



UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA - UEPB  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE - CCBS  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - DEF  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA – CAMPUS I

**SÁVIO MATEUS CAVALCANTE CHAGAS DE LIMA**

**RELATO DE EXPERIÊNCIA: DIFICULDADES ENFRENTADAS E  
MELHORIAS OBTIDAS NO ENSINO DO FUTSAL FEMININO**

**CAMPINA GRANDE  
2018**

**SÁVIO MATEUS CAVALCANTE CHAGAS DE LIMA**

**RELATO DE EXPERIÊNCIA: DIFICULDADES ENFRENTADAS E  
MELHORIAS OBTIDAS NO ENSINO DO FUTSAL FEMININO**

Trabalho de conclusão de curso na forma de relato de experiência apresentado ao curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento a exigência para obtenção do grau de licenciado.

Orientador: Prof. Dr. Josenaldo Lopes Dias.

**CAMPINA GRANDE – PB  
2018**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

L732r Lima, Sávio Mateus Cavalcante Chagas de.  
Relato de experiência [manuscrito] : Dificuldades enfrentadas e melhorias obtidas no ensino do futsal feminino / Sávio Mateus Cavalcante Chagas de Lima. - 2018.  
28 p. : il. colorido.  
Digitado.  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2018.  
"Orientação : Prof. Dr. Josenaldo Lopes Dias, Departamento de Educação Física - CCBS."  
1. Esporte. 2. Futsal feminino. 3. Condicionamento físico.  
4. Socialização. I. Título  
21. ed. CDD 796.33

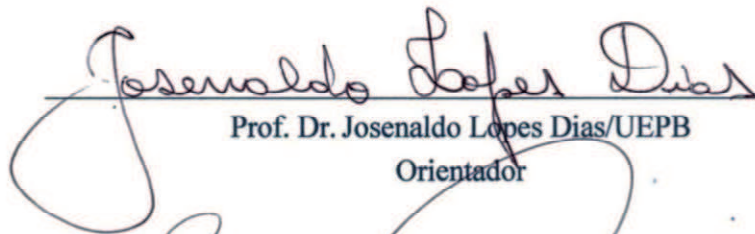
SÁVIO MATEUS CAVALCANTE CHAGAS DE LIMA

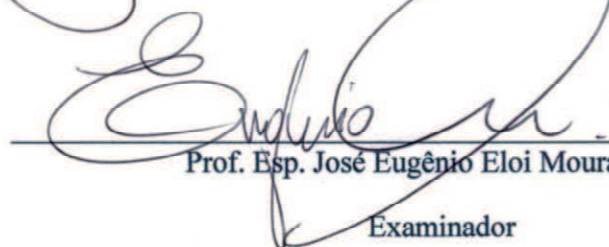
**RELATO DE EXPERIÊNCIA: DIFICULDADES ENFRENTADAS E  
MELHORIAS OBTIDAS NO ENSINO DO FUTSAL FEMININO**


Trabalho de conclusão de curso na forma de relato de experiência apresentado ao curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento a exigência para obtenção do grau de licenciado.

Aprovação em: 30 de Novembro de 2018

Banca examinadora:

  
\_\_\_\_\_  
Prof. Dr. Josenaldo Lopes Dias/UEPB  
Orientador

  
\_\_\_\_\_  
Prof. Esp. José Eugênio Eloi Moura/UEPB  
Examinador

  
\_\_\_\_\_  
Prof. Dr. José Pereira do Nascimento Filho/UEPB  
Examinador

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço especialmente a Deus, por me iluminar todos os dias me ajudando a concluir essa caminhada.

À minha família que sempre se fez presente em meus estudos, sempre incentivando a buscar mais conhecimento, mostrando a minha capacidade e depositando toda sua confiança em minha pessoa, em especial agradeço à minha mãe Marisélia Sousa Cavalcante e o meu pai Valdoilson Chagas Ferreira de Lima, meus tios João de Sousa Cavalcante e Maria José de Sousa Cavalcante e meus avós Dorotéia de Oliveira Chagas (in memorian) e Vitorino Ferreira de Lima, muito obrigado por todo investimento e suporte durante todos esses anos e por repassarem este grande exemplo de hombridade, caráter, honestidade e valor.

A meu coordenador de projeto Professor José Eugênio Eloi Moura por sua confiança em e pela oportunidade de trabalhar com o esporte que amo, às meninas do futsal feminino por acreditarem em e estarem dispostas a aprender algo sobre a modalidade comigo e ao meu amigo de curso Jefferson Lima por me ajudar durante um tempo nos treinos com as meninas e por me disponibilizar excelentes fotografias contribuindo com a melhora desse trabalho.

A meu professor e orientador Josenaldo Lopes Dias pela sua disponibilidade e seu suporte que me ofereceu, como também aos demais mestres que passaram por nossa turma e que com dedicação, presteza e competência conduzem sua profissão e repassam o verdadeiro ensinamento.

