



FACULDADE DE EDUCAÇÃO E MEIO AMBIENTE

JEFERSON PEREIRA DE OLIVEIRA

**FUTSAL COMO ESPORTE DE BASE DO
DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES E CAPACIDADES
COORDENATIVAS DOS ATLETAS DE FUTEBOL DE
CAMPO**

ARIQUEMES / RO
2018

JEFERSON PEREIRA DE OLIVEIRA

FACULDADE DE EDUCAÇÃO E MEIO AMBIENTE

**FUTSAL COMO ESPORTE DE BASE DO
DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES E CAPACIDADES
COORDENATIVAS DOS ATLETAS DE FUTEBOL DE
CAMPO**

Monografia apresentada ao curso de Educação Física da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA, como requisito parcial a obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientador (a): Prof. Esp. Osvaldo Homero Garcia Cordero.

ARIQUEMES / RO
2018

JEFERSON PEREIRA DE OLIVEIRA

**FUTSAL COMO ESPORTE DE BASE DO
DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES E CAPACIDADES
COORDENATIVAS DOS ATLETAS DE FUTEBOL DE
CAMPO**

Monografia apresentada ao curso de Educação Física da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA, como requisito parcial a obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

COMISSÃO EXAMINADORA:

Orientador (a): Prof. Esp. Osvaldo Homero Garcia Cordero
Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA

Prof.Ms Leonardo Alfonso manzano
Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA

Prof.Ms Yuri de Lucas Xavier Martins
Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA

Ariquemes,06 de Julho de 2018.

AGRADECIMENTOS

A Deus, pela benfazeja luz a iluminar o meu caminho e me guiar por vales tortuosos.

Ao meu orientador, prof. Osvaldo Homero Garcia Cordero, grande mestre, pela acolhida em momento tão decisivo em minha jornada acadêmica.

A minha família, pela compreensão intransponível de ficar ao meu lado na execução e confecção deste trabalho.

Aos amigos e colegas, pela força e pela paciência em relação a esta jornada.

Aos professores e colegas de curso que em todos estes períodos mantiverem a confiança em minha capacidade para terminar e a todos que me apoiaram em todos os momentos da minha vida.

RESUMO

A prática de atividades físicas e esportes são de vital importância no auxílio da qualidade de vida de crianças, adolescentes, jovens e adultos, quanto mais cedo iniciada a prática, menor a possibilidade de ser às doenças, assim como traz bem-estar para o corpo e a mente; estimula as atividades cognitivas; melhora a qualidade do sono; fortifica os músculos; e aumenta a capacidade cardiorrespiratória. Observando-se esse contexto, verifica-se que, neste país, o Futsal e o Futebol de Campo são atividades esportivas que estão presentes desde cedo na vida de um brasileiro, no entanto, é importante saber qual o nível de interação entre as duas atividades, já que elas têm muitas similaridades. O objetivo deste trabalho é demonstrar alguns aspectos relevantes sobre a importância do Futsal como esporte de base para o desenvolvimento de habilidades e capacidades coordenativas para os atletas de Futebol de Campo. O método utilizado será por meio de revisão bibliográfica de artigos e publicações sobre o assunto em bases de dados. Como resultado, conclui-se que de fato existe uma interação muito grande entre essas práticas esportivas, já que muitas das regras são muito parecidas, assim como uma maior excelência do Futsal para um preparo intenso para o desenvolvimento de capacidades e habilidades dos jogadores de Futebol de Campo.

Palavras-chave: Educação Física, Futsal, Futebol de Campo, Capacidades, Habilidades.

ABSTRACT

The practice of physical activity and sports is vital in helping the quality of life of children, adolescents, youth and adults, the sooner the practice begins, the possibility of being less exposed to diseases, as well as bringing well-being to the body and the mind; stimulates cognitive activities; improves sleep quality; strengthens muscles; and increases cardiorespiratory fitness. Observing this context, it is verified that in this country, Futsal and Futebol de Campos are sports activities that are present at an early age in the life of any Brazilian, however it is important to know the level of interaction between the two activities, since they have many similarities. The objective of this work is to demonstrate some relevant aspects about the importance of Futsal as a basic sport for the development of abilities and coordinating capacities for the field soccer athletes. The method used will be through bibliographic review of articles and publications on the subject in databases. As a result, it is concluded that in fact there is a very great interaction between these sports practices, since many of the rules are very similar, as well as a greater excellence of the Futsal for an intense preparation for the development of capacities and abilities of the Soccer players of Field.

Keywords: Physical Education. Futsal. Football. Capabilities. Skills.

LISTA DE ABREVIATURAS

ACM	-	Associação Cristã de Moços
CBFS	-	Confederação Brasileira de Futebol de Salão
FIFA	-	Federação Internacional de Futebol
FIFUSA	-	Federação Internacional de Futebol de Salão
ONGs	-	Organizações Não Governamentais
ONU	-	Organização das Nações Unidas
RAST	-	<i>Running Aerobic Sprint Test</i>
WAnT	-	Teste Anaeróbico de Wingate

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	9
2 OBJETIVOS	12
2.1 GERAL	12
2.2 ESPECÍFICOS	12
3 METODOLOGIA	13
3.1 FONTES DE PESQUISA.....	13
3.2 RECORTE TEMÁTICO	Error! Bookmark not defined.
3.3 DELIMITAÇÃO DA PESQUISA.....	14
3.4 PERÍODO DA PESQUISA.....	14
4 REVISÃO DE LITERATURA	15
4.1 O FUTSAL: SUA ORIGEM.....	15
4.2 O BRASIL E O FUTSAL	17
4.3 INICIAÇÃO ESPORTIVA NO FUTSAL E NO FUTEBOL DE CAMPO	18
4.4 APLICAÇÃO DE FUTSAL NA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA MÉTODOS DE ENSINO DOS ELEMENTOS TÉCNICOS	24
4.4 HABILIDADES E CAPACIDADES COORDENATIVAS DESENVOLVIDAS NO FUTSAL.....	28
4.5 SURGIMENTO E CAPACIDADES COORDENATIVAS COMO DESENVOLVIMENTO DA RESISTÊNCIA DO ATLETA DE FUTEBOL DE CAMPO	30
CONCLUSÃO	344
REFERÊNCIAS	355

INTRODUÇÃO

A prática de atividades físicas e do esporte é de vital importância no auxílio da qualidade de vida de crianças, adolescentes, jovens e adultos, quanto mais cedo iniciada a prática, menos expostos às doenças, assim como traz bem-estar para o corpo e a mente; estimula as atividades cognitivas; melhora a qualidade do sono; fortifica os músculos; e aumenta a capacidade cardiorrespiratória. Sem esse contexto verifica-se que neste país, o Futsal e o Futebol de Campos são atividades esportivas que estão presentes desde cedo na vida de qualquer brasileiro.

Junto a isso, outros aspectos também relevantes desenvolvem valores humanos, principalmente o espírito de trabalho em grupos; além de habilidades motoras tais como: locomoção, coordenação, domínio da bola, manipulação e equilíbrio, estas habilidades motoras tem um papel fundamental junto ao desempenho físico no rendimento dos atletas, tanto no Futsal quanto no Futebol de Campo. (PIERON, 2004).

O Futsal é um esporte conhecido mundialmente como Futebol de Salão, trata-se de uma modalidade esportiva adaptada a partir do Futebol de Campo para as quadras devidamente adaptadas e com algumas regras acrescidas ou alteradas. Trata-se de um esporte com muitos no Brasil e no mundo, sendo uma das atividades esportivas incluídas nos currículos disciplinares das aulas de Educação Física nas escolas brasileiras.

Para Vargas Neto (1995), o Futsal tem a vantagem de ser uma atividade física que requer muito movimento, assim como requer uma maior interação entre os componentes, com isso serve como elemento catalisador para educação das pessoas com alta carga de conhecimento pedagógico que incidem de forma harmoniosa no desenvolvimento do equilíbrio de um atleta.

Tanto o Futebol de Campo e o Futsal apresentam características próprias que amadureceram o longo do tempo, quais fatores podem influenciar o desempenho de uma equipe. Para a Ciência do Esporte, cada atividade física possui aspectos que lhe são próprias, com isso cabe avaliar as suas exigências físicas e coordenação motora, assim como as características de cada atleta no intuito de aperfeiçoar e desenvolver

métodos que possibilitem um maior rendimento e maior eficácia para treinamentos de equipes (MATOS, 2008, p. 32).

Segundo Santos (1998), existem diferenças e variações entre os praticantes de Futsal e os de Futebol de Campo, apesar da estreita afinidade entre essas práticas esportivas. Para os praticantes de Futsal há uma necessidade principalmente de *fortalecimento*, ou seja, “uma maior capacidade psicofísica do indivíduo resistir à fadiga, o que pode ser manifesta na forma de resistência muscular localizada e geral, aeróbica ou anaeróbica, de curta, média e longa duração, resistência de força, resistência de força rápida e resistência de velocidade” WEIRNECK (1989, p. 45).

