



APOIO

COMITÉ OLÍMPICO DO  
**BRASIL**



# **MODELO DE DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS DE RUGBY NO BRASIL**

Novembro, 2022.

# Sumário

APRESENTAÇÃO .....	4
DEFINIÇÃO DE TERMOS.....	5
O RUGBY NO BRASIL.....	6
A CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RUGBY (CBRU).....	8
DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS EM LONGO PRAZO (DALP-CBRU) .....	10
COMPONENTES DO DESENVOLVIMENTO PESSOAL.....	12
COMPONENTES DO DESEMPENHO ESPORTIVO.....	15
DESENVOLVIMENTO DAS COMPETÊNCIAS ATLÉTICAS.....	15
DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS PARA O JOGO.....	17
COMPONENTES DE DESENVOLVIMENTO DA GESTÃO.....	21
CAMINHO DE DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS NO RUGBY (CDA-CBRU).....	31
ROTA DE APRENDIZAGEM DO/A ATLETA DE RUGBY.....	31
TUPIS E YARAS – O MODELO DE ATLETA DE RUGBY.....	34
JOGAR PARA APRENDER: O JOGO COMO AMBIENTE DE APRENDIZAGEM.....	36
O PAPEL DE TREINADORAS E TREINADORES DE RUGBY.....	37
O AMBIENTE DE COMPETIÇÃO.....	40
INSERÇÃO DE MENINAS E MULHERES NO RUGBY.....	49
ETAPAS DO CAMINHO DE DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS .....	55
EXPERIMENTAR E BRINCAR.....	56
BRINCAR E APRENDER.....	58
APRENDER E TREINAR.....	60
TREINAR E COMPETIR.....	62
COMPETIR E VENCER.....	66
VENCER E INSPIRAR.....	69
INSPIRAR E REINVENTAR-SE.....	71
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	73
BIBLIOGRAFIA.....	74



APOIO



#### FICHA TÉCNICA

##### AUTORES:

Ademir Felipe Schultz de Arruda  
Bruno Pasquarelli  
Gabriel Colini Cenamo  
Julio César Carmo Faria dos Santos  
Rachel Macedo  
Yura Yuka Sato dos Santos

##### PARCERIA:

Área de Planejamento Esportivo

##### MENTORIA DE:

Michel Milistetd  
Vinicius Zeilmann Brasil

# Apresentação



Sejam bem-vindos e bem-vindas ao MODELO DE DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS DE RUGBY NO BRASIL da Confederação Brasileira de Rugby (CBRu) em parceria com o Comitê Olímpico do Brasil (COB).

Este documento tem o objetivo de apresentar diretrizes para o desenvolvimento de atletas e de entidades esportivas, baseadas em referências científicas e tendências do Brasil e do mundo, em busca de promover o Rugby em diferentes contextos esportivos e direcionar o caminho de atletas na modalidade, desde sua entrada até o pós-carreira.

Inicialmente, apresentamos o Capítulo 1 - Contextualização da CBRu e do Rugby no Brasil, no qual será apresentado o papel e as ações da CBRu e apontamos características e desafios da modalidade na atualidade.

Em seguida, no Capítulo 2 - Desenvolvimento de Atletas em Longo Prazo (DALP), discutirá o desenvolvimento de componentes pessoais e esportivos da PESSOA-ATLETA-JOGADOR/A, sob uma perspectiva holística e multifatorial. Nesse sentido, olhamos tanto para o/a atleta em formação que poderá seguir o caminho do alto rendimento, retirar-se do esporte profissional e torna-se então um/a veterano/a na modalidade, bem como para o/a atleta amador/a, que poderá seguir engajado/a no Rugby no caminho da participação.

Por fim, Capítulo 3 - Caminho de Desenvolvimento do/a Atleta (CDA), discorrerá sobre diretrizes para a jornada de aprendizagem no Rugby até o alto rendimento, considerando as etapas descritas no MODELO DE DESENVOLVIMENTO ESPORTIVO DO COB : Experimentar e Brincar; Brincar e Aprender; Aprender e Treinar; Treinar e Competir; Competir e Vencer; Vencer e Inspirar; Inspirar e Reinventar-se. Nesse capítulo, será apontado para cada etapa: 1) as características gerais; 2) os objetivos; 3) a aprendizagem do jogo; 4) os conteúdos de jogo a serem enfatizados na etapa; e 5) boas práticas de gestão.

Esperamos que este documento oriente a prática do Rugby no Brasil e inspire diferentes atores/as, como treinadores e treinadoras, gestores e gestoras, na promoção de ações para o desenvolvimento da modalidade. Ao longo e ao final do texto, vocês podem encontrar as referências bibliográficas que utilizamos na elaboração deste documento.

**Boa leitura!**

<sup>1</sup> O Modelo de Desenvolvimento Esportivo do COB pode ser acessado gratuitamente no link: <https://www.cob.org.br/pt/cob/time-brasil/modelo-desenvolvimento-esportivo>



# Definição de termos

## **MODELO DE DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS DE RUGBY NO BRASIL**

Proposta da CBRu para o desenvolvimento de atletas em longo prazo, considerando os diferentes agentes do ambiente de fomento e organização do Rugby.

## **DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS EM LONGO PRAZO (DALP)**

Processo de desenvolvimento dos aspectos pessoais e esportivos da pessoa-atleta-jogador/a, considerando as diferentes vias de entrada e permanência na modalidade, nos diferentes contextos de manifestação da prática do Rugby.

## **CAMINHO DE DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS (CDA):**

Diretrizes para a formação de atletas visando o alto rendimento no Rugby, desde as etapas iniciais até o pós-carreira.

# O Rugby no Brasil

*Sabemos que todo esporte é importante para cultura de movimento da humanidade. Em particular o Rugby, por ser um dos esportes mais praticados no mundo tem contribuído muito para o desenvolvimento esportivo e humano de cidadãos e cidadãs espalhados por todo o planeta. A Copa do Mundo de Rugby é o terceiro torneio mais visto do mundo, logo atrás dos Jogos Olímpicos e da Copa do Mundo de Futebol. Sendo assim, a Confederação Brasileira de Rugby (CBRu) sabe da grandeza do Rugby e de toda a responsabilidade de fomentar este valioso esporte no Brasil.*

*Acreditamos que por meio deste documento a CBRu pode dar um grande passo para aproximar a comunidade do Rugby das diretrizes que norteiam o desenvolvimento humano e esportivo de atletas, bem como apontar caminhos do desenvolvimento do Rugby como um todo, incluindo praticantes recreativos, veteranos, treinadoras(es), árbitros, clubes e federações.*

*Sabemos que este documento é um marco para o desenvolvimento do Rugby no Brasil,*

*no qual abrangemos considerações sobre a visão em longo prazo do Caminho de Desenvolvimento de Atleta (CDA) e também, sobre estratégias de gestão esportiva que ajudam a fomentar e organizar o Rugby no nosso país.*

*Estamos em busca de tornar o Rugby brasileiro uma potência internacional e um dos principais esportes do Brasil até 2030. Queremos transformar pessoas por meio do Rugby, desenvolver nossos Tupis e Yaras para que sejam exemplos de atletas e de pessoas para compor a comunidade do Rugby e nossa sociedade. Vamos levar este esporte a milhões de brasileiras e brasileiros, para que possam jogar, competir, assistir e viver conectados aos valores do Rugby.*

*O propósito da CBRu com o Modelo de Desenvolvimento de Atletas de Rugby no Brasil é promover o desenvolvimento da modalidade no país, com base em nossa missão, visão e valores (Quadro 1), os quais vamos descrever a seguir e discutir ao longo de todo este documento.*

Quadro 1: Missão, visão e valores da CBRu.



## Missão

Promover o desenvolvimento da cidadania por meio da prática do Rugby e da partilha dos seus valores fundamentais



## Visão

Tornar-se uma potência internacional e um dos principais esportes do Brasil até 2030, prezando e transmitindo os valores do Rugby

# Valores

## Disciplina

Disciplina é uma parte integrante do jogo, tanto dentro como fora de campo, sendo refletida através do cumprimento das Leis, regulamentos e valores centrais do Rugby

## Respeito

Respeito pelos seus companheiros, oponentes, oficiais de partida e todos os envolvidos no jogo é fundamental

## Integridade

Integridade é fundamental para a trama do jogo e é gerado através da honestidade e jogo justo

## Paixão

Rugby têm um entusiasmo apaixonado pelo jogo. Rugby gera excitação, apego emocional e o sentimento de se pertencer à família global do Rugby

## Solidariedade

Rugby promove um espírito unificador que perdura por toda vida, camaradagem, trabalho em equipe e lealdade que transcendem culturas, origens, política e diferenças religiosas



A CBRu reconhece seu papel e responsabilidade de fomentar o Rugby e ajudar a desenvolver as organizações esportivas, as/os profissionais e atletas. Destacamos abaixo algumas das missões da CBRu para o desenvolvimento do Rugby:

Ser um agente central na proposição de diretrizes que orientam ações das organizações responsáveis pelo desenvolvimento de atletas, como federações, clubes, projetos sociais, escolas de esporte e escolas do ensino formal.

Ser atuante e influente junto as demais organizações, para a consolidação da cultura esportiva em paralelo ao interesse e ao incremento do esporte de rendimento.

Conhecer e acompanhar suas/seus atletas, verificando necessidades e contribuindo na implementação de soluções pontuais e programas em longo prazo, através de mecanismos de monitoramento e avaliação de quem, onde, como e com qual qualidade se pratica o Rugby no Brasil.

Manter-se em constante evolução e sistematicamente em contato com outras confederações e com o Comitê Olímpico do Brasil (COB) para o levantamento de necessidades e implementação de inovações científicas, tecnológicas e metodológicas.



**Sabendo das nossas responsabilidades, temos também alguns desafios e barreiras a superar. Vamos sugerir ao longo deste documento formas de enfrentá-los por meio de iniciativas e processos de mudanças de gestão. Algumas destas iniciativas estão relacionadas à expansão do Rugby, adequação das competições das categorias menores de 14 anos, integração da comunidade de praticantes de Rugby e direcionamento do processo de treinamento em longo prazo.**

1. A falta de praticantes devido ao crescimento e desenvolvimento recente da modalidade no Brasil. Início pouco proporcionado na infância, pois o país culturalmente tem outros tipos de jogos e brincadeiras populares de bola com as mãos e os pés.
2. Poucas escolas de esporte e conteúdo do Rugby sendo iniciado na escola.
3. Atletas possuem um início tardio na modalidade.
4. Atletas de outras modalidades começam a migrar para o Rugby e não passam pelas etapas iniciais.
5. Existem poucas/os atletas em desenvolvimento, comparado à proporção de praticantes.
6. Poucos centros de desenvolvimento para absorver atletas pelo Brasil
7. Competições concentram-se onde existem mais clubes. E existem mais clubes em áreas ainda restritas.
8. Falta um planejamento sistematizado da carreira de atleta para cuidar e aproveitar os conhecimentos e experiências das/os atletas veteranas/os.

Frente a estes desafios, o documento que apresentamos é uma ação de mudança baseada em estudos dos modelos internacionais de desenvolvimento de atletas em longo prazo, com adequações feitas pela CBRu para contexto brasileiro, que visam:

- » Expandir o número de praticantes da modalidade;
- » Criar ambientes de ensino favoráveis para a aprendizagem do Rugby;
- » Fortalecer a conexão das pessoas com a modalidade e criar comunidades do Rugby no esporte infantil;
- » O desenvolvimento de atletas, de alto rendimento e de veteranas/os;
- » Estabelecer uma cultura sólida pautada nos valores do Rugby.

Após anos de investimento e qualificação da gestão e do processo desenvolvimento esportivo da CBRu, este documento se faz importante e necessário para continuar a construir o DALP e o CDA de forma orientada, sistemática e planejada. A seguir explicamos como pensamos o desenvolvimento de atletas em longo prazo (DALP) de Rugby no Brasil.

# Desenvolvimento de Atletas em Longo Prazo (DALP-CBRu)

O propósito do DALP da CBRu é indicar diretrizes para o desenvolvimento da Pessoa-Atleta-Jogador/a. Acreditamos que pensar na pessoa e no/a atleta-jogador/a, é o que garantirá, em cada ambiente onde se joga Rugby, o desenvolvimento integral e multifatorial da pessoa por meio do esporte. Consequentemente, a organização do esporte voltado à pessoa-atleta-jogador passa a melhorar cada vez maior o Rugby como um todo.

Tendo como referência o Modelo de Desenvolvimento Esportivo do Comitê Olímpico do Brasil, na CBRu entendemos o DALP como um fenômeno multifatorial, que deve ser olhado de uma forma holística. Essa visão sistêmica parte de uma perspectiva bioecológica, que considera as mudanças biopsicológicas da pessoa/atleta, a partir da interrelação entre os elementos envolvidos no sistema (pessoa, processo, contexto, tempo). Ao longo do tempo, tanto a pessoa influencia o contexto/ambiente, quanto o contexto/ambiente influencia a pessoa. Desta forma, o engajamento na atividade esportiva, a qualidade das relações e as características do contexto influenciam os tipos de experiências da pessoa no Rugby.

Para promover o engajamento na prática do Rugby, dado que é um esporte coletivo, torna-se importante que as atividades priorizem a interação e que sejam adequadas a cada etapa do desenvolvimento esportivo, buscando desenvolver o prazer e a motivação da pessoa pela prática. Nas etapas iniciais, experimentar, brincar e aprender de forma ampla e diversificada é fundamental para a formação esportiva geral. Progredindo no Rugby, aprender, treinar e competir, seja no âmbito da participação ou do desempenho, são importantes para a formação esportiva específica. Competir e vencer se tornam perspectivas para a continuidade do atleta no caminho do desempenho esportivo. E para valorizar ainda mais seu engajamento neste caminho, não só buscar vencer, como inspirar outras pessoas a também se engajarem no Rugby, devem ser premissas daqueles(as) que traçaram uma

longa trajetória esportiva. Por fim, para seguir engajado/a no Rugby para além do papel de atleta, as pessoas poderão seguir sua trajetória se reinventado em outros papéis, como treinadores(as), patrocinadores(as), gestores(as), entre outros.

A qualidade das relações pode influenciar na inserção e permanência das pessoas no Rugby, portanto, no engajamento ao longo do tempo. Os familiares são os principais agentes nas etapas iniciais, pois, geralmente, são responsáveis pelo primeiro contato da criança com o esporte e exercem uma influência interpessoal importante, em termos de apoio e incentivo na permanência, que pode perdurar por toda a vida. Seguindo no Rugby, os/as professores(as) e treinadores(as) se tornam grandes influenciadores, por sistematizarem e conduzirem os processos de ensino-treino, e estabelecerem relações interpessoais. As relações positivas com os/as companheiros/as e colegas de equipe, tornam-se primordiais, dado que estabelecer vínculos de amizade pode contribuir na adaptação de atletas às adversidades e apoio emocional para superar as dificuldades ao longo do processo de desenvolvimento esportivo.

Por fim, as características do contexto devem propiciar um cenário apropriado ao desenvolvimento esportivo em longo prazo, em termos de acesso, oportunidades e recursos para as pessoas. Os ambientes formais, como as escolas, os clubes, as associações e organizações não governamentais, assim como, os ambientes informais, como as ruas e outros espaços públicos, são os locais onde ocorrem as práticas e as práticas, portanto, essenciais na promoção do Rugby. Em se tratando dos ambientes formais, é necessário que o acesso seja facilitado para a inserção das pessoas, um dos grandes desafios que vemos na nossa modalidade. Veja no capítulo sobre “COMPONENTES DE DESENVOLVIMENTO DE GESTÃO”, ações de boas práticas que podem contribuir com esse cenário.

Diante do exposto, vimos que o desenvolvimento de atletas

em longo prazo é complexo e dinâmico. Entender os elementos dinâmicos da formação esportiva nas diferentes etapas é primordial para a promoção de um processo positivo, que garanta uma maior participação das pessoas no cenário do Rugby do Brasil, e leve mais crianças e jovens ao Caminho do Desenvolvimento de Atletas (CDA).

A partir deste ponto começa a ficar mais clara a distinção entre DALP e CDA. Entendemos que nem todas as etapas do DALP fazem parte do CDA. Enquanto o DALP se volta para o desenvolvimento holístico da Pessoa-Atleta-Jogador/a em diferentes contextos de prática do Rugby, o CDA visa o caminho de desempenho até o alto rendimento. Entendemos que os praticantes entram no Rugby em momentos diferentes e isso não deve ser uma barreira à progressão na modalidade. Temos muitos casos de atletas brasileiras(os) de Rugby que iniciaram sua carreira tardiamente. Também há casos de atletas que praticaram outra modalidade antes. E em outras

circunstâncias, houve atletas que conheceram a modalidade tardiamente. Ou seja, há muitas formas e momentos de se engajar no Rugby.

À medida que cada etapa progride no caminho do desempenho e competição, as expectativas em termos de tempo de dedicação, intensidade de treinamento e comprometimento fora do campo aumentam no CDA. Reconhecemos que esta jornada de envolvimento não é para todos, por isso, o caminho da participação esportiva também é uma possibilidade em qualquer momento, permitindo um estilo de vida ativo por meio do Rugby. Por outro lado, há pessoas que entram no Rugby tardiamente e podem seguir o caminho de CDA. Por isso, torna-se importante desenvolver possibilidades de transição entre o caminho de participação e o CDA. A Figura 1 mostra as várias possibilidades de entrada e desenvolvimento em longo prazo no Rugby.

FIGURA 1: POSSIBILIDADES DE ENTRADA E PERMANÊNCIA NO RUGBY.



Temos que considerar também a influência e interdependência que a pessoa tem do seu entorno, ou seja, do ambiente social, com a cultura local, bem como das pessoas desse ambiente, como colegas, professores(as), treinadores(as) e pais. Para melhorar o Desenvolvimento de Atletas em Longo Prazo, temos que melhorar a relação da pessoa e seu entorno. O papel de qualquer ambiente esportivo no Rugby deve ser de educar mais pessoas com os valores do Rugby. Por isso, temos a responsabilidade de olhar o desenvolvimento em longo prazo em todas as suas dimensões: da Pessoa, do Esporte e da Gestão e desenvolvê-lo na cultura, na educação, saúde, no lazer e no alto rendimento esportivo. Para compreender como essas diretrizes foram pensadas, vamos sintetizar em alguns pontos a ideia de desenvolvimento de atletas da CBRu, a saber: 1) os componentes do desenvolvimento pessoal; 2) componentes do desenvolvimento esportivo; 3) componentes de desenvolvimento da gestão.

# Componentes do Desenvolvimento Pessoal

A primeira coisa que devemos ter como princípio para o desenvolvimento da pessoa é o respeito pelo seu corpo. O corpo é o sistema vivo que possibilita todas as experiências. Ao mesmo tempo, é frágil e dependente de cuidados para se desenvolver. Por essa razão, o desenvolvimento em longo prazo deve ser metodologicamente pensado para preservar o estado de saúde e desenvolver o potencial esportivo.

Para que mais crianças e jovens possam chegar no CDA, temos que promover um ambiente de aprendizagem que oferece cargas adequadas de treinamento, que respeita o desenvolvimento biológico, participe da construção psicológica das/os atletas de forma positiva, que ajuste o momento do desenvolvimento com as possibilidades de conteúdos, acumulando experiências esportivas de comportamentos saudáveis e habilidades isoladas e para a vida, que visa o desenvolvimento diversificado de infindáveis habilidades e competências de jogo ao mesmo tempo em que busca através do Rugby influenciar na formação da pessoa por meio do Rugby.

Muitos processos estão acontecendo durante o DALP. Podemos citar, por exemplo, o Crescimento e a Maturação, que acontecem simultaneamente e são muito influenciadores do desenvolvimento nas primeiras etapas do DALP.

Estes processos individuais e relacionados ao corpo possuem uma trajetória semelhante entre as pessoas, mas apesar de haver marcos quase universais, a velocidade e intensidade em que cada parâmetro se modifica ao longo do tempo são únicos, são padrões muito individuais, influenciados pelo gene e por mais uma série de interações da pessoa com o ambiente.

Para pensarmos no Desenvolvimento Esportivo temos que ter um ângulo de visão ampliado e centrado principalmente no entendimento da Pessoa como o centro do processo. Esse conhecimento serve de alicerce para que os ambientes

de aprendizagem consigam ser os catalizadores do desenvolvimento do potencial humano e esportivo de cada jogador/a de Rugby.

À medida que uma criança ou jovem começa a experimentar, vivenciar, praticar ou treinar Rugby, uma série de competências são desenvolvidas no seu dia a dia. A priori, podemos pensar nas competências de jogo, que vamos discutir logo em seguida. Porém, os valores do esporte associados aos aspectos psicossociais também devem ser integrados aos treinos e competições, tendo em vista que esses valores potencializados pelo Rugby podem ser mantidos em outros espaços de convívio social como a família, a escola e outros ambientes.

#### Dica de leitura:

**England Development Framework. Disponível em:**

<https://www.englandrugby.com/england/mens-development/development-framework>

No documento do COB "Valores Olímpicos para a Vida", o respeito, a amizade e a excelência são os valores indicados como pilares do Movimento Olímpico, que é uma ação universal que tem a missão de promover a prática esportiva e de disseminar os Valores Olímpicos em todo o mundo. Cada um destes valores envolve habilidades como a tolerância, equidade, solidariedade, amor ao próximo, a conexão, o trabalho em equipe, a disciplina, o caráter, a determinação, a consciência coletiva, entre outros.

A CBRu junto com a World Rugby também tem alguns princípios norteadores. O Quadro 2 mostra o foco principal os valores do Rugby que podem ser potencializados em cada etapa do DALP.

