

PROGRAMA LABORATÓRIO PEDAGÓGICO: SAÚDE, ESPORTE E LAZER NO DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - FUTSAL

Aline de Oliveira Santos¹
Michael Dean Nascimento Brito²
Anny Sionara Moura Lima Dantas³

INTRODUÇÃO

O futsal é um esporte que requer aptidão, pois o espaço reduzido da quadra, unido ao peso maior da bola (com base na bola do futebol campo) e a agilidade que se é praticado, faz da modalidade mais exigente em aspectos físicos, fazendo com que seus praticantes precisem ter força, noção de tempo e espaço, agilidade, habilidades e outras características. Para que o objetivo do jogo seja alcançado, é indispensável ter domínios sobre os fundamentos do futsal. Os fundamentos são os padrões de movimentos básicos que devem ser treinados e assimilados para praticar o futebol de salão.

Este trabalho tem por objetivo, relatar experiências adquiridas no Programa Laboratório Pedagógico: saúde, esporte e lazer no departamento de educação física, que tem como coordenadora e orientadora a professora mestre Anny Sionara Moura Lima Dantas, na instituição de ensino Universidade Estadual da Paraíba, no Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, na denominada “Escolinha de Futsal”, onde visa oferecer aulas bem elaboradas da modalidade futsal de forma gratuita a circunvizinhança do Departamento de Educação Física da UEPB e por meio do esporte fazer um resgate social das crianças inseridas neste projeto, e também fazer com que as crianças saíam sabendo e dominando os fundamentos básicos do futsal, além de propiciar a inclusão e interação social, somando-se a isto o lazer.

O Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física, têm como objetivo propiciar experiências no ensino desportivo, para os

¹ Graduanda do Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, aline.oliveiras1011@gmail.com;

² Graduando do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, michaeldean1993@gmail.com;

³ Professora Orientadora: Mestre, Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, annysionara@servidor.uepb.edu.br.

Relato condizente ao projeto de extensão Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física, pertencente a instituição Universidade Estadual da Paraíba.

estudantes de Educação Física, aprender a lidar com crianças, jovens, adolescentes, adultos e idosos, nas modalidades: musculação, natação, funcional, dança e futsal. Somando-se a isto, a atitude de incluir estas pessoas na sociedade, que por muitas vezes, são marginalizadas por conta da segregação social, cultural, racial, dentre outros. E com este projeto, possibilita-se a estas pessoas além da saúde, o bem estar, a qualidade de vida e a interação social.

METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)

No que se refere a futsal com crianças e adolescentes na faixa etária de 7 a 18 anos de idade, faz-se o processo de inscrição, pedindo-se o Registro Geral (RG) ou Registro de nascimento, uma cópia do comprovante de residência, uma foto 3x4, e para estes alunos desta faixa etária, pede-se também uma declaração da instituição de ensino.

Os professores e voluntários utilizam materiais didáticos que são essenciais para o desenvolvimento e aprendizado dos alunos e na desenvoltura da aula. Utiliza-se: do ginásio, bolas, cones, chapéu chinês, arcos, escada de agilidade, coletes, e apito. Aplica-se uma metodologia diagnóstica e formativa, e aulas por comando avaliando o progresso pontual dos alunos e reajustando o conteúdo da próxima aula para potencializar a absorção do conhecimento a fim de expor a curva de aprendizado, produzida pelos próprios alunos.

As aulas de futsal são ministradas nas terças e quintas, sendo duas turmas divididas nos horário de: 07h30min às 08h30min e 08h30min às 09h30min da manhã. Tem-se 29 alunos na primeira turma e 24 na segunda, que participam da modalidade, todos do sexo masculino, com idade entre 7 e 18 anos.