O Futsal também se evidencia nas qualidades físicas essenciais dos atletas: resistência aeróbica, resistência anaeróbica alática e láctica, resistência muscular localizada, potência, flexibilidade e velocidade.

Não obstante, o entendimento da contiguidade que essas duas práticas esportivas possuem, os treinamentos de Educação Física nas escolas são ainda difusos, privilegiam mais o Futebol de Campo em detrimento do Futsal que poderia ser equivalente e complementar. Certamente, deve-se a tradição do Brasil, a “Pátria de Chuteiras”, ganhador de cinco campeonatos mundiais de futebol, a Copa do Mundo. Outrossim, ocorre no país o que os especialistas chamam de “especialização precoce”, ou seja, o que Silva Santos (2007) define como o treinamento começado na mais tenra idade apenas dentro de uma atividade esportiva específica, buscando nela atingir níveis de desempenho e excelência cada vez maiores.

Sabe empirismo também, por todos os meios de comunicação, que ambas as práticas reúnem o maior número de aficionados no Brasil. Em Ariquemes - RO, não é diferente, isso é possível observar em qualquer praça ou qualquer terreno baldio ou, área coberta com condições mínimas de se jogar uma “pelada”, no entanto, na maioria das vezes, tem-se um grupo de jogadores reunidos aleatoriamente, sem técnica e sem treinadores. Um bom professor de Educação Física deve ter sempre um olhar que transponha os limites teóricos para se tornar um bom treinador (BECKER JÚNIOR, 2000), isso incorpora a capacidade de ensinar a prática juntamente com habilidade de execução desses movimentos. O nível de entrosamento com jogador vai além, já que se visa torná-lo algo mais, além de um atleta. O sucesso de qualquer atleta está diretamente relacionado a questões técnicas, de comunicação com o grupo, disciplinares, táticas e psicológicas, que são elementos que irão formatar o seu

desempenho mediante empenho pessoal permanente, isso também vai estar no foco do processo de treino/capacitação de um bom professor de Educação Física. (BECKER JÚNIOR, 2000).

Esses pontos constituem a provocação que levou a confecção deste trabalho, ou seja, levantar informações que possibilitem sustentar a tese apresentada, de que o Futsal pode ser utilizado como esporte de base para o desenvolvimento de habilidades e capacidades coordenativas dos atletas de Futebol de Campo. Para Barbanti (1987) essas duas práticas esportivas se inter-relacionam e se complementam, uma vez que o Futebol de Campo e o Futsal possuem características em comum. As exigências físicas são similares para ambos esportistas, importante frisar a questão do uso da velocidade que se demonstra ser o diferencial na montagem de esquemas táticos, em que são métodos aplicados no trabalho.

2 OBJETIVOS

2.1 GERAL

Apresentar aspectos relevantes sobre a importância do Futsal como esporte de base para o desenvolvimento de habilidades e capacidades coordenativas para os atletas de Futebol de Campo.

2.2 ESPECÍFICOS

- ❖ Mostrar métodos de ensino para o desenvolvimento;
- ❖ Estudar a aplicação do futsal na aula de educação física desenvolvida através de apresentar seus métodos de ensino;
- ❖ Discutir as habilidades e capacidades coordenativas do Futsal;
- ❖ Correlacionar o Futsal e Futebol de Campo nos aspectos metodológicos;
- ❖ Propor um novo conceito sobre treino no Futebol de Campo a partir da perspectiva do Futsal.

3 METODOLOGIA

Para o início de qualquer processo de pesquisa, é necessária a definição do objeto de estudo, a partir desse ponto de partida, constrói-se o processo de investigação, delimitando-se e recortando alguns aspectos sobre o tema proposto (VENTURA, 2007). O estudo consiste em uma pesquisa bibliográfica que conforme afirma Gil (2002, p. 29) "é elaborada com base em material já publicado". Quando se trata de Revisão de Literatura, importante delimitar o tema ao universo significativo de informações colhidas em fontes de dados precisas e atualizadas, não perdendo o foco e nem a percepção sobre o trabalho, assim como a criação de metassínteses qualitativas e inter-relações entre dois temas propostos: o Futsal e o Futebol de Campo.

O Futsal e o Futebol de Campo são esportes parecidos, no entanto em alguns aspectos cruciais se diferenciam. A presente proposta é baseada em uma Pesquisa Bibliográfica, em que se pretende realizar uma sustentação teórica sobre o tema do desenvolvimento das habilidades na quadra de Futsal e o efeito no desenvolvimento do desempenho técnico do jogador de campo. Nesse intuito, busca-se intercruzar informações que possibilitem sustentar o tema central deste trabalho: Que aspectos existem no Futsal para servir como esporte de base para o desenvolvimento de habilidades e capacidades coordenativas para os atletas do Futebol de Campo. Pois tem o objetivo de observar à possibilidade a influência do desenvolvimento dos movimentos técnicos no terreno de Futsal sobre as habilidades dos jogadores de Futebol de Campo.

3.1 FONTES DE PESQUISA

A presente Revisão Bibliográfica foi realizada a partir de pesquisa bibliográfica no acervo da Biblioteca Júlio Bordignon, unidade central de pesquisa da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA. Foram utilizadas também como fontes de pesquisa as seguintes bases de dados: o *Scholar* (Google Acadêmico); a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS); a SciELO (*Scientific Eletronic Library Online*); o Repositório

Institucional – REPINS FAEMA; o Portal de Periódicos da FAEMA (específicos na área de Educação Física); dentre outros.

3.2 DELIMITAÇÃO DA PESQUISA

Para o desenvolvimento teórico desta Revisão Bibliográfica foram privilegiados artigos e publicações em língua portuguesa em revistas científicas na área de Educação Física e Saúde. O período abrange publicações a partir de 1987 (Barbanti) até 2017 (Oliveira), por exemplo. Foram utilizados 46 (quarenta e seis) trabalhos científicos em língua portuguesa e um trabalho em língua espanhola, disponíveis tanto no acervo da Biblioteca Júlio Bordignon quanto nas bases de dados indexadas no site institucional.

3.3 PERÍODO DA PESQUISA

O período da pesquisa foi compreendido entre novembro de 2017 até abril de 2018, totalizando seis meses para a elaboração e finalização das considerações deste trabalho.

4 REVISÃO DE LITERATURA

4.1 O FUTSAL: SUA ORIGEM E HISTORIA

Para Zaratin (2012), o universo sociocultural brasileiro está impregnado do “gostar de jogar bola”, isso é uma constante desde a infância até a juventude, sendo observado que o ethos¹ nacional tem uma relação direta com o futebol. Para a grande maioria de praticantes de Futsal, a sua dinâmica esportiva está impregnada de um prazer que se propaga além da quadra esportiva, enche-se de entusiasmo e valorização do participante, indo além da dimensão local de uma simples “pelada de rua” até o espaço metódico de uma quadra de Futsal. Essa analogia é importante para situar duas dimensões intrincadas no cotidiano de qualquer brasileiro que praticam esportes com a bola, ou seja, que existe uma sociabilidade muito estreita entre os atores do Futsal com o Futebol de Campo.

O Futsal ou Futebol de Salão, segundo os autores Oliveira (2017) e Baseggio (2011), possui duas origens históricas. A primeira situa sua origem em Montevideu (Uruguai), por volta de 1934, por Juan Carlos Ceriane Gravier, professor de Educação Física da Associação Cristã de Moços. Em 1942, ainda no Uruguai, o esporte já havia conquistado muitos admiradores e adeptos adultos, ultrapassando o universo infantil e juvenil. No universo adulto, começaram a ocorrer os problemas disciplinares na maioria das ACMs decorrentes da falta de regras claras, o que ocasionou uma conferência de educadores físicos para que se limitasse a prática do Futsal apenas às crianças. Coube à cidade de São Paulo a manutenção da prática do Futsal para os adultos, continuando assim até 1950, quando foram divulgadas as primeiras regras pela entidade.

No início da década de 50, a prática já tinha se espalhado pelo país, o ambiente já tinha se tornado propício para a institucionalização do esporte e criação de uma federação desportiva. Em 1954, foi criada a primeira federação, a Federação Carioca de Futebol de Salão, posteriormente surgiram as federações de Minas Gerais, São

¹ Conjunto dos costumes e hábitos fundamentais, no âmbito do comportamento (instituições, afazeres etc.) e da cultura (valores, ideias ou crenças), característicos de uma determinada coletividade, época ou região.

Paulo, Paraná e Rio Grande do Sul, nessa ordem. O marco do Futsal aconteceu em 1958, quando a Confederação Brasileira de Esporte (CBD) oficializou a prática do Futsal, fundando um conselho técnico para a implantação de regras (VOSER; GIUSTI, 2015).