QUADRO 2: VALORES DO RUGBY A SEREM POTENCIALIZADOS EM CADA ETAPA DO DALP

VALORES DO RUGBY	EXPERIMENTAR E BRINCAR	BRINCAR E APRENDER	APRENDER A TREINAR	TREINAR E COMPETIR	COMPETIR E VENCER	VENCER E INSPIRAR	INSPIRAR E REINVENTAR-SE
<b>DISCIPLINA</b>	Cuidar dos materiais e do ambiente	Ser pontual nos treinos e jogos	Ouvir com atenção as instruções do/a treinador/a	Ouvir o que o capitão ou capitã da equipe está dizendo	Dedicar-se para cumprir o plano de trabalho e os objetivos relacionados ao desempenho	Ser capaz de adaptar-se constantemente a mudanças no planejamento dos treinos e aprender novos comportamentos	Seguir praticando Rugby ou outras atividades físicas no contexto de participação esportiva
<b>RESPEITO</b>	Ficar alegre quando um(a) companheiro/a faz um ponto	Levantar um(a) jogador/a que caiu do chão (da equipe ou adversário)	Passar a bola para o menos experiente da equipe sem colocá-lo/a em situações de risco	Cumprimentar a todos/as em cada jogo, inclusive adversários	Reconhecer a importância de todos/as da equipe para o desenvolvimento individual e coletivo	Reconhecer a importância do adversário para o crescimento da própria equipe	Valorizar a própria trajetória e do Rugby, e disseminar o respeito na modalidade
<b>INTEGRIDADE</b>	Pedir desculpas a um/a companheiro se o derrubar/machucar sem intenção	Dizer ao árbitro que cometeu uma falta ou uma violação à regra	Prezar pelo jogo limpo (fair play)	Dizer ao corpo técnico quando está cansado e precisa ser substituído, pensando no desempenho da equipe	Agir com zelo pelo bem estar físico e mental de todos da equipe em treinos e jogos	Não buscar a vitória a qualquer custo, e prezar pelos valores da equipe e do Rugby	Ser exemplo de boas práticas e disseminar o antidoping
<b>PAIXÃO</b>	Usar o uniforme do clube em diversos setores sociais que convive	Conhecer a história do Rugby e da instituição em que joga	Acompanhar as principais ligas e torneios de Rugby e assistir jogos com amigos	Dedicar-se à todas as atividades da equipe	Fazer-se disponível para auxiliar a equipe e a instituição em que joga também em questões extracampo	Ser exemplo e auxiliar os jogadores das categorias de base na instituição em que joga	Disseminar o Rugby a partir de novos papéis: treinador/a, patrocinador/a, gestor/a, entusiasta
<b>SOLIDARIEDADE</b>	Ajudar o/a professor/a ou treinador/a a arrumar os materiais	Confortar e ajudar um/a companheiro/a quando este/a se machucar	Consolar um companheiro que acabou de errar um lance importante no jogo	Ser árbitro voluntário em festivais e torneios de crianças	Disponibilizar-se a ajudar os/as companheiros/as de equipe	Disponibilizar-se a ajudar a comunidade do Rugby para além do campo	Utilizar da sua experiência para auxiliar atletas em atividade e entidades do Rugby
<b>AMIZADE</b>	Cumprimentar todos/as os/as companheiros/as	Convidar os/as companheiros/as para brincar em outros ambientes	Ajudar algum/a companheiro/a em atividades de treino	Conviver com os/as amigos/as em ambientes para além dos treinos e jogos	Disponibilizar-se e convidar os/as companheiros/as a treinar em horários extra treino	Seguir em busca da excelência da equipe, mantendo os vínculos interpessoais	Manter vínculos com os companheiros da carreira
<b>EXCELÊNCIA</b>	Divertir-se e desfrutar das brincadeiras e atividades	Dedicar-se da melhor forma às atividades propostas e aos jogos	Dedicar-se a compreender as atividades de treino e as instruções do/a treinador/a	Ser capaz de se autoavaliar e compreender suas competências de jogo a serem melhoradas para conseguir elevar seu nível e contribuir mais com a equipe	Ser capaz de contribuir com a melhoria no desempenho (físico e mental) dos seus companheiros de equipe	Manter a excelência e compartilhar conhecimento e experiências com a comunidade do Rugby	Seguir se desenvolvendo de diferentes formas e auxiliar jogadores/as em atuação a se desenvolverem continuamente

Tendo em vista que o processo de desenvolvimento desses valores acontece de forma não-linear, cada equipe e treinador/a pode ajustar seus focos de desenvolvimento em cada etapa, dependendo das características específicas dos/as participantes. Embora haja essa possibilidade de adequação ao contexto, é essencial que esses elementos sejam explicitamente incorporados ao planejamento de trabalho da equipe, contando com o apoio e responsabilidade de todos/as envolvidos/as.

Agora é com você treinador/a: para desenvolver os valores no ambiente de ensino-treino é possível utilizar de estratégias implícitas e explícitas. Utilizar de estratégias implícitas significa reconhecer e aproveitar as situações que ocorrem no ambiente para promover o aprendizado natural das habilidades psicossociais. Para isso, é preciso que você treinador e treinadora, promova um ambiente de ensino-treino propício a esse aprendizado a partir, por exemplo, de 1) comportamentos exemplares; 2) cultivo de um clima de treino positivo e acolhedor; 3) utilizar de situações que ocorrem no ambiente para promover a conscientização sobre alguma habilidade para a vida; 4) considerar as/os alunas/os e atletas no centro do processo, criando um ambiente

democrático e colaborativo. Já as estratégias explícitas dizem respeito à promoção intencional da aprendizagem, a partir de ações planejadas/sistematizadas, potencializando o desenvolvimento de habilidades psicossociais. Para isso, torna-se importante que treinadores e treinadoras:

1. desenvolva de maneira integrada as habilidades psicossociais e os aspectos tático-técnicos nas sessões de treino;
2. planeje momentos de conversas e discussões sobre as habilidades psicossociais nas sessões de treino;
3. estimule e facilite a transferências das habilidades psicossociais em outros contextos da vida do atleta.

**Dica de leitura:**

MILISTETD, M. et al. Cadernos do Treinador: Desenvolvimento Positivo de Jovens. 1. ed. Florianópolis: Câmara Brasileira do Livro, 2020. v. 1. 68p.

**Disponível em:**

[https://www.researchgate.net/publication/343710395\\_CADERNOS\\_DO\\_TREINADOR\\_-\\_Desenvolvimento\\_Positivo\\_de\\_Jovens](https://www.researchgate.net/publication/343710395_CADERNOS_DO_TREINADOR_-_Desenvolvimento_Positivo_de_Jovens)



# Componentes do Desempenho Esportivo



## Desenvolvimento das Competências Atléticas.

Com relação às competências atléticas, entendemos que elas estão relacionadas a um processo de educação que provém do ambiente esportivo no qual a pessoa está inserida. As competências atléticas são os comportamentos e hábitos de atleta, estão mais relacionados a um estilo de vida, ou melhor, a uma filosofia, que implica em adquirir consciência referente ao treino, e também ao sono, a alimentação, a compreensão do corpo e a saúde holística.

Como mencionado, o que promove oportunidades para que o/a atleta desenvolva suas competências atléticas são as experiências que este/a atleta tem em seus ambientes de treino. Por isso, recomendamos que todas as organizações esportivas que trabalham com o Rugby tenham em pauta conteúdos destinados a educação de atleta.

**Nós da CBRu sugerimos abaixo algumas recomendações para implementar essas importantes componentes no ambiente de treino:**

- Trabalhe com uma equipe multidisciplinar. Caso isso ainda não seja possível, traga profissionais de diferentes áreas para encontros, palestras e workshops, mostre vídeos e incentive bons hábitos de vida relacionados ao cuidado holístico e interdisciplinar do corpo;
- Mostre exemplos de atletas, de preferências Tupis e Yaras, mostrando suas rotinas e cuidados que tem com o seu desenvolvimento atlético para ser atleta de Rugby;
- Realize avaliações periódicas e acompanhe o desenvolvimento atlético de suas/seus atletas, no que diz respeito às capacidades biomotoras. Nós da CBRu temos um manual de testes físicos que você poderá aplicar e seguir. Para saber mais acesse o link: <https://www.brasilRugby.com.br/wp-content/uploads/2020/04/Manual-De-Testes-Brasil-Rugby-compactado.pdf> ou utilize o QR Code abaixo;



- Conscientize e sensibilize suas/seus atletas da importância de proteger a saúde e o cultivar o esporte limpo. Você pode abordar os conceitos de doping e sua história no esporte, o papel da Agência Mundial Antidoping (WADA), mostrar a lista de substâncias e métodos que as/os atletas não podem usar ou se submeter e conscientizar das consequências sociais e de saúde causadas pela violação das regras antidoping. Para saber mais, acesse o material da WADA: [https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/prohibited\\_list\\_2021\\_portuguese\\_0.pdf](https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/prohibited_list_2021_portuguese_0.pdf)



- Tenha um programa de prevenção de lesões dentro da sua organização esportiva. É fundamental que estes programas de treino façam parte da rotina das(os) jogadoras(es) que estão no CDA. Você pode se basear no programa de prevenção de lesões da World Rugby: <https://passport.world.Rugby/pt-br/prevencao-de-lesoes-e-gestao-de-riscos/activate-programa-de-exercicios-de-prevencao-de-lesoes/>



- Diversifique os métodos de treinamento. Procure oferecer programas de treinamento para o desempenho esportivo de atletas de Rugby. O trabalho dos componentes fisiológicos requer tempo de dedicação e disciplina, e a melhor forma de educar um(a) atleta de Rugby é oferecendo uma consciência sobre a importância dos treinamentos dentro e fora de campo. Fique por dentro de algumas práticas de treinamento (<https://passport.world.Rugby/pt-br/treinamento/>) e de condicionamento físico (<https://passport.world.Rugby/pt-br/condicionamento-para-o-Rugby/>) sugeridas pela World Rugby.



**PRÁTICAS DE  
TREINAMENTO**



**CONDICIONAMENTO  
FÍSICO**



# Desenvolvimento de Competências para o Jogo



## Conhecendo o Rugby

### Lógica do Jogo de Rugby

O jogo de Rugby é um duelo coletivo onde as equipes alternam os momentos com posse da bola e dependem dela para avançar no campo do oponente para marcar pontos. O tempo de posse da bola de uma equipe é livre, dura até ela marcar um ponto, cometer uma penalidade prevista na regra ou quando perde a posse para a equipe oponente. O jogo de Rugby é de conquista de território e de impedir o avanço do adversário, assim é que acontece a disputa por espaço, no qual a zona da bola é o centro de maior combate do jogo.

Outros dois espaços norteiam o comportamento das/os jogadoras/es: as zonas de pontuação, depois da linha de try e por entre os postes. A lógica do jogo de Rugby é levar a bola após a linha de fundo do campo adversário, ou realizar um chute de conversão de try (acertar entre os postes o chute com a bola parada no chão após a marcação de um try), chute de bate-pronto (acertar entre os postes um chute de bate pronto a partir da bola nas mãos) e conversão de penal conversão ou através do chute da bola por entre os postes

A partir de um plano de jogo (estratégia), os/as jogadores(as) devem lidar com a imprevisibilidade para tomar decisões frente aos problemas que emergem (tática), e executar ações eficazes para resolvê-los (técnica).

A lógica do jogo de Rugby emana da interação entre os referenciais estruturais (bola, companheiros, adversários, espaço de jogo, regras e alvo) e funcionais do jogo (princípios operacionais e regras de ação).

Os referenciais estruturais constituem a “estrutura” dos jogos, sendo que no Rugby são:

1. a bola
2. o espaço de jogo
3. as regras
4. uma área a atacar e outra a defender (área de validação/in-goal)
5. os/as companheiros/as de equipe e adversários/as (Figura 2).

FIGURA 2: REFERENCIAIS ESTRUTURAIS DO JOGO DE RUGBY.



Os referenciais funcionais determinam a dinâmica do jogo, ou seja, a “funcionalidade”, que podem ser sintetizados em princípios gerais de jogo. Você sabe quais são os princípios dos jogos de Rugby? Veja no Quadro 3 o que a CBRu pensa sobre os princípios do jogo tendo como base a World Rugby. Ainda, há situações que são prováveis de acontecer em função de um evento anterior, seguindo a lógica do jogo e os princípios do Rugby, e podem ser treinadas antecipadamente. Essas situações são compreendidas como componentes do jogo.

QUADRO 3: PRINCÍPIOS DE ATAQUE E DE DEFESA, E COMPONENTES DO JOGO DE RUGBY.

PRINCÍPIOS GERAIS DE ATAQUE	COMPONENTE DO JOGO	PRINCÍPIOS GERAIS DE DEFESA
Ganhar a posse da bola	Scrum Lateral Início e reinício de jogo	Contestar a posse da bola
Avançar no espaço com a bola	Ataque no jogo aberto Defesa no jogo aberto	Avançar no espaço para impedir a progressão adversária
Apoiar	Formação de ataque Formação de defesa	Apoiar
Manter continuidade	Breakdown	Pressionar para contestar a posse de bola
Pontuar		Recuperar a posse de bola
Aplicar pressão	Transição	Contra-atacar

FONTE: ADAPTADO DE WORLD RUGBY (2019).

Embora exista certa previsibilidade em função dos referenciais supracitados, a interação entre elas configura uma lógica imprevisível (as decisões de cada jogador/a, as decisões da equipe, o contexto específico de cada jogo, entre outros), tornando o jogo um sistema complexo. Esse sistema se adapta constantemente às emergências que ocorrem no jogo, advindos, entre outros fatores, da interação entre os(a) jogadores(as) com autonomia para tomar decisões o tempo todo. Esta propriedade faz com que seja um grande problema encaixar padrões de movimento muito fechados, sem flexibilidade e descontextualizados. Dessa forma, a complexidade e imprevisibilidade representam um fator crucial a ser considerado no planejamento de processos de ensino-treino do Rugby, visto que jogadores(as) proficientes taticamente serão aqueles capazes de tomar boas decisões e executá-las frente aos problemas do jogo.

A partir das tomadas de decisão se expressam as técnicas do Rugby. As técnicas não são um conjunto isolado de habilidades. Pelo contrário: as técnicas são a expressão das tomadas de decisão de jogadores(as) a partir dos princípios táticos de jogo. Por exemplo: para cumprir o princípio de "recuperar a posse de bola", pode-se realizar um "tackle". Para "somar pontos", uma das possibilidades é o "chute de conversão". Portanto, as tomadas de decisão acontecem no plano tático do jogo, quando atacantes e defensores se desafiam dentro do espaço e diante das regras do jogo para tentar obter vantagem e ganhar mais pontos. Pensando nisso, as técnicas sempre estarão atreladas à tática. Veja no Quadro 4 as técnicas e as habilidades requeridas para executá-las de forma eficaz.

QUADRO 4: TÉCNICAS DO RUGBY E AS HABILIDADES REQUERIDAS PARA EXECUTÁ-LAS NO JOGO.

TÉCNICA	HABILIDADES REQUERIDAS
Carregar a bola	Manter a bola viva com a capacidade de superar os defensores de diferentes maneiras: trabalho de pés, desviar e defender-se, contato, correr em torno da oposição
Passar	Passar a bola aos companheiros/as nos espaços vazios de diferentes maneiras
Pegar a bola	Capacidade de adaptar e ajustar as mãos e o corpo para receber a bola
Chutar	Capacidade de usar uma variedade de métodos para explorar espaço, território e ganhar pontos
Apoiar	Capacidade de antecipar e reagir a ações de portadores e não portadores de bola. Escolha o suporte mais eficaz e comunique-se de forma eficaz
Espaçar	Identificar, criar e mover-se para o espaço à medida que o jogo muda à sua frente
Tackle	Capacidade de selecionar o método mais eficaz e seguro para parar um(a) portador da bola: agarrar e levá-lo/a ao solo
Pós-tackle	Capacidade de manter a posse de bola e manter a bola viva da maneira mais eficaz no ataque. Na defesa, capacidade de retardar ou roubar a bola.
Limpar	Capacidade de identificar e remover jogadores do breakdown da forma mais rápida e eficaz possível
Ruck	Contestar para desacelerar ou recuperar a bola
Receber o chute	Capacidade de recuperar o chute em uma variedade de posições no ataque e na defesa

Há ainda posições a serem ocupadas no campo no Rugby XV, que são divididas em duas categorias conforme descrito no Quadro 5.

#### Dica de leitura:

Passaporte World Rugby.

Disponível em:

<https://passport.world.Rugby/pt-br/prevencao-de-lesoes-e-gestao-de-riscos/Rugby-ready/prefacio/>

QUADRO 5: POSIÇÕES DOS/AS JOGADORES/AS NO RUGBY XV.

FORWARDS	BACKS
<p>PILAR ESQUERDO (CAMISA 1) E PILAR DIREITO (CAMISA 3) Jogadores(as) da linha de frente do scrum, que buscam garantir a posse de bola, dando suporte para o Hooker puxar a bola e também no lateral, para os/as Segundas Linhas.</p>	<p>SCRUM HALF (CAMISA 9) Jogadores(as) que irão junto ao Abertura organizar o jogo. São responsáveis por retirar a bola dos rucks e dos scrums. Também possuem função importante de chutar em situações de pressão do adversário.</p>
<p>HOOKER (CAMISA 2)  Faz parte da linha de frente do scrum, mas irá puxar a bola com o pé após o início. No lateral ele/a é quem joga a bola para a disputa.</p>	<p>ABERTURA (CAMISA 10)  É responsável por organizar o jogo e, geralmente, realiza a maior quantidade de pontos de um time nos chutes e conversões.</p>
<p>SEGUNDA LINHA (CAMISAS 4 E 5) Os/as segunda linha são extremamente importantes, pois no scrum, possuem a missão do “empurrão” e no lateral são responsáveis por pegar a bola em cima, sendo levantados pelos Pilares.</p>	<p>PONTAS (CAMISAS 11 E 14) São grandes finalizadores(as) de jogadas do time, responsáveis pela maior quantidade de try. Suas principais características são sua velocidade e força para conseguir quebrar os tackles.</p>
<p>ASAS (CAMISAS 6 E 7) São responsáveis por proteger o time e certamente desempenham uma maior quantidade de tackles durante o jogo. Também podem fazer parte da linha numa tentativa de ataque e pular no lateral.</p>	<p>CENTROS (CAMISAS 12 E 13) São jogadores(as) velozes como os/as Pontas, mas normalmente possuem mais força, pois exercem a função de “furar” as linhas adversárias.</p>
<p>OITAVO (CAMISA 8) É muito semelhante aos(as) Asas, mas é ele/a que deve pegar as bolas que os/as jogadores(as) de segunda linha não conseguiram pegar. No scrum é o responsável por retirar a bola iniciar a jogada.</p>	<p>FULLBACK (CAMISA 15) Jogadores(as) velozes e fortes para finalizar e fazer tries, quebrando tackles. Na defesa é o/a último/a jogador/a do campo, por isso deve desempenhar tackles para evitar os tries do adversário.</p>

No Rugby Sevens, são sete jogadores(as) em campo em vez de 15. Os/as forwards são os/as Pilares e o/a Hooker. Os/as Backs são o/a Scrum half, Abertura, Centro e Fullback.

Todos/as os/as jogadores/as, independentemente da posição, devem saber exercer os princípios de jogo (veja Quadro 3). Entretanto, podemos elencar ações tático-técnicas à determinadas posições, em consideração às suas principais funções no jogo de Rugby.

É importante que os ambientes de ensino-treino sejam planejados para desenvolver jogadores(as) versáteis, capazes

de superar todas as eventualidades dos jogos de Rugby e do ambiente competitivo.

Não existe uma “maneira certa” de treinar ou jogar. Os princípios do jogo são uma referência, e por isso encorajamos que as comissões técnicas explorem e discutam a implementação dos princípios do jogo para cada jogador, equipe e ambiente, considerando suas concepções estratégicas particulares. Ou seja, cada equipe deverá desenvolver seu próprio Modelo de Jogo.

## Componentes de Desenvolvimento da Gestão

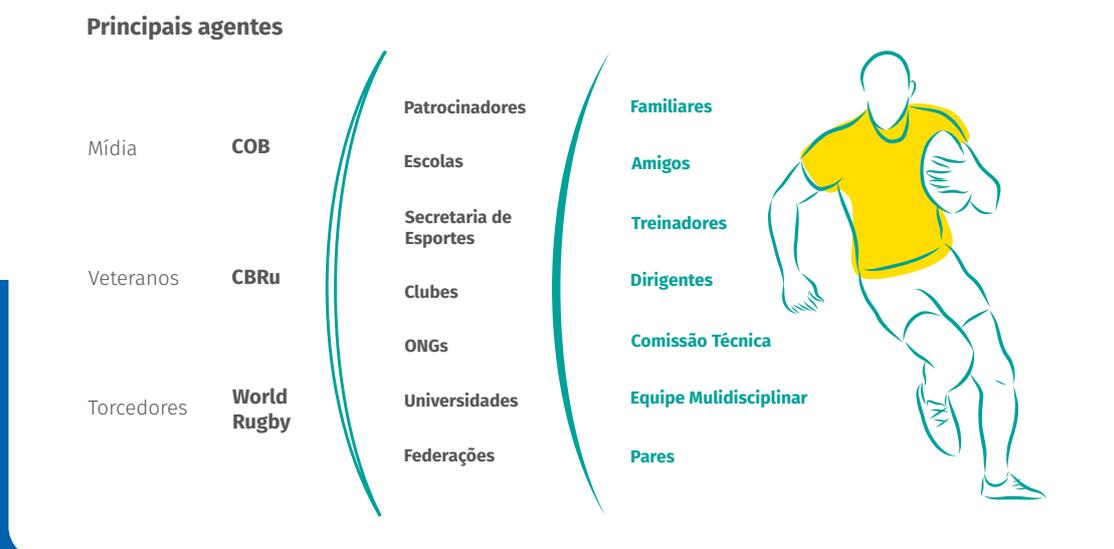
### Os principais agentes do Rugby

Como já mencionamos, o ambiente é influenciado por diferentes agentes e os agentes também sofrem influência do ambiente. Nesse sentido, é importante conhecer os principais agentes atuantes e influenciadores na promoção do Rugby, descritos na Figura 2.

#### Dica de leitura:

Rigon, T. A., Nogueira, F. F., Rossi Talarico, L., Drezner, R., Novaes, R. B., & Dantas, L. E. P. B. T. (2022). MODELO DE JOGO, ESTRATÉGIA DE JOGO, ESTILO DE JOGO E TÁTICA DE JOGO: CONCEPÇÕES ÚTEIS PARA COMPREENDER O CONTEXTO DO JOGO ESPORTIVO. *Corpoconsciência*, 26(2), 216-235. <https://doi.org/10.51283/rc.v26i2.14102>

FIGURA 2: PRINCIPAIS AGENTES NA PROMOÇÃO DO RUGBY.



