

EDUCAÇÃO FÍSICA

LEONARDO SILVA VERTUAN

**ANÁLISE TÉCNICA DO *FOREHAND* NO *BEACH*
*TENNIS***



Rio Claro - SP
2023

LEONARDO SILVA VERTUAN

ANÁLISE TÉCNICA DO *FOREHAND* NO *BEACH TENNIS*

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Biociências – Câmpus de Rio Claro, da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, para obtenção do grau de Bacharelado em Educação Física.

Orientador: Profa. Dra. Cynthia Yukiko Hiraga

Rio Claro - SP
2023

V568a Vertuan, Leonardo Silva
Análise técnica do forehand no beach tennis / Leonardo
Silva Vertuan. -- Rio Claro, 2023
23 p. : il., tabs.

Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado -
Educação Física) - Universidade Estadual Paulista
(Unesp), Instituto de Biociências, Rio Claro
Orientadora: Cynthia Yukiko Hiraga

1. beach tennis. 2. forehand. 3. análise. 4. tênis de praia.
I. Título.

Sistema de geração automática de fichas catalográficas da Unesp. Biblioteca do
Instituto de Biociências, Rio Claro. Dados fornecidos pelo autor(a).

Essa ficha não pode ser modificada.

LEONARDO SILVA VERTUAN

Análise técnica do forehand no beach tennis

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Biociências – Câmpus de Rio Claro, da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, para obtenção do grau de Bacharel em Educação Física

BANCA EXAMINADORA:

Profa. Dra Cynthia Yukiko Hiraga (orientador)
Prof. Dr. José Angelo Barela
Prof. Dr. Alexandre Gabarra de Oliveira

Aprovado em: 8 de novembro de 2023

Assinatura do discente

Assinatura do(a) orientador(a)



Documento assinado digitalmente
LEONARDO SILVA VERTUAN
Data: 27/09/2023 12:58:45-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar gostaria de agradecer minha família, em especial meus pais, por sempre me derem suporte e apoio, principalmente nas minhas escolhas e nestas escolhas, uma das mais importantes, a escolha de ir para a educação física, essa que sempre foi a minha paixão, porém sem o apoio deles, não seria possível se aprofundar nesse mundo, então muito obrigado pelo apoio sempre.

Em minha vida toda, diversos esportes passaram pela minha vida e foram meu foco e paixão, como futebol, tênis e principalmente o voleibol, este que pratiquei e competi durante 11 anos e com certeza sem as experiências que tive dentro do voleibol, não seria quem sou hoje, então meu muito obrigado ao voleibol e a todos que fizeram parte da minha vida neste esporte, desde meus companheiros e amigos, como meus técnicos, em especial o Fábio e o Marcelo, estes que me ensinaram muito dentro e fora do esporte.

Em 2020, quando entrei na UNESP, tinha a certeza de que iria trabalhar com voleibol durante minha vida, este era meu foco, porém com a pandemia, novas experiências vieram e surgiu o *beach tennis* em minha vida, uma surpresa muito grata que passou a ser meu novo foco e minha nova paixão, um mundo ainda a ser explorado, mas que tenho certeza de que é grande e que amo estar neste meio.

Agradecer também aos meus amigos, que sem o apoio deles durante o curso e principalmente nesses últimos meses, nada disso seria possível, então obrigado Mariana, Marina, Mateus, Fernanda e Enzo. Também devo agradecer imensamente a minha maior apoiadora e a que mais me ajudou durante esses últimos meses, principalmente nos momentos difíceis, minha namorada, Maysa, de verdade, obrigado por ser incrível igual você é. Por fim, um agradecimento especial a minha orientadora Cynthia, obrigado pela paciência, a ajuda de sempre e principalmente por ter aceitado trabalhar com o *beach tennis* que ainda é um mundo pouco explorado e que acredito que irá se expandir cada vez mais.

RESUMO

O *beach tennis*, do inglês, tênis de praia, é um esporte muito novo comparado aos outros. Esse esporte tem uma semelhança muito grande com alguns dos esportes mais tradicionais como, o tênis de campo, o vôlei de praia e o frescobol. O *beach tennis* foi criado em meados de 1987 na província de Ravenna, na Itália. Já no Brasil, chegou apenas em 2008 no Rio de Janeiro. O objetivo no presente estudo é o de propor um instrumento por meio de *checklist* para avaliação da execução técnica do movimento de *forehand*. Após a elaboração do instrumento, duas amostras da execução do *forehand* por praticantes, um iniciante e outro profissional, da modalidade baseadas em imagens de vídeo foram utilizadas para uma testagem preliminar do instrumento proposto. Os resultados dessa testagem demonstraram uma pontuação próxima à máxima para o profissional e 26% pior para o amador, evidenciando a diferença entre ambos, sendo possível visualizar através do teste se o *forehand* é ou não proficiente.

Palavras-chave: tênis de praia; *forehand*; análise.

