



PROJETO FUTEBOL DE ALTO RENDIMENTO

MARCOS PAULO DE OLIVEIRA DA SILVA¹; ROUSSEAU SILVA DA VEIGA²;
CAMILA BORGES MULLER³; GABRIEL GUSTAVO BERGMANN⁴; ERALDO DOS
SANTOS PINHEIRO⁵; GUSTAVO DIAS FERREIRA⁶

LEECol – ESEF - UFPel – marcospaulosilva1208@gmail.com

LEECol – ESEF – UFPel – rousseauveiga@gmail.com

LEECol – ESEF – UFPel – camilaborges1210@gmail.com

LEECol – ESEF – UFPel – gabrielgbergmann.com

LEECol – ESEF - UFPel – esppoa@gmail.com

LEECol – ESEF – UFPel – gusdiasferreira@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O futebol é a modalidade esportiva coletiva mais popular do planeta (DA SILVA et al., 2019). Segundo dados da Federação Internacional de Futebol (FIFA), cerca de 270 milhões de pessoas atuam em atividades diretamente relacionadas à modalidade (FURTADO et al., 2019). Além disso, esta possui grande popularidade, apresentando-se não só como um espetáculo desportivo, mas também como um campo da aplicação da ciência do esporte (GARGANTA, 2002), oferecendo uma ampla gama de possibilidades de trabalho, estudos e desenvolvimento social (CHOW et al., 2019).

O meio acadêmico tem o dever de, além formar profissionais, realizar a aproximação do indivíduo entre a teoria e prática, potencializando o processo de aprendizagem destes indivíduos (DOTTA, 2006). Neste sentido, o Laboratório de Estudos em Esporte Coletivo (LEECol), da Escola Superior de Educação Física (ESEF), visa, por meio do projeto de extensão “Futebol de Alto Rendimento”, que teve início no ano de 2018, oportunizar a inserção de acadêmicos de Educação Física em uma vivência mais próxima à prática do cotidiano profissional.

A partir da inclusão dos membros do grupo no Projeto, é oferecida a possibilidade de aprendizagem do processo de treinamento no futebol e, como consequência, experiência prática, além de desenvolver-se no campo científico, devido aos trabalhos oriundos desta prática.

Com base nisto, o objetivo do estudo proposto é apresentar o Projeto “Futebol de alto rendimento”, bem como descrever as atividades realizadas no ano de 2019.

2. METODOLOGIA

Inicialmente é realizado contato prévio com os clubes por meio de reuniões pré-agendadas, buscando compreender as necessidades dos mesmos, bem como apresentar formas com que o Projeto pode auxiliá-los, seja durante a pré-temporada, intertemporada ou, até mesmo, após o calendário competitivo. Passada esta etapa, são selecionadas as avaliações a serem realizadas, podendo ocorrer testes para desempenho físico, medições de variáveis fisiológicas e informações acerca do perfil antropométrico destes atletas. Estas avaliações são planejadas pelos acadêmicos do curso de Educação Física da ESEF/UFPEL, com supervisão dos professores responsáveis pelo projeto.

Habitualmente, são realizados:

Testes de desempenho físico:

- Saltos (Squat Jump e Counter Movement Jump);
- Teste de velocidade (sprint 10 e 20 metros, Illinois);
- Resistência metabólica (Yo-Yo Intermittent test recovery, múltiplo de 5, RAST);
- Força (Teste de repetições máximas);
- Potência (Potência de membros inferiores);
- Avaliação funcional (FMS);
- Flexibilidade;
- Índice de fadiga.

Medidas fisiológicas:

- Lactato sanguíneo;
- Glicose;
- Creatina quinase;
- Cortisol/testosterona.

Antropometria:

- Massa;
- Estrutura;
- Envergadura;
- Estatura sentado.