# A Gestão na Confederação Brasileira de Rugby



A CBRu promove o desenvolvimento sustentável do Rugby, com foco no longo prazo, trabalhando junto dos clubes pelo apoio às categorias de base, formação de profissionais do esporte e disseminação de boas práticas de gestão.

Contamos com uma equipe de profissionais experientes e estrutura adequada e dedicada, sendo a responsável pelo Alto Rendimento, Torneios e Eventos, Desenvolvimento e Disseminação do Rugby no Brasil. Por meio de diversos programas e ações, listados no Quadro 6, é possível constatar a abrangência de atuação das ações da CBRu.

QUADRO 6: PROGRAMAS E AÇÕES PROMOVIDOS PELA CBRU.

ETAPAS	PROJETOS / PROGRAMAS / AÇÕES	OBJETIVOS E ESTRATÉGIAS	RESPONSÁVEIS
EXPERIMENTAR E BRINCAR (ATÉ 8 ANOS)	Clínicas - teórica, prática e visual	Conceito, estímulo e ações pró Rugby	Clubes ONGs
	Colônias de férias	Promover o Rugby junto ao público infantil e suas famílias [BNCC]	Clubes
	Capacitação geral agentes do Rugby	Professores escolares: como ensinar o Rugby para experimentar e brincar [já inserido no BNCC]	CBRu
	Capacitação geral agentes do Rugby	Família: o que é o Rugby?	CBRu
BRINCAR E APRENDER (6 A 12 ANOS)	Festivais escolares	Mini campeonatos sem contagem de pontos com o objetivo de estimular a prática de Rugby e suas leis.	Escolas
	Festivais entre clubes	Mini campeonatos com contagem de pontos com o objetivo de estimular a prática de jogos	Clubes
	Clínicas - teórica, prática e visual	Conceito, estímulo e ações pró Rugby	Secretarias do esporte
	Colônias de férias	Promover o Rugby junto ao público infantil e suas famílias [BNCC]	Federações
	Capacitação geral agentes do Rugby	Professores escolares: como ensinar o Rugby para experimentar e brincar [já inserido no BNCC]	Clubes (organizam)
	Capacitação geral agentes do Rugby	Família: o que é o Rugby? Por que Rugby?	Clubes
	Treinos em clubes	Promover e estimular a prática de Rugby	ONGs
	Dia de Clube/Rugby	Pedagogia do exemplo	Clubes
APRENDER A TREINAR (12 A 14 ANOS)	Festivais escolares	Minicampeonatos sem contagem de pontos com o objetivo de estimular a prática de Rugby e suas leis.	Escolas Clubes Secretarias do esporte
	Festivais entre clubes	Minicampeonatos com contagem de pontos com o objetivo de estimular a prática de jogos	Federações Clubes (organizam)
	Clínicas - teórica, prática e visual	Conceito, estímulo e ações pró Rugby	Clubes ONGs
	Colônias de férias	Promover o Rugby junto ao público infantil e suas famílias [BNCC]	Clubes
	Capacitação geral agentes do Rugby	Professores escolares: como ensinar o Rugby para experimentar e brincar [já inserido no BNCC]	CBRu
	Capacitação geral agentes do Rugby	Treinadores, árbitros, preparadores físicos	CBRu
	Treinos em clubes	Promover e estimular a prática de Rugby	Clubes
	Competições regionais	Integrar as/os atletas com as/os de outras cidades para a sistematização da prática do Rugby	Clubes
	Amistosos / Jogo amigo	Estimular treinos e promover ambiente de jogos	Clubes
	Dia de Clube/Rugby	Pedagogia do exemplo	Clubes
	Projetos Sociais	Promoção e fomento do esporte com reforço dos valores do Rugby	CBRu ONGs

ETAPAS	PROJETOS / PROGRAMAS / AÇÕES	OBJETIVOS E ESTRATÉGIAS	RESPONSÁVEIS
TREINAR E COMPETIR (16 a18 ANOS)	RADAR- identificação de talentos (externo)	Identificação de talento brasileiros de Rugby dentro e fora do Brasil	CBRu
	SIFT - evento de identificação (interno)	Sistema de Identificação e Formação de Talentos - eventos de identificação	CBRu
	SIFT - núcleos de monitoramento	Sistema de Identificação e Formação de Talentos -monitoramento	CBRu
	SIFT - centros de alto rendimento	Sistema de Identificação e Formação de Talentos -centros de alto rendimento (atletas de NAR: núcleo de alto rendimento)	CBRu
	Intercâmbios (bolsa ME)	Fomentar a troca e estimular a prática como atividade principal	CBRu
	Seleções nacionais de base	Conformação de jogadores de base para compor a Seleção Brasileira Principal	CBRu
	Programa de transferência de modalidade	Busca de atletas de outras modalidades com foco específico para compor times de Rugby	CBRu
	Festivais entre clubes	Mini campeonatos com contagem de pontos com o objetivo de estimular a prática de jogos	Federações Clubes
	Clínicas - teórica, prática e visual	Conceito, estímulo e ações pró Rugby	Clubes
	Capacitação geral agentes do Rugby	Treinadores, árbitros, preparadores físicos	CBRu
	Treinos em clubes	Promover e estimular a prática de Rugby	Clubes
	Competições regionais	Integrar as/os atletas com as/os de outras cidades para a sistematização da prática do Rugby	Federações
	Competições seleções regionais	Integrar as/os atletas com as/os de outras cidades para a sistematização da prática do Rugby	Federações
	Competições nacionais	Integrar as/os atletas com as/os de outros estados para a sistematização da prática do Rugby	CBRu
	Competições internacionais	Integrar as/os atletas com as/os de outros países a fim de desenvolver e praticar o Rugby, além de obter classificações em rankings específicos.	World Rugby
	Amistosos	Estimular treinos e promover ambiente de jogos	Clubes
	Dia de Clube/Rugby	Pedagogia do exemplo	Clubes
	Projetos Sociais	Promoção e fomento do esporte com reforço dos valores do Rugby	CBRu ONGs
COMPETIR E VENCER (20 a 22 ANOS)	RADAR- identificação de talentos (externo)	Identificação de talento brasileiros de Rugby dentro e fora do Brasil	CBRu
	SIFT - evento de identificação (interno)	Sistema de Identificação e Formação de Talentos - eventos de identificação	CBRu
	SIFT - núcleos de monitoramento	Sistema de Identificação e Formação de Talentos -monitoramento	CBRu
	SIFT - centros de alto rendimento	Sistema de Identificação e Formação de Talentos -centros de alto rendimento (atletas de NAR: núcleo de alto rendimento)	CBRu
	Intercâmbios (bolsa ME)	Fomentar a troca e estimular a prática como atividade principal	CBRu
	Seleções nacionais de base	Conformação de jogadores de base para compor a Seleção Brasileira Principal	CBRu
	Programa de transferência de modalidade	Busca de atletas de outras modalidades com foco específico para compor times de Rugby	CBRu
	S A R	Sistema de Alto Rendimento	CBRu
	Competições entre universidades	Minicampeonatos com contagem de pontos com o objetivo de estimular a prática de jogos	Clubes
	Capacitação geral agentes do Rugby	Treinadores, árbitros, preparadores físicos	CBRu
	Treinos em clubes e universidades	Promover e estimular a prática de Rugby	Clubes



COMPETIR E VENCER (20 a 22 ANOS)	Competições regionais	Integrar as/os atletas com as/os de outras cidades para a sistematização da prática do Rugby	Federações
	Competições seleções regionais	Integrar as/os atletas com as/os de outras cidades para a sistematização da prática do Rugby	Federações
	Competições nacionais	Integrar as/os atletas com as/os de outros estados para a sistematização da prática do Rugby	CBRu
	Competições internacionais	Integrar as/os atletas com as/os de outros países a fim de desenvolver e praticar o Rugby, além de obter classificações em rankings específicos	World Rugby
	Amistosos	Estimular treinos e promover ambiente de jogos	Clubes
	Dia de Clube/Rugby	Pedagogia do exemplo	Clubes
VENCER E INSPIRAR (+24 ANOS)	Programa de transferência de modalidade	Busca de atletas de outras modalidades com foco específico para compor times de Rugby	CBRu
	S A R	Sistema de Alto Rendimento	CBRu
	Competições regionais	Integrar as/os atletas com as/os de outras cidades para a sistematização da prática do Rugby	Federações
	Competições seleções regionais	Integrar as/os atletas com as/os de outras cidades para a sistematização da prática do Rugby	Federações
	Competições nacionais	Integrar as/os atletas com as/os de outros estados para a sistematização da prática do Rugby	CBRu
	Competições internacionais	Integrar as/os atletas com as/os de outros países a fim de desenvolver e praticar o Rugby, além de obter classificações em rankings específicos	World Rugby
	Competições entre universidades	Minicampeonatos com contagem de pontos com o objetivo de estimular a prática de jogos	Clubes
	Capacitação geral agentes do Rugby	Treinadores, árbitros, preparadores físicos	CBRu
	Treinos em clubes e universidades	Promover e estimular a prática de Rugby	Clubes
	Seleções nacionais de base	Conformação de jogadores de base para compor a Seleção Brasileira Principal	CBRu
	Amistosos	Estimular treinos e promover ambiente de jogos	Clubes
	Dia de Clube/Rugby	Pedagogia do exemplo	Clubes
INSPIRAR E REINVENTAR-SE	Sistema de bolsas - Cursos Superior	Oferta de Bolsas Universitárias em parceria com universidades	CBRu
	Sistema de bolsas - Cursos de Inglês	Oferta de bolsas de estudo na língua inglesa em parceria com instituições deste fim	CBRu

# A Gestão do Conhecimento na Confederação Brasileira de Rugby

Todas as organizações buscam resultados, isso é um fato, mas nem todas conseguem usar o conhecimento para impulsioná-los. Focar apenas nos resultados pode ser um limitador para evolução das organizações, assim traz Beto do Valle, em seu artigo “Aprendendo com os ciclos do negócio: muito além do foco em resultados”. Ele cita também que aproveitar os conhecimentos gerados envolve identificar os ciclos em paralelo e além da geração de resultados diretos, ou seja, uma busca ativa dos potenciais aprendizados que os conhecimentos geram.

Os principais ciclos de uma organização são: o ciclo estratégico, o ciclo dos projetos e processos, e o ciclo das pessoas. Analisar todo os ciclos e rever formas de atuação ou condução de projetos certamente trará muito conhecimento acumulado à tona, mas ao tratar em primeira estância do ciclo de pessoas, a CBRu já estará no caminho mais acelerado para impulsionar seus resultados. São as pessoas que acumulam aprendizados ao vivenciar os ciclos dos projetos e dos processos, e na grande parte dos casos o conhecimento que se acumula fica limitado ao nível dos indivíduos e segue assim até ele deixar a empresa.

Há uma rotina da criação do conhecimento em confederações esportivas, segundo o Comitê Olímpico Brasileiro definiu em seu documento Modelo de Desenvolvimento Esportivo. Neste ponto ele nos faz refletir o quanto impactante é para uma confederação a perda por aposentadoria de determinado líder ou mesmo o desligamento de um treinador estrangeiro, e o quanto isso pode levar ao enfraquecimento da modalidade e, inclusive, tornar a confederação instável. Por isso, as soluções práticas sistematizadas de gestão do conhecimento se tornam importantes para aplacar esse

processo. Ao focar nas ações voltadas para as pessoas, aceleraremos os resultados.

Considerando o sistema de gestão de conhecimentos nas organizações esportivas relacionadas ao COB, e o que fora exposto até aqui, um diagnóstico do conhecimento foi elaborado para nortear as ações e projetos que a CBRu deve implementar para oferecer cada vez mais um ambiente de desenvolvimento em longo prazo para suas/seus atletas.

Há uma série de práticas com ênfase no ciclo de pessoas que facilitam a extração de conhecimentos tácitos, como o storytelling, a mentoria, o mapa de conhecimentos, entre outras. A adoção dessas práticas viabiliza a implantação de ações estruturadas com o objetivo de desenvolver soluções e compartilhar conhecimentos críticos entre os profissionais e, assim, suportar os demais processos da organização.

A CBRu tem em sua gestão a oportunidade de, com foco no conhecimento, alinhar práticas que permitam a consolidação de suas principais responsabilidades, atuando cada vez mais como agentes centrais na proposição de diretrizes que orientem ações para o desenvolvimento de atletas assim como para a consolidação da cultura esportiva de Rugby.

Assim exposto, uma série de recomendações, tanto específicas quanto mais abrangentes de suporte e sustentação ao ecossistema das/os atletas de Rugby, estão indicadas em cada uma das etapas do desenvolvimento do atleta ao longo prazo. Além disso, há também algumas práticas de gestão do conhecimento mapeadas especificamente para a CBRu, mas que também poderão ser utilizadas por Federações, Clubes e demais agentes de Rugby, são elas:

**AGENTES DO CONHECIMENTO****O QUE É?**

A fim de apoiar os especialistas/profissionais da CBRU quanto às práticas de gestão do conhecimento, indica-se a nomeação de um representante para atuar como coordenador e dinamizador das ações, práticas e projetos com esta finalidade.

**PARA QUÊ?**

Seu papel é organizar as práticas e formas de trabalho de uma área/setor ou mesmo coordenar a aplicação de projetos pilotos de Gestão do Conhecimento

**BASES DE CONHECIMENTOS****O QUE É?**

Repositório ou plataforma digital destinado ao arquivo dos resultados das práticas aplicadas, ou ainda, um hub de informações para o público interno e externo das organizações. Nele também resguardamos as lições aprendidas, boas práticas, planos de tutoria entre outros.

**PARA QUÊ?**

Para guarda e reutilização dos conhecimentos capturados em lições aprendidas, boas práticas, alertas técnicos, ou qualquer outro ativo de conhecimento gerado pelas áreas. Até por exemplo o resultado de um sociograma ou páginas azuis ou amarelas.

**BENCHMARKING****O QUE É?**

É uma experiência que tem como base a aprendizagem por meio da visita e do processo de identificação, compreensão e transferência de boas práticas com outras Confederações.

**PARA QUÊ?**

O objetivo é trazer novas visões, ideias, processos e boas práticas que possam ser implementadas na CBRU, contribuindo para os resultados organizacionais.

**MAPEAMENTO DE PROCESSOS****O QUE É?**

O mapeamento de processo é uma ferramenta gerencial e de comunicação que explicita os processos existentes na organização e identifica possibilidades de melhoria e otimização, trazendo eficiência para o negócio.

**PARA QUÊ?**

O mapeamento de processos pode ser usado para identificar pontos de melhoria na execução das atividades e também no alinhamento com os times sobre a forma de atuação das áreas.

**BOAS PRÁTICAS****O QUE É?**

Boas práticas são práticas que provaram ter valor ou efetividade e que podem ser aplicadas ou adaptadas para outras condições no futuro. São técnicas, métodos ou processos adotados com resultados positivos na CBRU ou em outras organizações do mercado e identificados como a maneira mais eficiente (esforço X resultado) para a realização de uma atividade, processo ou projeto. Para ser considerada uma boa prática, é necessário que já tenha sido aplicada a algum projeto ou processo, tenha apresentado resultados positivos e sustentáveis e possa ser replicada em outras áreas e regiões.

**PARA QUÊ?**

O objetivo é trazer novas visões, ideias, processos e boas práticas que possam ser implementadas na CBRU, contribuindo para os resultados organizacionais.

**RODAS DE CONVERSAS | FÓRUMS DE DISCUSSÃO****O QUE É?**

Reunião estruturada com foco na troca de conhecimento, permitindo que o grupo compartilhe conhecimentos, dados, tendências, boas práticas sobre um determinado tema, bem como contribua de maneira autônoma com novas ideias e novas formas de trabalho.

**PARA QUÊ?**

Qualquer um poderá conduzir uma roda de conversa a fim de se desenvolver em um tema e compartilhar com outros colaboradores. Ele possibilita potencializar o aprendizado no tema, por meio da troca e compartilhamento com colegas.

**SOCIOGRAMA****O QUE É?**

Um sociograma é uma técnica que, através da observação e da contextualização, apresenta sob a forma de um gráfico as várias relações entre os sujeitos que formam um grupo. e que permite medir/avaliar as relações sociais entre os integrantes desse grupo.

**PARA QUÊ?**

Para conseguir explicitar os vínculos/laços de influência e de preferência que existem em um grupo e são usados para explicar a estrutura de uma organização, seja esta grande ou pequena.

**LIÇÕES APRENDIDAS****O QUE É?**

Lições aprendidas são narrativas que relatam uma experiência, contendo o que era esperado que acontecesse, os fatos ocorridos e o que pôde ser aprendido durante o processo. Elas descrevem, através de uma vivência prática de um colaborador, suas experiências positivas e negativas que podem ser replicadas por outras pessoas, provocando melhoria de processos, evitando erros futuros ou garantindo que ações positivas sejam repetidas.

**PARA QUÊ?**

Você pode registrar as lições aprendidas de todas as ações de compartilhamento e on the job. Assim, os demais colaboradores poderão consultar e evitar retrabalho, o que vai otimizar a execução dos processos da CBRU.

**STORYTELLING****O QUE É?**

É uma técnica que estimula o aprendizado por meio da comunicação de uma história, capaz de estabelecer confiança, inspirar, motivar, engajar e mobilizar. É uma ferramenta de aprendizagem que conecta conteúdo e experiência prática. Ela traz por meio de histórias, lições do passado que fazem mais sentido e se transformam em possibilidades do futuro.

**PARA QUÊ?**

A narrativa organizacional serve para fazer o indivíduo sentir que é parte de uma cultura em que acredita – e para a qual ele pode trazer contribuições importantes. Constitui uma ferramenta ativa de comunicação e engajamento, capaz de transmitir uma mensagem consistente sobre o negócio.

**MENTORIA (peer mentoring)****O QUE É?**

Trata-se de um processo em que dois colaboradores, que são pares na hierarquia da empresa, se juntam para refletir sobre o trabalho, desenvolver gaps de competências ou adquirir novas habilidades, compartilhar ideias e conhecimentos, fazer pesquisas sobre o negócio ou solucionar problemas de forma conjunta. Mentor trata questões sobre a visão de vida e carreira

**PARA QUÊ?**

O peer mentoring pode ser utilizado para fomentar a colaboração e a cooperação com pares de outras equipes, desenvolver influência, além de possibilitar a troca e ajudar no desenvolvimento profissional através de um processo de escuta, feedbacks e aconselhamento.

**TUTORIA****O QUE É?**

Transmitir de forma estruturada conhecimentos e práticas para a realização dos processos de trabalho, visando facilitar o aprendizado e o desenvolvimento dos demais colaboradores a partir das orientações de um Tutor.

**PARA QUÊ?**

Tutor, no ambiente corporativo, é o profissional que domina certos processos ou conhecimentos críticos de um processo e Aprendiz, aquele que para certos itens de conhecimento precisa desenvolver-se.

Gerir com foco no conhecimento requer soluções híbridas envolvendo pessoas e tecnologia. As pessoas são a fonte fundamental de criação de conhecimento; a tecnologia é a ferramenta para viabilizar maior compartilhamento. Para a implementação de práticas e projetos de gestão do conhecimento, deve-se definir um ou mais projetos pilotos em uma área foco e todos deverão ser envolvidos nas ações. Começar com projetos de maior impacto facilitam a adesão e engajam os times. O Quadro 7 resume o esforço x resultado de cada uma das práticas descritas.

QUADRO 7: PRÁTICAS DE GESTÃO DO CONHECIMENTO RECOMENDADAS: ESFORÇO X RESULTADO.

<b>AÇÕES RECOMENDADAS</b>	<b>ESFORÇO</b>	<b>RESULTADO</b>
Agentes do Conhecimento	BAIXO	MÉDIO
Sociograma (páginas amarelas)	MÉDIO	ALTO
<i>Benchmarking</i>	ALTO	ALTO
<i>Storytelling</i>	BAIXO	ALTO
Rodas de Conversas / Fóruns de Discussão	MÉDIO	ALTO
Mentoria ( <i>peer mentoring</i> )	MÉDIO	ALTO
Tutoria	MÉDIO	ALTO
Base de Conhecimentos	MÉDIO	ALTO
Projetos de Gestão do Conhecimento (ver implantação)	ALTO	ALTO
Boas Práticas / Lições aprendidas	MÉDIO	ALTO
Mapeamento de Processos	ALTO	ALTO

LEGENDA: BAIXO MÉDIO ALTO

Cabe ainda ressaltar que Gestão do Conhecimento é mais do que um processo ou um conjunto de práticas isoladas. É uma estratégia para a organização usar os conhecimentos dos seus colaboradores para gerar inovações e aumentar sua competitividade.

