

## AGILIDADE EM ADOLESCENTES PRATICANTES DE FUTSAL EM EQUIPES ESCOLARES

LUCAS BELLO OLIVEIRA<sup>1</sup>  
RODRIGO BEZERRA RODRIGUES<sup>2</sup>

### RESUMO

O presente resumo apresenta uma pesquisa com alunos de uma escola particular de Santa Maria-RS e teve como objetivo testar e analisar o nível de agilidade de alunos da disciplina de educação física, utilizando-se os dados para aprimorar o nível das aulas. Para este estudo foi utilizado o teste de agilidade de SEMO (JOHNSON & NELSON, 1979). Foram analisados 26 alunos que praticam futsal em nível escolar e jogam em posições diferentes. É interessante salientar que como são alunos da educação física escolar e não atletas ocorreram diferentes resultados, pois possuem diferenças de peso, altura, idade e nível de treino, justificando o resultado dos testes.

### INTRODUÇÃO

O futsal é uma modalidade muito difundida no Brasil, tanto na audiência das competições profissionais como na prática da modalidade, por lazer ou competição amadora. Assim, esta modalidade é praticada em diversos níveis de desempenho e sempre surgem curiosidades para saber as reais diferenças entre atletas amadores e profissionais. Existem valências físicas para serem desenvolvidas com os jogadores, dentre elas, destaca-se a agilidade de cada atleta Weineck (1999, p.358).

Crianças se deparam a todo o momento com situações nas quais elas precisam usar seu repertório de habilidades motoras. Catenassi *et al.* (2007) afirmam que o treino de futsal

---

<sup>1</sup> Bacharel em Educação Física pela FAMES. Acadêmico do Curso de Educação Física da ULBRA. E-mail: lukz\_sports@hotmail.com .

<sup>2</sup> Acadêmico do Curso de Educação Física da Faculdade Metodista de Santa Maria. E-mail: rodrigorodriguesb@hotmail.com.

ao utilizar as habilidades motoras globais possibilitam o desenvolvimento de habilidades mais especializadas em atividades esportivas.

Na prática do futsal os atletas são divididos entre aqueles que atuam na linha e os goleiros, formando assim um diferencial para o estabelecimento de uma linguagem específica para o desporto (FERREIRA, 2001). O autor relata que as técnicas individuais empregadas durante o jogo são divididas em técnicas individuais de linha, que seria passe, recepção, condução, drible, chute e a marcação, finta, domínio e controle; e de goleiro como a empunhadura, defesa alta, defesa baixa, arremesso e saída de gol, mais as dos outros atletas, uma vez que o goleiro hoje deve também trabalhar com os pés, tornando-se, quando fora da área, mais um jogador de linha.

Segundo Apolo (2004) no passado a preparação física no futsal era considerada como sendo um fator de menor importância, porém, com as mudanças nas regras e o aumento na dinâmica do esporte, ou seja, jogadores universais, com todas as características de movimentação, houve a necessidade de aumentar os níveis de condicionamento físico e de se colocar nas equipes o preparador físico.

Para a prática de futsal são necessários fundamentos específicos da modalidade, pois é praticado em pequeno espaço, exigindo a lapidação de um componente básico no desenvolvimento motor que é a agilidade (SANTI MARIA; ALMEIDA; ARRUDA, 2009).

Assim, para esta pesquisa objetivou-se **analisar o** nível de agilidade dos alunos da Educação Física de uma escola particular de Santa Maria-RS.

## **METODOLOGIA**

Para avaliar a agilidade dos alunos foi utilizado o teste de SEMO (JOHNSON & NELSON, 1979), devido aos diferentes tipos de deslocamentos (frontal, costas e lateral), além das trocas constantes de direção. Para isso, foi necessário de uma área de 3,65m por 5,80m com um espaço externo a esta área para que os alunos possam correr e contornar os cones que irão delimitar essa área.

Para iniciar o teste o aluno inicia de costas para o cone A, após o comando desloca-se lateralmente até o cone B, ao passar o cone B inicia uma corrida de costas até o cone D em diagonal, ao fazer a volta por dentro do cone D desloca-se em Sprint frontal até o cone A, o contorna e desloca-se novamente de costas em diagonal até o cone C, contorna este cone e novamente Sprint frontal até o cone B e encerra o teste com uma corrida lateral até A.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

**Tabela 1** – Idade, posição e tempo em segundos.

	Idade	Posição	Tempo (em seg)
1	15	Pivô	11,85
2	16	Goleiro	12,98
3	17	Ala/Pivô	10,93
4	17	Goleiro	13,31
5	14	Ala	12,38
6	16	Ala	11,94
7	16	Ala	11,93
8	19	Fixo	13,24
9	17	Fixo	11,74
10	16	Fixo	12,32
11	16	Fixo	14,05
12	11	Fixo	13,99
13	11	Ala	14,46
14	12	Goleiro	13,25
15	13	Fixo	11,98
16	11	Pivô	12,91
17	10	Pivô	14,51
18	10	Ala	14,22
19	11	Goleiro	15,01
20	12	Ala	12,26
21	13	Goleiro	14,02
22	12	Goleiro	15,56
23	13	Pivô	15,07
24	11	Pivô	16,32
25	10	Ala	15,76
26	12	Ala	11,32

Fonte: autor da pesquisa.

**Tabela 2** – Protocolo do Teste

Nível de Performance	Resultado em segundos
Avançado	Até 10,72
Intermediário Avançado	Até 11,49
Intermediário	Até 13,03
Iniciante Avançado	Até 13,79
Iniciante	13,80 ou mais

Fonte: Johnson e Nelson (1979)

Observando a tabela 1, em comparativo com o protocolo, Tabela 2, foi possível constatar que, dentro de suas respectivas categorias, sub 13, sub 15 e sub 17, os atletas que possuem a melhor agilidade são os que atuam na posição de ala, respectivamente, a posição no futsal que gera, durante uma partida, uma maior troca de direção e também possui uma maior intensidade de jogo.

## CONCLUSÃO

Mesmo com as informações encontradas a respeito do futsal na literatura nacional terem sido, de certa forma insuficiente para satisfazer as comparações que poderiam ser realizadas e, considerando que cada vez mais cresce o número de praticantes de futsal tanto no Brasil, como em outros países, salienta-se a importância das contribuições que este estudo sobre a agilidade em adolescentes praticantes de educação física escolar.

Assim, por este estudo evidenciou-se que a agilidade dos alunos foi satisfatória levando em consideração que participam apenas das atividades esportivas da escola e a maioria encontrou-se acima do nível iniciante.

## REFERÊNCIAS

APOLO, Alexandre. **Futsal: Metodologia e Didática na Aprendizagem**. Liberdade, SP: Editora Phorte, 2004

CATENASSI, F.Z.; MARQUES, I.; BASTOS, C.B.; BASSO, L.; RONQUE, E.R.V.; Relação entre índice de massa corporal e habilidade motora grossa em crianças de quatro a seis anos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v.13, n.4, p.227-30, 2007.

FERREIRA, Ricardo L. **Futsal e a Iniciação**. 5 ed. Rio de Janeiro: Editora Sprint, 2001.

JOHNSON, B.L.; NELSON, J.K. **Measurement of Physical Performance. Resource Guide with Laboratory Experiments**, Minneapolis, Minnesota, Burgess Publishing Company, 1979.

SANTI MARIA, T.; ALMEIDA, A.G.; ARRUDA, M. **Futsal: Treinamento de Alto Rendimento**. São Paulo: Editora Phorte, 2009, p.192.

WEINECK, J. Manual de treinamento esportivo. São Paulo: Editora Manole, 1999.