



## PROJETO DE EXTENSÃO VEM SER RUGBY EM 2020: OPORTUNIDADES E DESAFIOS

CIANA ALVES GOICOCHEA<sup>1</sup>; CAMILA BORGES MULLER<sup>2</sup>; AMANDA FRANCO DA SILVA<sup>3</sup>; VIVIAN HERNANDEZ BOTELHO<sup>4</sup>; ERALDO DOS SANTOS PINHEIRO<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas– [cianagoicochea@gmail.com](mailto:cianagoicochea@gmail.com)

<sup>2</sup> Universidade Federal de Pelotas – [camilaborges1210@gmail.com](mailto:camilaborges1210@gmail.com)

<sup>3</sup> Universidade Federal de Pelotas – [mandfsilva@gmail.com](mailto:mandfsilva@gmail.com)

<sup>4</sup>Universidade Federal de Pelotas – [vivianhbotelho@gmail.com](mailto:vivianhbotelho@gmail.com)

<sup>4</sup> Universidade Federal de Pelotas – [esppoa@gmail.com](mailto:esppoa@gmail.com)

### 1. INTRODUÇÃO

Programas de desenvolvimento esportivo com crianças e adolescentes são fundamentais para o progresso das modalidades esportivas (MÜLLER, 2018), e os programas de desenvolvimento de crianças e jovens com altas habilidades motoras representam um papel importante no desenvolvimento de atletas à longo prazo para o alto rendimento e são essenciais para o sucesso esportivo (GAYA et al., 2016). 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 escolares que apresentem altas habilidades motoras e, posteriormente, desenvolver o esporte de rendimento a partir das qualidades físicas as quais foram identificadas (MÜLLER, 2018). A seleção para a participação nos projetos oriundos do VSP ocorrem através de um sistema de avaliação de aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho esportivo, aplicados em crianças e adolescentes do quinto ano do ensino fundamental ao terceiro ano do ensino médio, nas escolas da rede municipal de ensino de Pelotas-RS.

Deste modo, o projeto Vem Ser Rugby (VSR) foi desenvolvido oriundo do VSP, com seleção de adolescentes do sexo feminino com faixa etária entre 13 e 15 anos, que apresentam percentil 80 nos testes para potência de membros inferiores, agilidade e velocidade, para compor a equipe de desenvolvimento na modalidade o Rugby. Além das atletas, o VSR possui uma comissão técnica multidisciplinar, a qual fazem parte estudantes de graduação, pós-graduação, bem como profissionais formados nas áreas de Educação Física (9), Psicologia (2), Fisioterapia (3), Nutrição (6), que estão sob orientação de um professor supervisor da Escola Superior de Educação Física da UFPEL. O VSR teve início em 2017, e no período de 3 anos, o projeto disputou diversas competições a nível regional, estadual, nacional e até mesmo internacional. Logo, a equipe apresenta um calendário competitivo de, pelo menos, seis campeonatos juvenis por ano.

Frente às oportunidades e adversidades do ano de 2020, o projeto Vem Ser Rugby, precisou organizar-se e reinventar-se para dar continuidade ao trabalho desenvolvido com as atletas. Sendo assim, o objetivo deste trabalho é apresentar

as possibilidades e desafios enfrentados pelo projeto de extensão VSR no ano de 2020.

## 2. METODOLOGIA

Participam atualmente do projeto, 18 atletas entre 15 e 17 anos de idade, com, no mínimo, um ano de experiência no rugby e que participaram de pelo menos três competições.

No contexto normal, o VSR ocorre nas dependências da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas. O projeto fornece às atletas três encontros semanais, sendo dois encontros voltados ao treinamento tático-técnico e um de treinamento físico, tendo em torno de 1h30min de duração. Além disso, as atletas ainda participam uma vez por semana de um encontro em grupo, que tem duração de 1h com as profissionais da psicologia, com debates voltados à psicologia do esporte. Já as profissionais da fisioterapia acompanham os treinos e atendem às atletas conforme às necessidades e demandas das mesmas. Por fim, a equipe de nutrição fornece suporte nutricional às atletas, através de oficinas e encontros mensais.

Diante da pandemia da COVID-19, o planejamento do projeto teve de se adaptar e se reinventar no que se refere ao desenvolvimento de atletas a longo prazo. Portanto, os treinos físicos ocorrem em formato virtual, por meio das plataformas digitais *Zoom* e *Google Meet*. Desta forma, às atletas contam com 4 sessões semanais de treinamento físico, com aproximadamente 40 minutos de duração, supervisionadas por treinadores, e 2 encontros semanais multidisciplinares, distribuídos em um cronograma em forma de circuito, alternando conteúdos relacionados a: conhecimento técnico de rugby, fisioterapia, nutrição e psicologia.