ABSTRACT

Beach tennis is a very new sport compared to others. This sport is very similar to some of the more traditional sports such as tennis, beach volleyball and racquetball. Beach tennis was created in mid-1987 in the province of Ravenna, Italy. In Brazil, it only arrived in 2008 in Rio de Janeiro. The objective of the present study is to propose an instrument using a *checklist* to evaluate the technical execution of the forehand movement. After developing the instrument, two samples of forehand execution by practitioners, one beginner and the other professional, based on video images, were used for preliminary testing of the proposed instrument. The results of this test demonstrated a score close to the maximum for the professional and 26% worse for the amateur, highlighting the difference between the two, making it possible to see through the test whether the forehand is proficient or not.

Keywords: beach tennis; forehand; analysis

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Os tipos de empunhadura (a) e identificação da empunhadura conforme a pegada (b).....	9
Figura 2: Antomi Ramos, ex número 1 do ranking mundial executando um <i>forehand</i> dinâmico	10
Figura 3: Michele Cappelletti, ex número 1 do ranking mundial, executando um <i>forehand</i> estático	11

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Descrição dos itens do <i>forehand</i> dinâmico nos três níveis de proficiência para atleta iniciante.....	15
Tabela 2: Descrição dos itens do <i>forehand</i> dinâmico nos três níveis de proficiência para atleta profissional.....	16
Tabela 3: Descrição dos itens do <i>forehand</i> dinâmico nos três níveis de proficiência para atleta iniciante.....	16
Tabela 4: Descrição dos itens do <i>forehand</i> dinâmico nos três níveis de proficiência para atleta profissional.....	16
Tabela 5: Descrição dos itens do <i>forehand</i> estático nos três níveis de proficiência para atleta iniciante.....	17
Tabela 6: Descrição dos itens do <i>forehand</i> estático nos três níveis de proficiência para atleta profissional.....	17
Tabela 7: Descrição dos itens do <i>forehand</i> estático nos três níveis de proficiência para atleta amador.....	17
Tabela 8: Descrição dos itens do <i>forehand</i> estático nos três níveis de proficiência para atleta profissional.....	18

Sumário

1	INTRODUÇÃO	3
2	REVISÃO DA LITERATURA	6
	1.1. Beach Tennis: considerações iniciais	6
	2.2. Beach tennis: gestos técnicos	7
	2.3. A execução do <i>forehand</i>	9
3	OBJETIVO	12
4	MATERIAL E MÉTODO	13
	4.1. Amostra	13
	4.2. Procedimentos.....	13
	4.3. Instrumento para a análise do <i>forehand</i>	13
5	RESULTADOS.....	15
6	DISCUSSÃO	19
7	CONCLUSÃO	21

1 INTRODUÇÃO

O *beach tennis*, do inglês, tênis de praia, é um esporte recente comparado aos outros mais tradicionais. Esse esporte tem uma semelhança com alguns desses esportes mais antigos como, o tênis de campo, o vôlei de praia e o frescobol. O *beach tennis* cresce muito em popularidade e aderência pela facilidade de execução da técnica, principalmente por indivíduos iniciantes na prática dessa modalidade comparada, por exemplo, ao tênis de campo e ao vôlei de praia (GUIDUCCI; DANAILOF; ARONI, 2019).

O *beach tennis* tem inspiração em outros esportes mais tradicionais. Uma regra semelhante do vôlei de praia para o *beach tennis* é o tamanho da quadra, um retângulo de 16,0 m de comprimento e, para duplas, 8,0 m de largura, com a mesma dimensão que o vôlei de praia. Já para as partidas de simples (um contra um), a quadra deve ter 4,5 m de largura. A altura da rede difere muito do vôlei de praia, uma vez que no *beach tennis*, a rede deve ter a altura de 1,70 m para o feminino e para torneios Junior. Já no masculino, a rede sobe para 1,80 m, como definido pela Federação Internacional de Tênis (ITF) no ano de 2020 para melhorar o andamento das partidas.

O *beach tennis* se assemelha com o tênis de campo. Além da raquete que se utiliza para rebater a bolinha para o outro lado, a contagem dos pontos é praticamente igual, mantendo o sistema de games (CBT, 2023). O primeiro ponto para a equipe que pontuar é denominado “15”, o segundo “30”, o terceiro “40” e quarto fechando o game e dando um game para a equipe a qual conseguiu o feito. Vencer 6 desses games significa vencer um set, porém caso haja um empate em 5x5, esse set vai até 7, podendo ser finalizado em 7x5, caso o empate ocorra e o placar seja de 6x6, acontece um *tie-break* onde a pontuação muda, o *tie-break* é vencido pela dupla que chegar a 7 pontos primeiro. Contudo, precisando ter dois pontos de diferença, então a dupla vencedora do *tie-break* vence o set por 7x6.

Uma diferença do *beach tennis* com o tênis de campo consiste na pontuação em caso de um empate em “40x40”. No caso do *beach tennis*, apenas um ponto será disputado, com a equipe vencedora do ponto levando o game, enquanto no tênis de campo temos o sistema de vantagem, onde se deve vencer dois pontos seguidos para ganhar o game. Outra evidente diferença do tênis de campo para o *beach tennis*, é no saque. Há várias diferenças no saque, porém as mais relevantes são, no tênis de

campo o indivíduo tem dois saques, ou seja, caso erre o primeiro, ainda tem um segundo, podendo arriscar mais em um e apenas ser mais conservador no segundo para iniciar o ponto, já no *beach tennis* os atletas apenas têm um saque, se acertar se inicia o ponto, se errar o ponto é do adversário. No tênis de campo temos o sistema de let onde caso no saque, a bola toque a fita da rede e caia dentro, o sacador deve sacar de novo, não iniciando o ponto a partir deste let, já no *beach tennis* o ponto iniciando normalmente, mesmo se a bola pegar na fita da rede no saque.