# CAMINHO DE DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS NO RUGBY (CDA-CBRu)



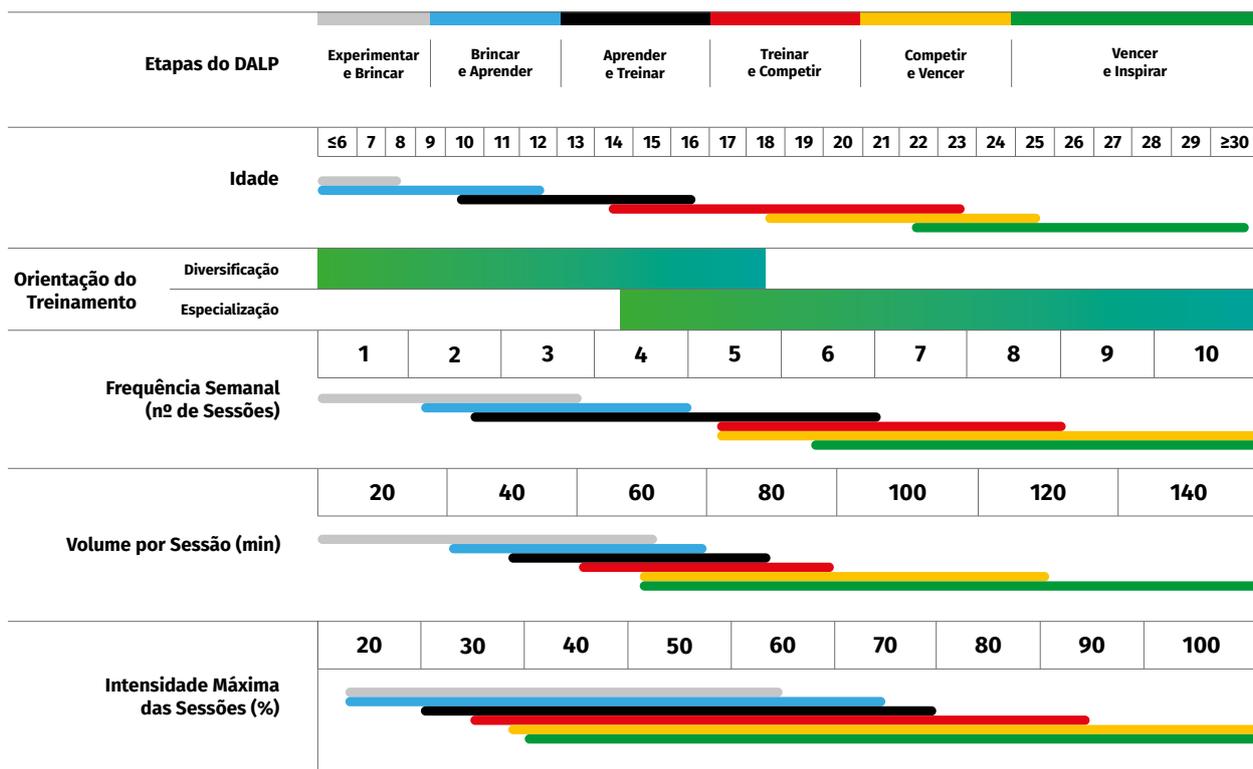
## Rota de Aprendizagem do/a Atleta de Rugby

Como já foi explicado anteriormente, cada ambiente tem suas características. E em cada etapa a rotina pessoal muda junto com o processo de desenvolvimento. A criança é influenciada pela família, comunidade onde mora, escolas, desenvolvimento da cidade, ou seja, por muitos agentes e suportes para que haja oportunidade da prática de Rugby. Para o/a atleta, uma série de agentes e suportes são necessários para que atletas jovens e adultos permaneçam no CDA praticando Rugby.

O/A atleta muda sua rotina ao longo das etapas, passando por períodos de transição, deixando atitudes, comportamentos, hábitos e modelos de treinamento no passado, mantendo

alguns e incorporando outros novos. Da criança ao atleta, o CDA é sobretudo uma rota de aprendizagem. Conforme pode ser observado no Quadro 8, as transições entre as etapas se encaixam em faixas de idade aproximadas e acarretam adaptações na orientação do treinamento, na frequência semanal de sessões de treino e no volume e intensidade dessas sessões.

QUADRO 8: ORIENTAÇÃO DO TREINAMENTO PARA AS ETAPAS DO CDA.



A porta de entrada para chegar a ter uma carreira de atleta é a iniciação esportiva. Ela não acontece apenas com as primeiras experiências esportivas, também pode haver a iniciação esportiva tardia. No Rugby, algumas e alguns atletas brasileiras/os tiveram seu primeiro contato depois de já haver iniciado em outro esporte ou então de forma tardia. A criança que se motiva com a ideia de ser atleta de Rugby e entra no CDA depois de experimentar, brincar, aprender e treinar o Rugby, tem que compreender, sobretudo, a viver no esporte, o que implica em saber sobre seu corpo, sobre suas

responsabilidades, sobre como lidar com sua rede de apoio, como treinadores, família, gestores, patrocinadores; e deve aprender a conviver como cidadão em todos os ambientes sociais dentro e fora do esporte levando os valores do Rugby. Como o foco deste documento é dar base para a sistematização do desenvolvimento de atletas, citamos na Figura 3, alguns caminhos diferentes que podem ser menos ou mais eficientes para que uma pessoa se desenvolva no Rugby e se torne atleta:

FIGURA 3: CAMINHOS POSSÍVEIS DE DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS.





A maior probabilidade de alavancarmos o desenvolvimento do jogo de Rugby, é investirmos na iniciação esportiva. Se essa iniciação for diversificada e pautada no Letramento Corporal\*, sabemos que as chances podem aumentar ainda mais de praticantes de Rugby entrarem no CDA. Ainda se houver uma iniciação tardia na modalidade, mas tiver experiências em outros esportes, é possível chegar à carreira de atleta. Contudo, o único caminho não recomendado pelas Ciências do Esporte, é a especialização precoce. Relatos de abandono do esporte, falta de prospecção competitiva em categorias adultas e excesso de trabalho psicofísico em virtude de cargas inapropriadas de treino podem acarretar diversos problemas de saúde do jovem atleta. Portanto, sabendo seus prejuízos já debatidos na literatura, não recomendamos a especialização precoce e unilateral como um caminho para chegar ao CDA no Rugby.

O CDA do Rugby baseia-se na ideia do desenvolvimento holístico da Pessoa. Aspectos da vida de atleta - como Nutrição, Sono, Cuidados Pessoais, Treinamento, Atividades Acadêmicas/Profissionais, Atividades da Vida Cotidiana, Lazer e Tempo Livre - mudam ao longo do CDA. Os Cuidados Pessoais, Sono e Nutrição, por exemplo, são elementos da rotina relacionados à uma rota de aprendizagem individual, inerente à profissão de atleta e que deveria ser até independente dela. Já as Atividades Acadêmicas/

Profissionais e o Treinamento são peças importantes que compõe educação para vida profissional das/os atletas. Enquanto as Atividades da Vida Cotidiana e os momentos de Lazer e Tempo Livre são importantes para a vida social e fortalecimento de relações intrapessoais e interpessoais.

Portanto, esses elementos da rotina de atleta são norteadores para pensarmos nos ambientes de aprendizagem. Conhecer a rotina dos atletas pode ser importante para compreender melhor o processo de crescimento, maturação e desenvolvimento físico, locomotor, afetivo e psicossocial, melhorar o planejamento e aplicação das práticas pedagógicas de treinos e os formatos de competições mais apropriados para cada etapa, também nos ajuda a ter um conhecimento complexo da pessoa e não somente da parte que cabe ao treinamento.

A partir destes pontos, podem ser melhor planejadas e aplicadas, ações de gestão esportiva que desenvolvam um ambiente positivo em todas as etapas do CDA e em qualquer cenário em que o jogo de Rugby esteja inserido: nas comunidades, escolas, clubes, seleções regionais, seleções nacionais, sob o olhar das Federações e Confederação. Sendo assim, o jogo de Rugby deve ser ensinado dentro de cada local com os Valores de Cidadão, o Olimpismo, os Valores do Esporte e os Valores do Rugby.



# Tupis e Yaras

## O Modelo de Atleta de Rugby



Como uma pessoa resolve ser atleta profissional, quando percebe que atleta é sua profissão, como chega à seleção brasileira, como torna-se atleta olímpico?

São perguntas que ainda não temos bases de dados suficientes para nos responder. Sabemos que a carreira de atleta é, como em qualquer profissão, uma vida cheia de responsabilidades, escolhas, compromissos e dedicação. E fazer parte da seleção de Rugby do nosso país é um privilégio, mas também uma prática voluntária que requer muito esforço.

Tornar-se um Tupi ou uma Yara é um caminho que envolve muitas escolhas, muitas fases e períodos de transições. As transições são, geralmente, os processos mais complexos de atravessar no CDA. Podemos citar três tipos de transições importantes que atletas, pais, treinadoras/es e gestas/es precisam conhecer.

A transição normativa, que diz respeito aos períodos mais previsíveis, comumente é enfrentada pela maioria das/os atletas, como o escalonamento progressivo das categorias, a permanência na escola e a transição para o ensino profissionalizante ou universitário, por exemplo.

A transição quase normativa tende a ser mais impactante, mas ainda assim podem ser planejadas pelas/os atletas, como exemplo temos as mudanças de cidade que por vezes um/a atleta precisa fazer para ter melhores condições de treino, ou quando um atleta internacional precisa mudar de países e adaptar-se em uma nova cultura, clima, costumes, para continuar desenvolvendo sua carreira esportiva e competir em níveis ainda maiores.

E temos também a transição não-normativa, que são menos previsíveis e podem comprometer a carreira esportiva de atleta, algumas delas desejáveis, como a gravidez para

atletas mulheres e outras não desejáveis que podem tornar-se ameaças à carreira, como no caso da perda de patrocínios, lesões graves, falecimento de alguma pessoa próxima.

Para chegar no caminho da medalha e para que o/a atleta de Rugby possa chegar até o seu nível mais alto de rendimento esportivo, um/a atleta de Rugby precisa passar por essas transições. São períodos de adaptações sistemáticas, algumas delas previsíveis e outras não.

Essas pessoas têm de se tornar resilientes, amar muito o Rugby, levar consigo os valores deste esporte e adequar sua rotina para ser cada vez melhor pessoa, atleta e jogador/a. Alguns comportamentos das/os maiores atletas de Rugby da seleção brasileira devem ser espelhados e compartilhados por todos, destacamos aqui alguns destes comportamentos:

- Ser pontual e responsável nos compromissos de treinos e jogos
- Honrar cada momento que estiver defendendo seu clube e seleção
- Usar os equipamentos de segurança de forma adequada

- Cuidar dos equipamentos de treinamento individuais e coletivos
- Estar sempre com as vestimentas e uniformes adequados
- Comunicar-se de forma respeitosa em todas as situações
- Estar aberto para ouvir críticas e sugestões
- Querer fazer o seu melhor a cada momento do treino
- Ter coragem para enfrentar as melhores equipes oponentes do mundo
- Reconhecer as fraquezas e trabalhar para melhorá-las
- Cuidar da saúde de forma interdisciplinar para buscar o mais alto rendimento possível
- Desenvolver a competitividade e o espírito coletivo característico do Rugby
- Ter consciência social e iniciativa de ajudar a sociedade de forma voluntária
- Levar os valores do Rugby por onde for e por toda a vida.



Tornar-se um Tupi ou uma Yara também envolvem os ambientes de ensino-vivência-aprendizagem do Rugby para que todas as formas de ensino, treinamento e competição possam ser adequados a cada momento do processo do CDA. E para isso, é fundamental discorrer um pouco sobre o ambiente de aprendizagem do jogo, o papel do/a treinador/a, e o ambiente de competição.



## Jogar para Aprender: O Jogo como Ambiente de Aprendizagem

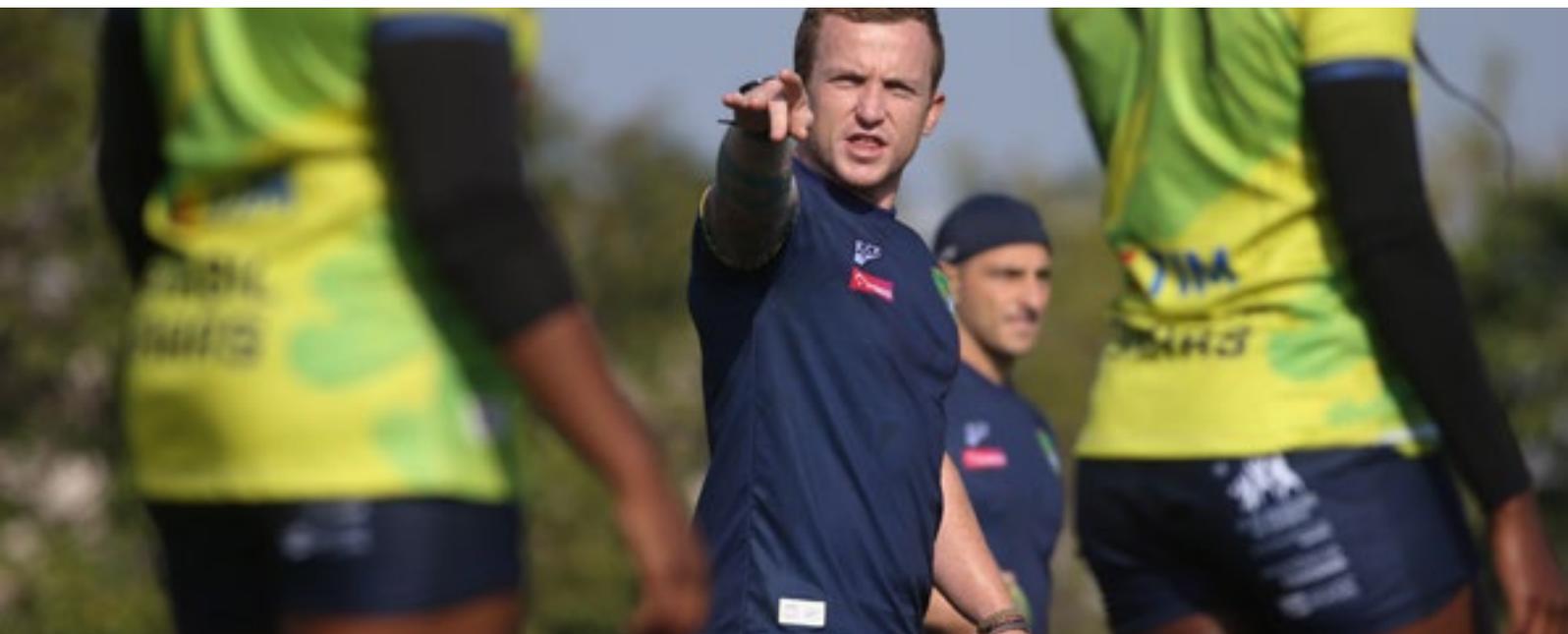
A considerar a importância da tática no Rugby, aprender com o jogo se torna importante para o desenvolvimento da inteligência para as tomadas de decisão. Mas o jogo não é apenas uma ferramenta ou um meio de ensino, e sim um fenômeno capaz de promover um ambiente propício à aprendizagem do Rugby. Isso significa que o jogo vai além dos referenciais estruturais e funcionais, estendendo-se para questões de representatividade e significados, pois é no despertar do interesse da/o jogadora/jogador que ela/e será capaz de mobilizar competências e habilidades para resolver os problemas do jogo e aprender.

Mas qualquer jogo será suficiente? Deixar jogar ou aplicar qualquer tipo de jogo não será suficiente no ambiente formal de ensino-vivência-aprendizagem. É preciso ter intencionalidade, ou seja, treinadoras e treinadores além de saberem para QUEM, devem saber O QUE, COMO e QUANDO se ensina e se aprende. Afinal, o jogo deve ser

representativo e ter significado para motivar quem joga. E na representatividade do jogo por meio da semelhança entre os aspectos estratégico-tático-técnicos que as crianças, adolescentes e adultos irão aprender a jogar Rugby, em um processo a longo prazo. Isso significa que treinadoras/es devem desenvolver um ambiente propício à aprendizagem em cada etapa do DALP.

### Dica de leitura:

SCAGLIA, Alcides José; REVERDITO, Riller Silva; GALATTI, Larissa Rafaela. Ambiente de jogo e ambiente de aprendizagem no processo de ensino dos jogos esportivos coletivos: desafios no ensino e aprendizagem dos jogos esportivos coletivos. Jogos desportivos: formação e investigação. Florianópolis: UDESC, v. 4, p. 133-170, 2013.



## O Papel de Treinadoras e Treinadores de Rugby

O ambiente esportivo pode ser promotor de desenvolvimento humano e valores, considerando aspectos físicos, psicológicos e sociais. Entretanto, para garantir que esse ambiente seja propício para que os/as praticantes atinjam seu potencial de desenvolvimento integral, aqueles(as) responsáveis por gerir a prática esportiva devem estar atentos às características desse ambiente. Sabemos hoje por meio de pesquisas que os resultados da prática esportiva podem tanto serem negativos como positivos, a depender de como ele é conduzido.

Um dos principais gestores desse ambiente é a treinadora e o treinador. Seu papel está relacionado à prática pedagógica de organizar, sistematizar, aplicar e avaliar processos de ensino-treino. Esses processos serão facilitados se as relações presentes no ambiente esportivo forem saudáveis e positivas, como aquelas entre os próprios jogadores e entre treinador/a e jogadores(as). Tudo isso exige de conhecimentos profissionais, interpessoais, intrapessoais, em consonância com os valores para desenvolver as competências necessárias para atuar em um contexto específico. Os valores vão refletir em tudo que as/os treinadoras/es fazem, pois envolvem sua identidade, mentalidade, filosofia e perspectiva ética.

Treinadoras/es podem contribuir para o desenvolvimento de cidadãos engajados socialmente e de jogadoras/es inteligentes, criativos, e independentes, que compreendam a lógica do jogo e saibam por que, como e em que situação empregar determinada ação no jogo, bem como o papel do esporte em suas vidas e na sociedade. Isso é facilitado quando jogadores(as) se sentem seguros e livres para participar, questionar, dar opiniões, sugerir, e quando o ambiente é leve, divertido contribuindo para a liberdade de expressão das crianças.

### Para refletir

Será que nós treinadoras/es somos coerentes nas nossas condutas e práticas pedagógicas ao longo do processo de ensino-treino? Sem dúvidas nossas ações são, também, complexas e não-lineares, mas a busca por uma intervenção significativa e coerente deve ser constante. Desta forma, é preciso refletir, buscar ferramentas de avaliações e autoavaliações contínuas em todo o processo de atuação.

Ainda, é importante que jogadoras/es se envolvam ativamente em seu próprio aprendizado e treinadoras/es assumam o papel de facilitadoras/es da aprendizagem, evitando uma postura autoritária. Por isso, devem buscar apresentar o Rugby como uma experiência positiva, garantindo oportunidade de participação efetiva para de todos/as os/as praticantes.

## Para Refletir

# Os efeitos sociais que influenciam a permanência na prática esportiva

A treinadora Giovana acredita muito no desenvolvimento em longo prazo de Daniel e Juliana, as crianças que mais se destacam em sua equipe M12. Sem perceber, sempre que Daniel e Juliana erram um lance, Giovana pacientemente os chama, realiza correções e os estimula a melhorar. Algumas vezes é mais dura e faz isso por entender que Daniel e Juliana tem muito potencial, passando-lhes sempre confiança. Do mesmo modo, quando acertam, Giovana é enfática em seus feedbacks positivos e palavras de incentivo. Juliana e Daniel sentem-se confiantes pela atenção que Giovana lhes oferece.

Esta esfera positiva de suporte, ostensivamente estabelecida por Giovana em relação a Daniel e Juliana, faz com que ambos tenham também mais liberdade para fazer perguntas, tirar dúvidas e pedir o auxílio de Giovana. Assim, Daniel e Juliana passam a alimentar sobre si mesmos uma percepção de que são competentes e capazes, levando-os a investirem ainda maior atenção em esforço em suas atividades, evoluindo muito em termos de aprendizado.

Já Lúcia e Marcos não recebem os mesmos estímulos. Há treinos que Giovana sequer os corrige ou os apoia, por vezes, não lhes destina um momento específico para cobranças e atitudes de incentivo. Quando erram, a situação passa despercebida e quando acertam parece que isso não é importante para Giovana. Como Giovana pouco se relaciona pessoalmente com Lúcia e Marcos, ambos se sentem intimidados em conversar com sua treinadora, afinal, não existe uma clara abertura para isso, levando-os a entender que, de alguma forma, tanto faz estarem ali ou não, e sua autopercepção é de que não parecem ser bons o suficiente

como Daniel e Juliana em relação à prática do Rugby. Passam a estar ali de corpo presente, mas pouco se engajam na busca de melhorarem e aprenderem mais.

O primeiro efeito, relacionado ao suporte pedagógico presente ou ausente na relação treinadora-atletas é denominado Efeito Pigmaleão, o qual tem ancoragem na crença da/o treinadora/treinador sobre a percepção de aptidão do aprendiz. Muitas/os treinadoras/es, ao avaliarem que uma determinada criança ou jovem se destaca das demais em termos de rendimento esportivo, podem estabelecer com este/a jogador/a uma relação de maior proximidade, estímulo e paciência em ensinar, se comparado às demais crianças ou jovens de sua equipe.

Sua crença inicial de que um/a jogador/a é melhor que os/as demais faz com que haja maior atenção pedagógica destinada a este/a mesmo jogador/a. Isso leva a um reforço emocional à vantagem já potencializada pelo Efeito Mateus em termos de aprendizagem, o que autorregula todo processo e leva este/a mesmo/a treinador/a a perpetuar uma conduta de maior suporte para esta mesma criança ou jovem ao longo de sua formação esportiva. Como resultado, isso pode fortalecer sua permanência e aprendizagem, enquanto as crianças e jovens percebidas como menos habilidosas, por receberem menos atenção, aprendem menos e vão ficando pelo caminho.

O segundo efeito, que diz respeito a como a criança e o/a jovem se percebe na prática esportiva, e é chamado Efeito Galateia. Quando uma criança é rodeada de reforços positivos sobre si, pode desencadear um sentimento pessoal que a faz acreditar

e assumir para si mesma tais expectativas, levando-a a acreditar em si e em seus potenciais e, conseqüentemente, a entender que possui algum tipo de vocação para tal prática.

Pelo contrário, quando há ausência de expectativa do/a treinador/a sobre um/a jogador/a, isso pode acarretar numa criança ou jovem que se perceba incapaz para tal tarefa. Isso leva a um ciclo de aumento do desinteresse, o que reforça ainda mais um déficit de aprendizado, reforçando a percepção do/a treinador/a de que esta criança ou jovem é inapto/a para a prática do Rugby.

O sociólogo Robert King Merton enfatiza que os Efeitos Pigmalião e Galateia exemplificam profecias autorrealizáveis, ou seja, crenças que se perpetuam a partir da própria crença, demonstrando que o ponto de partida baseado na percepção de treinadoras/es pode selar o destino de crianças baseada numa avaliação momentânea e desconsiderando toda complexidade que envolve o desenvolvimento físico, cognitivo, motor e emocional pelo qual esta criança passará nos anos vindouros, influenciando, assim, tais caminhos a partir de um viés arbitrário, baseado naquilo que o/a treinador/a pensa e crê.