Diante disso, a seção de resultados deste trabalho abordará a descrição dos desafios enfrentados e as oportunidades aproveitadas pelo projeto VSR durante o ano de 2020.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Logo no início do ano, em janeiro, o projeto que estava em recesso, teve que retomar suas atividades diante da notícia de que a Confederação Brasileira de Rugby (CBRu) divulgou o Campeonato Brasileiro de Sevens Juvenil que se realizaria em fevereiro. Considerando que esta competição é disputada por seleções estaduais, 11 atletas do Vem Ser Rugby foram convocadas para representar a Seleção Gaúcha na categoria até 16 anos (M16). Assim, treinos físicos e técnicos foram realizados durante o período de preparação. Na competição, realizada em Taubaté/SP, a Seleção Gaúcha M16 conquistou o terceiro lugar, com direito à bolsa atleta para as atletas do VSR convocadas.

Posteriormente ao evento nacional, o projeto entrou em um recesso de duas semanas. Ao retornar, em menos de um mês, a pandemia interrompeu o trabalho presencial do projeto. No entanto, a CBRu iniciou um projeto de sistema de identificação e formação de talentos (SIFT), no qual oportunizou encontros multidisciplinares com membros da comissão técnica e atletas da seleção brasileira aberto e direcionado para atletas juvenis. Paralelamente, a CBRu criou a Academia



Virtual de Alto Rendimento (AVAR), onde solicitou à Federação Gaúcha de Rugby (FGR) indicações de atletas do sexo feminino em potencial de rendimento para compor a seleção brasileira juvenil. Assim, 7 atletas do VSR foram indicadas pela FGR, e compõem atualmente o grupo da AVAR, com reuniões e monitoramento semanal da CBRu para a possibilidade de convocação para a seleção brasileira juvenil.

Ainda em situação de isolamento social causada pela pandemia, a comissão técnica do VSR organizou um cronograma de encontros e treinos remotos para manutenção das atividades do projeto e, principalmente, voltados à preocupação em manter as meninas fisicamente ativas e mentalmente saudáveis, além de proporcionar conhecimento teórico-prático acerca de diferentes dimensões relacionadas desempenho esportivo. Já foram conduzidos 56 sessões de treinamento físico oferecida em dois horários distintos durante cada dia de treino. Além disso, até o momento, foram proporcionados 28 encontros multidisciplinares, sendo 2 encontros por semana, com conteúdos variados e alternados em temas relacionados ao conhecimento técnico de rugby, fisioterapia, nutrição e psicologia, como apresenta a Tabela 1.

Tabela 1. Conteúdos abordados nos encontros multidisciplinares.

<b>Técnico e conhecimento de rugby</b>	<b>Fisioterapia</b>	<b>Nutrição</b>	<b>Psicologia</b>
Regras e fundamentos;	Liberação miofascial;	Oficinas de culinária;	Roda de conversa;
Arbitragem;	Alongamento;	Preparação de alimentos;	Sentimentos em contexto de pandemia.
Valores do rugby;	Estabilidade;	Quando consumir;	
Formas de comunicação;	Mobilidade.	Nutrição de atletas;	
Habilidades individuais.		Receitas saudáveis	

#### 4. CONCLUSÕES

Diante do exposto, o VSR vivenciou momentos importantes quanto à visibilidade do projeto em âmbito nacional, conquistando terceiro lugar em campeonato brasileiro, e 7 atletas sendo indicadas e introduzidas na academia de alto rendimento da CBRu. Além disso, o VSR empregou um cronograma prático em formato remoto, considerando o cancelamento das atividades presenciais durante a pandemia, onde o trabalho de uma equipe multidisciplinar se fez fortemente necessário no auxílio às atletas, bem como contribuiu na formação dos recursos humanos através de encontros ministrados por estudantes de graduação da UFPel.



## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MOURA, G. X.; STAREPRAVO, F. A.; ROJO, J. R.; TEIXEIRA, D.; SILVA, M. M. Mulher e esporte: o preconceito com atletas de rugby da cidade de Maringá-Pr. **Motrivivência**, vol. 29, n. 50, p. 17-30.2020.

MÜLLER, C. B. **Efeitos em parâmetros neuromusculares de um programa de treinamento tático-técnico e físico e comportamento da maturidade em escolares do sexo feminino com altas habilidades motoras para o rugby: Programa Vem Ser Pelotas**. 2018. 86f. Dissertação – Programa de Pós Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Pelotas.

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