Outra diferença de extrema relevância é de que no tênis de campo, o saque deve ser cruzado e caindo dentro de um quadrado da quadra, próximo a rede, enquanto no *beach tennis*, os sujeitos têm a liberdade de sacar em qualquer local da quadra, seja curto ou fundo, seja cruzado ou paralelo, além de não ser obrigado a cada vez sacar de um lado da quadra, podendo livremente se posicionar e sacar de onde achar melhor, seja na direita, no meio, ou na esquerda na linha de base. Por último, em ambas as modalidades para os atletas há a liberdade de sacar por cima ou por baixo, porém no *beach tennis* misto, sendo a única categoria onde temos alguma restrição, onde nela o homem é obrigado a sacar por baixo, diferentemente do tênis de campo onde mesmo no misto os homens podem sacar por cima normalmente

Os gestos técnicos do *beach tennis* se assemelham aos do tênis de campo (CBT, 2020). A nomenclatura dos golpes em geral é a mesma. Contudo, algumas adaptações foram feitas ao *beach tennis* por conta da rede ser mais alta, bem como de não haver o quique da bola no chão, por tanto, assim como no tênis, para rebater a bola sem quicar no chão, interceptando-a no ar, esse golpe é denominado como voleio, como no *beach tennis* a bola não quica, o jogo é executado apenas por voleios. Provavelmente, esse fato facilita muito a execução do movimento comparado ao tênis de campo. É possível que esse seja um dos principais motivos pela crescente adesão do público. O *forehand* (movimento de voleio onde a palma da mão está voltada para frente) e o *backhand* (movimento de voleio onde as costas da mão está voltada para frente), juntamente com o saque em conjunto com o são três dos movimentos mais básicos e mais utilizados independentemente do nível de jogo, do mais iniciante, ao mais avançado.

A literatura científica existente sobre a modalidade *beach tennis* é escassa, muito por conta do pouco tempo de popularização do esporte, porém em minha vivência dentro do esporte, foi possível verificar alguns fatores para que se tenha uma boa execução do *forehand*, isto pensando em avaliação orientada por processo, que

como dito por (PAYNE; ISAACS, 2007) “Sua técnica se baseia na ideia de que, pelo fato de o desenvolvimento ocorrer em diferentes épocas dentro de diferentes componentes corporais, a avaliação do comportamento motor deveria envolver uma abordagem segmentar ou relacionada aos componentes”.

O objetivo deste estudo é criar um instrumento do tipo de *checklist* para avaliar a execução do *forehand*, um dos movimentos mais utilizados no *beach tennis*, decompondo a ação motora de cada segmento na execução de um *forehand* eficiente.

2 REVISÃO DA LITERATURA

1.1. *Beach Tennis*: considerações iniciais

A criação do *beach tennis* envolveu um pouco de cada esporte como base para as regras, dimensões da quadra e a superfície em que é praticado. Segundo a Confederação Brasileira de Tênis (CBT), o *beach tennis* foi criado em meados de 1987 na província de Ravenna, na Itália (país onde o *beach tennis* é mais popular), e somente em 1996 o esporte começou a se profissionalizar. No Brasil a modalidade chegou em 2008, no Rio de Janeiro, e desde então sua popularidade aumenta a cada ano. O primeiro campeonato mundial de *beach tennis* em equipes foi em Moscou na Rússia no ano de 2012, vencido pela Itália, hoje em dia pentacampeã mundial. Já o Brasil, conhecido como a segunda maior potência mundial no *beach tennis*, é tetracampeão, tendo se sagrado campeão em 2013, 2018, 2019 e 2021.

O *beach tennis* por ser um esporte novo, ele não tem sua própria hierarquia, ele em geral, é comandado pela mesma federação que comanda o mundo do tênis de campo, a *International tennis federation* (ITF), onde os jogadores profissionais têm o ranking mundial sendo organizado por eles, assim como os torneios, todos os oficiais sob comando da ITF, ou seja, sendo de certa forma dependente ainda do tênis de campo. Aqui no Brasil também ocorre a mesma situação, onde as federações, todas são associadas e comandadas pela Confederação Brasileira de Tênis (CBT), ou seja, não havendo sua própria hierarquia no momento.

O regulamento seguido por todas as competições oficiais de *beach tennis*, é o regulamento ITF tendo 31 regras, evidenciando desde as medidas da quadra para a categoria, como também comportamentos dos atletas que são ou não permitidos, para que assim haja um bom andamento da competição, uma vez que em muitos campeonatos de menor escalão nesta modalidade, porém ainda sim pertencentes à alguma federação, o torneio conta apenas com um árbitro geral para resolver problemas que surgem, ou seja se o campeonato estiver rolando em 10 quadras simultâneas muitas vezes há apenas um árbitro para essas 10 quadras, por tanto, os competidores sendo responsáveis por fazer a contagem dos pontos e seguir as regras ITF, mantendo o *fair play*, uma das coisas mais valorizadas dentro deste esporte.