Para Cirqueira (2016), a origem é incerta, mas está situada também em Montevideú, no mesmo período. Ambos concordam, no entanto, que o Futsal, em sua origem, ainda era um protótipo do Futebol de Salão, denominação que ganharia posteriormente. A segunda hipótese, afirma que, talvez em decorrência dos espaços disponíveis no Uruguai serem bem mais reduzidos que no Brasil e também na inexistência de grandes campos de futebol, o Futsal nasceu de espasmos de improviso entre o Futebol de Campo e os espaços disponíveis.

Por volta de 1933, foram redigidas as primeiras regras, fundamentadas no futebol (essência do jogo), no basquete (tamanho da quadra), no handebol (trave e área) e no polo aquático (regulamentação do goleiro, que não pode sair do limite da área de meta) (VOSER; GIUSTI, 2015, p. 41).

Em 1940, o Futsal começa a ser praticado no Brasil, também por jovens da Associação Cristã de Moços, em São Paulo, apesar de diversos aspectos claramente improvisados entre 1930 e 1940, esse protótipo começou a conquistar simpatizantes nos dois países. Para Souza Júnior (2013), o Futsal se adequou com facilidade nas escolas, das zonas urbanas ou rurais do país, em decorrência do aspecto lúdico, quase uma brincadeira, com que se revestiu nos primeiros momentos, muito parecido até com as “peladas de futebol”.

Como brincadeira, o Futsal foi evoluindo, ganhando contornos e feições que o tornou uma prática esportiva delimitada por regras e conceitos. Para a CBFS (Confederação Brasileira de Futebol de Salão), coube a Roger Grain, no Rio de Janeiro, em 1936, o pioneiro a criar normas e regulamentos para a prática do Futebol de Salão. Indiscutivelmente, essa modalidade esportiva ganhou um campo vasto de estudo, inclusive nos seus aspectos econômicos e sociais. No princípio, o Futsal era jogado com cinco, seis ou sete jogadores para cada equipe, no entanto, com a regulamentação, foi definido um número exato de cinco jogadores. A bola utilizada tinha recheio de serragem vegetal, tinham um problema aerodinâmico, já que saltava

muito e ganhava impulso com facilidade, com isso adotou-se um modelo de bola mais pesado que o utilizado no Futebol de Campo.

Segundo Alves (2011), o Futsal tem condições de servir como modelo de ensino para qualquer atividade praticado em campo, seja pequeno, médio ou de grande tamanho. O autor também ilustra que essa prática tem um papel muito importante no desenvolvimento das crianças, tanto no aspecto de ganhos biofísicos quanto em relação a interação social.

4.2 O BRASIL E O FUTSAL

Atualmente o Futsal é praticado em todo o planeta, a FIFA contabiliza atualmente mais de 130 países filiados à FIFUSA, o que foi possível verificar no último campeonato mundial com participação de agremiações dos cinco continentes. Segundo Santana, Reis e Ribeiro (2006), o Futsal é a modalidade esportiva que tem o maior número de adeptos no Brasil, aproximadamente 11 milhões de praticantes, verifica-se que a grande maioria é formada por crianças e adolescentes.

Nos meados da década de 60, na Europa, o Futsal obedecia a variações do Futebol de Campo, com cinco ou sete jogadores, praticado nos meses em que as condições climáticas não permitiam a utilização das áreas externas, esta forma passou a ser discutido para ganhar novas metodologias e incorporar elementos mais dinâmicos e mais técnicos, chegou-se à conclusão que era um treinamento altamente eficaz para jovens jogadores de Futebol de Campo (FONSECA, 2007, p. 27).

No Brasil, a evolução, tanto do Futsal e do Futebol de Campo, esteve vinculada a tradição cultural de sua prática, ou seja, desde tenra idade os brasileiros são influenciados para que, ao começar a aprender a andar, as crianças já devem chutar bolas e vestir uniformes de times. Há pouco tempo era culturalmente maneira assistir partidas de futebol pela televisão e a frequentar estádios. Em termos genéricos, cada brasileiro tem um time do coração desde pequeno e ter com ele uma relação apaixonada.

O termo “jogar bola” está intimamente inculcado e ligado a uma identificação genuína da alma de ser brasileiro (FREIRE, 1998), serve também como base para aquele ditado popular de que o brasileiro “já nasce com uma bola nos pés”, no entanto apesar dessa visão lúdica, os caminhos dos times de base até o meio profissional e especializado passam por bastantes obstáculos e desafio.

Atualmente com a globalização e o espetáculo que se tornou o esporte, o desempenho de um atleta de alto nível e rendimento pode significar o retorno monetário de proporções astronômicas, através das propagandas, marketing, entre outras. Para Batista (2009), nenhum país do mundo, além do Brasil, conseguiu regularizar o Futsal como uma organização esportiva em curto prazo de tempo, com criação de federações e confederações. Até 1989, a FIFUSA era responsável pela organização e estruturação do Futsal, contudo houve uma mudança importante com a incorporação da prática à entidade FIFA, que assume e ratifica a denominação de Futsal como o “futsal” praticado em esporte de quadra.

A partir da década de 80 que o Futsal no Brasil começou a ganhar destaque nos primeiros campeonatos pan-americanos e mundiais. Na década de 90, a FIFA homologou a extinção da FIFUSA e criou um comitê de Futsal dentro da estrutura da própria organização. Tecnicamente, como tal é conhecido, surgiu da fusão do futebol de cinco (praticado pela entidade) com o Futebol de Salão (praticado pela FIFUSA, dessa fusão surgiu o Futsal.

4.3 INICIAÇÃO ESPORTIVA NO FUTSAL E NO FUTEBOL DE CAMPO

Estudos indicam que os jogadores de Futsal são significativamente mais velozes que os jogadores de Futebol de Campo, pelo fato que o contato com a quadra tenha um atrito maior fazendo que o jogado tenha um alto nível de velocidade (TIMÃO, 2002). Uma boa base de treinamento no Futsal pode ser útil para condicionar os jogadores de Futebol de Campo, haja vista que alguns aspectos exigidos no Futsal podem ser tornar a diferença estratégica, por exemplo: os arranques de alta intensidade são mais frequentes no Futsal, observa-se também que os piques efetuados no Futsal são mais intensos e requerem maior força, provavelmente pelo menor espaço. Segundo ainda

Matos (2008), os atletas de Futsal sempre conseguiram atingir melhores resultados que os atletas de Futebol de Campo, o que indica uma capacidade maior de aceleração.

O desempenho do jogador de Futebol de Campo pode ser determinado por várias habilidades, capacidades e qualidades (MATOS, 2008). O Futebol de Campo é um esporte que apresenta uma série de movimentos rápidos e curtos, para deslocar a bola é exigido um nível muito elevado de qualidades físicas: força explosiva (TIMÃO, 2002). Observando qualquer jogo, é possível verificar uma série de movimentos: arrancadas bruscas, saltos, *sprints*, saltos, dribles e corridas. Uma coisa em comum com a execução do Futsal e Futebol de Campo é a exigência de um elevado nível de desenvolvimento de capacidade física, o que pode ser verificado no alto desempenho e rendimento dos atletas.

Não obstante, o entendimento da contiguidade que essas duas práticas esportivas possuem, os treinamentos de Educação Física nas escolas são ainda difusos, privilegiam mais o Futebol de Campo em detrimento do Futsal que poderia ser equivalente e complementar, sendo que nem toda a escola terá estrutura para oferecer modalidades diferente aos mesmo. Certamente, deve-se a tradição do Brasil, a “Pátria de Chuteiras”, ganhador de cinco campeonatos mundiais de futebol, a Copa do Mundo. Ademais, ocorre no país o que os especialistas chamam de “especialização precoce”, ou seja, o que Silva Santos (2007) define como o treinamento começado na mais tenra idade apenas dentro de uma atividade esportiva específica, buscando nela atingir níveis de desempenho e excelência cada vez maior.

O Futsal é um jogo desportivo praticado coletivamente por duas equipes, sendo que o objetivo final é introduzir a bola na rede da equipe adversária, assim como evitar sofrer gols que levem a derrota. O campo do Futsal é retangular, há um limite de duas linhas laterais e duas linhas de baliza. Ganha o jogo que obtiver maior número de gols sobre o adversário. Outra característica, é que no Futsal o empate é permitido, exceto em condições de algumas finais, cujo regulamento estipula a realização de acréscimo e, caso necessário, o desempate por marcação de chutes de penalidade.



Figura 1 – Campo de Futsal
Fonte: Educação Física (2015).

As modalidades esportivas de Futsal e Futebol de Campo apresentam algumas qualidades e também algumas diferenças. Para o processo de iniciação em ambas as modalidades, alguns fundamentos técnicos são parecidos, tais como: marcação de gols, condução de bola, passe, domínio, chute, recepção, cabeceio, drible, dentre outros.

As diferenças fundamentais acontecem quando se delimita o tamanho da área de jogo. Para o Futsal, o tamanho do campo corresponde a 44 metros de comprimento e 22 metros de largura, sendo que as dimensões mínimas aceitáveis são 22m por 15m, respectivamente.

