

VEM SER RUGBY

CIANA ALVES GOICOCHEA¹; **CAMILA BORGES MÜLLER²**; **ERALDO DOS SANTOS PINHEIRO³**

¹ LEECol – ESEF – UFPel – cianagoicochea@gmail.com

² LEECol – ESEF – UFPel – camilaborges1210@gmail.com

³ LEECol – ESEF – UFPel – esppoa@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O desenvolvimento atlético, principalmente em longo prazo, traz benefícios potenciais relacionados à saúde, à estética e ao desempenho de crianças e adolescentes (LLOYD et al., 2015). Nesse sentido, os programas de desenvolvimento de crianças e adolescentes com altas habilidades motoras representam um papel importantíssimo no desempenho de jovens em longo prazo para o alto rendimento e são essenciais para o sucesso esportivo (GAYA et al., 2015). Devido a isso, uma ampla variedade de abordagens das capacidades de jovens atletas para o alto rendimento tem sido investigada em diversas modalidades. No entanto, o número de atletas que se desenvolvem e atingem o sucesso é consideravelmente pequeno, e em maior número os jovens permanecem no esporte de recreação, sem chegarem a participar de equipes esportivas (LLOYD et al., 2015). Dessa maneira, é fundamental iniciar um trabalho de desenvolvimento de atletas de rendimento com jovens que apresentam padrão motor elevado em capacidades físicas essenciais para a modalidade possibilitando o aumento na quantidade de jovens para a elite do esporte no futuro. Entretanto, ainda é notável a diferença na participação e na permanência no esporte entre homens e mulheres, uma vez que incentivos, apoios, patrocínios e premiações continuam sendo desiguais (MOURA et al., 2017).

Na Universidade Federal de Pelotas (UFPel) em parceria com a Secretaria Municipal de Educação (SMED) da Prefeitura Municipal de Pelotas, criou-se o programa Vem Ser Pelotas (VSP), com o objetivo de identificar crianças e adolescentes que apresentem altas habilidades motoras e, posteriormente, desenvolver o esporte de rendimento a partir das qualidades físicas as quais foram identificadas.

Tendo em vista que o rugby é uma modalidade esportiva em desenvolvimento no Brasil, a dificuldade de identificar e selecionar jovens para o alto rendimento nesta modalidade ainda é visível, sendo assim, em face do exposto, o projeto de extensão Vem Ser Rugby, atua como uma ferramenta na prospecção de jovens atletas, do sexo feminino, pertencentes à comunidade escolar e vinculadas à educação pública municipal da cidade de Pelotas/RS

2. METODOLOGIA

Projeto Vem Ser Rugby (VSR) teve inicio no ano de 2017 a partir da seleção de 29 meninas com idades entre 13 e 15 anos, através do banco de dados do programa Vem Ser Pelotas, tendo a adesão de 12 atletas para a equipe de rugby do programa. No momento este conta com a participação de 25 meninas com idades entre 13 e 16 anos e está em seu segundo ano de atuação contando com o apoio da Escola Superior de Educação Física (ESEF), da Universidade

Federal de Pelotas e da Secretaria Municipal de Educação (SMED) da Prefeitura Municipal de Pelotas.

No tocante a prospecção das atletas, esta tem inicio a partir do banco de dados do programa Vem Ser Pelotas. Desta maneira as jovens com habilidades motoras elevadas que apresentam faixa etária entre 13 e 15 anos, e percentil 80 em agilidade, velocidade e PMI (Potencia de mebros inferiores) avaliadas a partir da bateria de testes do PROESP-Br (PROJETO ESPORTE BRASIL, 2017) adaptada para o desenvolvimento futuro na modalidade rugby.

A avaliação é composta por medidas antropométricas (massa corporal, estatura, estatura sentado, envergadura e diâmetro biacromial) e por testes motores: potência de membros superiores (arremesso de *medicinebol*) e inferiores (salto horizontal), agilidade (teste do quadrado), velocidade (*Sprint* 20m), resistência muscular localizada (abdominal em 1 minuto), flexibilidade (sentar-e-alcançar) e aptidão física cardiorrespiratória (corrida de 6 minutos). Posteriormente, as meninas que apresentam índices superiores ao percentil 80 que se adequem aos parâmetros procurados, são convidadas à participarem da equipe.