A popularização do *beach tennis* é uma realidade. A Confederação Brasileira de Tênis (CBT) estima que o número de praticantes tenha quase triplicado nos últimos três anos, de 400 mil em 2021 para 1,1 milhão em 2023. Essa popularização se dá por diversos motivos, sendo um dos principais ser um esporte ao ar livre, em tempos de pandemia, em que o COVID-19 predominou, esportes ao ar livre cresceram muito, com o *beach tennis* não sendo exceção, uma vez que para jogar o esporte, pode se jogar um contra um, ou dois contra dois, em uma aula, no máximo tendo em torno de seis indivíduos, ou seja, um esporte ao ar livre com poucas pessoas sendo necessárias para a sua prática, tudo o que quem queria uma prática esportiva durante a pandemia queria.

Outro motivo para o aumento de sua popularidade, é sobre ser um esporte muito abrangente, onde uma pessoa com nenhuma vivência esportiva, consegue facilmente após algumas aulas jogar e competir nesse esporte, mas também abrangendo o mais alto nível do esporte, para aqueles que gostam de competir dentro do nível mais alto, isso ocorre pela pouca necessidade de repertório motor para se iniciar a prática, mas também pelos torneios sempre serem divididos em categorias, essas que normalmente são, iniciante, C, B, A e Profissional, ou seja, abrangendo a todos. Outro motivo é o clima realmente de praia, uma vez que, se pratica pisando descalço na areia, ouvindo músicas com clima de praia, assim trazendo para dentro das cidades, um clima de praia, gerando uma popularização muito grande, principalmente para casais que trabalham muito e não conseguem tempo para viajar.

2.2. *Beach tennis*: gestos técnicos

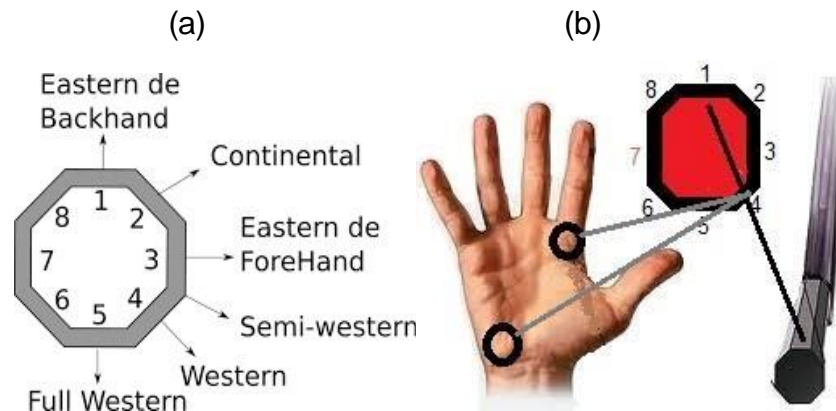
O *beach tennis* possui diversos fundamentos básicos. Assim como no tênis de campo, os fundamentos seguem nomenclaturas semelhantes como, por exemplo, saque, *lob*, *smash*, gancho e voleios, já descritos por alguns autores (SANTINI, MINGOZZI, 2017, SWAT, 2016, STANISCI, 2017). Como visto e comprovado em outros estudos (MARTINS, RAVAGNANI, RAVAGNANI, 2021), não dá para restringirmos os gestos técnicos do *beach tennis* apenas inspirados no do tênis de campo. Ainda que se assemelhe, há diversas variações e adaptações destes golpes que são observadas na prática de atletas de diferentes níveis, principalmente no profissional. Diversos atletas foram consultados e confirmaram as variações destes

golpes (MARTINS, RAVAGNANI, RAVAGNANI, 2021). Os golpes básicos do *beach tennis* são em minha experiência:

- Saque: (similar ao tênis de campo, é onde se inicia todos os pontos, pode ser executado com a raquete golpeando a bola acima da cabeça, ou abaixo da linha da cintura).
- Recepção: (a rebatida do saque, onde se começa o ponto para a equipe contrária a que está sacando).
- *Forehand*: (movimento de voleio onde a palma da mão está voltada para frente).
- *Backhand*: (movimento de voleio onde as costas da mão estão voltadas para frente).
- *Lob*: (rebater uma bola por baixo, produzindo uma trajetória parabólica com objetivo de alcançar o fundo da quadra encobrendo os adversários).
- Curta (rebater uma bola curta, de preferência baixa, exigindo que o adversário desloque para frente).
- *Smash*: (movimento similar ao saque, onde se golpeia a bola acima da cabeça, um *lob*, antes que ela passe a linha do corpo, ou seja utilizado em bolas altas).
- Gancho (movimento para rebater uma bola alta, *lob*, após esta bola ultrapassar a linha do corpo).