Por fim, agradeço a minha companheira Vanessa da Silva Brito e a todos os meus amigos de infância, da minha turma e de outras turmas que a educação física me presenteou nessa jornada, em especial agradeço ao grupo de amigos formado desde o primeiro período, os especuladores, por todas as conversas, apoio e atividades extraclasse que me ajudaram a fugir da rotina e tornar o ambiente mais leve para o meu aprendizado.

## RESUMO

Este trabalho é um relato de experiência vivenciado através do projeto de extensão da Coordenação de Esporte e Lazer da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB. Tendo por objetivo descrever a vivência dos treinos do Futsal Feminino onde teve como conteúdo base os treinamentos para melhoria dos fundamentos das atletas. O futsal foi inventado em 1930 pelo uruguaio Juan Carlos Ceriani Gravier e oficializado como esporte no ano de 1971, mas só em 1983 que a modalidade foi aberta para a prática também do público feminino. Os treinamentos por sua vez foram feitos de forma prática e expositiva para que as atletas pudessem adquirir uma melhor performance na execução dos movimentos. Houveram algumas dificuldades encontradas no percurso, como conciliar horários dos treinos e horários das obrigações acadêmicas das atletas e outras que moravam em cidades circunvizinhas e não podiam treinar, mas com muito esforço e adequações para o melhor de todos, a base nos treinos sempre se manteve forte e o projeto pode seguir em frente. A partir desse estudo conclui-se que após o desenvolvimento e aprimoramento dos treinamentos, a UEPB conseguiu superar dificuldades e conseguiu montar uma equipe forte de futsal feminino que conta com todos os aparatos que uma equipe necessita, como treinador e material de jogo e está apta a disputar competições oficiais. Finalizando, citamos a importância de um projeto como este e sua contribuição na formação acadêmica dos alunos que tem a sorte e a disponibilidade de viverem tal experiência.

**Palavras chave:** Esporte, Futsal Feminino, Condicionamento Físico, Socialização.

## **ABSTRACT**

This work is an experience report through the extension project of the Sports and Leisure Coordination of the State University of Paraíba - UEPB. The objective of this course was to describe the experience of the Futsal Women's training, where the basic content was the training to improve the athletes' fundamentals. The futsal was invented in 1930 by the Uruguayan Juan Carlos Ceriani Gravier and officialized as a sport in the year of 1971, but only in 1983 that the modality was opened for the practice also of the feminine public. The trainings in turn were done in a practical and expositive way so that the athletes could acquire a better performance in the execution of the movements. There were some difficulties encountered in the course, such as reconciling training schedules and academic hours of athletes and others who lived in surrounding cities and could not train, but with much effort and adjustments for the best of all, the basis in the training always remained strong and the project can move forward. From this study it is concluded that after the development and improvement of the training, UEPB managed to overcome difficulties and managed to set up a strong team of women futsal that counts on all the apparatuses that a team needs, as coach and game material and is fit to compete in official competitions. Finally, we cite the importance of a project like this and its contribution in the academic formation of the students who have the luck and the availability to live such an experience.

**Keywords:** Sport, Women's Futsal, Physical Fitness, Socialization.

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	7
2. REFERENCIAL TEÓRICO .....	9
2.1 CONTEXTO HISTÓRICO.....	9
2.2 CONDICIONAMENTO FÍSICO.....	10
2.3 SOCIALIZAÇÃO.....	10
3. METODOLOGIA.....	13
4. RELATO DE EXPERIÊNCIA.....	15
4.1 DIFICULDADES ENFRENTADAS.....	15
4.2 TREINAMENTOS.....	15
4.3 DIAS ATUAIS.....	16
4.4 A IMPORTÂNCIA DO PROJETO NA NOSSA FORMAÇÃO.....	17
4.5 DEPOIMENTOS DAS ATLETAS.....	17
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	21
REFERÊNCIAS .....	22
ANEXOS.....	24



## 1. INTRODUÇÃO

De forma geral, a maior dificuldade enfrentada pelo público feminino para a prática do futsal é o preconceito, não é um esporte caro nem de difícil acesso aos materiais para a prática, mas para as mulheres, essas dificuldades parecem se tornar gigantescas quando elas tentam obter acesso. É muito fácil encontrar uma pequena quadra ou campo com vários garotos praticando o futsal/futebol, seja na escola, nos bairros ou clubes, mas maioria esmagadora são do sexo masculino e as poucas que se aventuram tem que jogar juntos com os rapazes, por conta de uma forte opressão que as meninas sofrem desde pequenas da sociedade, dizendo que bola é só para os homens, elas acabam se sentindo desencorajadas e desmotivadas a praticar essa modalidade.

Na grande maioria das vezes, ao presenciarmos o começo das aulas de Educação Física cujo o conteúdo seja o futsal feminino, há uma forte possibilidade de que as meninas não participem das equipes que irão começar a jogar (TENROLLER, 2008, p.35).

