

PROJETO DE HANDEBOL FEMININO DA UFPEL: UM ESPAÇO DE FORMAÇÃO E INTEGRAÇÃO

JEREMIAS FICK PORTO¹; WESLEY BANDEIRA GUERREIRO²; PIETRA CAZEIRO CORRÊA³; ANA VALÉRIA LIMA REIS⁴; MARIO RENATO DE AZEVEDO JUNIOR⁵

¹Universidade Federal de Pelotas – jfp_contato@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – wesleyguerreiro1234@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – pietracorreia@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – anavalerialimars@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – mrazevedojr@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Define-se o esporte universitário como qualquer modalidade esportiva praticada por estudantes universitários e regulamentada pela respectiva Confederação Brasileira ou reconhecida pela FISU (CBDU, 2025). Tal manifestação esportiva tem suas primeiras instituições concebidas no ano de 1933 pelos próprios alunos do ensino superior, até o ano de 1941 onde as entidades esportivas criadas antes pelos estudantes foram substituídas por instituições controladas pelo Estado com a criação da Confederação Brasileira de Desportos Universitários (CBDU) (Pessoa; Dias, 2019).

Tal confederação tem como objetivo administrar, planejar, organizar e incentivar a prática do esporte universitário em todo o território nacional, além de representar o Brasil em eventos internacionais. Busca promover o desenvolvimento do esporte universitário por meio de competições nacionais (JUBs) e regionais (por exemplo o JUGs no RS), pesquisas, fóruns e ações culturais, garantindo a integração entre educação e prática desportiva (CBDU, 2025).

Essas atividades extracurriculares, exercem efeitos significativos em seus participantes. No âmbito pessoal e social, favorece a socialização, amplia o círculo de amizades, fortalece o espírito de equipe e promove a responsabilidade e liderança. Em relação ao desenvolvimento de competências, contribui para o pensamento crítico, a comunicação, a cooperação em grupo, a autoconfiança e a iniciativa. Do ponto de vista da saúde física e psicológica, melhora a condição física, auxilia no controle da ansiedade e reforça as habilidades de interação interpessoal. Possibilidade de fomento do esporte, e formação profissional (Makarov et al., 2020).

Nesse sentido, o projeto de handebol da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), idealizado pela professora Rose Meri Santos da Silva e que atualmente é coordenado pelo professor Mario Renato de Azevedo Júnior, foi criado com o intuito de representar a instituição em competições universitárias, como os Jogos Universitários Gaúchos (JUGS) e fomentar a prática esportiva entre os discentes da UFPEL. Logo, este estudo tem como objetivo apresentar o projeto de handebol da UFPEL, mais precisamente o naipes feminino, e seus resultados obtidos até o ano de 2025.

2. METODOLOGIA

O projeto de handebol da UFPEL, como um todo, é desenvolvido desde 2014, com o objetivo de fomentar a prática esportiva entre os discentes da

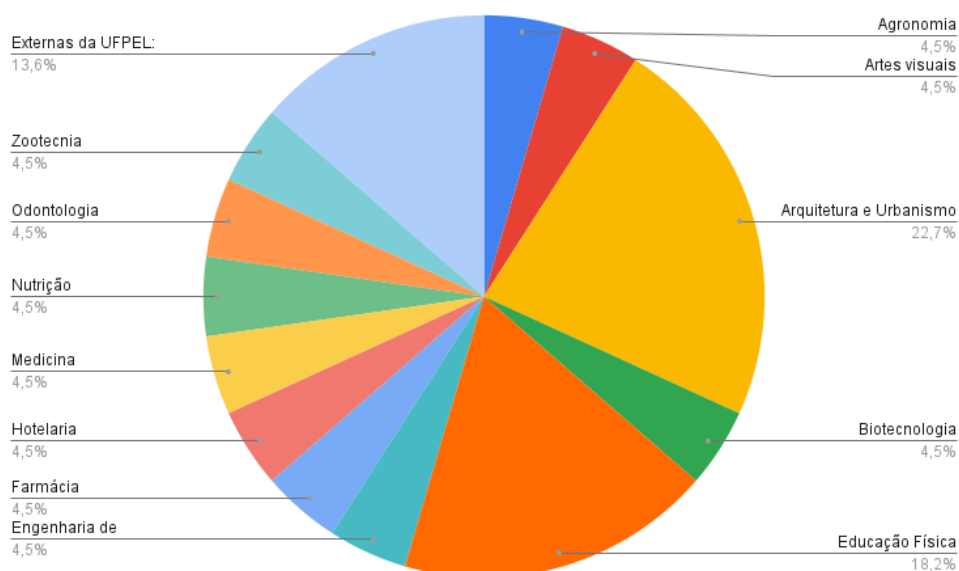
Universidade Federal de Pelotas, além de representar a instituição em competições universitárias, como os Jogos Universitários Gaúchos (JUGS). As atividades do projeto ocorrem na Escola Superior de Educação Física e Fisioterapia (ESEF-UFPEL) uma vez por semana, às terças-feiras, das 20h40 às 22h00. A categoria conta com uma comissão técnica própria, que assumiu a equipe em 2024 sendo composta por: uma treinadora mestranda em Educação Física, dois auxiliares técnicos e três fisioterapeutas, todos discentes da ESEF. A comissão é responsável por planejar e executar os treinos e acompanhar o desenvolvimento das atletas ao longo do período letivo.