Para uma boa execução técnica dos golpes, um fator de extrema importância é a empunhadura do indivíduo, ou seja, de que forma ele está segurando a raquete. As empunhaduras utilizadas no *beach tennis* possuem a mesma nomenclatura do tênis de campo: *continental*, *between* ou *semi eastern de forehand e backhand*. Deve-se evitar a empunhadura *western* e *semi western* para a prática do *beach tennis* (PRATA; RUSSO; RODRIGUES; MINGOZZI, 2023), isto pois estas empunhaduras apenas facilitam o *backhand*, o *beach tennis* necessita de empunhaduras mais versáteis, onde se consegue executar todos ou pelo menos a maioria dos golpes com esta empunhadura, ou uma empunhadura que otimize o *forehand* por ser o golpe mais forte e utilizado dos dois. Podemos visualizar na Figura 1, os tipos de empunhaduras e na figura 2, como identificarmos elas.

Figura 1: Os tipos de empunhadura (a) e identificação da empunhadura conforme a pegada (b).



Fontes: Eu amo jogar tênis (2018); Tênis com Gesner Menegucci (2012)

2.3. A execução do *forehand*

O *forehand*, pode ser dividido em dois tipos, dinâmico e estático, dependendo da situação em que o indivíduo se encontra, o *forehand* dinâmico consiste em, neste tipo de voleio o jogador deve se projetar em direção à trajetória da bola, com a raquete alta acima da linha dos ombros, firme e transferindo o peso a perna oposta ao movimento do *forehand* (PRATA; RUSSO; RODRIGUES; MINGOZZI, 2023). Já o *forehand* estático, neste golpe, o jogador deve girar seu corpo e sua raquete de forma conjunta e coordenada para o lado direito no sentido de construir um “escudo” para conter a bola com o impacto à frente do corpo (PRATA; RUSSO; RODRIGUES; MINGOZZI, 2023).

Essas duas variações do golpe, ocorrem durante o jogo, a todo momento, o dinâmico, irá acontecer em situações em que a bola vem lenta do adversário para o indivíduo e este que acelerá-la, em forma de ataque, para tentar conquistar o ponto, é um movimento mais lento que o estático, principalmente pela movimentação das pernas. Enquanto por outro lado, o estático é um movimento de defesa, ocorre em situações onde o tempo de reação é curto e o sujeito deve travar sua base no chão e defender o ataque adversário de maneira estática.

Para uma boa execução técnica do *forehand* dinâmico, é necessário verificar se, a perna correta está à frente (a esquerda para destros e a direita para canhotos), pé dominante apenas com ponta do pé, a flexão da articulação do joelho da perna a frente, o quadril, este que por estar com a perna contrária à frente, deve estar

lateralizado em relação à rede, sem rotação no momento de contato com a bola, se a empunhadura correta (palma da mão para frente), a inclinação do tronco (deve estar ereto e estável), a semi-flexão do cotovelo no momento do contato com a bola e face da raquete alta (Figura 3).

Para uma boa execução técnica do *forehand* estático, é necessário verificar se, as pernas estão paralelas, à flexão da articulação dos joelhos, o quadril alinhado com as pernas e frontal em relação ao adversário que está rebatendo a bola, sem rotação no momento do contato com a bola, se a empunhadura correta, a inclinação do tronco (deve estar ereto e estável), a semi-flexão do cotovelo no momento do contato com a bola (Figura 4).

Figura 2: Antomi Ramos, ex número 1 do ranking mundial executando um *forehand* dinâmico.



Fonte: Instagram (2021)

Figura 3: Michele Cappelletti, ex número 1 do ranking mundial, executando um *forehand* estático.



Fonte: Instagram (2021)

3 OBJETIVO

Propor um instrumento do tipo *checklist* para avaliação da execução técnica do movimento de *forehand* no momento do ponto de contato com a bola, um golpe para devolver a bola para o lado adversário e suas variações.

4 MATERIAL E MÉTODO

4.1. Amostra

Para a testagem do instrumento elaborado e proposto para o presente estudo considerou-se dois vídeos gravados disponíveis para o público de jogos. Os vídeos gravados considerados para a testagem eram de um atleta amador com uma pequena experiência, esse que estava jogando a final do torneio Estação Japi (disponível no canal *BT Movie* no *Youtube*), na categoria masculina iniciante e um profissional que estava jogando a semifinal do ANOC *World Beach Games 2019* (disponível no canal *ANOC World Beach Games* no *Youtube*). Estes vídeos estão disponíveis no *Youtube* abertos ao público. Os vídeos desses atletas foram utilizados para a testagem do instrumento de avaliação por meio de *checklist* elaborado pelo autor do presente trabalho.

4.2. Procedimentos

O presente trabalho buscou propor uma análise do movimento *forehand* por meio de *checklist*, analisando o momento do ponto de contato com a bola e fazendo observações de execuções desse movimento de vídeos disponibilizados em *web pages* especializadas. Uma descrição qualitativa do *forehand* será proposto com base nos movimentos de jogadores profissionais e iniciantes disponíveis em *web pages* especializadas. O *checklist* para análise do *forehand* será dividido em *forehand* dinâmico e estático, analisando o momento de contato com a bola, separando os segmentos corporais para que o indivíduo tenha maior chance de sucesso na ação.