Felizmente as meninas foram buscar seu espaço, mas tiveram que se adaptar e pagar um preço, tendo que iniciar no futsal junto com os meninos, seja nas ruas, nas escolas, nas escolinhas de futsal, e onde mais fosse possível. O preconceito, a diferença física e uma visão de mundo arcaica que atrapalha muito fizeram parte dessa jornada feminina (NAVARRO; ALMEIDA; SANTANA; 2015).

Segundo uma pesquisa com atletas mulheres das seleções de futsal da América Latina de Altmann e Baldy dos Reis (2009), as entrevistadas começaram no futebol entre 3 e 11 anos e todas tiveram sua iniciação de maneira informal na presença de alguma figura masculina, tais como, irmão, vizinhos, amigos, primos e pais.

Tendo como base está afirmativa, percebemos a dificuldade que é para o público feminino obter o acesso a prática do futsal, contudo, também se percebe um aumento significativo no número de praticantes mulheres nessa modalidade, mesmo com todos os empecilhos que a sociedade impõe, nos levando ao questionamento do porquê a falta incentivos para o futsal feminino?

Neste estudo, será abordado a questão da prática do futsal feminino na Universidade Estadual da Paraíba, tendo como objetivo descrever o que foi trabalhado durante os

treinamentos e as mais diversas dificuldades, desde o horário até a falta de material das praticantes, desta forma, obteremos um olhar mais amplo e concreto de como está o futsal feminino na UEPB.

O tema deste projeto surgiu a partir da oportunidade de ministrar os treinamentos de futsal para as meninas da UEPB, tendo assim uma vivência maior com suas dificuldades várias vezes relatadas. Com isso surgiu também a necessidade e o desejo de ajudá-las, elaborando treinamentos que pudessem colaborar com sua saúde e mentalidade e divulgando os treinamentos para que pudesse atrair mais praticantes, ajudando assim na valorização do projeto e da modalidade.

## **2. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Contexto Histórico**

Pode-se dizer que o futsal feminino com muito esforço, como sempre foi na história das mulheres, conseguiu ganhar espaço no cenário nacional. Neste contexto, fica claro que segundo Franzini (2005), conforme citado por Oliveira (2008) a afirmação feminina nesse espaço ainda de forte predominância masculina é bem recente, mas que houve uma grata e rápida expansão de praticantes mulheres nessa modalidade no mundo todo a partir da década de 1980. O mais preocupante, contudo, é constatar que as mulheres ainda enfrentam graves dificuldades, não só com questão de materiais ou espaço para praticar o futsal, como um forte preconceito que desencorajam elas. Fica evidente um maior apoio e valorização por de toda a sociedade, mas principalmente por parte dos atletas, técnicos e amantes dessa modalidade para as mulheres que gostam desse esporte permaneçam jogando e que a crescente no número de praticantes continue a subir.

Pois bem, as mulheres buscaram seu espaço no futsal e conseguiram, ainda sim necessitam do apoio para permanecer nessa luta contra o preconceito, a boa notícia é que a CBFS (Confederação Brasileira de Futsal) também abraçou a causa e vem tomando medidas para ajudar as praticantes de Futsal. De acordo com Santana e Reis (2003 apud Oliveira, 2008) a prática feminina de futsal foi liberada pela FIFUSA<sup>1</sup> (Federação Internacional de Futebol de Salão) no dia 23 de abril de 1983. Após 30 anos é possível ver uma grande evolução no cenário nacional, além da tradicional Taça Brasil de Clubes, formou-se pela primeira vez em 07/12/2001 a primeira Seleção de Futsal Feminino que se mantém até hoje e disputam várias competições, também no Brasil atualmente há clubes profissionais femininos onde as atletas são remuneradas e recebem acompanhamento de especialistas para competir e treinar.

### **2.2 Condicionamento Físico**

É muito importante estar sempre atento a este quesito durante os treinamentos, pois as praticantes não são atletas de alto rendimento ou profissionais, são alunas dos mais variados cursos da UEPB. Portanto elas têm outras preocupações e compromissos acadêmicos, então

---

<sup>1</sup> FIFUSA (Federação Internacional de Futebol de Salão) foi a primeira entidade a comandar a modalidade de 1971 a 2004, após isso a FIFA assumiu o controle e é responsável pelo futsal até os dias atuais.

um programa de treino mal elaborado ou a falta de supervisão nos treinamentos podem acarretar em lesões que irá prejudicar a aluna/atleta em todos os aspectos. O objetivo maior é melhorar o desempenho físico de cada atleta e aprimorar a execução dos fundamentos para que se possa diminuir o risco de lesões durante os treinos e jogos, fazendo assim que as meninas que são amantes da modalidade sintam o prazer de sempre aprender mais sem se machucar.