Os alunos são submetidos a um processo de alongamento, que segundo Kisner (2005) o alongamento é uma manobra terapêutica utilizada para aumentar a mobilidade dos tecidos moles por promover aumento do comprimento das estruturas que tiveram encurtamento adaptativo. Em seguida, passa-se um treino simples sem bola para aquecimento, que para Weineck (2003) o objetivo central do aquecimento geral ativo é obter aumento da temperatura corporal e da musculatura, bem como preparar o sistema cardiovascular e pulmonar para a atividade e para o desempenho motor. Após o aquecimento, fazem-se treinos funcionais, que segundo D'Elia (2005), treinamento funcional é puxar, empurrar, estabilizar, levantar, agachar, arremessar, correr ou saltar para fazer do corpo uma ferramenta que produza movimentos mais eficientes, melhorando o desempenho e prevenindo lesões, em um processo de aprendizado, desafio e evolução constante. Feito isto, são realizadas tarefas dos Relato condizente ao projeto de extensão Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física, pertencente a instituição Universidade Estadual da Paraíba.

fundamentos da modalidade e posicionamento tático, e técnico, e ao fim de cada treino, divide-se times de maneira proporcional em idade e altura, e faz-se um jogo coletivo com os alunos.

REFERENCIAL TEÓRICO

O futsal, antigamente conhecido como futebol de salão, foi criado nos anos 30, pela Associação Cristã de Moços de Montevideu, Uruguai (Santini e Voser, 2008). Trata-se de um jogo dinâmico, que apresenta uma característica de confronto, entre duas equipes em uma quadra. Pode-se definir fundamentos técnicos do futsal como gestos esportivos que são realizados com o menor gasto de energia e com a máxima precisão possível.

De acordo com Andrade Junior (2009) a técnica do futsal é tudo aquilo que o atleta faz individualmente dentro da quadra de jogo. Segundo Filgueira (2004) a técnica proporciona o maior nível de desempenho no praticante da modalidade de forma objetiva. Os fundamentos técnicos que servem como base para a prática da modalidade futsal. Tem-se como fundamentos: passe, finalização ou chute ao gol, recepção, condução, drible, finta, marcação e cabeceio.

Segundo Melo e Melo (2006) o passe é uma maneira de carregar a bola entre dois ou mais elementos da mesma equipe. O passe pode ser realizado de inúmeras formas, pode ser com: a sola, a parte externa, a parte interna, com o peito, com o calcanhar ou com o “bico” do pé (Luxbacher, 1996; Asin, 1969; Borsari, 1989). Não se trata apenas de lançar a bola com maior lonjura, é conveniente ter a maior precisão possível também (Asin, 1969). Para Filho (2000) deve-se perceber não só a posição do companheiro para quem se pretende fazer o passe, mas também a do adversário que o marca. Os passes podem ser classificados quanto a: dificuldade, distância, ou trajetória (SANTINI e VOSER, 2008).

Chute é o ato de golpear a bola visando mudar sua trajetória (LUCENA, 2001). É um fundamento que objetiva o gol. A técnica do chute é parecida com a do passe, a diferença é o objetivo, que um visa a meta adversária e o outro construção de jogadas, respectivamente. Para Lucena (2001), é o ato de bloquear a trajetória da bola vinda de arremessos ou passes. Segundo o mesmo autor, o domínio dos fundamentos de recepção e passe, acelera o jogo e são os dois principais recursos. Para Tenroller (2004), é uma ação ciente de receber a bola e

ter o controle dela para chutar e tentar atingir o objetivo do jogo que é fazer o gol na meta adversária.

Conduzir a bola refere-se à ação de carregá-la de um local para outro na quadra, principalmente em direção ao goleiro adversário (Mutti, 2003). Segundo Tenroller (2004), é o movimento de levar a bola próximo aos pés, de maneira que ela esteja sempre ao alcance do condutor, que assim poderá agir prontamente, quer seja caminhando ou em velocidade.

De acordo com Mutti (2003), a ação de driblar é o ato individual que combina habilidades de equilíbrio, velocidade de arranque, agilidade, entre outros, que tem propósito de surpreender o adversário e passar a sua frente.