É preciso dar tempo para a criança se desenvolver, e para isso, é preciso oportunizar a chance de competir, dar atenção pedagógica e oportunizar um espaço em que a criança se reconheça como alguém capaz.

**Pense nisso!**



# O Ambiente de Competição

## Competir para aprender o Rugby: pensando em longo prazo



Partindo do pressuposto de que a aprendizagem do Rugby deve ser estimulada por meio do jogo, temos a competição como um ambiente potencializador de aprendizagem, afinal, competir nada mais é do que colocar em prática o próprio ato de jogar o Rugby, fazendo da competição um ambiente de aprendizagem por excelência.

Diante disso, a oportunidade de participação competitiva, especialmente nas etapas do Experimentar e Brincar (M8), Aprender e Brincar (M8, M10 e M12), Aprender e Treinar (M12 e M14), deve ser encarada como uma extensão da própria aula e treino, e por ser também um ambiente onde se aprende a jogar o Rugby, precisa ser pensado como uma importante etapa do processo de formação em longo prazo.

Isso significa que ao lado da busca por resultados esportivos inerente à lógica competitiva, está o compromisso de que a competição e os jogos amigos – que também se assomam às experiências competitivas – sejam compreendidos como conteúdos de aprendizagem que são um direito de todos e todas que praticam o Rugby, não se restringindo, portanto, àqueles(as) poucos/as privilegiados/as pela oportunidade de, ao competir, acumular mais horas de experiência do que aqueles(as) que, por motivos vários – tais como a menor experiência esportiva, menor qualidade da intervenção didática ou mesmo desenvolvimento maturacional tardio – são percebidos/as como menos aptos/as por treinadoras/es.



## Para Refletir

# Sobre a percepção de aptidão competitiva e as escolhas do/a treinador/a

A treinadora Giovana tinha em seus treinos da categoria M12 garotos e garotas de vários níveis em relação ao domínio das habilidades do Rugby. Dentre aqueles/as que se destacavam mais, havia Daniel e Juliana, que devido ao maior rendimento comparado aos(às) demais da equipe, levou Giovana a convidá-los também a treinar e competir com equipe M14.

Daniel e Juliana, assim, treinavam 4 vezes por semana, duas a mais que seus e suas colegas de equipe e tinham a oportunidade de competir em duas categorias, como titulares da equipe M12 e como reservas, mas que entravam em campo com grande frequência nas competições M14.

Por outro lado, Lúcia e Marcos que treinavam regularmente na equipe M12, nunca haviam entrado sequer num jogo de sua equipe. Além disso, treinavam apenas na sua categoria, logo, acumulavam muito menos tempo de experiência de treino e competição que Daniel e Juliana.

Havia nítidas diferenças entre estes(as) jogadores(as). Juliana e Daniel eram maiores fisicamente, muito hábeis e fortes se comparados a Lúcia e Marcos, que guardavam para si características físicas ainda pré-púberes. Além disso, os níveis de habilidades e competências para jogar bem o Rugby eram muito favoráveis naquele recorte temporal à Juliana e Daniel. Eram estes os atributos que levavam Giovana a justificar suas decisões como treinadora.

Não parece contraditório que aqueles que momentaneamente possuem maior vantagem tenham ainda mais oportunidades quando estamos focando nosso debate acerca da aprendizagem do Rugby numa categoria de formação? Pense

uma escola. Alunos/as que se desenvolvem mais rapidamente em termos de escrita, obviamente, devem continuar a ser estimulados nesta habilidade, mas aqueles(as) que estão com dificuldades devem ser menos estimulados pelo fato de saberem menos em termos de escrita?

Competir e treinar oportunizam acúmulo de tempo de prática, que quando feito com qualidade – ou seja, em respeito a QUEM é a criança que treina e compete – potencializam a oportunidade de aprendizagem. Por outro lado, não ter acesso a estes ambientes com a frequência e a qualidade necessárias, pode ser decisivo em termos de permanência na prática do Rugby, podendo levar ao abandono.

Dar mais a quem tem mais e menos a quem tem menos, é conhecido como Efeito Mateus, uma determinante social que tem na família e nas escolhas dos treinadoras/es, e se trata dum comportamento que deve ser superado se quisermos fazer o Rugby brasileiro crescer. Assim, é preciso que a oportunidade de competir – em ambientes com estruturas, materiais, regras e formatos competitivos ajustados ao perfil do/a jogador/a – sejam equitativamente distribuídos entre cada um daqueles(as) que fazem parte de todo e qualquer equipe ou projeto de Rugby.

**Todos e todas  
devem competir.**

**Pense nisso!**

O grande desafio, porém, é que esbarramos numa possível resistência dos adultos que estão direta ou indiretamente envolvidos com o Rugby infanto-juvenil sob diversos papéis – treinadoras/es, familiares e dirigentes esportivos – afinal, a concepção de que o ato de competir está diretamente ligado à busca de resultados expressivos acaba imperando e estabelecendo tacitamente uma aceitação de que somente quem tem maior aptidão esportiva é que merece ter a chance de testar suas habilidades no espaço de disputa da competição.

Entendemos que este problema decorre do fato de sempre pensarmos a competição como um fenômeno único, ou seja, como uma estrutura cuja proposição se baseia na oferta de competições de temporada anual e de nível único - aquele de maior excelência possível - para uma determinada categoria. Tal perspectiva faz com que seja bastante desafiador garantir que todas as crianças e jovens de uma determinada categoria competitiva sejam parte ativa e participante de uma partida.

Ao longo deste documento, informações já apresentadas no mapa geral de programas apontam para caminhos outros que podem conduzir a diferentes alternativas que fazem da competição um espaço múltiplo e plural, conforme a Tabela 1 a seguir.

Tabela 1: Possibilidades competitivas em longo prazo.

Tipos de Competição	Entidades Organizadoras	Etapas de Desenvolvimento em Longo Prazo				
		Brincar e Aprender 7 aos 12	Aprender e Treinar 12 aos 14	Treinar e competir 16 aos 18	Vencer e Competir 20 aos 22	Vencer e Inspirar 24+
Festivais Escolares	Escolas Clubes Secretarias de Esporte	X	X			
Festivais entre Clubes	Federações Clubes	X	X	X	X	X
Competições Regionais	Federações Clubes		X	X	X	X
Jogo Amigo	Clubes			X	X	X
Competições Seleções Regionais	Federações Clubes			X	X	X
Competições Nacionais	CBRu			X	X	X
Competições Internacionais	World Rugby			X	X	X
Competições Universitárias	Clubes				X	X

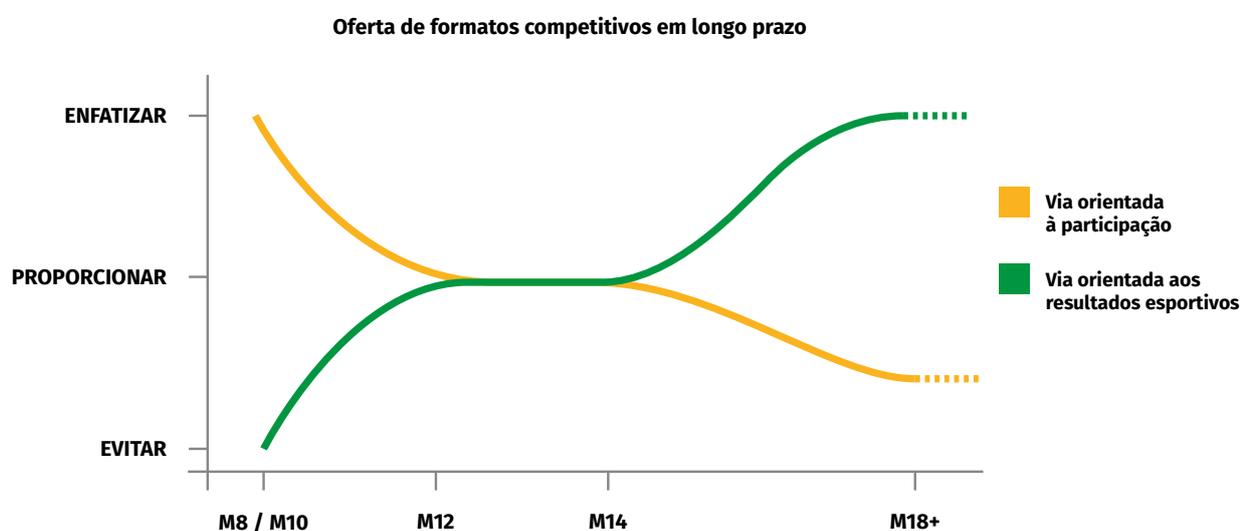
## Todos(a) devem competir: vias múltiplas e paralelas de competição para pensar em longo prazo

A ideia de distribuição de oportunidades equitativas de prática competitiva a todos/as não deve se resumir apenas a uma imposição feita ao/à treinador/a, por força de lei, para que todas as crianças de sua equipe tenham que jogar uma determinada partida daquela que é a única competição pensada para toda uma temporada. O que se deve pensar é na ampliação da possibilidade de participação mediante oferta de diferentes e paralelas competições, todas elas ajustadas em suas leis, instalações, equipamentos e formatos e níveis competitivos em função daquele/a que a joga.

Um importante ponto de partida para isso é que se tenha muito claro ao menos duas possibilidades de via competitiva: a) uma centrada na participação, orientada para jogadores(as) iniciantes e projetos em início de estruturação que ainda não conseguem competir em uma estrutura formal do Rugby XV com suas Leis originais; b) outra centrada na valorização do desafio e do resultado esportivo com maior tendência à oferta do jogo formal.

Ambas podem caminhar lado a lado ao longo de todas as etapas do CDA, havendo maior ênfase em cenários participativos desde o M8, mas que deixariam de ser a via protagonista a partir do M14 ou M16 (embora ainda seja importante que permaneçam ativas, uma vez que muitos jovens adultos iniciam sua prática no Rugby já após os 16 ou 17 anos de idade), e maior ênfase aos ambientes centrados no resultado esportivo a partir do M16, porém, podendo ser ofertados já desde o M12 para equipes mais bem estruturadas ou clubes cujas equipes sejam compostas de jogadores(

Figura 4: Oferta de formatos competitivos em longo prazo.



Caminhando paralelas, os clubes e federações seriam responsáveis por ofertar regularmente competições destas duas vias competitivas ao longo de todo ano, permitindo que, até mesmo aquela criança ou jovem recém-chegado/a ao clube tenha garantias de um espaço de competição que lhe seja melhor ajustado, equilibrando, assim, desde dos primeiros contatos com o Rugby, as oportunidades de oferta competitiva entre crianças e jovens momentaneamente mais ou menos desenvolvidos/as para a prática do Rugby.

Com vias competitivas múltiplas e em paralelo, o objetivo de distribuir chances iguais de competir em espaços com níveis de exigência mais bem direcionados para grupos iniciantes e experientes ou mais ou menos desenvolvidos em termos maturacionais, oferece a chance de treinadoras/es dividirem seus grupos em, pelo menos, dois níveis de rendimento em

seus treinos e aulas a partir de suas observações e avaliações, de modo a destinar as distintas vias competitivas para cada um destes grupos, mesmo que eles treinem conjuntamente, como é a realidade da maioria dos clubes que adotam hoje a estratégia de abertura de seus treinos para todos/as aqueles/as que queiram conhecer e praticar o Rugby.

Temos, portanto, que se os grupos menos aptos, sob a percepção de treinadoras/es, tiverem para si a garantia de ao menos uma competição específica - mesmo que esta esteja incluída numa via de participação -, haverá maior chance de que o compromisso pedagógico com estes grupos se renove e a atenção para estas crianças e jovens sejam potencialmente maiores, ajustando possíveis discrepâncias de aprendizagem.

Deve-se destacar que tais preocupações se justificam pelo fato de a criança e o jovem serem indivíduos em pleno desenvolvimento, logo, o que momentaneamente favorece uma criança pode, em pouco tempo, não ser mais tão relevante em função: a) do maior equilíbrio em termos físicos oriundos do desenvolvimento maturacional que vai sendo sobreposto com o tempo; b) pela ampliação das experiências com o Rugby que as demais crianças passam a ter, trazendo maior equivalência em termos de compreensão do jogo; c) ou mesmo pelo desenvolvimento das capacidades cognitivas e motoras daquelas que eram percebidas como menos aptas e que levam à melhoria dos padrões técnicos e das respostas táticas aos problemas do jogo que passam a ser mais equiparadas com o tempo entre os/as jovens praticantes de Rugby.

Porém, se não for dado tempo para que isso aconteça, muitas crianças que são menos aptas num determinado momento de sua vida, mas que poderão alcançar bons níveis de rendimento em médio e longo espaço de tempo, podem abandonar o Rugby antes mesmo de iniciar sua evolução na modalidade. Por isso, a oferta de competições em vias múltiplas e paralelas é essencial.

Entendemos que, sendo a competição um atrativo também ao/a treinador/a, seja por ter uma mentalidade voltada para a vitória ou orientada para o bem-jogar de suas/seus atletas, o fato de existirem múltiplas competições voltadas para objetivos diferentes, possibilita que os níveis de atenção pedagógica sejam ampliados também para os momentaneamente menos aptos, melhorando a autopercepção da criança e do/a jovem por ser responsável pela representação competitiva de sua equipe. Disso, aumenta-se a oferta e o interesse pelo aprendizado em longo prazo e estimula-se a permanência por mais tempo, até que a falta de experiência com a modalidade ou os efeitos de uma maturação tardia passem.





## Valorizar as temporadas curtas e a transição periódica entre vias competitivas para pensar em longo prazo

Pelo fato de crianças e jovens mudarem muito ao longo de um ano em termos cognitivos, técnicos e maturacionais, uma criança do M12 que inicia a prática do Rugby um pouco mais tarde que outras – que já jogam desde o M8 – e que no início do ano joga festivais de vias competitivas orientadas à participação, pode rapidamente evoluir na aprendizagem do Rugby e ter nas vias competitivas voltadas ao resultado esportivo um espaço cujo desafio esteja melhor ajustado a ela.

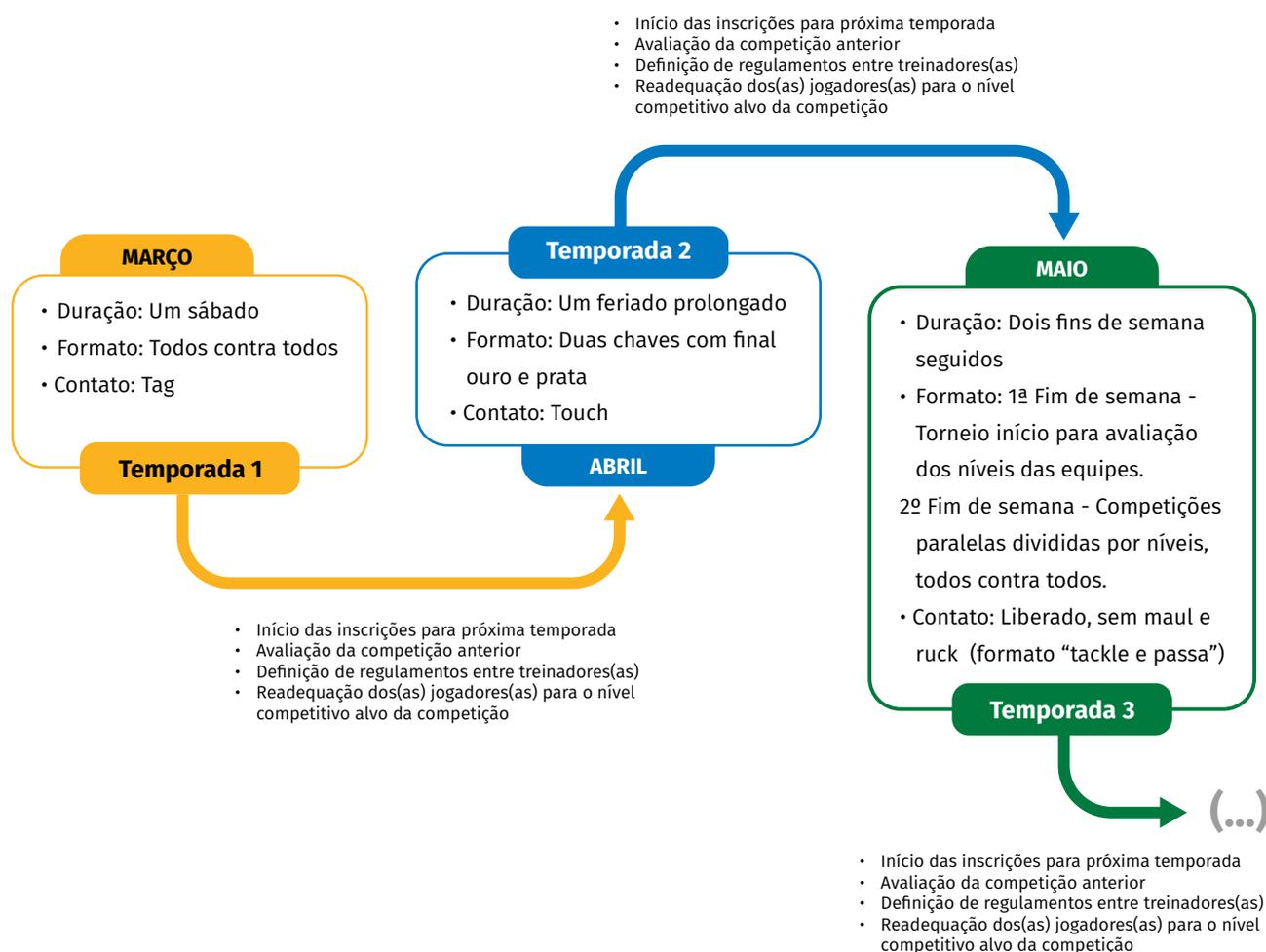
O contrário também pode ocorrer. Crianças que foram inicialmente inseridas em vias competitivas voltadas aos resultados esportivos podem se desinteressar ou não se adequar a este tipo de exigência, de modo que o risco de abandono pode ser superado quando há espaço para ajustamento dos objetivos competitivos, de modo que ela passe a participar de competições de vias participativas.

Por isso, é importante que nas categorias M8, M10, M12 e até mesmo M14, as competições - seja na via de participação ou na via de busca de resultados competitivos (estas principalmente a partir do M12) – sejam curtas, com temporadas que começam e terminam muito rapidamente, sendo disputadas sob formato de festivais de um dia, de um fim de semana, em feriados prolongados ou mesmo competições que durem entre quatro e oito semanas, mas que sejam reiniciadas logo que a temporada anterior finalizar.

### Isso é importante por, pelo menos, três motivos:

1. Permite valorizar o reconhecido potencial de evolução das crianças já em curto prazo, de modo que cada nova competição permite que equipes que evoluíram, mas não puderam reverter resultados ruins numa temporada, possam melhorar seu resultado na próxima temporada, mesmo que sejam em termos relativos, como por exemplo, perder de menos de uma equipe mais forte. Isso seria impossível numa temporada longa e única.
2. Permite que, ao final de cada temporada competitiva curta, o/a treinador avalie se as/os atletas estão disputando competições cuja via – de participação ou de busca de resultados – está adequada para o desempenho e interesse do/a jogador/a. Assim, a cada nova temporada é possível remanejar a criança ou o/a jovem de uma competição focada em resultados para uma competição voltada à participação, e vice-versa, respeitando o momento do/a atleta e suas possibilidades de jogar bem. Permite-se, assim um fluxo deste/a jogador/a entre as distintas vias competitivas sem que ele/a abandone o Rugby pela inadequação dos desafios competitivos a ela.
3. Permite a definição de diferentes formatos de competição e a organização de diferentes objetivos pedagógicos para cada nova temporada curta, auxiliando na elaboração de um currículo de formação respaldado pela competição, ou seja, a competição se alinha com os saberes e conteúdos trabalhados pelos/as treinadoras/es e tais saberes poderão ser pensado em função daquilo o que a competição prioriza. Na Figura 5 exemplificamos uma possível progressão pedagógica tendo como foco a introdução do contato físico no cenário de competição.

Figura 5: Sugestão de organização de temporadas curtas.



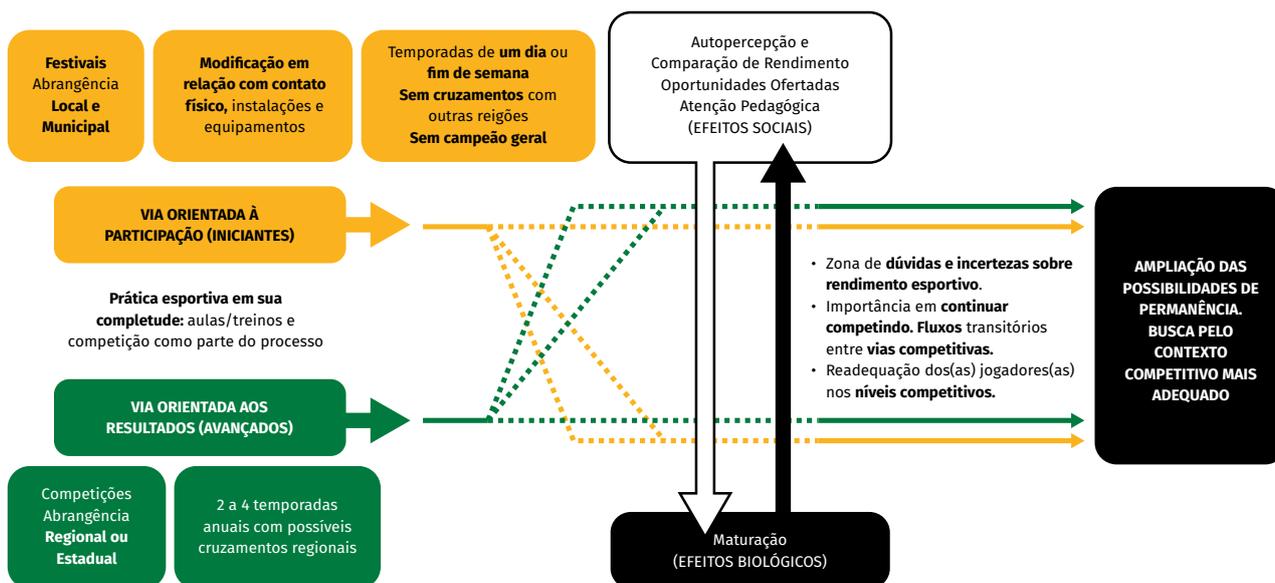
Mediante a adoção de temporadas mais curtas, especialmente no M8, M10 e M12, mas estendendo também ao M14 – tanto na via de participação como na via de orientação para o resultado a partir do M12 –, as competições devem ser regionalizadas em sua maioria, evitando gastos excessivos, viagens longas e uma relação pouco interessante entre tempo gasto para o deslocamento e tempo efetivo jogado pela criança. Para isso, é importante atentar-se a alguns aspectos:

a. Como o crescimento do número de praticantes de Rugby é algo a ser alcançado desde as categorias menores, fomentar competições regionalizadas sem uma obrigatoriedade de cruzamento entre regiões pode ser interessante. É melhor ter várias competições estaduais em que as equipes joguem próximas e em volume grande de jogos do que uma competição com muitas viagens que aos devido os gastos elevados e à expectativa de dedicação

exigida, acabem sendo disputadas com poucos jogos e poucas equipes.

b. Competir regionalmente estimula os clubes para que não atuem apenas como formadores de equipes, mas também como promotores de competições, abarcando escolas e ajudando na estruturação de projetos de iniciação regionais. Assim, os clubes poderiam ser fomentadores de competições M8 e M10 com múltiplas escolas parceiras, organizando festivais locais e regionais chanceladas pela respectiva federação e pela CBRu. A partir de iniciativas assim, já na categoria M12 e M14, os clubes poderiam ampliar o fomento de suas equipes, visando formatos competitivos de representação estadual já em formato de busca por resultados, dado o aumento no envolvimento precoce das crianças com a prática do Rugby em sua região em nível de participação.