Para o Futebol de Campo, que é praticado em gramado, existe uma maior exigência no desempenho e vigor físico de seus atletas, uma que vez que as dimensão do campo são maiores, correspondem à 120 metros de comprimento por 90 metros de largura. Suas dimensões mínimas aceitáveis são 90m por 45m, respectivamente (DE ALMEIDA; COUTO; DOS SANTOS LEITE, 2009).

Outras diferenças existentes, além do tamanho da quadra, entre o Futsal e o Futebol de Campo podem ser assim descritas (OLIVEIRA, 2012):

- a. **BOLA:** A bola de Futsal é mais pesada do que a de Futebol de Campo, na categoria adulta masculino deve ter o tamanho entre 62 e 64 cm. Em contrapartida, a de Futebol de Campo possui uma circunferência não superior a 70 cm e inferior a 68 cm;

- b. **METAS (GOL):** As metas são colocadas no centro de cada linha de meta, são parecidas em ambas as modalidades, todavia a distância entre elas varia: 7,32 m (largura) x 2,44 m (altura) para o Futebol de Campo e 3 m (largura) x 2 m (altura) para o Futsal;
- c. **CALÇADOS:** Existe uma diferença marcante entre os pisos do Futsal e do Futebol de Campo. No Futebol de Campo, usam-se chuteiras de travas devido a questões de segurança, já no Futsal, como a quadra é plana e rígida, usam-se tênis sem travas;
- d. **SUBSTITUIÇÃO:** No Futsal, as substituições são ilimitadas, podendo o jogador retornar à partida. No Futebol de Campo, o jogador que foi substituído não pode retornar na mesma partida e o número máximo de substituições permitidas é três;
- e. **FALTAS CUMULATIVAS:** No Futsal não ocorre uma punição para faltas excessivas. São permitidas apenas cinco faltas por período de jogo, ultrapassando esse limite será cobrado um tiro livre direto na marca dos dez metros;
- f. **DURAÇÃO DA PARTIDA:** No Futebol de Campo são dois tempos de 45 minutos livres e 15 minutos de intervalo. No Futsal, também são dois tempos, no entanto são 20 minutos cronometrados de jogo e 10 para descanso;
- g. **TIRO DE META:** No Futebol de Campo, o tiro de meta é cobrado com os pés para qualquer um dos jogadores. No Futsal, o tiro de meta é cobrado apenas pelo goleiro utilizando-se as mãos;
- h. **SAÍDA LATERAL:** No Futebol de Campo, o arremesso lateral é feito com as mãos. No Futsal, na saída lateral da bola, ocorre a reposição com os pés;
- i. **ÁRBITROS:** No Futebol de Campo um árbitro principal e dois árbitros auxiliares, com funções distintas. No Futsal são dois árbitros principais com as mesma função e poder de decisão;
- j. **IMPEDIMENTOS:** No Futebol ocorrem impedimentos, já no Futsal isso não acontece.

A iniciação de crianças e jovens em ambos os esportes constitui motivo de preocupação dos estudiosos em todo o mundo, Saad et al. (2006) formula que as primeiras lesões musculoesqueléticas começaram a aparecer em atletas jovens. No

último século, isso devido a especialização do preparo esportivo mesmo em detrimento de um time ainda em formação de jovem.

Os profissionais que treinam crianças e adolescentes devem observar as regras estipuladas dentro da Ciência do Esporte, uma vez que treiná-las representa entender de maneira precisa a forma, em vista aplicada na faixa etária adequada (ARENA; BOHME, 2008).

As autoras indicam ainda que para os profissionais que trabalham com crianças e adolescentes, a promoção de atividades esportivas, no intuito de torná-las atletas, não é para começar precocemente em determinado esporte. Pelo contrário, elas colocam que o início da prática esportiva generalizada de diferentes esportes é um aspecto positivo, no sentido de que a preparação esportiva do jovem deve ser um processo permanente, em longo prazo. Devem-se observar os modelos de desenvolvimento motor para cada faixa etária, uma vez que existem características e habilidades motoras agrupadas por cada uma dessas faixas, classificadas respectivamente como habilidades motoras especializadas.

Muitos especialistas em Ciência do Esporte defendem que a faixa etária compreendida entre os 05 e 6 anos é a ideal para que a criança comece a fazer uso de alguns treinamentos específicos para as modalidades esportivas para que estejam direcionados (BARBANTI, 1987).

O **Quadro 1** apresenta algumas diferenças de iniciação esportiva em algumas práticas esportiva, divididas por faixa etária.

BASQUETEBOL	HANDEBOL	FUTSAL	VOLEIBOL
		Iniciação I – 5/6 anos	
		Iniciação II – 6/7 anos	
Pré-mini – 12 anos *		Fraldinha – 7/8 anos	
Mini – 13 anos		Pré-mirim – 9/10 anos	Pré-mirim – 10/13 anos
Mirim – 14 anos	Mirim – 11/12 anos	Mirim – 11/12 anos	Mirim – 14 anos
Infantil – 15 anos	Infantil – 13/14 anos	Infantil – 13/14 anos	Infantil – 15 anos
Infanto – 16 anos		Infanto – 15/16 anos	Infanto – 16/17 anos
Cadete – 17 anos *	Cadete – 15/16 anos		
Juvenil- 18/19 anos	Juvenil – 17/18 anos	Juvenil – 17/19 anos	Juvenil – 18/19 anos

* esta categoria não possui feminino

Fonte: ARENA; BOHME (2008).

Quadro 1 – Divisão de faixa etária por prática esportiva

Para Arena e Bohme (2008), na prática esportiva, toda competição infantil promovida por federações esportivas (dentre elas, o próprio Futsal), deverá abranger crianças com faixas etárias entre 5 e 8 anos de idades, por elas estarem na etapa ideal de aquisição de habilidades motoras fundamentais. Isso é crucial por agrupar a criança em um determinado período em que ela desenvolve uma série de habilidades fundamentais (manipulação, locomoção e estabilização), o que pode ser desenvolvida e aprimorada em programas esportivos generalizados na prática de várias modalidades, isso sem o treinamento específico e sem a participação em campeonatos regulares (ZAKHAROV, 1992).

É fato que as federações promovem desde cedo sistemas de competição para as primeiras categorias (10-12 anos ou menos), muito similar aos modelos que são implementadas em faixas etárias superiores (14-18 anos), esse modelo segue a atual conjuntura do esporte, ou seja, preparar jovens talentosos desde muito cedo para lançá-los no mercado esportivas.

ESPORTES	Idades de início no esporte	Idades de início da especialização	Idades para alto rendimento
Atletismo			
Velocidade	10-12	14-16	22-26
Meia distância	13-14	16-17	22-26
Longa distância	14-16	17-19	22-25
Salto	12-14	16-18	22-25
Lançamentos	14-15	17-19	23-27
Basquetebol	10-12	14-16	22-28
Handebol	10-12	14-16	22-26
Futebol	10-12	14-16	22-26
Ginástica			
Moças	6-8	9-10	14-18
Rapazes	8-9	14-15	22-25
Judô	8-10	15-16	22-26
Natação			
Moças	7-9	11-13	18-22
Rapazes	7-8	13-15	20-24
Tênis			
Moças	7-8	11-13	17-25
Rapazes	7-8	12-14	22-27
Voleibol	10-12	15-16	22-26

Fonte: DE ROSE JUNIOR; VASCONCELOS (2010).

Quadro 2 - Idades de início, especialização e alto rendimento esportivo

Segundo Barbanti (1987), tanto o Futsal quanto Futebol de Campo não apresentam muitas diferenças em relação à faixa etária para iniciação. Para ambos, o recomendado é entre 06 e 09 anos (Fundamentos Básicos), entre 10 e 12 anos (Fundamentos Derivados), e partir daí até os 20 anos, cria-se a faixa do alto rendimento ou fixação dos Fundamentos Específicos. Os fundamentos e conteúdos didáticos podem ser divididos conforme abaixo:

[6-9 anos]: As crianças aprendem os Fundamentos Básicos, ou seja, são aqueles principais itens necessários para a prática do Futsal, serve de base para criar todo um aprendizado posterior (Domínio de bola; Drible; Chute; Cabeceio; Desarme; Passe; Condução, etc.).

[10-12 anos]: As crianças aprendem as táticas “derivadas” dos Fundamentos Básicos, ou seja, existe a necessidade de se ter um bom aprendizado e desenvolvimento no primeiro para que se avance no segundo (Cruzamento; Cobrança de Pênalti; Lançamento; Tabelinhas; Cobrança de Faltas; Escanteios; e Arremesso Lateral).

[13-20 anos]: Nessa faixa, se aprende os Fundamentos Específicos, ou seja, a parte tática do jogo relacionado a posicionamento, movimentação em campo e divisões do time (Laterais; Alas; Zagueiros; Goleiro; Líberos; Atacantes, etc.).

