

## A INFLUÊNCIA DOS TIPOS DE PRÁTICA NA APRENDIZAGEM MOTORA REVISÃO SISTEMÁTICA

RODRIGUES, Welington Padilha (Educação Física UNIBRASIL)  
PIMENTA, Thiago Farias da Fonseca (Educação Física UNIBRASIL)

No campo de estudo da aprendizagem motora existem vários fatores que podem influenciar no desempenho de tarefas, como idade, gênero, ambiente, tipo de tarefa entre outros, dentre esses destaca-se os tipos de práticas motoras que são classificadas de acordo com seu tipo e sequência de repetições de uma determinada tarefa ou movimento a ser executado, como prática constante (AAA AAA AAA), variada em blocos (AAA BBB CCC), variada em série (ABC ABC ABC) e variada aleatória (CBA BAC ACB). A aprendizagem motora surge em função da prática, e a manipulação desses tipos de prática pode ou não exercer influência no desempenho de tarefas distintas. O presente estudo é uma revisão de artigos publicados com seu estrato no portal web Qualis entre A1 a B3. A pesquisa se baseia em 10 artigos publicados entre janeiro de 2000 a julho de 2015 retirados da base de dados do portal de periódicos Capes que abordem esses tipos de práticas motoras que analisam sua influência no desempenho de habilidades motoras. Tem-se o objetivo de apontar se essas práticas influenciam na aprendizagem motora de tarefas distintas, como o tiro com arco e flecha, serviço do voleibol, golpes do judô entre outros, tendo por base estudos selecionados de acordo com sua qualidade metodológica mensurada através do seu estrato no portal web Qualis. Apesar de alguns estudos da revisão mostrarem certa vantagem das práticas variadas na aprendizagem, não é possível generalizar qual tipo de prática exerce uma maior influência na aprendizagem motora, pois tais estudos foram investigados através de tarefas distintas, sendo necessário estudos mais aprofundados e específicos.

**Palavras-chave:** Aprendizagem motora. Prática constante. Prática variada em blocos. Prática variada em série. Prática variada aleatória.