Figura 6: Vias competitivas paralelas e complementares como proposta.



Elaborado a partir de Leonardo, Krahenbül e Scaglia (2017); Leonardo Galatti e Scaglia (2017)

Entendendo as características das vias competitivas de participação de orientação ao resultado

Cabe agora apresentar maior detalhamento sobre como as vias competitivas orientadas para a participação e para a competição se caracterizam. Apresentaremos quatro possíveis classificações de níveis competitivos, de modo que duas destas representações se liguem mais diretamente com a via orientada à participação e duas sejam mais ligadas à via de resultados esportivos.

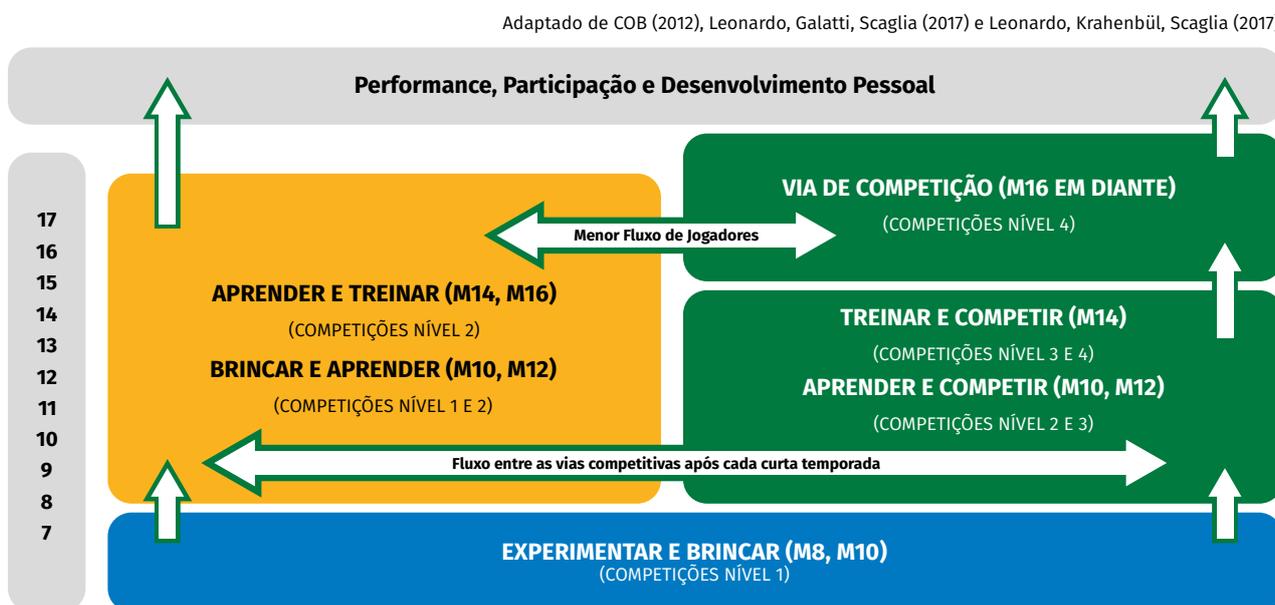
Tabela 2: Proposta de organização competitiva por níveis (adaptado de Wiersma, 2005 e Côté e Hancock, 2017).

VIA	NÍVEL	CATEGORIAS	DESCRIÇÃO
Participação	1	Enfatizar M8, M10, M12	- Ausência da competição formal, viagens (jogar na cidade ou região metropolitana), tabelas e classificações. - Modificações nos equipamentos (tamanho da bola) e nas instalações (tamanho do campo, ajustes nas marcações do campo) devido aos baixos níveis de habilidade.
		Proporcionar M14	- As crianças deverão jogar tempos iguais e o principal objetivo é a excitação para o Rugby. - Temporadas curtas (fins de semana, feriados prolongados) - Adoção de Leis Adaptadas
Resultados Esportivos	2	Enfatizar M12, M14, M16	- Baixos níveis de competitividade, porém já com formato de liga, com placares e tabelas - Enfatiza-se o desenvolvimento de competências, definindo saberes e conteúdos para cada evento.
		Proporcionar M8, M10	- O evento acontecerá em local único com garantidas de paridade competitiva (regionalização). - Temporadas curtas (fins de semana, feriados prolongados, fins de semanas seguidos, ou temporadas entre quatro e oito semanas) - Adoção de Leis Adaptadas
Resultados Esportivos	3	Enfatizar M14, M16 em diante	- Destina-se às/aos atletas de maiores habilidades percebidas - Espera-se maior compromisso durante uma temporada mais longa com viagens e seleção de atletas para os jogos.
		Proporcionar M12, Universitário, adultos tardios	- Redução das Leis Adaptadas
Resultados Esportivos	4	Enfatizar M18 em diante, Universitário	- Aumenta-se o compromisso em competições anuais. Restrição a outros esportes e atividades extracurriculares
		Proporcionar M14, M16	- Aumenta-se a exigência nos treinamentos - Espera-se grande experiência anterior com a prática esportiva. - Ausência de Leis Adaptadas

Deste modo, a) mediante as vias, níveis, categorias alvo e descrição dos tipos de competição antes apresentados, b) pela percepção da importância de que nas categorias (M8, M10, M12) maior ênfase deve ser ofertada para as vias de participação, que existe um período transicional entre as vias de participação e de resultados (M12, M14 e M16) e a importância de que as vias orientadas aos resultados podem ser adotadas nas categorias menores com maior ênfase a partir do M16 (mas já experimentada no M12 e M14) e, c) pelo

entendimento da valorização das vias competitivas múltiplas e plurais, abaixo apresentamos o quadro sintético da proposta da CBRu no tocante a um modelo de participação e desenvolvimento competitivo, com o objetivo de orientar as ações de clubes e federações mediante que deve ser permeável e flexível à realidade do desenvolvimento do Rugby nos diferentes contextos de desenvolvimento da modalidade no Brasil.

Figura 6: Modelo de participação e desenvolvimento competitivo da CBRu.



## Normativas Nacionais para Competições de Rugby até 14 anos

A fim de homogeneizar as Leis das categorias até 14 anos entre os Estados e possibilitar que os mesmos possam jogar segundo uma única normativa, a CBRu desenvolveu um documento que pode ser acessado por meio do link:

<https://www.brasilRugby.com.br/wp-content/uploads/2020/10/Normativas-Nacionais-do-Rugby-para-menores-de-14-anos.pdf>



# Inserção de Meninas e Mulheres no Rugby



*“O esporte brasileiro é um ambiente bem masculino”*

Fala da CEO Mariana Miné em entrevista à Revista Gama:

<https://gamarevista.uol.com.br/pessoas/curriculum-vitae/cv-mariana-mine/>

O Rugby, assim com diversas outras modalidades esportivas, foi historicamente praticado e liderado por homens. As características do jogo, como o elevado nível de força, o constante contato físico e a superação de limites, fortaleciam a imagem da masculinidade no esporte e se consolidavam como uma barreira para a participação de meninas e mulheres. Os argumentos biológicos que reforçavam as possíveis lesões causadas às mulheres a partir da prática esportiva, assim como o suposto risco à feminilidade e maternidade das praticantes, foram amplamente disseminados ao longo do século passado para sustentar a hegemonia dos homens no esporte.

Esses desafios culturais, embora estivessem presentes em diversos países do mundo, foram reforçados no Brasil a partir de um decreto legal em 1965 que proibiu oficialmente a prática do Rugby (e de outras modalidades) por meninas e mulheres. Uma série de argumentos e mecanismos foram utilizados ao longo do tempo para distanciar as jogadoras do esporte e deixam resquícios até os dias de hoje. Esse cenário reforça que a menor participação de meninas e mulheres no Rugby brasileiro reflete as barreiras culturais e legais enfrentadas para a prática esportiva e não o desinteresse das jogadoras pela modalidade.

O fim do decreto lei, unido com uma participação mais ativa das mulheres na sociedade, possibilitou que as entusiastas rompessem a bolha de gênero criada em torno da modalidade e que iniciassem a prática do Rugby no Brasil. A luta das praticantes e ações das organizações esportivas possibilitaram um aumento da quantidade de jogadoras e a melhora do desempenho da seleção brasileira ao longo dos anos.

Atualmente, as Yaras se tornaram uma referência no continente sul-americano se consolidando como uma potência esportiva ao longo de quase duas décadas. Além disso, seu desempenho esportivo também se destaca no cenário internacional ao ocupar o sétimo lugar no ranking de sevens. Além das conquistas como jogadoras, é importante reconhecer o protagonismo das líderes dentro da CBRu que atualmente representam 38% do conselho da organização.

## Mulheres líderes no esporte

A participação de mulheres em cargos de liderança é importante ao estabelecer estratégias de desenvolvimento que levem em consideração os desafios culturais ainda enfrentados pelas praticantes. Nesse contexto, a CBRu se torna uma referência no cenário nacional ao contar com uma mulher no maior cargo de direção cargo da organização.

A primeira CEO mulher da instituição, Mariana Miné, reforça a preocupação com a maior inserção e desenvolvimento das praticantes e também reconhece seu protagonismo ao mostrar um caminho a ser percorrido por outras mulheres.

A presença de mulheres em cargos de liderança também pode gerar mudanças culturais na organização esportiva tornando seu ambiente interno mais confortável e acolhedor para outras mulheres. Por isso, reforçamos a importância de ações e políticas esportivas que fomentem a formação e manutenção de treinadoras, árbitras, gestoras e diversos outros cargos no Rugby brasileiro.

Mesmo com o protagonismo no cenário nacional e internacional, as atletas brasileiras afirmam que ainda existe muito preconceito e desconhecimento por parte da população e que ainda enfrentam muita resistência à prática. Essa realidade chama a atenção de organizações esportivas e profissionais que desejam ampliar o alcance do Rugby no Brasil, oferecer ambientes de prática mais seguros e promover um esporte com maior diversidade.

Diversas ações podem ser desenvolvidas para fomentar a maior participação de meninas e mulheres no esporte. A escolha por uma ou outra depende das características e demandas de cada contexto. Portanto, apresentamos abaixo algumas possibilidades que podem promover a maior equidade de gênero no esporte.



**“Isso é muito importante, que eu tenha mais clubes, mais meninas, mais treinadoras, mais árbitras, mais mulheres envolvidas no ecossistema do Rugby”**

Fala da CEO Mariana Miné em entrevista à ESPN

[https://www.espn.com.br/Rugby/artigo/\\_/id/10394361/Rugby-ceo-da-cbru-destaca-desafio-de-dirigentes-mulheres-no-esporte-todo-dia-eu-preciso-quebrar-estereotipos](https://www.espn.com.br/Rugby/artigo/_/id/10394361/Rugby-ceo-da-cbru-destaca-desafio-de-dirigentes-mulheres-no-esporte-todo-dia-eu-preciso-quebrar-estereotipos)

# Projeto Nina



**PROJETO**  
*Nina*

Inaugurado no ano de 2021, o Projeto Nina se tornou uma referência nacional em equidade de gênero ao fomentar o acesso e espaço para a prática do Rugby de base para meninas de 7 a 19 anos. Inicialmente proposto para ser desenvolvido em oito clubes brasileiros, o projeto conta com processos de capacitação de treinadores, treinadoras, gestores e gestoras no oferecimento de ambientes seguros que favoreçam a entrada, manutenção e formação de jogadoras no esporte. Além disso, o empoderamento de meninas e mulheres se consolida como um dos pilares do projeto, assim como o fortalecimento da transição do Rugby infantil para juvenil, e do juvenil para o adulto.

## Formação de profissionais

Além do Projeto NINA, reforçamos a importância de mais iniciativas que conscientizem profissionais que trabalham com o Rugby no Brasil sobre as particularidades ao promover o esporte para meninas e mulheres. Alguns desses aspectos são apresentados abaixo:

1. Antes da maturação, o crescimento e desenvolvimento de meninos e meninas são similares, portanto, as diferenças de desempenho apresentadas durante a infância refletem os estímulos vivenciados ao longo da vida e não aspectos biológicos. As turmas mistas são interessantes ao reforçar a diversidade de pessoas que participar da modalidade e fomentar o respeito e o companheirismo entre jogadores e jogadoras. Entretanto, caso meninos e meninas apresentem diferentes desempenhos em função das experiências esportivas prévias, as turmas para meninas podem representar um ambiente mais acolhedor e fomentar a entrada e manutenção das praticantes no esporte.
2. É aconselhado que profissionais utilizem linguagens que aproximem as praticantes e reforcem seu protagonismo no ambiente esportivo. A conjugação das palavras no feminino e masculino se torna uma boa prática e as brincadeiras e piadas de caráter machistas devem ser evitadas.
3. O assédio pode acontecer de diferentes formas no ambiente esportivo por meio de palavras, comportamentos, atos, gestos e entre outros. Ele pode ser cometido por profissionais e praticantes e gera uma série de consequências negativas para o desenvolvimento das jogadoras no esporte e na vida. É importante que cenas de assédio sejam identificadas e refletidas com o intuito de tornar esse ambiente cada vez mais seguro para as praticantes.



## Amizades e a formação esportiva

Atualmente as amizades representam o principal mecanismo de entrada de meninas e mulheres no rugby. Ao serem convidadas por amigas para conhecerem a modalidade, as praticantes se identificam com os valores do Rugby e permanecem ativas no esporte.

Esse cenário reforça a importância de ações por parte de escolas, clubes e demais organizações esportivas que estimulem o convite e possibilitem a participação de mais meninas e mulheres no esporte. Além disso, os valores do Rugby se tornam aliados na identificação com a modalidade e na permanência esportiva.

## Ações educativas para familiares

Um dos principais desafios ainda enfrentados pelas jogadoras é o convencimento de familiares que o esporte pode ser praticado por meninas e mulheres. Diversos pais e mães ainda vinculam a modalidade à masculinidade e dificultam a participação de meninas e mulheres no esporte. Para reverter esse cenário, ações educativas promovidas por escola, clubes e organizações esportivas são importantes para desconstruir os estereótipos de gênero no esporte e tornar familiares aliados na promoção do esporte.

## Por um competir acessível a todos/as: um olhar especial para “elas” pensando em longo prazo

Embora sejamos muito bem representados por nossas Yaras, mulheres guerreiras que levam o Rugby de mulheres ao cenário internacional, a participação de meninas e mulheres ainda precisa avançar muito nas competições, uma vez que são as estruturas competitivas que ditam a organização dos projetos e das equipes que as disputam. Entendemos, por isso, que devemos fomentar um debate acerca da distinção de níveis competitivos nas categorias menores e estabelecer um pacto importante para a inclusão de meninas e mulheres na prática do Rugby em cenário brasileiro.

Pensamos que isso deve ocorrer por etapas, partindo, talvez de um cenário que não seja aquele ideal e mais seguro para que as meninas e mulheres possam se expressar e se posicionar enquanto tais no cenário esportivo, mas que compreendemos que venha a ser o ponto de partida para o desenvolvimento do Rugby de mulheres desde as primeiras categorias da modalidade.

Algumas iniciativas de jogos e partidas mistas são observadas e, em documento orientador das competições nacionais, a CBRu incentiva o que são denominadas equipes mistas. Porém, vamos aqui avançar sobre este conceito

buscando substituir o conceito de jogos mistos naipes único nas categorias M8, M10 e M12.

A concepção de turmas mistas possui como marca subjacente a ideia de que as meninas estariam autorizadas a participar dos jogos dos meninos, tendo em vista que hoje, a maioria das disputas nas primeiras categorias do Rugby são feitas por equipes masculinas. Esta concessão, porém, representa ainda uma mentalidade de que são os homens que cedem espaços para as mulheres, como se a possibilidade de participação feminina fosse condicionada pela aceitação ou não dos homens que são maioria no ambiente competitivo do Rugby desde sua base. Por isso, a CBRu busca firmar aqui uma orientação geral para que um naipe único seja adotado nas categorias M8, M10 e M12 em todo território nacional.

Em que isso implica? Significa que não se trata mais de um espaço em que meninos cedem o direito às meninas, mas um lugar que é, por direito, de ambos. Ainda – e isso significa a possibilidade de que um passo seja dado na direção ideal –, que caso uma equipe de meninas M10 consiga ser montada dentro de um clube – a partir também da adoção de turma de iniciação únicas em que meninos e meninas tenham por direito o acesso à aula e ao treino –, elas poderão disputar com sua equipe mesmo que os outros times participantes sejam só de meninos, sem que haja a necessidade de que

isso seja discutido em congressos técnicos ou acertado entre treinadoras/es, afinal, elas não são uma exceção, afinal, o direito disso acontecer está dado desde o momento que não há divisão de naipes nas categorias apresentadas.

E por que isso é um passo no caminho de garantia de que todas possam competir? Pois a partir do momento que equipes de meninas passem a ser formadas e disputem, pelo direito que é dado a todos e todas nas categorias M8, M10 e M12, competições tanto nas vias de participação como de resultados esportivos previstos neste documento, elas poderão reivindicar a possibilidade de jogar num naipe específico para elas. Isso significa que, a partir disso o naipe único estará extinguido? Não. Significa apenas que ao lado do naipe único, haverá também um naipe de mulheres que poderão escolher onde querem competir.

Contraditório? De modo algum! Trata-se de um acerto de contas com nossa estrutura tão patriarcal. Na prática, o que se busca com o estímulo ao naipe único é fomentar a possibilidade de que um espaço destinado especificamente às meninas e mulheres, na qual estudos apontam que meninas e mulheres se sentem mais seguras, com mais apoio emocional e suporte, seja uma conquista alavancada pela possibilidade de que meninas possam jogar Rugby sem que isso seja uma concepção.



## Para Refletir

# E quando o treinador e a treinadora não colaboram e burlam os princípios da proposta?

Giovana, ao ver que sua respectiva federação adotou o critério de naipes únicos para a categoria M10, achou a proposta muito interessante. Ela não conseguia montar uma equipe só de meninas e, toda vez que ia para as competições, ficava dependente da aceitação dos outros/os treinadoras/es para saber se conseguiria colocar Juliana em campo para jogar. Mas agora, ela sabia que Juliana tinha o direito de participar e, sabendo disso, ficou encorajada a também levar Lúcia para os jogos.

Mas, ao chegar na primeira temporada competitiva, ela notou algo estranho, as outras equipes não tinham trazido meninas. Ela percebeu que até mesmo aquelas/es treinadoras/es que costumemente traziam algumas meninas, agora não o fizeram. Giovana percebeu rapidamente o que estava acontecendo. Como o naipe era único, não era preciso mais ter meninas na equipe, logo, as/os treinadoras/es pararam de buscar meios de colocar suas jogadoras para participar das competições.

Há, obviamente um elemento ético no que foi apresentado anteriormente: qual é a garantia de que a adoção do naipe único não impulse ainda mais que escolhas sejam

tomadas para que apenas os meninos sejam colocados para jogar? Pensamos que, em se tratando do crescimento da modalidade, um treinador e uma treinadora não deveriam pensar deste modo. A escolha, porém, estará nas mãos deste treinador e desta treinadora, mas as consequências de sua escolha também.

Orientamos que em casos que seja percebida resistência mediante a adoção de estratégias segregadoras quanto à participação de meninas, dada as características de cada região de nosso Brasil e o modo como as competições são encaradas por treinadoras/es, caberá às federações e clubes assumirem um retorno à orientação do naipe misto determinando que cada equipe tenha um certo número mínimo de meninas em campo durante os jogos, o que ainda faz valer a possibilidade de que equipes exclusivamente formadas por meninas possam jogar sem presença de meninos em sua formação.

**Pense nisso!**

Esperamos, deste modo, que haja sensibilização para esta situação e que, em médio prazo, possamos ter mais meninas jogando Rugby, encorajadas pela iniciativa de estímulo ao naipe único nas categorias M8, M10 e M12, alicerçadas pelo pensar certo - ético - do treinador e da treinadora.



## Etapas do Caminho de Desenvolvimento de Atletas

Neste tópico apresentamos para cada etapa do CDA da CBRU: as características gerais, os objetivos, a aprendizagem do jogo, os conteúdos de jogo e boas práticas de gestão.

