry.

**Research Journal of Pharmaceutical, Biological and Chemical Sciences**, v. 7, n. 5, p. 1714-1720, 2016.

### **Como referenciar este artigo**

KAMAHINA, R. S.; SHAMSUVALEeva, E. S.; DAVLETOVA, N. C.; MURATOVA, I. R. Organização de projetos de atividades individuais com crianças superdotadas para o esporte. **Revista on line de Política e Gestão Educacional**, Araraquara, v. 25, n. esp. 1, p. 532-542, mar. 2021. e-ISSN:1519-9029. DOI: <https://doi.org/10.22633/rpge.v25iesp.1.14993>

**Submetido em:** 06/11/2020

**Revisões requeridas em:** 18/01/2021

**Aprovado em:** 23/02/2021

**Publicado em:** 01/03/2021