

AGILIDADE EM ADOLESCENTES PRATICANTES DE FUTSAL EM EQUIPES ESCOLARES

LUCAS BELLO OLIVEIRA¹
RODRIGO BEZERRA RODRIGUES²

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

¹ Bacharel em Educação Física pela FAMES. Acadêmico do Curso de Educação Física da ULBRA. E-mail: lukz_sports@hotmail.com .

² 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.