

EQUIPES UNIVERSITÁRIAS DE FUTSAL DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS

LUCAS THOMAS DE FREITAS¹; GABRIELA BARRETO DAVID²; ERALDO DOS SANTOS PINHEIRO³

¹*Universidade Federal de Pelotas – lucasthomass@hotmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – gabrielabdavid@hotmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – esppoa@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

O esporte é um dos elementos da cultura do movimento humano que apresenta uma grande importância para a formação do cidadão. Além disso, o futsal, segundo a Confederação Brasileira de Futebol de Salão (CBFS), é a modalidade indoor mais praticada do Brasil estimando-se haver mais de 12 milhões de praticantes. Hoje em dia a modalidade é praticada em mais de 120 países nos cinco continentes (DACOSTA, 2005).

O futsal é uma das modalidades mais praticadas pelos estudantes em nível escolar, no entanto, após ingressar na vida acadêmica, o estudante deixa de lado a prática da atividade física, pela falta de oferta da modalidade ou das atividades praticadas durante os anos escolares. Registra-se declínios mais acentuados em relação a prática da atividade física no fim da adolescência, entre 15 e os 18 anos, e no início da idade adulta, entre os 20 e os 25 anos, (STEPHENS, JACOBS, & WHITE, 1985), sendo essas, as fases em que a maioria dos jovens entram na universidade.

Segundo VOSER *et al.* (2016), o esporte universitário tem evoluído nos últimos anos, sendo oferecido nas universidades públicas federais e também em universidades privadas, nas quais o esporte é utilizado como ferramenta de marketing, e que em, muitas vezes, os atletas são contratados e ganham bolsas de graduação e pós-graduação ou ainda fazem parcerias com clubes federados.

Com a evolução do esporte universitário no Brasil, somando a falta de oportunidades na cidade de Pelotas para pessoas que ingressaram no meio universitário para a prática do futsal, percebeu-se uma importante oportunidade para a criação de um projeto com equipes universitárias de futsal da Universidade Federal de Pelotas (UFPel), sendo uma equipe do náutico masculino e uma do náutico feminino, tendo como objetivo oportunizar aos estudantes de graduação e pós-graduação da UFPel a participação em treinamentos formais e competições universitárias. Além de ser um meio de formação para treinadores e preparadores físicos de equipes formais.

2. METODOLOGIA

A seleção dos atletas foi realizada nos meses de maio e junho de 2017, em seis sessões, divididas em análise de desempenho técnico-tático e testes físicos, que foram realizadas no ginásio de esportes da Escola Superior de Educação Física (ESEF) da UFPel, sendo cinco sessões de análise do desempenho técnico-tático e uma sessão de desempenho físico.

Nas sessões de análise do desempenho técnico-tático os atletas disputaram entre duas e três partidas de futsal com duração de 10 minutos cada, em cada uma das sessões. Todas as partidas foram filmadas para posterior análise. Para a

avaliação dos atletas foi utilizado o método de observação e análise através de *scout*, no qual os membros da comissão técnica observaram as filmagens para realizá-lo. De acordo com CUNHA *et al.* (2001), o *scout* é um método que processa dados sobre determinada equipe durante as partidas, como número de passes, faltas, desarmes, recolhendo informações de várias situações desenvolvidas num jogo.

Nas sessões de desempenho físico, foram realizados os seguintes testes: salto vertical com contramovimento (MARKOVIC *et al.*, 2004), que avalia a potência muscular de membro inferior, o teste do quadrado (PROESP-BR), para avaliar a velocidade com troca de direção, o *Repeated Shuttle Sprint Ability* (IMPELLIZZERI *et al.*, 2008), para avaliar a capacidade de repetir *sprints* e o *Yo-yo Intermittent Recovery Test Level 1* (KRUSTUP *et al.*, 2003), que avalia a capacidade aeróbia dos atletas.