Baldaço, Cadó, Souza, Mota e Lemos (2010) dizem em seu artigo que o futebol como modalidade esportiva está associado a um alto número de lesões corporais, no futsal não é diferente, sempre haverá esse risco, essas lesões causadas pelos padrões de movimentos exigidos, como saltos, corridas curtas e longas, mudanças rápidas de direção, cabeceios, chutes e muito contato físico entre os praticantes. Dentre as lesões que acontecem em atletas de futebol/futsal estão, principalmente, a entorse, a fratura-luxação, as lesões musculares e etc. Além das características próprias desta modalidade, outros fatores podem contribuir para a ocorrência de lesões, como alterações posturais, baixos índices de flexibilidade, movimentos desportivos incorretos, equipamentos inadequados.

Tanto treinadores como atletas irão sempre conviver com a possibilidade de lesões durante a prática do futsal e infelizmente não existe um método que evite com 100% de eficácia o acontecimento de alguma lesão, mas como já foi dito anteriormente, um programa de treinos bem elaborado diminui e muito o risco de alguma lesão acontecer. Claro, sempre respeitando a individualidade fisiológica de cada atleta buscando o a melhoria do condicionamento físico, para que possam dá o melhor de si nas partidas com o risco mínimo de se machucar.

### **2.3 Socialização**

Há uma fala de João Saldanha no Jornal de Debates em 2006 em que ele imagina uma situação dentro de uma família, onde o filho leva a namorada para um jantar e apresentar ela a família dele, o pai do rapaz pergunta a moça o que ela fazia? E ela responde que é zagueira do Bangu, na visão dele e claro da maioria das pessoas, não pegaria bem, né? (João Saldanha, Jornal de Debates IG, 2006).

É interessante e empolgante ver a clara evolução do futsal feminino conforme explicado acima, porém ainda há muito o que melhorar, a CBFS criou a seleção de futsal

feminino e competições, mas ainda falta investimento e apoio na base, pois mesmo as mulheres que conseguem chegar a seleção e se profissionalizar, tiveram que iniciar no futsal jogando contra meninos de idades avançadas e diferentes portes físicos, correndo sérios riscos de adquirir uma lesão. Esse ainda é o problema do futsal feminino, a iniciação, onde a falta de apoio e há a discriminação por meninas jogarem bola que é muito forte, se faz necessário um apoio e melhoria maior na base do futsal feminino para que se evite complicações futuras.

Portanto, a melhor fase para acabar com o preconceito que o autor deixa claro na última citação é durante a infância, talvez na escola, ajudar a tornar a criança mais flexível para as diferenças da sociedade. Conforme os PCN's (1998) as aulas mistas de educação física são capazes de dar oportunidade para que meninos e meninas possam conviver, observar, descobrir e que dessa forma aprendam a ser mais tolerantes, não discriminar e compreender as diferenças, de forma a não mais reproduzir tais estereótipos impostos pelas relações sociais entre os sexos.

Conforme mencionado pelo autor, a escola e as aulas de educação física podem ajudar bastante a romper essas barreiras que a sociedade impõe se trabalharem juntas com as confederações e os líderes que comandam o futsal, em conjunto, escola, professor, secretária de esportes e confederação, podem organizar palestras com atletas profissionais e montar equipes para participar de competições, podendo assim dar mais visibilidade no cenário esportivo do futsal as meninas. "O apoio do professor é de fundamental importância para maior participação das alunas na prática das atividades esportivas, favorecendo a inclusão das mulheres no cenário do esporte, podendo assim descobrir talentos esportivos femininos" (GOELLNER, 2005).

Conforme explicado acima, há sim soluções para combater todo preconceito e outras dificuldades que as mulheres enfrentam ao querer praticar futsal, mas antes de tudo, tem que querer, as meninas têm que cobrar apoio da sociedade e principalmente dos políticos para que elas possam ter seu direito e seu espaço cedido. Sim, irá haver quem discorde e irá querer humilhar esse desejo delas, é nesse ponto que elas precisam do apoio dos amantes da modalidade, para impedir que elas sejam descriminalizadas, alguém que compreenda seus desejos e necessidades para que ajude elas a conseguirem um espaço, por menor que seja no ginásio da cidade, universidade ou escola, a partir desse ponto basta criar uma divulgação dos dias e horários dos treinos, para que assim possam atrair mais praticantes.

Jocimar Daólio retrata bem com as palavras o grande preconceito e discriminação que a sociedade impõe aqueles que praticam algum esporte onde a maioria dos praticantes é do sexo oposto. Para uma menina praticar um esporte historicamente visto como masculinos, como jogar futebol, implica ir contra uma tradição. Implica ser chamada de ‘machona’ pelos meninos ou ser repreendida pelos pais. A mesma forma para um menino, caso ele queira brincar de cozinhar, por exemplo, implica ser chamado de ‘bicha’ ou ‘efeminado’. Tanto para o menino quanto para a menina que contrariam a expectativa que deles se tem, há o peso de uma sociedade que os marginaliza (DAÓLIO,1995, p.103).