4.4 APLICAÇÃO DE FUTSAL NA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA MÉTODOS DE ENSINO DOS ELEMENTOS TÉCNICOS

No processo de formação inicial do Futsal, o ensino de elementos técnicos e táticos poderá ter influências do meio em que é praticado. Segundo Rezer (2003), é possível explicitar de forma metodológica quatro tendências na formação pedagógica dos atletas para a prática do Futsal, assim definidas:

- a. **CATEGORIA DE BASE:** essa forma visa especificamente à formação de atletas e conquistas de títulos em campeonatos, estão intrinsecamente ligados aos clubes que mantêm uma estrutura de treino própria para formação de atletas;
- b. **ESCOLA PÚBLICA:** com vista a formação complementar do aluno, em que é utilizado o ensino como forma de socialização e aperfeiçoamento dos alunos, dependendo da localidade tem o enfoque especial de tirar o aprendiz do caminho da marginalidade e do meio das drogas.

- c. **ESCOLA PRIVADA:** tem como principal vantagem possibilitar o melhor atendimento aos seus “clientes”, garimpando e treinando os melhores para formação de atletas;
- d. **ESCOLA DE PARTICIPAÇÃO:** Visa o desenvolvimento do aluno por meio do jogo, sem se preocupar com os resultados, tem políticas para todos os interessados, inclusive às minorias e aos portadores de necessidades especiais, estão vinculadas à Organizações Não Governamentais (ONGs) e entidades religiosas.

Ainda segundo Rezer (2003), existe uma concepção dualista na formação, já que a parte técnica é enfatizada na sala de aula e a parte tática não é focada, já que o entendimento é de que jamais nasce com o jogador e é parte intrínseca de seu desempenho.

Portanto, nota-se certa confusão entre os conceitos de tática e de sistemas de jogo. Sistema de jogo se trata da distribuição dos jogadores em campo ou quadra e a tática trata das perspectivas de leitura do jogo, que são fundamentais para desenvolver ações individuais e coletivas, previamente combinadas ou não. Na verdade, dentro de uma perspectiva de totalidade do ser humano, a técnica e a tática são tão indissociáveis quanto à relação entre teoria e prática (REZER, 2003, p. 94).

Segundo Cavichioli et al. (2011), sobram evidências de que o Futsal em sua origem tinha muita similaridade com o Futebol de Campo, sobretudo do ponto de vista do alto rendimento, tanto apresentado no plano tático e também nas regras, também nos sistemas e na parte técnica. Considerando a iniciação esportiva com crianças e adolescentes, percebe-se que existe muito verossimilhança, uma vez que ambas são práticas esportivas que carregam o estigma de “jogos de bola com os pés”.

Para Greco (2007), existem dois métodos que são considerados os mais tradicionais para o trabalho de fundamentos no Futsal, são:

- a. O Trabalho Analítico Sintético: é um método fracionado, consistindo em separação por partes de cada esporte, em que são aprendidas primeiramente as divisões, une-se posteriormente e, por último, chega-se ao jogo;
- b. Prática Global-Funcional: o método consiste em trabalhar os fundamentos dentro do jogo, principalmente na parte tática, em que é observado o contexto aplicado em cada caso específico.

Ainda citado por Greco (2007), o método analítico sintético tem se destacado, desde a década de 60, como o mais apropriado para a iniciação esportiva. Trata-se de um método de técnicas. A partir da avaliação do desempenho esportivo dos melhores jogadores de um time é construído um modelo ideal de habilidades a ser desenvolvido pelos iniciantes. Em razão da complexidade e do grau de dificuldade apresentados, essas habilidades necessitam ainda ser divididas em fundamentos técnicos (no Futsal e no Futebol, por exemplo, tem-se: chute, drible, passe, dentre outros) que serão ensinadas, a princípio, fora do jogo, posteriormente absorvidas gradativamente em situações reais de partidas. À medida que os jogadores passam a dominar as habilidades técnicas, ocorre uma melhoria da capacidade cognitiva para enfrentar as situações de caráter tático presentes em cada partida (GRECO, 2007).

No período anterior a 1990 existe uma predominância no campo da literatura esportiva, principalmente sobre a prática de jogos coletivos esportivos, do método analítico sintético, isso ocorreu em decorrência das experiências positivas nos treinamentos de algumas práticas individuais, tais como o atletismo e a natação (BALDY, 2006).

“O modelo analítico sintético mostra-se eficiente em movimentos com alto nível de complexidade técnicas (dificuldade) e baixo nível de organização (sequência das ações)” (CORRÊA; SABINO DA SILVA; PAROLI, 2007).

Segundo Xavier (2006), esse método consiste no ensino específico de uma destreza ou habilidade motora em seções de treino, posteriormente essas partes serão unidas. Essa fragmentação é importante, pois permite subdividi-las em três elementos distintos: técnicos, táticos e de treinamento, verants atingir um melhor condicionamento motor, o que permite um aprendizado para todos os alunos de maneira uniforme e que não exclua também os menos habéis.

Basicamente, o método global tem como objetivo a busca de novos talentos (XAVIER, 2006). Isso acontece em escola na procura de crianças e adolescentes que possuam características inatas para a prática esportiva. Em vários países do mundo, se procuram indivíduos que já reúnam características necessárias e que já tenham habilidade. O método global pode ser chamado também de método complexo, ou seja, diferentemente do parcial, esse visa ensinar uma destreza motora a partir de seu conjunto e sem a intervenção de um professor. Uma vez aprendida, ocorrerá a

repetição exaustiva desse fundamento técnico até atingir um nível de perfeição necessária à execução tática no jogo (XAVIER, 2006).

Para López (2002), o método global tem demonstrado maior consistência em relação ao analítico, pois vai de encontro ao desejo dos alunos de jogar, o que ele denomina como “aprender jogando”, cujo resultado está no ganho de motivação e melhor qualificação no processo de ensino-aprendizado. No método global, o aproveitamento do atleta é bem elevado, uma vez que o conhecimento tático tem maior amplitude. Desde cedo se pratica o jogo, a técnica e a tática, que vão estar sempre juntas, permite a participação de todos os jogadores na movimentação, na reação, na motivação, na percepção e no ritmo (DURÃES et al., 2017).

O aprender jogando começa na prática de alguns jogos com alta interação entre os jogadores. Para alcançar esse objetivo é feito o uso de algumas modalidades pré-desportivas, ou seja, algumas adaptações de esportes tradicionais e recreativos cujo objetivo é desenvolver as habilidades físicas e sociais entre os participantes. Para Reis (1994), são introduzidas algumas formas de jogos menos complexos, advindos de práticas complexas, e paulatinamente são colocadas as regras.

Greco explica que “[...] nesse método, procura-se em cada jogo ou formas jogadas, pelo menos a ‘ideia central do jogo’ ou que suas estruturas básicas estejam presentes na metodologia” (GRECO, 2007, p. 43).

Na divisão do jogo, deve se atentar para não colocar muitas partes do original, uma vez que a meta é fazer com que o aluno atinja logo o jogo objetivado (o jogo formal). A vantagem está em buscar uma melhor união entre os jogadores, assim como a montagem de parceria e cumplicidade. Cabe salientar que o professor, ao desenvolver as atividades de interação entre os alunos, deverá estar ciente das atividades que devem ser aplicadas, haja vista a heterogeneidade de personalidades e essa implicação no desenvolvimento das tarefas apresentadas.

Este método pode ser compreendido como aquele capaz de aproximar treinamento a realidade do jogo por meio de jogos educativos. Pois os exercícios são organizados com propósitos didáticos e executados com objetivos previamente definidos e nele centralizado as aprendizagens pretendidas (PEREIRA; MESQUITA; SANTOS GRAÇA, 2010, p. 23).

Uma das ideias centrais do método global afirma que o jogador necessita adquirir o domínio da técnica de diferentes habilidades para posteriormente jogar para valer, essa análise segue a linha do pensamento estruturalista, ou seja, nenhum aluno vem “em branco” para a sala de aula ou para o campo, em termos de conhecimento, ele já possui um repertório rudimentar de habilidades que pode, na prática esportiva, ser atualizado (REIS, 1994). Importante salientar, a importância que a tomada de decisões assume nesse método, uma vez que diversos fatores complexos são apresentados ao longo de uma partida: a sua colocação perante o adversário; a colocação do adversário perante sua posição; o posicionamento espacial dos seus companheiros no campo; o nível de interação; a capacidade cognitiva de lidar com os imprevistos, dentre outros. Ademais, as habilidades são desenvolvidas dentro de um contexto prático, ou seja, o próprio jogo, que tem em si uma gama muito grande de imprevisibilidade o que permite aos jogadores herdarem uma variedade rica de movimentos e leituras táticas.

4.4 HABILIDADES E CAPACIDADES COORDENATIVAS DESENVOLVIDAS NO FUTSAL

É universalmente aceito na Educação Física que a prática de esportes traz benefícios múltiplos para os seus praticantes, aumentando as habilidades motoras e auxiliando na aquisição de disciplina, determinação, paciência, motivação e respeito entre os pares.