Atualmente as sessões de treinamentos das equipes masculina e feminina são realizadas em dois dias da semana com duração de 1 hora e 30 minutos cada sessão. Os treinamentos são divididos em duas partes, na primeira parte são realizados os treinamentos físicos que tem duração de 40 minutos, enquanto que na segunda parte dos treinos são realizados os treinamentos técnico-táticos, com duração de 50 minutos. A divisão da duração de cada parte do treinamento varia de acordo com a fase de treinamento que está sendo realizada em cada período. Todos os treinamentos são realizados no ginásio de esportes da ESEF/UFPel.

O planejamento dos treinamentos é realizado com foco na participação das equipes em competições como os JUGs - Jogos Universitários Gaúchos, e na Copa Unisinos.

O critério de permanência dos atletas na equipe é a assiduidade em relação aos treinamentos, cada atleta pode ter um número determinado de faltas justificadas e injustificadas por mês, e, caso este atleta passe o limite de faltas por mês é encaminhado a ele um e-mail notificando seu desligamento do projeto.

A comissão técnica foi selecionada pela coordenação do Laboratório de Estudos em Esporte Coletivo (LEECol), seguindo os seguintes critérios: a) desempenho na disciplina de futsal; b) disponibilidade de horário para os treinos, planejamento e reuniões; c) desenvolvimento de projetos de pesquisa e ensino em paralelo ao treinamento da equipe.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Atualmente a comissão técnica masculina é composta por uma supervisora, aluna de doutorado do Programa de Pós-Graduação em Educação Física (PPGEF) da ESEF/UFPel; um treinador e dois auxiliares, todos alunos de graduação em Educação Física da ESEF/UFPel. Já a comissão técnica feminina é composta por um supervisor, aluno de mestrado (PPGEF) da ESEF/UFPel, um treinador e dois auxiliares, todos alunos de graduação em Educação Física da ESEF/UFPel.

O número de inscritos para participar da seleção da equipe masculina foram de 80 alunos da UFPel, enquanto que para a equipe feminina foram 27 alunas da UFPel inscritas. Destes, foram selecionados 25 alunos para comporem a equipe masculina e 18 alunas para comporem a equipe feminina.

A Tabela 1 apresenta o desempenho dos participantes nos testes físicos realizados. Estes testes foram escolhidos devido especificidade das capacidades físicas avaliadas durante as demandas do jogo de futsal (BARBERO-ALVAREZ *et al.*, 2008; GOROSTIAGA *et al.*, 2009).

Em uma partida de futsal nos deparamos com uma grande intercalação entre atividades de alta intensidade, média intensidade e baixa intensidade (MATZENBACHER, F. et al, 2014). Sendo o futsal caracterizado por uma gama de movimentos de alta velocidade, em espaços reduzidos, com contínuas trocas de direção e sentido, intercalados com pausas de recuperação ativas e incompletas, podendo ocorrer uma sucessão de processos anaeróbios e aeróbios (MEDINA et al., 2002). Muitas vezes esses ciclos são enormemente imprevisíveis resultantes da espontaneidade do jogador, ou imposto por padrões de jogo (BARBANTI, 1996).

Tabela 1. Desempenho dos participantes nos testes físicos.

	Masculino (Média ± DP)	Feminino (Média ± DP)
CMJ (cm)	38,50 ± 6,43	28,42 ± 3,96
Agilidade (s)	5,58 ± 0,25	6,06 ± 0,29
RSSA _{media} (s)	7,73 ± 0,35	8,64 ± 0,87
RSSA _{pico} (s)	7,27 ± 0,32	9,29 ± 0,86
YOYOIR1 (m)	799 ± 270	316 ± 92

CMJ: salto com contramovimento; RSSA: *Repeated Shuttle Sprint Ability*; YOYOIR1: *Yo-yo Intermittent Recovery Test Level 1*.

Em seu primeiro mês de treinamento as equipes participaram do JUGs. A equipe feminina conquistou a 5^a colocação, enquanto que a equipe masculina conquistou a 4^a colocação, sendo a melhor universidade pública classificada.