O autor deixa claro na citação acima, que a grande dificuldade que as meninas têm de enfrentar ao querer praticar o futsal é sim o preconceito, outros problemas como falta de apoio e falta de estrutura parecem ter resoluções mais simples quando é tocado o problema que as meninas sofrem com a discriminação. Apesar de muitas garotas conseguirem iniciar com a ajuda de uma figura masculina como pai ou o irmão, muitas meninas que desejam praticar futsal sofrem repreensões da própria família o que acaba desencorajando-as.

Fica evidente, diante desse quadro que o fustal feminino precisa sim de ajuda e de apoio, está clara a grande evolução que ocorreu nos últimos 30 anos, mas porque houveram pessoas que acreditaram na ideia e lutaram por ela. Segundo Oliveira (2008) as identidades de gênero e os preconceitos contidos ainda no cotidiano do futebol/futsal feminino ainda são fortes na sociedade, e ela tem razão, não podemos descansar enquanto o gênero feminino ter seu devido espaço por direito nos esportes.

### 3. METODOLOGIA

Este trabalho adotou como forma metodológica a explanação descritiva, um relato de experiência que aborda as dificuldades enfrentadas no futsal feminino, sejam elas sociais ou materiais, tanto para as atletas como para os treinadores. A pesquisas descritiva descreve, sistematicamente, fatos e características presentes em uma determinada população ou área de interesse. Seu interesse principal está voltado para o presente e consiste em descobrir “o que é?” (GRESSLER, 2004, p.54).

Este relato teve início no mês de fevereiro de 2017 que foi quando ingressei no projeto de futsal feminino da COEL como voluntário e se estendeu até o mês de outubro de 2018, contemplando um público de mais de 50 atletas discentes da Universidade Estadual da Paraíba no município de Campina Grande - PB. Nessas circunstâncias, tive como embasamento para nortear minhas atividades práticas a serem desenvolvidas, vários autores que já trabalharam e escreveram sobre o futsal feminino, como Tenroller (2008), Santana e Reis (2003), Goellner (2005), Franzini (2005) Daólio (1995).

Nessa perspectiva, as dificuldades dos autores relatadas em suas pesquisas foram sim confirmadas durante os treinamentos, reafirmando assim os inúmeros problemas que devem ser combatidos no futsal feminino para que haja a prática da modalidade sem discriminação e sem empecilhos.

## **4. RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Os treinos ocorriam por organização do projeto da COEL (Coordenação de Esporte e Lazer) da UEPB, que oferece várias modalidades para a comunidade acadêmica, onde uma delas é o futsal feminino. O horário dos treinamentos são de 12:00 às 13:00 nas terças e nas quintas na quadra do departamento de Educação Física.

Tudo começou quando houve a realização de um processo seletivo para monitor de futsal feminino que infelizmente não passei, havia só uma bolsa para primeiro colocado. Felizmente havia também a possibilidade de atuar como voluntário onde me candidatei a ajudar e fui aceito, independente da bolsa meu maior interesse era atuar com o futsal.

Após esse período de ingresso no projeto, deram início aos treinamentos, o projeto sempre teve a sua disposição todo material que precisava, como bolas, cones, mini-discos, tudo sempre ao nosso alcance no departamento de Educação Física, além disso, o horário das terças e quintas das 12:00 às 13:00 era e ainda é intocável, exclusivo do futsal feminino, nunca houve algum problema em relação a horário para outras atividades.

Então, comecei a ir e ajudar no projeto, o outro extensionista era o aluno Michel Rodrigues que sempre me deu autonomia para desenvolver e opinar durante as atividades, nós forma conjunta imaginávamos e passávamos o treino específico para aquele dia. Até o mês de junho de 2017, onde o aluno Michel concluiu o curso de educação física e eu assumi o projeto como bolsista.

### **4.1 Dificuldades Enfrentadas**

Baseado no que vivenciei com Michel nos primeiros meses de projeto e minha experiência que adquiri nos treinamentos em clubes e escolinhas de futsal que participei, comecei a passar os treinos para as meninas. Creio que minha primeira grande dificuldade enfrentada, foi o baixo número de participantes, cheguei ao ponto de ter que passar o treino para três meninas, e sempre que eu perguntava o porquê da ausência, a maioria respondia por conta de problemas com o horário ou por falta de material adequado para a prática.

As meninas alegavam que não poderiam estar presentes nos treinamentos por conta de outras atividades acadêmicas como aulas ou estágios, tendo em vista que a maioria das participantes são alunas da UEPB, ou então por morarem fora, se ficassem para o treino,



perderiam a hora do ônibus dos estudantes de sua cidade, portanto não haveria tempo hábil para realizar as duas tarefas. Outra dificuldade enfrentada foi a falta de material adequado das meninas para realizar a prática, muitas não tinham tênis ou queriam até treinar de calça jeans e descalças, coisa que eu não permito, nem permitirei, tendo em vista preservar o bem-estar das mesmas.

A solução encontrada para o baixo número participantes foi chamar novas participantes para os treinos, a forma que encontramos de fazer isso foi a divulgação, já havia um grupo de whatsapp desde a época de Michel e então criamos também um instagram do futsal feminino da COEL, o resultado foi positivo e a procura sobre informações quanto ao projeto cresceu, hoje temos um número de participantes entre 15 e 20 meninas por treino. Já a solução encontrada para as meninas que querem treinar sem material continua a mesma, não treinam.