Para Costa (2007) a finta é a ação de fazer um deslocamento sem a bola com finalidade de enganar o adversário. Ela é executada por meio de um balanço do corporal para frente ou para os lados, para ludibriar o adversário e aproveitar-se da jogada obtendo distância do oponente.

Costa (2007), afirma que marcar o adversário é tentar impedir a progressão da jogada quando não se tem a posse de bola, marcação sugere não dar brecha para que o adversário receba a bola em condições de dar continuidade à jogada.

Cabeceio é a ação de golpear a bola com a cabeça. Deve ser executada preferencialmente com a parte frontal da cabeça e com os olhos abertos, para que o jogador possa ter maior precisão para direcionar o lançamento da bola (Mutti, 2003).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As experiências adquiridas com o Programa são únicas, pois se tem a oportunidade de lidar com os mais diversos públicos, crianças, jovens, adolescentes, adultos, idosos e também em variadas modalidades, musculação, natação, funcional, dança e futsal. Desta forma contribui-se para uma melhor formação profissional, mas também pessoal.

No início das aulas no segundo semestre de 2019, havia falta de educação dos alunos para com os professores e voluntários, porém no decorrer das aulas, quando havia a pronúncia de palavrão, os professores e/ou voluntários aplicavam uma punição ao aluno, o mesmo se retirava do jogo ou treino entre 2 e 5 minutos, após este tempo de suspensão o aluno punido retornava a aula normalmente, e aos poucos eles corrigiam-se quanto ao uso de palavras de baixo calão. E ao fim do semestre percebeu-se a mudança de comportamento dos alunos, pois já não havia mais a necessidade de aplicar tal punição.

Relato condizente ao projeto de extensão Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física, pertencente a instituição Universidade Estadual da Paraíba.

Para obtenção de novos avanços, faz-se necessário o investimento nos materiais, a exemplo disto, as chuteiras específicas para futsal, pois as que se têm disponível não são adequadas para o piso do ginásio do departamento. Pode-se melhorar também na abertura de novas turmas para evitar a superlotação nos horários disponibilizados. A organização de amistosos com outras instituições, além de serem coisas atrativas, educativas e recreativas, é onde pode adquirir experiência e o alcance de objetivos da modalidade, que é de competição saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As experiências adquiridas no Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física, na “Escolinha do DEF”, são de suma importância para a formação de um profissional, onde adquire-se o conhecimento não apenas de forma teórica, mas também prática, somando-se a isto, a absorção de experiências no futsal, mas também no social com crianças e adolescentes.

Na perspectiva do futsal os pontos positivos são na possibilidade de adquirir experiências práticas ainda na graduação, e o comprometimento em assiduidade dos alunos nas aulas. Já nos pontos negativos, encaixam-se as dificuldades de lidar com o público, que por sua maioria são jovens desobedientes; e a disparidade entre idade dos alunos.

Palavras-chave: Educação Física, Futsal, Inclusão social.

REFERÊNCIAS

- COSTA, Claiton Frazzon. Futsal: aprenda a ensinar. **Florianópolis: Bookstore**, 2003.
- DA SILVA, Josemar Edson. **A importância de jogar futsal com regras e fundamentos**. 2016. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2012/2012_uepg_edfis_pdp_josemar_edson_da_silva.pdf>. Acesso em: 26 de Outubro de 2020.
- DARONCO, L.; FLÔRES, F. Los fundamentos técnicos: la base del futsal. **Revista Digital**, n. 163, 2011.
- JUNIOR, Jose Roulien De Andrade. **Futsal-Aquisição, Iniciação e Especialização**. Jurua Editora, 2007.
- MELO, Rogério; MELO, L. B. S. Ensinando futsal. **Rio de Janeiro. Sprint**, 2006.

Relato condizente ao projeto de extensão Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física, pertencente a instituição Universidade Estadual da Paraíba.