Os treinos são divididos em três momentos:

- 1º Momento (Protocolo da Fisioterapia): A cada sessão de treino, os atletas passam por um período prévio de aquecimento e exercícios de mobilidade articular, com o intuito de prevenir lesões musculares e articulares. É conduzido pelos fisioterapeutas.
- 2º Momento (Exercícios Técnico-Táticos): Após o protocolo da fisioterapia, são ministrados 2 a 3 exercícios, com o intuito de suprir aspectos técnico-táticos deficientes apresentados em treinos anteriores. É conduzido pela treinadora e auxiliares.
- 3º Momento (Simulação de jogo): Período final do treino, onde são formadas duas equipes e na sequência é disputado um jogo amistoso entre elas. Com o objetivo de verificar se houve melhora nos aspectos trabalhados no momento anterior e identificar outros. É conduzido pela treinadora e auxiliares.

Atualmente, o projeto conta com 22 participantes, distribuídas por 12 cursos da UFPEL, além de 3 participantes que não possuem vínculo com a universidade (Figura 1).

Figura 1: Gráfico que demonstra os cursos das participantes do projeto.



A metodologia do projeto enfatiza a importância da regularidade nos treinos para o desenvolvimento técnico e competitivo e para a promoção da saúde e bem-estar dos participantes.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Desde sua criação, em 2014, a equipe feminina representou a UFPEL em oito edições dos JUGS (tabela 1), tendo alcançado o pódio em 3 três oportunidades: 2015, 2016 e 2024, essa última conquista já com a comissão técnica atual (Figura 2).

Quadro 1: Desempenho das equipes femininas que representaram a UFPel nas edições dos JUGS.

Ano	Classificação
2014	5º lugar
2015	3º lugar
2016	3º lugar
2017	4º lugar
2018	4º lugar
2019	4º lugar
2020	Não realizado (Pandemia)
2021	Não participou
2022	4º lugar
2023	4º lugar
2024	3º lugar
2025	4º lugar

Figura 2 - Time que competiu no JUGs de 2024



Quando a nova comissão assumiu a equipe, a principal dificuldade encontrada foi a baixa assiduidade das atletas nos treinos, situação que, em determinados momentos, ocasionou até mesmo o cancelamento de treinos. Para solucionar o problema, foi realizado um trabalho contínuo de conscientização

sobre a importância da regularidade nos treinos. Não apenas para aprimoramento técnico e competitivo, mas também para o fortalecimento da coesão e da identidade do grupo. Como resultado, as participantes passaram a demonstrar um forte comprometimento com o projeto, refletindo na presença constante nos treinos e no fortalecimento da união entre elas.

No contexto da UFPEL, esse relato dialoga com estudos anteriores, nos quais os alunos destacaram que o esporte universitário é fundamental para criar laços, promover o sentimento de pertencimento e possibilitar experiências de integração entre estudantes de diferentes cursos e origens (Pereira, Da Silva, 2015). Dessa forma, os impactos gerados pelo projeto de handebol feminino da instituição não se restringem às vitórias em quadra, mas contribuem diretamente para a construção de um espaço de convivência, identidade coletiva e formação cidadã.

4. CONSIDERAÇÕES

Em suma, o projeto de handebol feminino da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) vem se consolidando como uma iniciativa significativa para o desenvolvimento das discentes, promovendo a prática esportiva de forma inclusiva e formativa. Através da participação em competições como os Jogos Universitários Gaúchos (JUGs), a equipe feminina não apenas conquistou resultados de expressão, como também contribuiu para o fortalecimento da cultura esportiva dentro da universidade.

Como destacado na introdução, o esporte universitário favorece a socialização, aumenta o círculo de amizades, a responsabilidade e a liderança, além de contribuir para a saúde física e psicológica das estudantes. Do mesmo modo, pesquisas sobre atividades extracurriculares reforçam que tais práticas são fundamentais para a formação intelectual, social e cultural das universitárias, pois estimulam o pensamento crítico, a cooperação em grupo, a autoconfiança e a iniciativa, configurando-se como parte essencial da ideia de universidade (Makarov et al., 2020).

Dessa forma, o projeto reafirma a relevância do esporte universitário como espaço de desenvolvimento acadêmico, social e humano, em consonância com a missão educativa das universidades.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DO DESPORTO UNIVERSITÁRIO. *Estatuto da Confederação Brasileira do Desporto Universitário – CBDU*. Brasília: CBDU, 11 abr. 2025. Disponível em: <https://www.cbdu.org.br/Transparency/Documents>.

MAKAROV, Mikhail I.; PISARENKO, Danila A. Extracurricular activity of students in the aspect of the university idea. **European Proceedings of Social and Behavioural Sciences**, v. 95, 2020.

PEREIRA, Thaís Farias; DA SILVA, Méri Rosane Santos. O esporte universitário na UFPEL: uma visão a partir do olhar de alunos-atletas, professores-técnicos e gestores. **Revista Didática Sistêmica**, p. 2-10, 2015.

PESSOA, Vitor Lucas de Faria; DIAS, Cleber. História do esporte universitário no Brasil (1933-1941). **Movimento**, Porto Alegre, v. 25, e25016, 2019.