Posteriormente as jovens selecionadas que aceitaram fazer parte da equipe são submetidas a 3 sessões de treinamento semanais, estruturada da seguinte maneira: treinos táticos-técnicos em dois dias da semana sendo realizados nas terças-feiras e sextas-feiras, com duração de 1:30h no período da tarde. Somado a isso, uma vez por semana, as jovens realizam o treino de formação corporal nas quartas-feiras, oferecidos em diferentes horários para melhor atender as necessidades das jovens atletas, sendo organizadas em grupo A (14h às 15h), o grupo B (15h às 16h) e grupo C (18h às 19h).

Com vistas ao melhor funcionamento do projeto, há suporte de membros da comissão técnica e uma equipe multidisciplinar (preparação física, fisioterapia, nutrição, psicologia, inglês e jornalismo).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A realização do VSR encontra-se em andamento, mas já se obteve um retorno positivo. Tomando como base o primeiro ano do projeto em 2017, torna-se aparente o amadurecimento do trabalho, o aumento dos membros da comissão técnica, assim como o aumento no número de atletas participantes, tendo em vista que atualmente o projeto atende 25 meninas com faixa etária entre 13 e 16 anos. As jovens atletas do VSR participaram de alguns eventos na modalidade rugby sevens como o Campeonato Gaúcho de Rugby na categoria M19 (menores de 19 anos) onde obtiveram o título de 3º lugar em 2018. Neste mesmo ano, oito atletas foram convocadas para a seleção gaúcha de rugby através de treinos realizados durante o campeonato competindo no Campeonato Brasileiro Juvenil por seleções na cidade de São Paulo inscritas na categoria M16 (menores de 16 anos). Recentemente as atletas participaram de amistosos em Pelotas-Rs e Gauiba-Rs e da primeira etapa do Campeonato Juvenil M19, onde conquistaram o 2º lugar.

As atletas contam com a ação de preparadores físicos, treinadores capacitados para modalidade, e recebem atendimento fisioterapêutico para prevenção de lesões. Além disso, recebem ainda orientação nutricional periódica e, em breve, será iniciado acompanhamento psicológico e aulas de inglês. Ademais, as mídias sociais do projeto são impulsionadas pela equipe de jornalismo parceira.

Pode-se, ainda, enfatizar o quanto os treinos foram aceitos pelas atletas que se mostraram empolgadas com o aprendizado de uma nova modalidade, com novos elementos e permanecem assíduas ao decorrer da temporada. Nesse contexto, os pais e responsáveis também demonstram interesse pelo desenvolvimento das atletas, mantendo assim uma boa relação com o projeto, o que é de extrema importância para o bom andamento do trabalho.

4. CONCLUSÕES

Tendo em vista que o projeto se encontra em andamento, os esforços até aqui empenhados trazem indicativos de implementação de um treinamento específico a jovens atletas do sexo feminino, bem como a prospecção de jovens com altas habilidades motoras e físicas, aliadas a um ambiente integrador e propício à prática do rugby que pode colaborar para a adesão das mesmas ao esporte. Além disso, o projeto VSR tem proporcionado a transposição das barreiras ocasionadas pelas desigualdades e injustiças sociais, atuando como uma ferramenta no processo de desenvolvimento humano das jovens participantes e, ainda, proporcionando benefícios físicos, psicológicos e sociais.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GAYA, A.; CARDOSO, V. D.; GAYA, A. R.; FILHO, A. R. R. Talento esportivo: teoria e prática. 5º Congresso Internacional dos Jogos Desportivos. Belo Horizonte, vol. 5, p. 411-436, 2015.

LLOYD, R. S.; OLIVER, J. L.; FAIGENBAUM, A. D.; HOWARD, R.; DE STE CROIX, M. B. A.; WILLIAMS, C. A.; BEST, T.M.; ALVAR, B. A.; MICHELI, L. J.; THOMAS, D. P.; HATFIELD, D. L.; CRONIN, J. B.; MYER, G. D. Long-term athletic development: Part 1: A pathway for all youth. *Journal of Strength and Conditioning Research*. Cardiff, United Kingdom, vol. 29, n. 5, p. 1439-1450, 2015.

Moura, G. X., Starepravo, F. A., Rojo, J. R., Teixeira, D., & Silva, M. M. (2017). Mulher e esporte: o preconceito com atletas de rugby da cidade de Maringá-Pr. *Motrivivência*, 29(50), 17-30

PROJETO ESPORTE BRASIL. Acessado em 28 ago. 2019. Online. Disponível em: <https://www.proesp.ufrgs.br>