Segundo os autores Freitas, Henrique e Nolasco (2008, p. 56), as capacidades coordenativas do Futsal são divididas em 11 (onze), conforme abaixo:

[...] a. **CAPACIDADE DE OBSERVAÇÃO**: Baseia-se na capacidade de perceber o desenvolvimento de um movimento tendo como referência objetos não móveis; b. **CAPACIDADE DE CONTROLE MOTOR**: É a capacidade de responder a exigências de elevada precisão; c. **CAPACIDADE DE REAÇÃO MOTORA**: É a capacidade de responder rapidamente e corretamente a um determinado estímulo; d. **CAPACIDADE DE ANTECIPAÇÃO**: É a capacidade de prever o desenvolvimento e o resultado de uma ação para poder se preparar para a própria ação; e. **RITMO**: É a capacidade de compreensão e interpretação de estruturas contidas na evolução do movimento; f. **CAPACIDADE DE EXPRESSÃO MOTORA**: É a capacidade de criar os próprios movimentos; g. **CAPACIDADE DE REPRESENTAÇÃO**: É a capacidade de representar mentalmente situações bem determinadas; h. **CAPACIDADE DE DIFERENCIAÇÃO CINESTÉSICA**: É a

capacidade de diferenciar as informações dos músculos, tendões e ligamentos, conseguindo assim a coordenação dos movimentos; i. **CAPACIDADE DE COORDENAÇÃO MOTORA:** É a capacidade de se adaptar a uma combinação de ações que acontecem ao mesmo tempo; j. **EQUILÍBRIO:** É a capacidade de manter o corpo em uma posição normal quanto ao solo; l. **ORIENTAÇÃO ESPACIAL:** É a capacidade de reagir a um estímulo externo referente ao deslocamento [...]

Ainda segundo os mesmos autores, essas capacidades devem ser treinadas no decorrer dos 5 aos 8 anos de idade, pois é quando elas se desenvolvem intensamente. O rendimento de tais capacidades vai depender sempre da capacidade dos órgãos dos sentidos, da mobilidade e da qualidade das fibras neuromusculares.

Considerando-se o Futsal como um esporte de invasão em que duas equipes se confrontam em movimentos complexos de invasão das áreas para marcação de pontos na rede, cujo objetivo também é vencer por meio de situações de ataque e defesa (GARGANTA, 1998). Ademais, essas duas grandes fases são antagônicas (ataque e defesa), haja vista a necessidade de criar finalizações que permitam terminar na marcação de um gol no ataque; enquanto que, na posição defensiva, deve-se impedir a também a criação de finalizações e marcação do gol, por meio de recuperação da bola adversária. É um jogo que envolve dois times, em um espaço delimitado, com a particularidade de entrelaçar fortemente as 11 dimensões apresentado pelos autores Freitas, Henrique e Nolasco (2008, p. 56).

Segundo ainda Garganta (1998), tanto o Futsal quanto o Futebol de Campo possuem algumas características em comum, tais como: a variabilidade do comportamento, a aleatoriedade e a imprevisibilidade. Essas características são norteadas pelos princípios do jogo, sendo as normas parte que não podem ser separadas para a solução dos problemas decorrentes das partidas. O Futsal é um dos esportes mais praticados no Brasil, com amplo tráfego de iniciantes e jogadores de ambas modalidades, já que existe um elevado nível de aceitação. É comum ver crianças correndo atrás da bola, muito comum também em programas de iniciação. A infância é a melhor fase para aprendizagem motora, todavia o trabalho de iniciação requer muito preparo, já que deixará marcas para o resto da vida. A iniciação esportiva do Futsal pode ser definida como um processo de ensino-aprendizagem no qual o indivíduo praticante adquire e desenvolve técnicas básicas para a prática do esporte.

Desde cedo, se aprende que é forte essa similaridade de comportamentos e ações no Futsal e no Futebol de Campo, podendo e incorporar alguns princípios do

Futsal no Futebol de Campo (COSTA et al., 2009), tais princípios permitem orientar as tomadas de decisões dos participantes do jogo. Tal socialização, entre o Futebol de Campo e Futsal (também vice-versa) é significativa uma vez que incorpora uma vasta variedade de formas de jogo e utilização das habilidades comuns às duas áreas, possibilitando uma variedade de ganhos motores para diferentes faixas etárias dos participantes, incorporando aspectos que vão muito além de seus fundamentos, como por exemplo: a coordenação geral; o equilíbrio; a sociabilidade e as capacidades físicas e motoras, que podem ser levadas para a vida toda.

4.5 SURGIMENTO E CAPACIDADES COORDENATIVAS COMO DESENVOLVIMENTO DA RESISTÊNCIA DO ATLETA DE FUTEBOL DE CAMPO

O Futebol de Campo na atualidade é o esporte com maior abrangência mundial, foi constatado que existem mais países associados na FIFA de que na Organização das Nações Unidas (ONU). Pode ser considerado um esporte muito atraente e com grande capacidade de arrebatador paixões, muitos países adotam as conquistas do Futebol de Campo como conquistas nacionais com forte apelo ufanista. Historicamente, tem uma origem bem anterior ao Futsal, especificamente na Inglaterra, por volta do séc. XVII. Em termo de regras, a partir de de 1886, com a criação da *International Board*, o que significou a profissionalização desse esporte, começaram a organizar os primeiros campeonatos (LÓPEZ, 2002).

Coube a Charles Miller, em 1894, trazer para o Brasil essa modalidade esportiva juntamente com um conjunto de regras. O primeiro jogo registrado aconteceu em 15 abril. 1895, entre funcionários de empresas britânicas situadas em São Paulo. Inicialmente, o Futebol de Campo tinha um forte apelo, sendo praticado apenas por uma porção da sociedade paulistana. Comparativamente, em termos de evolução do treinamento do jogador de Futebol de Campo até a atualidade houve uma evolução radical, sobretudo com as contribuições realizadas pela Medicina Esportiva e demais áreas. Segundo Alon (2017), nos últimos anos, teóricos do Futebol de Campo, consolidaram alguns conceitos para o melhor desempenho em campo, dentre eles, diz respeito as capacidades físicas necessárias para que um jogador de futebol possa exercer suas funções de maneira equilibrada e satisfatória:

- a. **COORDENAÇÃO:** Tem a capacidade de dirigir os movimentos em campo para atingir a tarefa almejada. Nesse aspecto, ocorre a necessidade de haver uma afinidade entre os mecanismos motores cinestésicos juntamente com a visão e a audição;
- b. **FORÇA MÁXIMA:** Corresponde a maior força emitida pelo sistema neuromuscular, por meio de contração máxima e voluntária, corresponde também a capacidade de disponibilizar as fibras rápidas por meio de uso de cargas máximas;
- c. **FORÇA EXPLOSIVA:** Corresponde a capacidade de apresentar uma grande força no início de cada processo de ativação ou contração muscular, isso em um reduzido espaço temporal, também visa a possibilidade de ir muito mais que o esperado para superar uma barreira ou resistência com alta performance;
- d. **RESISTÊNCIA DE FORÇA:** Caracteriza-se pela capacidade do atleta em realizar, durante um extenso período de tempo, alguns exercícios com pesos extras, mantendo com isso os mesmos os mesmos parâmetros de movimentos normais. Trata-se na condição em que o jogador tem para vencer a fadiga com a mesma qualidade do movimento;
- e. **VELOCIDADE:** Está intrinsecamente relacionada à genética de cada indivíduo, tem relação direta com funcionamento perfeito do sistema neuromotor, a velocidade é a capacidade de realizar atividades ou movimentos em menor tempo possível;
- f. **FLEXIBILIDADE:** Trata-se da execução voluntária de um movimento com máxima amplitude, sem riscos de lesões ou danos físicos. É de suma importância para o jogador, haja vista facilitar a execução de alguns movimentos característicos do Futebol de Campo;
- g. **AGILIDADE:** É uma condição neuromotora que tem como principal característica a mudança rápida de direção durante uma partida, possui máxima eficácia quando combinada com elevados níveis de resistência, velocidade e força;
- h. **METABOLISMO AERÓBIO:** Os exercícios aeróbios são de baixa/média intensidade (abaixo do limiar ventilatório) e longa duração.

i.METABOLISMO ANAERÓBIO: Os exercícios anaeróbios caracterizam-se por serem de alta intensidade e de curta duração.