Uma vez que estas avaliações são realizadas, os dados são armazenados em servidores da ESEF/UFPEL, além de ser emitido um relatório para os

coordenadores dos clubes, a fim de disponibilizar informações para estruturação o monitoramento do processo de treinamento. Ressalta-se que, as medidas realizadas podem ser alteradas, uma vez que estas respeitam o critério de sensibilidade dos testes empregados.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No ano de 2019, foram realizadas 11 avaliações em atletas de futebol de diferentes categorias. Entre elas, categorias profissionais, sub-20 e sub-17 foram avaliados na pré-temporada e intertemporada. Já nas categorias sub-15 e sub-13, ocorreram avaliações durante a pré-temporada. Este processo, totalizou em 145 sujeitos avaliados.. Ainda, deu-se início também à uma intervenção pertencente a um projeto de mestrado, que busca potencializar o processo de preparação física para esta população. Segundo Dantas (2003), a preparação física é constituída por métodos de treinamento físico utilizados de forma sequencial, em obediência aos princípios da periodização, que visam levar o atleta ao ápice de forma física específica, a partir de uma base geral ótima. Entretanto, esse processo é dependente de avaliações e reavaliações, pois só assim, é possível quantificar a responsividade do atleta frente ao trabalho realizado.

Com este e outros projetos em andamento, tem-se percebido um aumento de contatos feitos com a ESEF/UFPEl acerca de novas parcerias, até mesmo visando outras modalidades, firmando cada vez mais esta instituição como um polo regional de avaliação e desenvolvimento de atletas. Este fato poderá impactar no aumento e qualificar a produção científica sobre a modalidade no âmbito competitivo, visto que pesquisas envolvendo o futebol ainda de aprofundamento, no que tange a preparação física (FENSTERSEIFER et al., 2016).

4. CONCLUSÕES

A partir desses apontamentos, indica-se que o projeto cumpre ao que se propõem, avaliando, acompanhando e, mais recentemente, intervindo junto a clubes no processo de treinamento de jovens atletas. Ainda, destaca-se a importância do mesmo no processo de formação dos graduandos da ESEF/UFPEl, uma vez que é ofertado um local para potencializar aquilo que é aprendido de modo teórico na sala de aula.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BETTEGA, Otávio Baggiotto, et al. "FORMAR O TREINADOR E O JOGADOR NAS CATEGORIAS DE BASE DO FUTEBOL: ENGENDRANDO NA INTERAÇÃO E/OU NA ESPECIFICIDADE?." *Movimento (ESEFID/UFRGS)* 25 (2019): 25021.

FIGUEREDO, Diego Hilgemberg, et al. "CARACTERÍSTICAS ANTROPOMÉTRICAS E MOTORAS EM JOGADORES DE FUTEBOL: DIFERENÇAS ENTRE CATEGORIAS SUB17, SUB19 E PROFISSIONAL." *Revista Brasileira de Ciência e Movimento* 27.3 (2019): 13-24.

ANTONELLI, Mariana et al. Diagnóstico dos centros de treinamento de alto rendimento do Brasil cujas modalidades atendidas têm expectativa de conquista e medalhas nos Jogos Olímpicos de 2016. 2016.

GONÇALVES, Alexandre Fernandes. Eficácia da liderança no futebol juvenil: perspectiva dos atletas e dos treinadores. 2019. Tese de Doutorado.

FENSTERSEIFER, Alex Christiano Barreto et al. Produção científica sobre futebol: uma investigação do estado do conhecimento das dissertações e teses produzidas no Brasil. 2016.

FURTADO, Heitor Luiz, Diego Soares Kraus, and Guilherme Jacques. "Formação de treinadores de futebol no Brasil: desafios para os programas de qualificação profissional do Futebol brasileiro oferecidos pela CBF." *RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol* 11.42 (2019): 160-169.

DA SILVA Israel Teoldo et al. Princípios táticos do jogo de futebol: conceitos e aplicação. Motriz. Journal of Physical Education. UNESP, p. 657-668, 2009.

DOTTA, Leanete Teresinha Thomas et al. Percursos identitários de formadores de professores: o papel do contexto institucional, das diferentes áreas do conhecimento e das disciplinas. 2010.