4.3. Instrumento para a análise do *forehand*

O movimento de *forehand* é um movimento utilizado para devolver a bola para o outro lado, com a palma da mão voltada para frente. O presente estudo propõe analisar o *forehand* por segmentos corporais no momento de contato com a bola, verificando membros superiores e inferiores, tronco e quadril, destrinchando em partes o movimento e avaliando cada parte em três graus, proficiente, intermediário e não

proficiente. Para cada grau, uma pontuação seria adicionada para o participante, sendo elas 2, 1 e 0 respectivamente. Foram analisados 10 movimentos de cada jogador ao longo do jogo todo, 5 estáticos e 5 dinâmicos, pausando o vídeo quando a raquete do jogador entrava em contato com a bola, identificando dentro dos padrões de movimento se estava adequado ou não, podendo possivelmente enxergar a diferença de um gesto técnico iniciante para um especialista na modalidade.

5 RESULTADOS

Os dados foram inseridos em tabelas no Excel e com a pontuação anteriormente dita, a pontuação máxima é de 10 por item analisado, somando 150 caso some a nota máxima em todos os itens. Nas Tabelas que seguem, foram colocadas nas colunas de grau de qualidade, números, estes números se referem a qual dos 5 movimentos em ordem foi analisado e colocado em um certo grau de qualidade, portanto o “1”, refere-se ao primeiro movimento analisado do jogador neste presente estudo, caso seja no proficiente, como dito anteriormente, somará 2 pontos e assim por diante.

As Tabelas 1 e 2 foram utilizadas para analisar os membros inferiores e quadril dos indivíduos dentro do *forehand* dinâmico, onde o atleta iniciante (Tabela 1), obteve a nota 21 de 40, enquanto o profissional (Tabela 2) obteve uma nota de 35, ou seja, apenas 5 pontos da nota máxima, evidenciando nesse quesito a disparidade entre os dois.

Tabela 1: Descrição dos itens do *forehand* dinâmico nos três níveis de proficiência para atleta iniciante.

FOREHAND DINÂMICO MEMBROS INFERIORES E QUADRIL			
Item	Proficiente	Intermediário	Não proficiente
Perna não dominante a frente	2 - 4	1 - 5	3
Pé dominante apenas com ponta do pé	2 - 4	1 - 5	3
Joelho não dominante semiflexionado	2 - 4	1 - 5	3
Quadril lateralizado em relação a rede e sem rotação	2	4	1 - 3 - 5

Tabela 2: Descrição dos itens do *forehand* dinâmico nos três níveis de proficiência para atleta profissional.

FOREHAND DINÂMICO MEMBROS INFERIORES E QUADRIL			
Item	Proficiente	Intermediário	Não proficiente
Perna não dominante a frente	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
Pé dominante apenas com ponta do pé	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
Joelho não dominante semiflexionado	1 - 2	3 - 4 - 5	
Quadril lateralizado em relação a rede e sem rotação	2 - 3 - 5	1 - 4	

Já nas Tabelas 3 e 4 foi analisado os membros superiores e o tronco no *forehand* dinâmico, nestas tabelas a diferença foi menor, porém ainda bem evidente, onde o atleta iniciante (Tabela 3) alcançou a pontuação de 26 de 40 e o atleta profissional (Tabela 4), alcançou novamente a pontuação de 35 de 40, novamente se aproximando da nota máxima.

Tabela 3: Descrição dos itens do *forehand* dinâmico nos três níveis de proficiência para atleta iniciante.

FOREHAND DINÂMICO MEMBROS SUPERIORES E TRONCO			
Item	Proficiente	Intermediário	Não proficiente
Tronco ereto	1 - 2	3 - 4 - 5	
Cotovelo semiflexionado	1 - 3	2 - 5	4
Palma da mão apontada para frente	3 - 4	1 - 2 - 5	
Face da raquete alta	4	1 - 2 - 3 - 5	

Tabela 4: Descrição dos itens do *forehand* dinâmico nos três níveis de proficiência para atleta profissional.

FOREHAND DINÂMICO MEMBROS SUPERIORES E TRONCO			
Item	Proficiente	Intermediário	Não proficiente
Tronco ereto	1 - 2 - 3 - 4	5	
Cotovelo semiflexionado	1 - 2 - 3 - 5	4	
Palma da mão apontada para frente	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
Face da raquete alta	1 - 4	2 - 3 - 5	

Nas Tabelas 5 e 6 a análise foi sobre os membros inferiores e quadril dentro do *forehand* estático, também nestes itens foi possível observar uma diferença na pontuação, o indivíduo iniciante (Tabela 5), atingiu a pontuação de 23 de 30, enquanto o profissional atingiu 27 de 30, muito próximo à nota máxima, mais uma vez evidenciando a qualidade do gesto técnico deste indivíduo.

Tabela 5: Descrição dos itens do *forehand* estático nos três níveis de proficiência para atleta iniciante.

FOREHAND ESTÁTICO MEMBROS INFERIORES E QUADRIL			
Item	Proficiente	Intermediário	Não proficiente
Pernas paralelas (sem locomoção)	2 - 4	1 - 3 - 5	
Joelhos semiflexionados	1 - 4 - 5	2 - 3	
Quadril alinhado com as pernas	2 - 4 - 5	1 - 3	

Tabela 6: Descrição dos itens do *forehand* estático nos três níveis de proficiência para atleta profissional.