No grupo de características físicas encontrada no Futebol de Campo, por meio de testes qualitativos, quatro capacidades físicas são melhores desenvolvidas e aperfeiçoadas no Futsal (GARGANTA,1998): Resistência de Força, Velocidade e Agilidade. A **Tabela 1** ilustra melhor a compreensão desses resultado:

- a. **RAST (*Runnings Aerobic Sprint Test*)**: Significa Teste de Corrida Aeróbia, foi desenvolvido pela Universidade de Wolverhampton, na Inglaterra, com a finalidade de avaliar o desempenho anaeróbio de atletas. O teste se resume à execução de 6 tiros de 35 metros com intervalos de 10 segundos. Com os resultados, podem-se avaliar os níveis de potência dos atletas;
- b. **WINGATE (WanT)**: Comumente chamado de teste Wingate corresponde aos testes anaeróbicos dos diagnósticos de desempenho. O atleta recebe uma carga máxima por 30 segundos, um período curto até, para verificar a capacidade de resistência;
- c. **Impulsão Horizontal**: Esse teste corresponde a capacidade de atingir uma distância máxima com um salto com pés juntos, tem como objetivo avaliar a força explosiva dos membros inferiores;
- d. **Impulsão Vertical**: Esse teste corresponde a capacidade de atingir uma altura máxima com um salto com pés juntos, tem como objetivo avaliar também a força muscular dos membros inferiores.

Tabela 1 - Valores de correlação entre os testes de potência anaeróbia e de potência muscular.

Grupo	Testes	“RAST” Campo	“RAST” Quadra	Wingate	Impulsão Horizontal	Impulsão Vertical
Futsal (masc) - n = 16	“RAST” Campo		0,9282**	0,8934**	0,8769**	0,5074
	“RAST” Quadra	0,9282**		0,7902*	0,8593**	0,8904**
	Wingate	0,8934**	0,7902*		0,7429*	0,6104
	Impulsão Horizontal	0,8769**	0,8593**	0,7429*		0,9326**
	Impulsão Vertical	0,5074	0,8904**	0,6104	0,9326**	
Futebol (masc) - n = 26	“RAST” Campo		0,8472**	0,8402**	0,7903*	0,9048**
	“RAST” Quadra	0,8472**		0,8629**	0,7952*	0,7947*
	Wingate	0,8402**	0,8629**		0,8306**	0,7847*
	Impulsão Horizontal	0,7903*	0,7952*	0,8306**		0,8957**
	Impulsão Vertical	0,9048**	0,7947*	0,7847*	0,8957**	

Fonte: GONGALVES et al. (2007, p. 112).

Em termos comparativos, os resultados dos testes para o Futsal apresentaram superioridade em sua maioria, perdendo apenas no Impulso Horizontal (RAST) e Impulso Vertical (Wingate). Para os autores Leal e Chiminazzo (2008), o ensino do Futsal como base de treinamento de atletas para o Futebol de Campo é muito importante para complementar a sua formação, isso fundamenta-se na importância de proporcionar o desenvolvimento cognitivo, físico e psicológico. Em termos técnico-tático, Mutti (2003) afirma que vários jogadores de Futebol de Campo vieram do Futsal, lá puderam aperfeiçoar a técnica que hoje os diferenciam e os consagram.

CONCLUSÃO

Como conclusão deste estudo bibliográfico, é possível afirmar que o Futsal pode contribuir de maneira significativa para o Futebol de Campo, uma vez que alguns aspectos de treinamento técnico e tático podem contribuir de maneira significativa à formação daqueles atletas. Considerando-se que, tanto o Futsal e o Futebol são componentes de uma mesma modalidade, assim denominada de Jogos Desportivos Coletivos (JDC) (FREIRE; SCAGLIA, 2003), ambos possuem a mesma essência, ou seja, o confronto na oposição de duas equipes adversárias que se movimentam em um tablado, onde para se vencer não se requer apenas a força, é necessária a cooperação, a técnica, o espírito coletivo, a iniciativa, a inteligência, dentre outros.

Como práticas esportivas, ambas as modalidades também apresentam alta imprevisibilidade e instabilidade, elevando assim, em cada partida, um nível de adrenalina absoluta. Importante frisar a exigência de execuções de habilidades motoras abertas, que são requisitos instantâneos do jogo. O que foi possível observar, tema proposto neste trabalho, é que o Futsal pode servir indiscutivelmente como esportes de base do desenvolvimento de habilidades e capacidades coordenativas dos atletas de Futebol de Campo. Em termos empíricos, pode-se afirmar com convicção que diversos jogadores famosos e consagrados nos campos de Futebol vieram do Futsal.

Existe um consenso entre os treinadores de jogadores de Futebol de Campo, que o Futsal tem sido apontado como um dos principais fatores de diferencial no processo de aquisição. Isso se observa nas habilidades motoras, nas tomadas de decisão, nos lances curtos e rápidos em que são envolvidas mudanças de posição da bola (FONSECA, 2007). Considerando-se o Futebol de Campo como a modalidade mais praticada no mundo (DRUBSCKY, 2003), cabe salientar que, apesar das diferenças (físicas, táticas e técnicas), ambas as modalidades se complementam.

REFERÊNCIAS

- ALON. **Treinamento de futebol: capacidades físicas**. 2017. Disponível em: <<http://alonfut.blogspot.com.br/p/capacidades-fisicas.html>>. Acesso em: 12 dez. 2017.
- ALVES, Janner de Moraes. História e evolução do futsal. **Revista SoCERJ**, v. 22, n. 2, 2011. Disponível em: <https://s3.amazonaws.com/10183/170429/000293460/academia.edu.documents/setembro_outubro_br:8000/bitstream/historia_evol_futsal.pdf>. Acesso em: 03 mar. 2018.
- ARENA, Simone S.; BOHME, Maria TS. Federações esportivas e organização de competições para jovens. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 12, n. 4, p. 45-50, 2008. Disponível em: <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/viewFile/585/609>>. Acesso em: 22 fev. 2018.
- BALDY, H. R. O ensino do handebol utilizando-se do método parcial. **Revista Digital – Buenos Aires**, n. 93, ano 10, 2006. Disponível em: <[http://www.efdeportes.com/Revista Digital](http://www.efdeportes.com/Revista%20Digital)>. Acesso em: 02 jan. 2018.
- BARBANTI, V.J. **Teoria e prática do treinamento desportivo**. 2. ed. São Paulo: Edgard Blücher; 1987.
- BASEGGIO, Tayson Sander. Oficinas sócio-educativas de futsal como ações complementares no processo educacional. **E book browser**, 2011. Disponível em: <<http://www.ceap.br/material/MAT20092013103752.pdf>>. Acesso em: 02 mar. 2018.
- BATISTA, J. R. D. **O Futsal no contexto escolar: uma reflexão sobre a prática**. Quedas do Iguaçu: Phorte, 2009.
- BECKER JÚNIOR, Benno. **Manual de psicologia do esporte e exercício**. Porto Alegre: Novaprova, 2000.
- CAVICHIOILLI et al. O processo de formação do atleta de futsal e futebol: análise etnográfica. **Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v.25, n.4, p.631-47, out./dez. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v25n4/v25n4a08>>. Acesso em: 12 out. 2017.
- CIRQUEIRA, Rodrigo Meireles. **O ensino do futsal na educação física escolar**. 28 p. 2016. TCC (Licenciatura em Educação Física). Faculdade de Educação e Meio Ambiente, FAEMA. Disponível em: <<http://repositorio.faema.edu.br:8000/bitstream/123456789/473/1/CIRQUEIRA%2c%20R.%20M%2020NA%20EDUCA%C3%87%C3%83O%20F%C3%8DSICA%20ESCOLAR.pdf>>. Acesso em: 22 mar. 2018.
- CORRÊA, Umberto Cesar; SABINO DA SILVA, Antônio; PAROLI, Rejane. Efeitos de diferentes métodos de ensino na aprendizagem do futebol de salão. **Motriz - Revista de Educação Física**. UNESP, v. 10, n. 2, p. 79-88, 2007. Disponível em: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/10n2/10CCU1_home.pdf>. Acesso em: 13 jan. 2018.

COSTA et al. Princípios táticos do jogo de futebol. **Motriz rev. educ. fís.(Impr.)**, v. 15, n. 3, p. 657-668, 2009. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/Julio_Garganta2/publication/270105522_Atras_d_o_palco_Nas_oficinas_do_Futebol/links/54ca1bd90cf298fd26279389.pdf>. Acesso em: 23 mar. 2018.

DE ALMEIDA, Giliane Duarte; COUTO, Hergos Ritor Fróes; DOS SANTOS LEITE, Gerson. **Olhares sobre as relações de gênero na prática do futsal na educação física escolar**. 2009. Disponível em: <<https://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/20086>>. Acesso em: 10 jan. 2018.

DE ROSE JUNIOR, D.; VASCONCELLOS, E. G. Ansiedade-traço competitiva e atletismo: um estudo com atletas infanto-juvenis. **Revista Paulista de Educação Física**. 2010; 11(2): 148-54. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/rpef/article/view/138565>>. Acesso em: 11 fev. 2018.

DRUBSCKY, R. **O universo tático do futebol**: Escola brasileira. Belo Horizonte: Editora Health, 2003.

DURÃES et al. Níveis de ansiedade pré-competitiva e eficiência técnica e tática de uma equipe adulta de futsal feminino participante dos jogos de Minas Gerais - 2015. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, 2017. Disponível em: <http://www.fade.up.pt/rpcd/_arquivo/artigos_soltos/2017-S2A/10.pdf>. Acesso em: 22 abr. 2018.