A considerar a aprendizagem por meio do jogo, entendemos que os diferentes princípios e componentes (retome o Quadro 3) estarão presentes nas fases de ataque e de defesa. Contudo, em se tratando de um processo de aprendizagem da lógica do jogo, torna-se importante que determinados conteúdos sejam estimulados em função das características das etapas. Nesse sentido, apresentamos os conteúdos de jogo a serem enfatizados de forma explícita em cada etapa do CDA, mas sem desconsiderar que outros poderão se manifestar no processo de ensino-treino do Rugby.

É importante salientar que as diretrizes de cada etapa representam recomendações gerais, mas o desenvolvimento e a aprendizagem são complexos e não lineares. Sabemos

que cada jornada de desenvolvimento é única e, portanto, esta proposta é apenas uma referência. Isso significa que as características entre os/as praticantes podem ser diferentes e, desta forma, treinadoras/es devem estar atentos/as para organizar conteúdos e estabelecer objetivos específicos para os praticantes de uma mesma etapa.

As idades estabelecidas são uma representação cronológica das etapas, mas já sabemos que podem existir diferenças no desenvolvimento maturacional. Por isso, torna-se importante que treinadoras/es estejam atentos e avaliem a maturação, especialmente na fase de pico de velocidade de crescimento (meninos  $\pm 14$  anos, meninas  $\pm 12$  anos), para interpretar adequadamente até que ponto o desempenho esportivo é efeito de uma interferência transitória do processo de maturação biológica, evitando julgamentos precipitados bem como erros de detecção e seleção de atletas.

# Experimentar e Brincar

## INFANTIS – M8 (até 8 anos)

### Características Gerais

Nesta etapa as crianças estão na fase egocêntrica, por isso, é comum que elas queiram ficar com a posse de bola. Ir contra a própria natureza da criança não ajudará no processo de socialização, pelo contrário, pode representar uma causa importante para provocar frustrações e abandonos. Por isso, é importante que treinadoras/es considerem essa característica a promova atividades divertidas que estimulem o princípio de jogo de AVANÇAR com a bola e PONTUAR.

### Outras características de desenvolvimento a serem consideradas nesta etapa:

- As habilidades sensoriais-perceptivas complexas não são refinadas. Por isso, é importante desenvolver os movimentos fundamentais gerais (correr, pular, rolar, lançar, pegar a bola), e estimular as percepções simples - percepção visual, auditiva, tátil, olfativa, gustativa, propriocepção.
- Aumento relativamente constante da força, velocidade e resistência, especialmente quando ocorrem estímulos ambientais adequados;
- A aquisição de habilidades motoras é favorecida nessa etapa devido ao rápido desenvolvimento neurológico e maior plasticidade neural;
- As diferenças no desempenho motor entre meninos e meninas é pequena ou inexistente, desde que ambos tenham oportunidade de prática motora;
- Estabilidade na taxa de crescimento em estatura, o que favorece a consolidação das habilidades motoras adquiridas.

### Objetivos da Etapa

- ✓ Diversão na experimentação do jogo
- ✓ Desenvolvimento de competências corporais básicas e variadas



## Aprendizagem do jogo

Comportamentos exploratórios do corpo e de novas tarefas são muito importantes para o desenvolvimento de habilidades gerais. A diversificação de experiências esportivas é o melhor meio do desenvolvimento do letramento corporal. As habilidades de locomoção aumentam muito rápido nesse período do desenvolvimento, o que possibilita que as/os jogadoras/es ganhem mais autonomia para marcar pontos no jogo.

É comum que nesta etapa as crianças se movimentem de forma agrupada em volta da bola e monopolizem a posse, dada as características supracitadas. Por isso, torna-se importante estimular as crianças a buscarem o objetivo

principal do jogo que é pontuar, fazendo com que elas se sintam protagonistas do jogo. À medida que as crianças desenvolvem competências corporais básicas e variadas, e experimentam o jogo, algumas começam compreender a lógica e a ocupar melhor os espaços. Ou seja, elas começam a correr com a bola onde há espaços para buscar marcar um try. Na perspectiva da defesa, também é comum que as crianças tenham receio do contato com os adversários e com o chão. Buscar formas de estimular a perda do medo do contato se torna importante para que as crianças comecem a fechar os espaços para impedir a progressão do adversário com a posse de bola.

## Conteúdos do Jogo - M8

### ATAQUE

Princípios gerais: avançar no espaço com a bola e pontuar.

Capacidade tático-técnica: superar o adversário e transportar a bola ao objetivo.

### DEFESA

Princípios gerais: impedir a progressão adversário ou proteger a área de conversão

Capacidade tático-técnica: perda de medo do contato com o piso e adversários; introdução ao tackle.

### POSIÇÕES

sem especialização de posições e diversificação de funções; Máxima liberdade de ação, pois as crianças necessitam explorar e experimentar diferentes situações e desafios causados pela imprevisibilidade do jogo.

## Boas Práticas de Gestão

- ✓ Efetuar levantamento de informações junto as federações, clubes e ongs para um Raio-X (escolas/quantidade de juvenil/masculino/feminino do Rugby - criar rotina semestral de atualização de dados)
- ✓ Após o levantamento identificar que ações são comuns em cada estância e criar um “modelo” com base nas lições aprendidas com que já fez
- ✓ Promover fóruns informativos sobre o que se espera desta etapa para cada agente do Rugby
- ✓ Gerar material informativo para uso das demais esferas e agentes atuantes no Rugby
- ✓ Capturar histórias de quem acessou ao Rugby nesta etapa ou o mais próximo possível e viável como história de ouro (exemplos vinculados ao DRIPS)
- ✓ Cartilha básica com FAQ e ilustrações para essa fase (virtual ou impressa)

# Brincar e Aprender

## INFANTIS - M8/M10/M12 (7 a 12 anos)

### Características Gerais

Na etapa anterior havia a necessidade de satisfazer as características egocêntricas das crianças em relação à posse da bola. A partir do M10, especialmente, há a necessidade de compartilhar a bola para manter a posse, evoluindo para o desenvolvimento do senso de coletividade.

### Outras características a serem consideradas nesta etapa de BRINCAR E APRENDER:

- Nessa faixa etária há o desenvolvimento da capacidade de coordenação, mobilidade conjunta e aptidão geral;
- Também há o desenvolvimento das habilidades sensoriais-perceptivas complexas:
  - Percepção espacial: perceber sua posição em relação aos companheiros e área de jogo;
  - Percepção temporal: perceber a intensidade e velocidade da bola para pegar um passe (recepção);
  - Percepção espaço-temporal: utilizar simultaneamente das percepções espacial e temporal exigindo do indivíduo uma capacidade de coordenação, adaptação e adequação às mudanças que ocorrem rapidamente;
  - Percepção figura-fundo: perceber bordas e limites – o que diferencia um objeto de uma figura;
  - Percepção análise-síntese: perceber limites para diferenciar parte de um objeto do todo desse objeto. Por exemplo: perceber parte do uniforme de um companheiro e distingui-lo dos adversários.

### Objetivos da Etapa

- ✓ Diversão na iniciação ao jogo

## Aprendizagem do jogo

Nesta etapa a diversificação de estímulos motores e experiências esportivas continua sendo importante para o letramento corporal e aprendizagem do jogo.

O aumento de habilidades de manipulação permite um controle melhor da bola e favorece as interações de passes entre companheiras/os. Os movimentos de pinça e agarre das mãos também facilitam interações defensivas com as/os oponentes.

A organização coletiva ofensiva/defensiva começa com

os jogadores centrados na bola, logo, interações ao redor da bola devem gerar competências corporais e táticas e melhorar o nível do jogo. Assim que essa organização começa a melhorar, as/os jogadoras/es começam a adquirir competências mais elaboradas de ocupação do espaço e devem terminar esta etapa com um jogo em função da bola e centrado nas jogadas, ou seja, nos papéis funcionais e posicionamentos em diversas situações e diferentes zonas do campo de jogo.

## Conteúdos do Jogo - M10

### ATAQUE

Princípios gerais: avançar no espaço com a bola + apoiar.

Capacidade tático-técnica: reconhecer os espaços vazios para avançar evitando o contato; reconhecer espaços em função do posicionamento da bola, dos companheiros e dos adversários para apoiar; posicionar-se em postura básica.

### DEFESA

Princípios gerais: impedir a progressão adversária.

Capacidade tático-técnica: técnica do tackle com foco na segurança (postura e uso do ombro).

### POSIÇÕES

Sem especialização de posições e diversificação de funções; Máxima liberdade de ação, pois as crianças necessitam explorar e experimentar diferentes situações e desafios causados pela imprevisibilidade do jogo.

## Conteúdos do Jogo - M12

### ATAQUE

Princípios gerais: avançar no espaço com a bola + apoiar + manter continuidade

Capacidade tático-técnica: posicionar em espaços vazios para criar linhas de passe e reconhecer os companheiros no espaço; buscar a superioridade numérica; evoluir a postura básica até o início do ruck ofensivo.

### DEFESA

Princípios gerais: avançar no espaço para impedir a progressão adversária + apoiar

Capacidade tático-técnica: reconhecer os espaços e avançar em cobertura em função da bola, companheiros e adversários; evoluir a técnica do tackle.

### POSIÇÕES

introdução à divisão entre Forwards e Backs, mas todos vivenciam ambas as posições, sem especialização.

## Boas Práticas de Gestão

- ✓ Promoção de evento para envolvimento e engajamento de agentes e praticantes iniciantes ou potenciais de Rugby para: a celebração da Normativa que adapta as regras e práticas do Rugby para esta etapa.  
a vivência imersiva e experiencial do potencial praticante e seus familiares, como em um dia de parque para estimular a adesão
- ✓ Promover fórum/pesquisas recorrentes para coletar dificuldades e recomendações sobre a aplicação da Normativa Adaptada para regras e práticas do Rugby, para esta etapa.
- ✓ Elencar e dispor em local apropriado (intranet) quadro de (treinadoras/ es e oficiais) com qualificações específicas para atuação com crianças para promoção do esporte infantil saudável.
- ✓ Colônias de Férias/Acampamentos que estimulem além de mini jogos o envolvimento das famílias no Rugby, bem como para reforço dos DRIPS como ferramenta de desenvolvimento infantil, com a contribuição dos demais agentes (participação de jogador de alto rendimento, jogador que inspire, treinador exemplo, etc.).
- ✓ Cartilha básica com FAQ (frequent asked questions) e ilustrações para essa fase (virtual ou impressa).

# Aprender e Treinar

## INFANTO JUVENIS - M12/M14 (11 a 14 anos)

### Características Gerais

Nesta etapa os adolescentes e jovens estão em fase de puberdade, na qual ocorrem diversas alterações morfológicas e funcionais.

- A prática esportiva prévia ao pico de velocidade de crescimento em estatura (PVC) deve oferecer alta gama de habilidades motoras, especialmente coordenação;
- O PVC dos meninos ocorre, em geral, aproximadamente aos 14 anos, sendo possível sua ocorrência entre os 12 e 16 anos. Já das meninas, em geral, ocorre aproximadamente aos 12 anos de idade, sendo possível sua ocorrência entre os 10 e os 14 anos;
- A taxa de crescimento média no PVC é de 10 cm/ano para os meninos e 9 cm/ano para as meninas;
- Nessa fase há um ganho de força e agilidade;
- Ganho de velocidade de reação e mudança de direção, especialmente a partir dos 14 anos;
- O nível de maturação influencia as capacidades físicas para a prática do basquete, sendo que as crianças/jovens com idade biológica avançada tendem a apresentar melhores níveis de aptidão física e competência motora. Em condições de esporte competitivo, jovens atletas podem apresentar desvantagens de desempenho enquanto estiverem em estágios de maturação biológica atrasada em relação aos seus pares na mesma faixa etária.

### Objetivos da Etapa

- ✓ Desenvolvimento de competências esportivas específicas do Rugby

## Aprendizagem do jogo

A diversificação ainda é o maior meio de desenvolver habilidades e aumentar as competências de jogo. No começo desta etapa, o crescimento e maturação divergem o ritmo de desenvolvimento momentâneo das/os jogadoras/es. Alguns marcos importantes do processo de maturação acontecem nesta etapa. As predisposições para as competências de jogo, tanto relacionadas ao crescimento físico e desenvolvimento percepto-motor, podem ficar desiguais. Pessoas com idades semelhantes podem apresentar diferentes estados maturacionais - biológicos, psicossociais e intelectuais - influenciando e impactando o desenvolvimento de cada jogador/a.

Nesta etapa, o comportamento social desenvolve-se consideravelmente e possibilitam maior consciências das relações interpessoais, aumentando o tempo em situações associativas. O nível do jogo segue a mesma tendência e potencializa essas relações interpessoais e valores fora dele e nos demais setores sociais. A competição passa a ter um papel formador e balizador dos primeiros indicadores de que a criança e o jovem quer ser atleta de Rugby. O nível de jogo ao final desta etapa deve contemplar momentos de individualidade e organização coletiva estruturada. As estratégias começam a ter melhor resposta ao treinamento de forma sistemática.

## Conteúdos do Jogo - M14

### **ATAQUE**

Princípios gerais: avançar no espaço com a bola + apoiar + manter continuidade + aplicar pressão

Capacidade tático-técnica: ângulos e linhas de corrida em busca de espaços; trabalho específico de habilidades com

### **DEFESA**

Princípios gerais: avançar no espaço para impedir a progressão adversária + apoiar + pressionar para contestar a posse de bola

Capacidade tático-técnica: trabalho específico de todos os tipos de tackle e seus componentes para deter o adversário; ruck para recuperar a posse da bola

Organização das transições ATAQUE-DEFESA/ DEFESA-ATAQUE (Contra-ataque); foco na qualidade da execução.

### **POSIÇÕES**

Introdução às posições específicas do jogo, mas todos vivenciam todas as posições

## Boas Práticas de Gestão

Monitoramento e divulgação em local apropriado e acessível (intranet/ redes sociais) dos eventos que ocorrem nas instituições e seus locais de prática para esta etapa, uma vez que estimula a troca e as boas práticas entre instituições.

Validar com os diferentes agentes se as características e conteúdo desta etapa está difundido e compreendido em uma roda de conversa estruturada e celebrar em documento ilustrativo.



Criar eventos geradores de engajamento às competições e que envolvam os agentes do Rugby e demais membros da comunidade.



Promover fóruns participativos com a presença dos agentes e membros da comunidade do Rugby para a troca de desafios e superações sobre as competições nesta etapa (facilita o acompanhamento).



Elencar e dispor em local apropriado (intranet) quadro de (treinadoras/ es e oficiais) com qualificações específicas para atuação com jovens atletas em formação.



Colônias de Férias/Acampamentos que estimulem além dos jogos o reforço dos DRIPS como ferramenta de desenvolvimento de jovens atletas (contar com participação de jogador de alto rendimento –mensagem virtual de incentivo, jogador que inspire, treinador exemplo, etc.).



Etapa de transições e mescla entre diferentes estágios de jogadores de Rugby, logo, preconiza uma ação de monitoramento do desenvolvimento esportivo (selecionáveis) e acompanhamento desses jogadores para o suporte no enfrentamento dos principais desafios que podem fazê-los abandonar o esporte (ações integradas equipe de Alto Rendimento + Desenvolvimento).

# Treinar e Competir

## JUVENIS - M15/M17 (14 a 17 anos)

### Características Gerais

Do começo ao final desta etapa acontecem muitos processos de mudanças, o que faz dela uma das mais difíceis de se compreender e trabalhar no DALP. É nesta etapa por exemplo, onde pode ocorrer uma evasão do/a atleta no CDA ou até evasão do esporte.

Existe também uma série de transições normativas e não-normativas\*(nota de rodapé) que a pessoa passa neste período da vida. Algumas delas são muito influentes no começo desta etapa, como a maturação biológica, por exemplo, enquanto outros comportamentos começam ao final deste processo, ou seja, no início da fase adulta, e são mais influentes no amadurecimento afetivo, social, cognitivo e psicológico.

Enquanto isso, nesta mesma etapa, o desenvolvimento psicossocial está em seu pleno processo de diversificação, pois é quando o/a atleta se descentra da figura da família e professoras/res e treinadoras/es e passa conviver em mais círculos sociais. Em contrapartida, é nesta etapa que as competências de jogo e suas respectivas habilidades corporais alcançam o maior grau de treinabilidade. Sendo assim, o aumento da complexidade das tarefas, bem como a introdução e desenvolvimento de outras componentes do treino, como a preparação física, a prevenção de lesões, a recuperação e outros aspectos relacionados à vida de atleta, como a nutrição e alimentação e o sono devem entrar na rotina do/a atleta de Rugby. A preparação física pode ser intensificada para que o/a atleta desenvolva todo seu potencial físico.

Se forem considerados com atenção todos estes aspectos intervenientes, haverá um aumento exponencial do potencial atlético e das competências de jogo nesta etapa e, assim, ao final desta etapa, o/a atleta está preparado para a transição para as categorias M23 e Adulto.

A seguir vamos detalhar a etapa de Treinar e Competir por categorias, começando pelas categorias M15, M16, M17 e M19 que marcam aproximadamente o final do período de maturação biológica.

### Objetivos da Etapa

- ✓ Desenvolvimento de competências específicas
- ✓ Desenvolvimento das potencialidades atléticas
- ✓ Aumento do nível de competitividade

## Aprendizagem do jogo

Nessa etapa, o/a jogador/a de Rugby começa a entender melhor as estratégias de jogo coletivo, bem como seus papéis e funções na equipe nos momentos ofensivos e defensivos. É um período bem oportuno para o desenvolvimento das competências de jogo e é possível notar que o jogo estruturado nessa etapa passa a ficar cada vez mais elaborado. O nível do jogo atinge momentos de estruturação coletiva e, progressivamente, aumentam as situações de elaboração coletiva, com o aumento das sincronias, coordenações entre jogadoras/es e entrosamento nas jogadas de ataque e defesa.

A preparação atlética permite uma participação mais eficaz nas situações de jogo. Nem todos as/os jogadoras/es evoluem na mesma velocidade quanto as questões da preparação atlética e das competências de jogo. É importante lembrar que nem todas/os vão especializar-se em todos os papéis e funções no jogo. Por isso, a componentes atlética nesta etapa começa a ser diferenciada para atender as características de jogo que as/os atletas vem cultivando desde seu início

na modalidade. Nesta etapa do DALP é quando comumente chega ao final o crescimento e a maturação corporal. Portanto, sabemos que algumas características que irão permanecer em cada um/a atleta de Rugby. Portanto, a partir do momento em que estas características começam a ficar mais definidas, as/os treinadoras/es devem acentuar o processo de especialização e direcionamento dos conteúdos do treinamento.

No que diz respeito ao jogo, ao final desta etapa, o/a jovem atleta de Rugby deve estar especializado em mais de uma função e papel dentro do jogo coletivo da equipe, porém devem aprender cada vez mais formas de atacar e defender - usando as habilidades corporais, habilidades técnicas, o entendimento do jogo e, assim, as suas competências de jogo. Por fim, a capacidade de observação e análise do jogo estão mais elaboradas ao final desta etapa, por isso a utilização intencional de estratégias de aprendizagem por meio de vídeos e outros recursos didáticos são muito importantes para aumentar consciência sobre o jogo.

## Conteúdos do Jogo - M15

- Mais importante entender o jogo como um todo e os grupos específicos (grupo de backs e forwards)
- Tomar boas decisões e saber refletir sobre os erros Individuais, setoriais ou do comportamento de toda a equipe.
- Entender o jogo coletivo
- Bom posicionamento
- Seu papel em cada princípio e as transições de papéis durante o jogo (quem sou eu no jogo em cada momento - com e sem bola)
- Habilidades relacionadas a cada princípio: mas começar a trabalhar de forma mais geral - que atinja o objetivo (maior êxito do que da melhor forma) - qto mais formas de fazer, melhor - identificando as variações em função das situações - destacar os pontos chaves aos poucos, de forma progressiva
- Todos/as passam por todas situações e posições (conhecer as características - vivenciar o que é jogar em cada posição)
- Melhorar suas competências de posicionamento corporal e ocupação do espaço para que possa cada vez mais jogar em função da equipe.
- Desenvolver a inteligência e criatividade no jogo por meio de uma aprendizagem variada e diversificada de situações de jogo.
- Aprimorar as habilidades cognitivas e perceptomotoras que devem ser usadas em cada princípio e em cada situação de jogo.
- Apoio / jogo coletivo
- Aceitar decisões dos/as companheiros/a
- Colaboração
- Solidariedade

## Conteúdos do Jogo - M15

- Mais importante entender o jogo como um todo e os grupos específicos (grupo de backs e forwards)
- Tomar boas decisões e saber refletir sobre os erros Individuais, setoriais ou do comportamento de toda a equipe.
- Entender o jogo coletivo
- Bom posicionamento
- Seu papel em cada princípio e as transições de papéis durante o jogo (quem sou eu no jogo em cada momento - com e sem bola)
- Habilidades relacionadas a cada princípio: mas começar a trabalhar de forma mais geral - que atinja o objetivo (maior êxito do que da melhor forma) - qto mais formas de fazer, melhor - identificando as variações em função das situações - destacar os pontos chaves aos poucos, de forma progressiva
- Todos/as passam por todas situações e posições (conhecer as características - vivenciar o que é jogar em cada posição)
- Melhorar suas competências de posicionamento corporal e ocupação do espaço para que possa cada vez mais jogar em função da equipe.
- Desenvolver a inteligência e criatividade no jogo por meio de uma aprendizagem variada e diversificada de situações de jogo.
- Aprimorar as habilidades cognitivas e perceptomotoras que devem ser usadas em cada princípio e em cada situação de jogo.
- Apoio / jogo coletivo
- Aceitar decisões dos/as companheiros/a
- Colaboração
- Solidariedade

## Conteúdos do Jogo - M16

- Refinamento das habilidades
- Especificidade em relação à técnica
- Padrão de jogo - Tático/estratégico
- Começar a direcionar para determinadas posições (mas deixar a definição para depois)
- Refinamento das habilidades
- Especificidade em relação à técnica
- Padrão de jogo - Tático/estratégico
- Começar a direcionar para determinadas posições (mas deixar a definição para depois)
- Integridade
- Jogo Limpo
- Lidar/respeitar regras/leis do jogo - quase completas
- Manter os valores mesmo com a competitividade/ influências externas

## Conteúdos do Jogo - M17

- Jogo estruturado/elaborado de forma mais livre
- Jogo mais abertos de possibilidades
- Diversificação/repertório de jogadas
- Desenvolvimento de subprincípios com repertório de jogadas
- Não reproduzir modelo de jogo - evitar especialização do jogo
- Domínio de todos os princípios básicos
- Continuar diversificação de posições e aprofundar em algumas com o perfil mais adequado
- Refinamento das competências de jogo
- Exploração de contextos diversificados de situação de jogo



**ATAQUE**

- Jogo de chutes
- Disputa da posse no lançamento
- Disputa no jogo aberto
- Domínio dos princípios
- Identificar espaços
- Atacar espaços
- Gerar continuidade
- Especializar em posições e compreender papéis funcionais
- 1a e 2a linha
- 3a linha e centros
- Half e abertura
- Pontas e fullbacks

**DEFESA**

- Resolução de situações
- Vantagens/desvantagens
- Especializar em posições e compreender papéis funcionais

## Boas Práticas de Gestão

- ✓ Promover fóruns participativos com a presença dos agentes e membros da comunidade do Rugby para a troca de desafios e superações sobre as competições nesta etapa. (facilita o acompanhamento).
- ✓ Elencar casos e histórias ilustrativas para prevenção e esclarecimentos sobre doping, atreve de fóruns e rodas de conversa que incluam todos os agentes do Rugby.
- ✓ Mapeamento e Identificação dos principais nós de conhecimento do atleta e os diversos agentes que lidam com ele nesta fase- ajuda a compreensão das características e necessidades da rotina de atletas de elite e propor ações efetivas para evitar descontinuidades formativas
- ✓ Disposição das principais conquistas/histórias das carreiras e qualificações dos profissionais (treinadoras/es e oficiais) que tenham qualificações específicas para atuação com jovens atletas em formação
- ✓ Aproximar em minijogos e rodas de conversas as/os atletas jovens de outros mais experientes na busca de incentivarem e estimularem a manutenção nos jogos e para que desejem estar em condições de competir em maior nível de exigência.
- ✓ Promoção de laboratórios ao vivo, onde as/os atletas jovens acompanhem jogos dos mais experientes e desenvolvam o olhar clínico para questões específicas para a prática do Jogo
- ✓ Selecionar estórias de atletas que tiveram seus desenvolvimentos monitorados e assistidos por uma equipe/clube e pela própria Confederação de Rugby.
- ✓ Capturar estórias significativas de jogos e atuações de atletas experientes para que sirvam de inspiração em excelência esportiva e que também reforcem o desenvolvimento físico e mental nesta etapa. Essas estórias devem ilustrar a trajetória de abnegação e disciplina para a obtenção de alto rendimento no esporte.
- ✓ Instituir o “Fala Atleta” - projeto de escuta do atleta para mitigar possíveis dificuldades que venha enfrentando para a manutenção do seu desenvolvimento no esporte e buscar capturar e atender as necessidades específicas de cada atleta.
- ✓ Suporte no planejamento de carreira e autodesenvolvimento dentro e fora do esporte.