FOREHAND ESTÁTICO MEMBROS INFERIORES E QUADRIL			
Item	Proficiente	Intermediário	Não proficiente
Pernas paralelas (sem locomoção)	1 - 2 - 3	4 - 5	
Joelhos semiflexionados	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
Quadril alinhado com as pernas	1 - 2 - 3 - 4	5	

Por fim nas Tabelas 7 e 8 ocorreu uma grande disparidade entre os dois, porém menor do que nas duas primeiras tabelas, nestas tabelas foram analisado os membros superiores e o tronco, no *forehand* estático, o atleta amador obteve 29 pontos de 40, uma boa pontuação, porém o atleta profissional obteve 38 pontos dos 40 possíveis, assim sendo o mais próximo que chegou de uma pontuação perfeita.

Tabela 7: Descrição dos itens do *forehand* estático nos três níveis de proficiência para atleta amador.

FOREHAND ESTÁTICO MEMBROS SUPERIORES E TRONCO			
Item	Proficiente	Intermediário	Não proficiente
Tronco ereto	2 - 4 - 5	3	1
Cotovelo semiflexionado	4 - 5	2 - 3	1
Palma da mão apontada para frente	2 - 3 - 4 - 5	1	
Face da raquete alta	2 - 5	1 - 3 - 4	

Tabela 8: Descrição dos itens do *forehand* estático nos três níveis de proficiência para atleta profissional.

FOREHAND ESTÁTICO MEMBROS SUPERIORES E TRONCO			
Item	Proficiente	Intermediário	Não proficiente
Tronco ereto	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
Cotovelo semiflexionado	1 - 4 - 5	2 - 3	
Palma da mão apontada para frente	1 - 2 - 3 - 4 - 5		
Face da raquete alta	1 - 2 - 3 - 4 - 5		

Com os resultados das quatro tabelas somadas, temos 99 pontos de 150 possíveis para o iniciante e 135 de 150 para o profissional, uma diferença de 36 pontos, o equivalente a 24% de diferença nas pontuações, com o profissional se aproximando muito da nota máxima.

6 DISCUSSÃO

O instrumento de avaliação dos membros inferiores e quadril do *forehand* dinâmico conseguiu distinguir através dos graus de proficiência o gesto técnico do atleta profissional comparado ao iniciante no momento de contato com a bola. Nestes itens, o maior grau de proficiência seria a perna contrária à frente, o intermediário com a perna ipsilateral à frente e pernas paralelas como não proficiente. O segundo item seria proficiente caso apenas a ponta do pé de trás estivesse no chão, intermediário caso o pé não encostasse no chão e não proficiente caso estivesse inteiro no chão. O terceiro item desta Tabela, analisou a perna que estava à frente, no caso deveria ser a não dominante, esta para ser proficiente, deveria estar em semi-flexão, enquanto para intermediário uma flexão maior e para não proficiente, caso estivesse estendida. O último item desta tabela verifica sobre o quadril do atleta, se estiver lateralizado em relação à rede e sem rotação este seria proficiente, caso o quadril esteja lateralizado, porém haja rotação, seria intermediário e caso não esteja lateralizado, seria não proficiente.

Ainda no *forehand* dinâmico foram analisados os membros superiores e o tronco, a disparidade entre o iniciante e o profissional foi ligeiramente menor, porém ainda visível, a proficiência do primeiro item desta tabela, seria quanto ao tronco estar ereto assim o atleta tendo um maior equilíbrio e estabilidade, caso o tronco esteja semiflexionado, seria intermediário e flexionado, não proficiente. O segundo item, seria proficiente caso o cotovelo esteja semiflexionado, intermediário se estiver flexionado e não proficiente caso esteja estendido. O terceiro item seria quanto a palma da mão estar voltada para frente, neste visualizando se realmente seria um *forehand*, nesse caso a palma da mão apontando para frente seria proficiente, ela estar lateralizada seria intermediário, as costas da mão para a frente seriam não proficientes, pois neste caso seria um *backhand*, outro movimento do *beach tennis*. O último item, visualiza se a face da raquete do atleta estava alta, caso sim, seria proficiente, intermediário caso a face lateralizada e não proficiente caso ela estivesse baixa.

Já sobre *forehand* estático, também foi dividido entre membros inferiores e quadril e membros superiores e tronco, o primeiro dividido em três itens, sendo eles, pernas paralelas e sem locomoção como proficiente, uma das pernas

estando a frente, porém ainda sem locomoção seria o intermediário e com locomoção o não proficiente. O segundo item seria quanto aos joelhos semiflexionados para proficiente, flexionados para intermediário e não proficiente para estendidos.

O terceiro e último item desta Tabela, seria sobre o quadril, este deveria estar alinhado com as pernas para ser proficiente, caso estivesse pouco desalinhado, intermediário e não proficiente caso fosse muito desalinhado, nestas tabelas a diferença foi menor, muito pela performance do iniciante, que desempenhou 23 pontos de 30 possíveis. Ainda na análise do *forehand* estático, a análise por fim, foi sobre os membros superiores e tronco, neste foi onde o desempenho do profissional, mais se aproximou da nota máxima, com 38 de 40. Os itens analisados foram os mesmos do *forehand* dinâmico, tronco ereto, cotovelo semiflexionado, palma da mão apontada para frente e face da raquete alta.