EDUCAÇÃO FÍSICA. **Futsal**: contexto histórico. 2016. Disponível em: <<http://files.educacao-fisica-esl.webnode.pt/200000235-97e6798865/futsal%20-%20contexto%20hist%C3%B3rico.pdf>>. Acesso em: 15 fev. 2018.

FONSECA, Cris. **Futsal**: o berço do futebol brasileiro. São Paulo: Aleph, 2007.

FREIRE, João Batista. **Educação de corpo inteiro**: teoria e prática da educação física. São Paulo: Scipione, 1998.

FREIRE, J. B.; SCAGLIA, A.J. **Educação como prática corporal**. São Paulo: Scipione, 2003.

FREITAS, D. C.; HENRIQUE, José; NOLASCO, Ronaldo César. Aspectos técnicos, táticos e regulamentares do futsal sob a ótica de treinadores experts. **Revista digital. Buenos Aires**. Ano 10, v. 13, 2008. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/Jose_Henrique3/publication/304054014_Aspectos_tecnicos_taticos_e_regulamentares_do_futsal_sob_a_otica_de_treinadores_experts/links/5764ec8c08ae421c448360e2/Aspectos-tecnicos-taticos-e-regulamentares-do-futsal-sob-a-otica-de-treinadores-experts.pdf>. Acesso em: 23 fev. 2018.

GARGANTA, J. A análise da performance dos jogos desportivos: revisão acerca da análise do jogo. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 1, n. 1, p. 57-64, 2001. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=10QhUm_noBIC&oi=fnd&pg=PA63&dq=garganta+analise+da+performance+dos+jogos+desportivos&ots=Bf22QNMeUs&sig=r5mlior7g_LlycdN69Bgh6XrUh4>. Acesso em: 11 fev. 2018.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GONÇALVES et al. Análise de informações associadas a testes de potência anaeróbia em atletas jovens de diferentes modalidades esportivas. **Arq. Ciênc. Saúde Unipar**,

Umuarama, v.11, n.2, p. 115-121, maio/ago. 2007. Disponível em: <<http://revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/1521>>. Acesso em: 05 fev. 2018.

GRAÇA, A. **O Ensino dos jogos desportivos**. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física Universidade do Porto, 1998.

GRECO, P. J. **Iniciação esportiva universal: metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube**. Belo Horizonte: EditoraUFMG, 2007.

LEAL, K. A. S. CHIMINAZZO, J. G. C. As atuais perspectivas do futsal no ensino fundamental. **Revista Movimento e Percepção**. São Paulo, ano 9, n.13, p.414-425, julho,2008. Disponível em: <<http://ferramentas.unipinhal.edu.br/movimentoepercepcao/viewarticle.php?id=222>>. Acesso em: 23 abr.2018.

LÓPEZ, J. L. **Futebol: 1380 jogos globais para a prática de técnica**. Sevilha: Editora Wanceullen, 2002.

MATOS et al. Capacidade de aceleração de jogadores de futsal e futebol. **Fit Perf J**, 2008 jul-ago;7(4):224-8. Disponível em: <<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2935266>>. Acesso em: 04 abr. 2018.

MUTTI, D. **Futsal: da Iniciação ao alto nível**. 2 ed. São Paulo: Phorte, 2003.

OLIVEIRA, Alexandre Bessa de. **O futsal: sua história de criação e importâncias nas aulas de educação física**. 45 p. 2017. TCC (Licenciatura em Educação Física). Faculdade de Educação e Meio Ambiente, FAEMA. Disponível em: <<http://repositorio.faema.edu.br:8000/bitstream/AULAS%20DE%20EDUCA%C3%87%C3%83O%20F%C3%8DSICA.pdf>>. Aceso em: 23 mar. 2018.

OLIVEIRA, Edson. **Diferenças entre o futebol e futsal**. 2012. Disponível em: <<http://edfpibid.blogspot.com.br/2012/06/diferencas-entre-o-futebol-e-futsal.html>>. Acesso em: 04 mar. 2018.

PEREIRA, Felismina Rosa Marques; MESQUITA, Isabel Maria Ribeiro; SANTOS GRAÇA, Amândio Braga. A investigação sobre a eficácia pedagógica no ensino do desporto. **Journal of Physical Education**, v. 21, n. 1, p. 147-160, 2010. Disponível em: <http://www.fade.up.pt/rpcd/_arquivo/artigos_soltos/2013-2/02.pdf>. Acesso em: 08 mar. 2018.

PIERON, Maurice. Estilo de Vida, Prática de Atividades Físicas e Esportivas: qualidade de vida. **Fitness & performance Journal**, n. 1, p. 10-17, 2004. Disponível em: <<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2953114>>. Acesso em: 12 nov. 2017.

REIS, H.H.B. **O ensino dos jogos coletivos esportivizados na escola**. 1994. 75 f. 1994. Dissertação (Mestrado) -Centro de Educação Física e Desporto, Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria. Disponível em: <<http://www.ceap.br/material/MAT05022010213839.pdf>>. Acesso em: 23 abr. 2018.

REZER, Ricardo. **A prática pedagógica em escolinhas de futebol/ futsal – possíveis perspectivas de superação**. 2003. Dissertação (Mestrado em Teoria e Prática Pedagógica em Educação Física). Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Desportos em Educação Física da UFSC. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/85107/190799.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 22 jan. 2018.

SAAD, Michél Angillo et al. **Estruturação das sessões de treinamento técnico-tático nos escalões de formação do futsal**. 2002. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/83450>>. Acesso em: 08 dez. 2017.

SANTANA, Wilson Carlos; REIS, Heloisa Helena Baldy dos; RIBEIRO, Danilo Augusto. A iniciação de jogadores de futsal com participação na seleção brasileira. **Lecturas Educación Física y Deportes** [online]. 2006; 96. Disponível em: <http://esportes.universoef.com.br/container/gerenciador_de_arquivos/arquivos/68/a-iniciacao-jogadores-futsal.pdf>. Acesso em: 10 jan. 2018.

SANTOS, Francisco. **Futsal preparação física**. 2. ed. Rio de Janeiro: Editora Sprint; 1998.

SILVA SANTOS, Alber. **Especialização precoce**: uma abordagem crítica superadora. 2007. 76 p. 2007. TCC (Especialização em Esporte Escolar do Centro de Educação à Distância). Universidade de Brasília, UNB, Departamento de Esportes. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/ceme/uploads/1382034627-monografia_Alber_Silva_Santos.pdf>. Acesso em: 27 mar. 2018.

SOUZA JÚNIOR, Jair Antônio de. Futsal: história, evolução e sistemas. **Revista Digital Buenos Aires**, p. única. 2013. Disponível em: <www.efdeportes.com/efd184/futsal-historia-evolucao-e-43-sistemas.htm>. Acesso em: 10 dez. 2017.

TEIXEIRA, R. K. C.; CHAVES, R. F.; BOTELHO, N. M. A importância dos descritores em Ciência da Saúde. **Rev Para Med**, v. 24, n. 1, p. 5-6, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/abd/v80n5/v80n5a02.pdf>>. Acesso em: 12 jan. 2018.

TIMÃO, Antônio Seixas. **Relação entre parâmetros dinâmicos de membros inferiores e velocidade de locomoção em jogadores de futebol**. Belo Horizonte: Universidade Federal de Minas Gerais, 2002. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/63617047_Perfil_Antropometrico_e_Performance_Aerobia_e_Anaerobia_em_Jovens_Jogadores_de_Futebol.pdf>. Acesso em: 21 fev. 2018.

VARGAS NETO, Francisco Xavier de. **Deporte y salud. Las actividades físico-deportivas desde una perspectiva de la educación para la salud: síntesis actual**. 1995. 426 f. 1995. Tese de Doutorado. Tesis (Doctorado em Filosofía y Ciencias de la Educación)-Catalunya Centre de Barcelona, Instituto Nacional de Educación Física, Universidad de Barcelona. Disponível em: <<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/170429/000293460.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 02 fev. 2018.

VENTURA, Magda Maria. O estudo de caso como modalidade de pesquisa. **Revista SoCERJ**, v. 20, n. 5, p. 383-386, 2007. Disponível em: <https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/setembro_outubro_O_Estudo_de_Caso_como_M.pdf>. Acesso em: 23 fev. 2018.

VOSER, Rogério da Cunha; GIUSTI, João Gilberto. **O futsal e a escola**: uma perspectiva pedagógica. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2015.

WEIRNECK, J. **Manual de treinamento esportivo**. São Paulo: Manole, 1989.

XAVIER, T. **Método de ensino em educação física**. São Paulo: Manole, 2006.

ZAKHAROV, A. **Ciência do treinamento desportivo**. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport, 1992.

ZARATIM, Samuel. Aspectos socioculturais do Futsal. **Renefara**, v. 2, n. 2, p. 51-62, 2012. Disponível em: < <http://www.fara.edu.br/sipe/index.php/renefara/article/view/49>>. Acesso em: 23 jan. 2018.