## **4.2 Treinamentos**

O jogador de futebol italiano campeão do mundo Andrea Pirlo, conhecido por ser um exímio cobrador de faltas, uma vez disse uma frase, que você não deveria treinar até acertar uma vez, mas que deveria treinar até não errar mais nenhuma tentativa, e essa frase não se aplica só ao futebol, mas também a outros vários esportes que dependem da repetição para aprimorar seus movimentos, como vôlei, basquete e futsal.

Os treinamentos desde o início são organizados de acordo com a necessidade do grupo, para que haja a participação de todas no projeto, pois há meninas com mais experiência e vivência no futsal, existem até meninas remanescentes que são da época antes mesmo de eu me tornar voluntário, como existem também meninas iniciantes no futsal.

Os treinos são desenvolvidos da seguinte forma, começa com um momento antes para conversa, como avisos e sugestões, já a parte prática se inicia com o alongamento, aquecimento, fundamentos básicos como chute, pisada, passe e movimentação, onde apesar de serem mais voltados para iniciantes, é útil também para as mais experientes, pois são fundamentos que são aprimorados através da prática e repetição, situações de jogo como dois contra um, três contra dois, quatro contra três, e por fim o coletivo, onde se é trabalhado o rodízio e sistema de jogo que estamos colocando agora, como o 2x2 e o 3x1.

### **4.3 2018 – Dias Atuais**

O ano de 2018 começou com tudo, o número de participantes cresceu consideravelmente e os investimentos feitos no futsal animaram ainda mais as meninas, as promessas foram cumpridas e já no primeiro semestre os treinadores Fábio Vasconcelos e Josenaldo Bamba chegaram para comandar os treinos, hoje há uma equipe em formação com sistema de jogo definido, as meninas dispõem de cada uma do seu colete para usar no treinos e jogos e uniformes de jogo já foram confeccionados para as atletas, estão sendo organizados com frequência amistosos para que a equipe ganhe rodagem e em novembro haverá um torneio que a equipe feminina de futsal participará contra diversas equipes de futsal de Campina Grande e cidades vizinhas, tudo isso com o objetivo maior que é a participação do futsal feminino no JUB's (Jogos Universitários Brasileiro) de 2019.

### **4.4 A importância do Projeto na Nossa Formação**

Não há como negar que quem ensina também sempre acaba aprendendo algo, nesses dois anos de projeto não foi diferente, poder trabalhar com o esporte que se ama durante a graduação foi uma dádiva, poder ensinar e aprender, hoje meu acervo sobre a prática do futsal é infinitamente maior que quando eu ingressei no curso e o mais empolgante é que sei também que há sempre algo novo para se aprender, existe uma gama de caminhos que se pode seguir com o futsal, como treinamentos, condicionamento físico, nutrição dos atletas e a lista só faz aumentar. Vivenciamos situações que iremos levar para a vida profissional e saberemos lidar quando nos depararmos com as situações boas e com as situações que não vemos como ruins, mas como aprendizado.

#### 4.5 Depoimentos das Atletas

*Desde nova já gostava do esporte, futsal, como não conhecia muitas meninas que praticavam, acabava brincando com meus irmãos e vizinhos na rua. Desde cedo já percebia o preconceito que há no fato de uma menina gostar de um “esporte de menino”, assim tachado por muitas pessoas. Muitas vezes chamada de “machão”, “sapatão” entre outros nomes, só por jogar bola, um fato que acabou me desmotivando a continuar praticando-o. Ao longo do tempo conheci outras meninas, que como eu, amava o esporte, e assim fui voltando a jogar e comecei a participar de times, tanto na minha cidade como na UEPB. Conheci várias pessoas que apoia o esporte, mas também vi como as pessoas ainda tacham o futsal como um esporte para homens. Em meio a várias dificuldades que o esporte apresenta, como a falta de valorização, incentivo e discriminação, tento não desistir e junto com pessoas que apoiam a participação das mulheres no futsal, acabar com esses pensamentos preconceituosos.*

*Emmily Gomes, aluna de matemática e atleta do futsal feminino da UEPB, 2018)*

*Ao esporte devo a minha vida, parece um termo pesado, mas é assim que vejo as conquistas que ele me deu e vem me dando diariamente. Através dele estou construindo minha vida profissional, com o jornalismo esportivo, além da vida social e afetiva.*

*O futsal é minha escolha há mais de 10 anos, depois de passar por alguns times, de forma amadora, conheci o projeto da escolinha do DEF, por acaso, ao voltar de uma palestra vi Núbia com material esportivo, segui ela e perguntei se poderia treinar com elas.*