# Competir e Vencer

## JUNIORES E ADULTOS - M19/M23 (18 a 23 anos)

### Características Gerais

Esta etapa que compreende, sobretudo, as categorias M19 e M23, é um caminho para consolidar uma carreira esportiva como jogador/a de Rugby. Neste momento é crucial que exista uma rede de apoio para que o/a atleta se dedique aos treinamentos e competições.

Infelizmente, é nesta etapa que a evasão de atletas acontece com mais frequência, muitas/os atletas abandonam a carreira esportiva ou transitam para ambientes menos competitivos, de recreação ou participação. Isso acontece devido à interferências da vida acadêmica e vocacional. Outro fator relevante é o desenvolvimento psicossocial que o indivíduo teve até o momento, que está fortemente relacionado ao quanto este/a atleta conseguiu se engajar no Rugby e querer para si a carreira de atleta para seguir no CDA e também o quanto conseguiu ter de rede de apoio externa para que possa prosseguir na carreira esportiva e fazer dela sua profissão.

Portanto, a etapa de Competir e Vencer é um período sensível, com transições individuais, relacionadas ao que o Rugby representou até o momento para este/a atleta e transições psicossociais, acadêmico-vocacionais e organizacional e sociocultural, que dizem respeito a rede de apoio ou as barreiras que o/ atleta tem para conseguir continuar no CDA do Rugby.

### Objetivos da Etapa

- ✓ Aumentar o nível de competitividade
- ✓ Desenvolver características tático-técnicas específicas por posição
- ✓ Potencializar características e necessidades físicas-fisiológicas por posição
- ✓ Ganhar experiência de papéis e funções dentro do jogo
- ✓ Compreender diferentes sistemas e modelos de jogo

## Aprendizagem do jogo

a etapa Competir e Vencer deve haver um processo de especialização em competências do jogo específicas, pois nessa etapa a maioria das/os atletas já definiram seus papéis e funções principais na equipe. Com relação ao desenvolvimento atlético, existe uma diversificação de meios de treino que são incorporados na rotina de atleta, com ênfase em treinamentos individualizados por característica das posições e funções. É nesse momento da carreira

que as/os atleta chegam na maturidade técnica de suas principais habilidades corporais e habilidades específicas do jogo. E também devem estar cada vez mais melhoradas as capacidades de análise tática de jogo através de vídeo e conversas entre as/treinas/es e companheiras/os de equipe, bem como sua transferência aplicada às situações nos diferentes modelos de jogo.

## Conteúdos do Jogo

Por se tratar de uma etapa mais madura do CDA, rumo à carreira esportiva no Rugby, espera-se que os/as jogadores/as sigam o desenvolvimento de competências específicas de jogo, em função de sua posição e funções, bem como do

modelo de jogo de sua equipe. Retome o quadro de posições no Rugby e o tópico de Modelo de Jogo no capítulo 2 deste documento.

## M19/M23

Neste momento do processo de aprendizagem, além dos conteúdos trabalhados nas etapas anteriores que ainda compõem sistematicamente os conteúdos de treino do atleta que ingressa no alto rendimento, os objetivos passam a ganhar uma complexidade maior no que tange às questões relacionadas ao jogo coletivo do/a atleta. Como já passaram por uma série de especializações de papéis e funções dentro do jogo e, na preparação atlética, levam

alguns anos adaptando-se a diferentes estímulos de treino e aumento progressivo do volume e intensidade de trabalho, devem ser desenvolvidos e potencializados comportamentos coletivos que desenvolva cada vez mais potencial como jogador/a de Rugby. Por isso, os grandes objetivos nesta etapa estão vinculados à dimensão tática e estratégica do jogo. Destacamos aqui alguns destes objetivos que compõem a aprendizagem do jogo coletivo:

- Aprender diferentes formas de interação das unidades (grupos de forwards e backs)
- Aumentar a compreensão tática e a capacidade de adaptação estratégico-tática de acordo com a equipe oponente
- Desenvolver o modelo de jogo baseado nas competências dos atletas
- Saber jogar com e contra diferentes equipes e diferentes planos de jogo

### ATAQUE

- Aplicar os princípios de ataque de forma mais efetiva por meio das leituras individuais e compreensão coletiva do jogo
- Adaptação às regras da categoria adulta de scrum que não limita empurrar o scrum adversário até 1,5m.

### DEFESA

- Leitura do tipo de ataque e capacidade de adaptação estratégica
- Adaptação às regras da categoria adulta de scrum que não limita empurrar o scrum adversário até 1,5m

## Boas Práticas de Gestão

- ✓ Disposição das principais conquistas/histórias das carreiras e qualificações dos profissionais (treinadoras/es e oficiais) que tenham qualificações específicas para atuação nesta etapa.
- ✓ Mapeamento e Identificação dos principais nós de conhecimento do atleta e os diversos agentes que lidam com ele nesta fase- ajuda a manutenibilidade do suporte ao atleta para que esteja focado nas competições e assim propor ações efetivas para evitar descontinuidades formativas/atendimentos.
- ✓ Instituir o “Fala Atleta” - projeto de escuta do atleta para mitigar possíveis dificuldades que venha enfrentando para a manutenção do seu desenvolvimento no esporte e buscar capturar e atender as necessidades específicas de cada atleta.
- ✓ Suporte mais próximo de acompanhamento e planejamento de carreira e autodesenvolvimento dentro e fora do esporte.
- ✓ Capturar em formato storytelling a vida e carreira das/os atletas desta etapa (seus desafios e superações).

# Vencer e Inspirar

## ADULTOS (>20 anos)

### Características Gerais

A penúltima etapa do CDA é um período que se inicia quando um/a atleta já tem ao menos uma temporada competindo no alto rendimento. Ao longo desta etapa, muitas temporadas podem ir somando-se às experiências de atleta, podendo ser no nível nacional, continental e internacional. É comum que neste período ocorra mudança de clubes, de cidade, de país, o que gera a necessidade de uma adaptação sociocultural, além das adaptações de filosofias de jogo e treino implantadas em cada um destes lugares. Esta etapa não tem uma idade certa para o término.

Caso não exista um fator inesperado, como lesão, falta de rede apoio ou problemas da dimensão psicossocial ou acadêmico-vocacional, o/a atleta de Rugby tende a terminar esta etapa depois dos 30 anos de idade. Também é mais comum que atinja o seu desenvolvimento ótimo em todas as dimensões entre 25 e 33 anos de idade, no qual as experiências de treino e competições foram acumuladas e tornam-se representativas para construção deste/a jogador/a completa e maduro/a para encarar os desafios da carreira esportiva no Rugby.

Por fim, o final desta etapa envolve uma transição pós-carreira de atleta, que é um período único no CDA, pois culmina no término de um ciclo que começou, muitas vezes à mais de uma ou até mais de duas décadas atrás. Nesse sentido, os principais sinais que demonstram o início desta transição estão relacionados à diminuição da potência atlética, a sensação de não se adequar a rotina de treinamentos e competições para atingir o alto rendimento e o desejo de ingressar em outra atividade vocacional.

### Objetivos da Etapa

- ✓ Manter o nível de competitividade alta durante as temporadas
- ✓ Aprimorar as técnicas esportivas específicas da posição
- ✓ Especializar o treinamento das capacidades físicas-fisiológicas por posição
- ✓ Compreensão geral e aplicação dos papéis e funções dos diferentes sistemas e modelos de jogo
- ✓ Potencializar o desenvolvimento atlético e prevenir lesões
- ✓ Prepara-se para a transição pós-carreira de atleta

## Aprendizagem do Jogo

Nessa etapa o/a atleta já domina diversos meios e métodos de treinamento, desde os treinos fora do campo que dão base e sustentam as exigentes demandas dos treinos e jogos, até os treinos de Rugby com a mais alta complexidade de jogo. Após a experiência acumuladas de anos de treinamento e competições, é esperado que o/a atleta consiga analisar-se dentro do jogo, descobrir jogando estratégias individuais e coletivas para colaborar com a equipe e competir melhor. É possível também, que com sua experiência, estas/es atletas consigam descobrir durante a temporada as próprias necessidades de treinamentos individualizados de acordo com uma autoavaliação do próprio desempenho em treinos

e competições e, assim, ajudar o corpo técnico a direcionar seu programa de treino físico, técnico ou tático e dos aspectos comportamentais que precisa de atenção.

Nesse momento da carreira esportiva, os jogos ficam cada vez mais complexos, o que torna as/os grandes atletas, jogadoras/es capazes de ter uma compreensão tática elaborada do jogo, utilizando informações contextuais e análise de vídeo para melhorar estrategicamente suas ações. Por fim, este/a atleta acaba por ampliar sua leitura e compreensão de jogo, e também é exemplo para os demais e orienta atletas mais jovens no treinamento dentro e fora do campo.

## Conteúdos do Jogo - M16

Por se tratar de uma etapa mais madura do CDA, rumo à carreira esportiva no Rugby, espera-se que os/as jogadores/as sigam o desenvolvimento de competências específicas de jogo, em função de sua posição e funções, bem como do

modelo de jogo de sua equipe. Retome o quadro de posições no Rugby e o tópico de Modelo de Jogo no capítulo 2 deste documento.

## Boas Práticas de Gestão

- ✓ Instituir programas de transição de carreira, bem estruturadas e que possam considerar seu expertise para suportar as ações de Rugby.
- ✓ Monitorar e acompanhar o quantitativo de atletas com previsão de encerrar a carreira em um próximo ciclo, para:
  - envolvê-los em programas educativos que estimulem as futuras gerações de atletas atuais de elite.
  - no registro e documentação dos feitos durante sua carreira –memórias
  - encorajá-los a se tornarem mentores/conselheiros de atletas jovens.
- ✓ Manter registro de ranking de conquistas nacionais e internacionais dispostas em ambientes apropriados (site ou similares)
- ✓ Estabelecer rotina de atualização e manutenção de registros de informações detalhadas sobre o desempenho esportivo das/os atletas de alto rendimento para facilitar as tomadas de decisões pelos agentes envolvidos.

# Inspirar e Reinventar-se

## Características Gerais

Esta etapa está relacionada à transição pós-carreira no Rugby, que pode ocorrer antes mesmo da categoria adulta, como entre o M19 e M23, por exemplo. Trata-se da etapa em que um/a atleta deixa de competir no alto rendimento, por diferentes motivos, e passa a se dedicar de outras formas ao Rugby: torna-se um/a treinador/a, gestor/a, apoiador/a, e/ou segue como atleta no contexto de participação.

Para que a/o atleta possa seguir no pós-carreira no CDA, torna-se importante que as diferentes instituições do Rugby incentivem esse processo, a partir de projetos e ações de suporte nessa transição, e de oportunidades de participação distintas, como o desenvolvimento de competições no nível da participação (como discorreremos no capítulo 2), incluindo na categoria master.

Vale destacar que o foco desta etapa não está relacionado às questões do jogo propriamente dito, como os conteúdos de ataque e de defesa, mas sim às ações que podem auxiliar a/o ex-atleta a se reinventar e seguir inspirando. Desta forma, no tópico abaixo, descrevemos algumas sugestões de boas práticas de gestão para o fomento desta etapa. Essas são formas de agregar valor à trajetória daquela/e que tanto se dedicou ao Rugby e que agora poderá se reinventar e contribuir de outras formas, inspirando novos praticantes a se engajarem na modalidade.

## Boas Práticas de Gestão

- ✓ Mapear e registrar os motivos que levam atletas a encerrarem a carreira esportiva nas diferentes fases de desenvolvimento.
- ✓ Projeto Legado – um conjunto de ações que visam o envolvimento de atletas sua valorização do seu papel de inspiração para atletas mais jovens e de possível atuação em ações de promoção do esporte nas outras etapas de desenvolvimento. [Mentores/ Orientadores/ Conselheiros] e ainda a organização de materiais informativos, com livros e exposições contando sua história, premiações, entre outras.
- ✓ Elencar ex-atletas para compor uma Galeria Virtual que reúna os feitos de atletas brasileiras/os no seu esporte
- ✓ Programas de Transição de Carreira que auxiliem no direcionamento e planejamento da vida profissional, incluindo suporte para atuação no mercado esportivo na área técnica ou de gestão.
- ✓ Encorajar a reunião de ex-atletas e o contato remoto constante (em um grupo de aplicativo de comunicação ou página de rede social, por exemplo) pode ser uma ação propulsora de suporte entre as/os próprias/os ex-atletas.
- ✓ Projeto Abrace o Rugby – conjunto de ações que permitam as/os atletas a compartilharem suas experiências e vivências para contribuir técnica e gestão formalmente com uma federação ou clube que necessite desse tipo de suporte.
- ✓ Capturar lições e aprendizados de ex profissionais do Rugby em quaisquer níveis e esferas e disponibilizar de acordo com o cenário (inspirar ou capacitar outros)



# Considerações Finais



Apresentamos neste documento uma proposta de Modelo de Desenvolvimento de Atletas de Rugby, sob um olhar multifatorial e holístico, entendendo que no centro do processo está a PESSOA-ATLETA-JOGADOR/A, mas sem desconsiderar o ambiente em seu entorno. Por isso, também apresentamos diretrizes para a gestão do conhecimento para entidades esportivas promotoras da modalidade em diferentes contextos de prática, e destacamos diferentes agentes envolvidos/as no processo de desenvolvimento esportivo em longo prazo. Buscamos também norteador o Caminho de Desenvolvimento de Atletas, a fim de promover a trajetória de rendimento no Rugby, um esporte ainda em ascensão no Brasil.

Certamente o Modelo não se esgota neste documento, sobretudo pelo esporte se tratar de um fenômeno em constante evolução, frente ao desenvolvimento das pessoas em um ambiente “vivo”, que sofre mudanças sociais e culturais ao longo do tempo. Contudo, A CBRu entende como necessária a sistematização de práticas, a fim de contribuir no engajamento das pessoas no Rugby, na qualidade das relações entre os diferentes agentes envolvidos na comunidade e na promoção de cenários apropriados para a prática da modalidade. Desta forma, podemos tornar o Rugby brasileiro uma potência internacional e um dos principais esportes do Brasil até 2030.

# Bibliografia

ALMEIDA, Marco Bettine; GUTIERREZ, Diego Monteiro; OLIVEIRA, Alua. Corpo e feminilidade a partir da experiência das jogadoras de Rugby brasileiras. *Revista brasileira de estudos do lazer*, v. 4, n. 3, p. 139-153, 2017.

BAKER, J., CÔTÉ, J., & ABERNETHY, B. (2003). Sport specific practice and the development of expert decision-making in team ball sports. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 12-25. <https://doi.org/10.1080/10413200390180035>

BRASIL RUGBY. Projeto Nina, voltado ao Rugby feminino de base, terá primeiro encontro neste sábado. Disponível em: <https://brasilRugby.com.br/2021/06/02/projeto-nina-voltado-ao-Rugby-feminino-de-base-tera-primeiro-encontro-neste-sabado/>

BRONFENBRENNER, U.; MORRIS, P. A. The bioecological model of human development. In: LERNER, R. M. *Theoretical Models of Human Development*. Handbook of Child Psychology. John Wiley, Hoboken, NJ: 2006.

COB, Comitê Olímpico do Brasil. Modelo de Desenvolvimento Esportivo do Comitê Olímpico do Brasil, 2022. Disponível em: <https://www.cob.org.br/pt/cob/time-brasil/modelo-desenvolvimento-esportivo>

CÔTÉ, Jean; HANCOCK, David J. Evidence-based policies for youth sport programmes. *International Journal of Sport Policy and Politics*, v. 8, n. 1, p. 51-65, 2016.

ESPN. Rugby: CEO da CBRu destaca desafio de dirigentes mulheres no esporte: 'Todo dia eu preciso quebrar estereótipos. Disponível em: [https://www.espn.com.br/Rugby/artigo/\\_/id/10394361/Rugby-ceo-da-cbru-destaca-desafio-de-dirigentes-mulheres-no-esporte-todo-dia-eu-preciso-quebrar-estereotipos](https://www.espn.com.br/Rugby/artigo/_/id/10394361/Rugby-ceo-da-cbru-destaca-desafio-de-dirigentes-mulheres-no-esporte-todo-dia-eu-preciso-quebrar-estereotipos)

GALATTI, L.R., BETTEGA, O.B., PAES, R.R., REVERDITO, R.S., SEOANE, A.M., & SCAGLIA, A.J. (2017). O ensino dos jogos esportivos coletivos: avanços metodológicos dos aspectos estratégico-tático-técnicos. *Pensar a Prática*, 20(3), 639-654. <https://doi.org/10.5216/rpp.v20i3.39593>

JOVEM PAN. CEO da Confederação Brasileira de Rugby aponta falta de líderes mulheres em entidades esportivas. Disponível em: <https://jovempan.com.br/programas/mulheres-positivas/ceo-da-confederacao-brasileira-de-Rugby-aponta-falta-de-lideres-mulheres-em-entidades-esportivas.html>

LEONARDO, Lucas; KRAHENBÜHL, Tathyane; SCAGLIA, Alcides José. Modelo de participação competitiva: orientações às ligas e federações esportivas para o desenvolvimento positivo em competição de jovens. In: *Anais do Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte*. 2017. p. 3084-3088.

LEONARDO, Lucas.; GALATTI, Larissa Rafaela; SCAGLIA, Alcides José. Disposições preliminares sobre um modelo de participação competitiva para jovens e o papel do treinador. In: GONZALEZ, R. H.; MACHADO, M. M. T. (Orgs.) *Pedagogia do esporte: novas tendências*. Fortaleza: Universidade Federal do Ceará, 2017. p. 301-324.

SCAGLIA, A.J., REVERDITO, R.S., LEONARDO, L., & LIZANA, C.J.R. (2013). O ensino dos jogos esportivos coletivos: as competências essenciais e a lógica do jogo em meio ao processo organizacional sistêmico. *Movimento*, 19(4), 227-249. Recuperado de: <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/viewFile/37893/27534>

SILVA, Francisca Islandia Cardoso da; ALMEIDA, Dulce Maria Filgueira de. Masculinidades no esporte: o caso do Rugby. *Movimento*, v. 26, 2021.

VALLE, Beto do. Aprendendo com os ciclos de negócio: muito além do foco em resultados. *Impaktconsult.com*, 2022. Disponível em: <https://impaktconsult.com/blog/blog/aprendendo-com-os-ciclos-do-negocio-muito-alem-do-foco-em-resultados>  
Acesso em 28 de outubro de 2022

VAUGHAN, J., MALLETT, C.J., DAVIDS, K., POTRAC, P., & LÓPEZ-FELIP, M.A. (2019). Developing creativity to enhance human potential in sport: a wicked transdisciplinary challenge. *Frontiers in Psychology*, 10(September), 1–16. <https://www.doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02090>

WIERSMA, L. D. Reformation or reclassification? A proposal of a rating system for youth sport programs. *Quest*, v. 57, n. 4, p. 376-391, 2005.

WORLD RUGBY. Passaporte do Rugby, 2014. Disponível em: <https://passport.world.rugby/pt-br/>



# **MODELO DE DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS DE RUGBY NO BRASIL**

Novembro, 2022.

[cob.com.br](http://cob.com.br)

[brasilrugby.com.br](http://brasilrugby.com.br)