4. CONCLUSÕES

O projeto de equipes universitárias de futsal busca fomentar a prática de treinamento e exercício físico no meio acadêmico, inserindo estudantes da UFPel em equipes formais de futsal onde possam fazer parte de treinamentos organizados e orientados, que levam a participação das equipes em competições universitárias.

Este projeto proporciona também a inserção de alunos da Escola Superior de Educação Física em uma equipe esportiva, onde, possam começar a se familiarizar com o dia-a-dia de uma equipe esportiva em uma situação de liderança, com o objetivo de auxiliar a formação de treinadores e preparadores físicos de equipes formais, ademais, esses alunos tem a oportunidade de realizar e analisar testes físicos, prescrever treinamentos técnicos e táticos, analisar jogos, organizar viagens e ter a oportunidade de troca de informações com alunos de outras universidades.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBERO-ÁLVAREZ, J. C.; SOTO, V. M.; BARBERO-ÁLVAREZ, V.; GRANDA-VERA, J. Match analysis and heart rate of futsal players during competition. *Journal of Sports Sciences*, Londres, v. 26, n. 1, p. 63-73, 2008

Confederação Brasileira de Futebol de Salão (CBFS). Acessado em 01 out. 2017. Online. Disponível em: <http://cbfs.com.br/2015/selecao/historia>

CUNHA, S. A.; BINOTTO, M. R.; BARROS, R. M. L. Análise da Variabilidade na Medição de Posicionamento Tático no Futebol. São Paulo: **Revista Paulista de Educação Física**, v. 15, n. 2, p. 111-116, 2001.

DACOSTA, L.P. **Atlas do esporte no Brasil: atlas do esporte, educação física e atividades físicas e lazer no Brasil**. Rio de Janeiro: Shape editora, 2005.

GAYA, A.; GAYA, A.R.; **Projeto Esporte Brasil: manual de testes e avaliação**. Porto Alegre: Ed. Perfil, 2016.

GOROSTIAGA, E. M.; LLODIO, I.; IBÁÑEZ, J.; GRANADOS, C.; NAVARRO, I.; RUESTA, M.; BONNABAU, H.; IZQUIERDO, M. Differences in physical Wtness among indoor and outdoor elite male soccer players. **European Journal of Applied Physiology**, Berlin, v. 106, n. 4, p. 483– 491, 2009.

IMPELLIZZERI, FM.; RAMPININI, E.; CASTAGNA, C.; BISHOP, D.; FERRARI BRAVO, D.; TIBAUDI, A. and WISLOFF, U. Validity of a repeated-sprint test for football. **Int J Sports Med** 29: 899-905, 2008.

KRISTRUP, P.; MOHR, M.; AMSTRUP, T.; RYSGAARD, T.; JOHANSEN, J.; STEENSBERG, A.; PEDERSEN, PK.; BANGSBO, J. The Yo-Yo Intermittent Recovery Test: physiological response, reliability, and validity. **Med Sci Sports Exerc.** 35; 697-705. 2003.

MARKOVIC, G.; DIDZAR, D.; JUKIC, I. and CARDINALE, M. Reliability and factorial validity of squat and countermovement jump tests. **J. Strength Cond. Res.** 18(3):551-555. 2004.

MATZENBACHER, F.; PASQUARELLI, B. N.; RABELO, F. N.; STANGANELLI, L. C. R. Demandas fisiológicas del futsal de competición. Características físicas y fisiológicas de jugadores profesionales. **Revista Andaluza de Medicina del Deporte**, Sevilla, Espanha, vol. 7, núm. 3, pp. 122-131. 2014.

STEPHENS, T.; JACOBS, DR. and WHITE, CC. A descriptive epidemiology of leisure-time physical activity. **Public Health Reports**, 100, 147-158, 1985.

VOSER, R.C.; HERNANDEZ, J.A.E.; VOSER, P.E.G.; RODRIGUES, T.A. Motivação dos praticantes de futsal universitário: um estudo descritivo. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v.8, n.31, p.357-364, 2016.