*Ainda sobre o comando do professor Reinado, fiz um teste e comecei a fazer parte da equipe de futsal da UEPB, porém ele não ficou por muito tempo como a equipe, devido a formatura. Passou a sermos treinadas por Rodolfo, e já sentimos a diferença, não que ele não é qualificado, mas voltamos a praticar como lazer, para relaxar e amenizar o stress causado pela vida de universitário.*

*Após isto, Michel tornou-se o treinador, e junto a ele a vontade de aprender foi imensurável, os treinos, as conquistas, o verdadeiro significado de "treino", de "time", foi daí que a UEPB ressurgiu como futsal feminino. Era uma equipe completa, alegre e vencedora. E foi quando percebi que não sabia nada do esporte que praticava há anos. Aprendemos desde o domínio de bola até a psicologia do esporte. E por motivo também de finalizar o curso, perdemos novamente outro treinador.*

*Sávio teve a oportunidade e continua construindo a história dele com a gente, tem uma maneira mais leve de conduzir o treino e no momento auxilia o professor Bamba, está sendo uma honra ser atleta dele, muito capacitado e tem como objetivo nos levar as conquistas.*

*Portanto, passei pelos dois lados do futsal feminino no DEF, tanto o lado do lazer e o lado "profissional", e vale frisar que estou jogando pela instituição há 5 anos.*

*(Larissa Santana, aluna de comunicação social e atleta do futsal feminino da UEPB, 2018)*

*O futebol sempre foi uma paixão desde criança. Os jogos de vídeo game, assistir aos jogos na televisão e a vontade de estar lá dentro para jogar de fato, fizeram parte de toda a infância. Com não tinham muitas meninas que gostavam também do esporte e para não deixar de “brincar” eu ia pra rua mesmo jogar com os meninos, mas nem sempre foi fácil, o preconceito começa já dentro de casa, quando por muito tempo ouvia que “isso não é coisa de menina”, mesmo assim nunca desisti de jogar. Na escola sempre tinha as equipes de futsal masculino, mas nunca uma equipe feminina e muitas vezes eu “fugia” dos treinos de vôlei para poder jogar futsal com os meninos e isso aconteceu durante o tempo de escola. Foi quando na universidade encontrei o grupo de meninas, que assim como eu, tem o futsal como paixão e desde então compartilhamos experiências, histórias, ajuda, sem deixar de destacar o apoio dos meninos estagiários que veem nos ajudando ao longo de todo o projeto.*

*(Elaine Caroline, Aluna de Educação Física e atleta do futsal feminino da UEPB, 2018)*

*Desde criança sou apaixonada por esportes, principalmente o futsal, que infelizmente comecei a praticar aos 15 anos, o motivo de praticar tão tarde é o preconceito que enfrentamos até hoje, pela família, amigos, e a sociedade, pois infelizmente as meninas que jogam são taxadas de "machinho" ou de "sapatão", além de ser pouco divulgado e do muito pouco patrocínio, ganhar muito menos que os homens que praticam o mesmo esporte e com isso é tirado do nossos próprios bolsos para continuar a jogar.*

*Na UEPB não é muito divulgado, no início do meu curso de enfermagem tive que procurar informações sobre práticas de esporte e as modalidades, por tanto fui no departamento para saber, procurei o treinador, que na época estava em fase de transição, pois era Rodolfo que estava terminando o curso e começava Michel.*

*Nesse início era mais rchas e lazer, não um treinamento específico pensando em competição, pois estava na transição. No início de 2015 com Michel começamos os fundamentos e os treinos específicos já pensando em um JUB's e competições futuras, de início começou bom, mas com o tempo começou as panelinhas e as brigas, participamos do JUB's etapa estadual em que ficamos em segundo lugar, mas pelas brigas o time começou a decair. Já em 2016 não tinha mais time, e faltava muitas meninas por causa dos cursos e pela situação em que ficou referente ao ano anterior. No início da 2017 houve treinos, mas com pouca intensidade comparados aos do ano de 2015, teve a transição de Michel para Sávio e uma renovação para tentar formar ou novo time já no final de 2017. 2018 teve voltou os treinos visando os objetivos que tínhamos em 2015, já com Sávio e a entrada dos professores Fabio e Josinaldo (Bamba) em que deu um gás a mais para a formação de um time, visando novas competições e preparação em amistosos.*

*(Elôisa Helena, aluna de enfermagem e atleta do futsal feminino da UEPB, 2018)*

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nessa nossa jornada como extensionista do futsal feminino, pudemos perceber que o papel do treinador/professor é muito maior que apenas o do indivíduo que irá comandar o treinamento, ele tem papel fundamental na formação física e psicológica de cada atleta, pois elas irão compartilhar com você problemas pessoais em busca de ajuda e justificando os motivos por não poderem treinar, você precisa ter tato para saber conviver com esse tipo de situação para não magoar a atleta ou desestimulá-la.