Porém foi encontrado uma dificuldade e limitação grande neste estudo, onde encontrar vídeos de jogos completos com replays que tenham um bom ângulo para visualizar os movimentos, é complicado, uma vez que o *beach tennis* ainda não é um esporte da dimensão do tênis de campo, ou futebol, onde existem diversas câmeras e diversos replays para os lances, no *beach tennis* muitas transmissões não têm replay, ou são em ângulos não ideais para a análise, onde a vista lateral é melhor.

Nesta pesquisa foi possível observar a diferença entre os gestos técnicos de um atleta de alto nível para um amador, mostrando que uma análise qualitativa do movimento dos atletas, gera uma constância maior e uma qualidade maior na execução destes movimentos, possivelmente gerando mais pontos em um jogo, uma vez que o atleta profissional em todas as áreas obteve uma pontuação significativamente maior, com esse tipo de análise podemos visualizar os erros e corrigir para uma melhora do atleta. Porém para uma melhor avaliação do atleta, deveria se avaliar todos os movimentos deste atleta e ainda também, como a bola está vindo para esse atleta rebater, uma vez que o atleta profissional recebeu bolas com o grau de dificuldade muito maior que o iniciante, porém mesmo assim conseguiu executar os gestos técnicos de modo melhor, seria ideal achar uma proporção para analisarmos o movimento, de acordo com a bola rebatida pelo adversário.

7 CONCLUSÃO

O instrumento de avaliação conseguiu evidenciar a diferença qualitativa do *forehand* entre um profissional e um iniciante, com o profissional tendo pontuações maiores em todas as tabelas feitas para a análise e comparação dos atletas. Porém fica evidente a necessidade de avaliar outros fatores sobre o jogo para se obter uma conclusão melhor, por exemplo, as bolas devolvidas pela dupla profissional para o atleta avaliado, eram muito mais rápidas do que as dos atletas iniciantes, por tanto seria necessário criar um instrumento com uma escala para avaliar o movimento de acordo com a bola que o atleta recebeu para rebater. O *beach tennis* é um esporte onde o sujeito faz pontos por derrubar a bola no campo adversário, ou forçá-lo a errar, na rede ou para fora e isso, como evidente no estudo, pode ser otimizado por um gesto técnico de forma mais adequada, uma vez que como citado anteriormente, o atleta profissional recebia bolas com um grau de dificuldade maior e mesmo assim por conta do seu gesto técnico ser mais apurado, executava uma devolução melhor e por isso está competindo no nível que está. Por tanto, mesmo necessitando de algumas análises melhores sobre como essa bola está vindo para obter uma maior noção da diferença entre o profissional e o amador, com o instrumento, é possível analisar o *forehand* do atleta e enxergar se é proficiente ou não.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GUIDUCCI, A., DANAILOF, K., ARONI, A.L. Beach tennis: a opinião de professores e atletas sobre a modalidade. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v.18, n. 1, p. 25-32, 2019.

CBT. **Confederação Brasileira de Tênis**. 2020. Disponível em < http://cvt-tenis.com.br/arquivos/beachtenis/beachtenis_5ee38447d236d_12-06-2020_10-33-59.pdf >. Acesso em: 03/05/2023.

CBT. Confederação Brasileira de Tênis. **História do Beach Tennis**. 2023 < <http://cvt-tenis.com.br/beachtenis.php?cod=5> >. Acesso em: 03/05/2023.

SANTINI, J., MINGOZZI, A. Beach Tennis: um esporte em ascensão. Porto Alegre: Gênese; 2017. 146 p.

STANISCIJA, G. Tennis de Playa Beach Tennis 13 Golpes Los Más Usados. 1ª ed. Espanha: Letrame Editorial; 2017. 109 p.

SWAT, J. Livro de Beach Tennis. Brasília; 2016. 44 p.


PRATA, G; RUSSO, J; RODRIGUES, N; MINGOZZI, A. Apostila Nível Verde CBT v5. 2023.

MARTINS, L; RAVAGNANI, C; RAVAGNANI, F. Identificação, e validação da nomenclatura dos fundamentos técnicos do Beach Tennis. Mato Grosso do Sul: 2021

GREGORY, V; ISAACS, L. Desenvolvimento motor humano: uma abordagem vitalícia; traduzido por Giuseppe Taranto. Rio de Janeiro 2007. 389 p.

HIROKI, T. Você sabe sua empunhadura? Eu amo jogar tenis. 2018. Disponível em < <https://euamojogartenis.com.br/voce-sabe-sua-empunhadura/> >. Acesso em: 25/08/2023.

MENEGUCCI, G. Empunhaduras - Uma abordagem mais completa com implicações Biomecânicas e Táticas. Tenis com gesner. 2012. Disponível em < [Empunhaduras - Uma abordagem mais completa com implicações Biomecânicas e Táticas - Tênis com Gesner Menegucci \(weebly.com\)](http://Empunhaduras - Uma abordagem mais completa com implicações Biomecânicas e Táticas - Tênis com Gesner Menegucci (weebly.com)) > Acesso em: 25/08/2023.

Documento assinado digitalmente
 LEONARDO SILVA VERTUAN
Data: 27/09/2023 12:58:45-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Leonardo Silva Vertuan
(ALUNO)



Profa. Dra. Cynthia Y. Hiraga
(ORIENTADORA_)