Como estudante extensionista de educação física, pude perceber que não iremos enfrentar dificuldades apenas na elaboração de treinos ou aulas, mas teremos que ter atenção quando algum imprevisto acontecer. Como outros problemas, falta de estrutura ou material, às vezes o aluno não vai poder ou não querer participar do treinamento/aula, então saber contornar esse tipo de situação vai lhe ajudar e elevar seu nível para que tenha uma melhor formação é por isso que existe os projetos com estas características, onde evidenciamos a sua importância na formação do aluno extensionista.

Mais do que nunca, o treinador de futsal feminino é peça chave para o contínuo progresso da modalidade, algumas meninas enxergam em você um amigo ou uma figura paterna, e o treinador precisa ter cuidado para não deixar essa relação próxima se misturar. Haverá casos de lesões, discórdia de opiniões e você precisa está pronto para ajudar lembrando sempre as meninas que tudo o que fazemos é para o bem delas, do projeto e da equipe.

Contudo, é importante ressaltar que com o apoio necessário, é sim possível continuar desenvolvendo o futsal feminino e vencer todas as dificuldades. O relato expõe que houve problemas, mas nunca faltou vontade e compromisso, com isso foi possível dá a volta por cima. O incentivo e investimento da COEL e UEPB foi e é de fundamental importância e hoje o futsal feminino é um dos projetos com mais participantes e está no caminho correto para conseguir grandes resultados para a instituição. Sem deixar de destacar a sua importância pedagógica na formação dos alunos que por ali passaram e passarão.

## REFERÊNCIAS

ALTMANN, Helena. **Rompendo fronteiras de gênero: Marias (e) homens na educação física**. Dissertação (Mestrado em Educação Física), Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 1998.

ALTMANN, Helena; REIS, Heloisa Helena Baldy dos. **Futsal Feminino na América do Sul: Trajetórias de Enfrentamento e de Conquistas**. Movimento, Porto Alegre, v. 19, n. 03, p. 211-232, jul/set de 2013.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular: Educação é a Base**. Brasília, DF, 2017. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/#fundamental/educacao-fisica>>.

BRASIL, **PARÂMETROS CURRICULARES NACIONAIS**, Brasília: MEC/SEF, 1997

DAÓLIO, Jocimar. **A construção cultural do corpo feminino ou o risco de transformar meninas em antas**. Campinas: Papirus, 1995.

DARIDO, Suraya Cristina. **Futebol feminino no Brasil: do seu início à prática pedagógica**. Revista Motriz, Rio Claro, 2002.

FRANZINI, Fábio. **"Futebol é 'coisa para macho'? Pequeno esboço para uma história das mulheres no país do futebol"**. Revista Brasileira de História, São Paulo, v. 25, n. 50, 2005.

GOELLNER, Silvana Vilodre. **Mulher e esporte no Brasil: entre incentivos e interdições elas fazem história**. Pensar e prática. v. 8, n. 1. 2005.

GRESSLER, Lori Alice. **Introdução à pesquisa: Projetos e Relatórios**. 2ª ed. São Paulo: Edições Loyola, 2004.

NAVARRO, Antônio Coppi; ALMEIDA, Roberto de; SANTANA, Wilton Carlos de. **Pedagogia de Esporte: Jogos Esportivos Coletivos**. 1 ed. São Paulo: Phorte Editora, 2015.

OLIVEIRA BALDAÇO, Fábio et al. Análise do treinamento proprioceptivo no equilíbrio de atletas de futsal feminino. **Fisioterapia em Movimento**, [S.l.], v. 23, n. 2, set. 2017. ISSN 1980-5918.



OLIVEIRA, Carolina Silva de. **Mulheres em quadra: O futsal feminino saindo do armário**. Artigo (Trabalho de Conclusão de Curso em Educação Física), Universidade Federal do Mato Grosso do Sul, 2008.

SANTANA, Wilton Carlos de; REIS, Heloisa Helena Baldy dos. **Futsal feminino: perfil e implicações pedagógicas**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, v. 11, n. 4, p. 45-50, out./dez. 2003.

TENROLLER, Carlos Alberto. **Futsal – Ensino e Prática**. 2 ed. Canoas – RS: ULBRA, 2008.

## ANEXOS

Figura 1: Equipe perfilada.



Fonte: Jefferson Lima, 2018

Figura 2: Treino meia-quadra, situação de jogo ataque contra defesa.



Fonte: Próprio autor, 2018

Figura 3: Momento de socialização após o amistoso.



Fonte: Larissa Santana, 2018

Figura 4: Atleta Débora em situação de jogo.



Fonte: Jefferson Lima, 2018

Figura 5: Atleta Rose conduzindo a bola.



Fonte: Jefferson Lima, 2018

Figura 6: Treinamento de saída de bola.



Fonte: Próprio autor, 2018

Figura 7: Equipe e comissão técnica.



Fonte: Jefferson Lima, 2018

Figura 8: Foto ao final de treino



Fonte: Próprio autor, 2018

Figura 9: Atletas perfiladas após treino na quadra do departamento de educação física.



Fonte: Autor desconhecido, 2018

Figura 10: Equipe perfilada antes do amistoso na quadra do CAD.



Fonte: Próprio autor, 2018