

ATIVIDADES DE EXTENSÃO DESENVOLVIDAS NO CENTRO REGIONAL DE FORMAÇÃO EM FUTEBOL (CERFUT/DEF/UEM): UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Área Temática: Saúde

João Vitor de Souza Santos¹, Vanessa M. Menegassi², Ícaro Miranda³, Matheus de O. Jaime⁴, Wilson Rinaldi⁵

¹Aluno do curso de Educação Física-Bolsista PIBEX-UEM. Contato:

joaosouzamga@gmail.com

²Mestra em Educação Física UEM, contato: vah.menegassi@hotmail.com

³Acadêmico de Educação Física – DEF/UEM, contato: icaroosti@gmail.com

⁴Aluno do Mestrado em Educação Física UEM, contato: matheus.o.jaime@gmail.com

⁵Prof. Doutor Depto de Educação Física-DEF/UEM. Contato: wrinaldi@uem.br

***Resumo.** Este trabalho objetivou relatar as atividades de extensão desenvolvidas no projeto Centro Regional de Formação em Futebol (CERFUT/DEF/UEM). Participam do projeto, em parceria com um clube de futebol da cidade, cerca de 70 atletas de futebol das categorias de base sub-15 e sub-17 que competem a nível estadual. As atividades são desenvolvidas com uma rotina semanal, sendo que os treinamentos físicos, técnicos e táticos acontecem durante a semana e os jogos e competições nos finais de semana. Os resultados apresentados no presente estudo permitem sinalizar a inter-relação entre os pilares de ensino-pesquisa e extensão da universidade, proporcionando interação entre o conhecimento teórico-científico e a atuação profissional a partir da prestação de serviços para a comunidade.*

***Palavras-chave:** futebol – categorias de base – treinamento.*

1. Projeto de Extensão e Parcerias

O Centro Regional de Formação em Futebol (CERFUT) foi um projeto de extensão criado em 2010 na Universidade Estadual de Maringá (UEM) pelo Departamento de Educação Física (DEF) destinado a crianças, jovens e adolescentes de Maringá e região. O objetivo do projeto ultrapassa o apenas o treinamento do futebol,

visa também melhorar o desempenho físico, habilidades esportivas, educação social, crítica dos jogadores, etc.

O Grupo de Estudos e Pesquisas Avançadas em Futebol (GEPAFUT) foi fundado em 2014 no Departamento de Educação Física da Universidade Estadual Maringá, pelo Prof. Dr. Wilson Rinaldi. O grupo é composto por alunos da graduação de Educação Física, Pós-Graduação, Professores do departamento e outros profissionais que atuam na área do futebol. Seus principais objetivos são aumentar as pesquisas relacionadas ao futebol, produzir conhecimento científico relacionado ao futebol e suas diversas manifestações e desenvolver e organizar as atividades do projeto de extensão (CERFUT).

No começo do ano de 2018, o GEPAFUT deu início a uma parceria com o Instituto Alex Santos (IAS) e o Maringá Futebol Clube (MFC). Com o intuito de desenvolver um trabalho nas categorias de base com sub 15 e sub 17. A parceria tem o objetivo de alavancar o futebol na região fazendo a captação dos melhores atletas com missão de disputar campeonatos regionais, estaduais (Campeonato Paranaense) e até um possível Campeonato Brasileiro. A comissão técnica é composta por alunos da graduação, profissionais graduados, dentre estes, estão professores de Educação Física, técnicos licenciados (CBF), preparadores físicos, auxiliares e uma equipe de avaliação e acompanhamento.

2. Seções de Treinamentos

Os treinos acontecem de segunda a sexta das 15h as 17h a categoria sub 15 e a categoria sub 17 das 16h as 18h no campo da UEM e algumas vezes no CT do Maringá FC. Os treinos técnicos e táticos são compostos por atividades de passe e recepção, controle da bola, inteligência, finalização, jogos reduzidos. O treino de goleiros é composto por atividades que trabalham o tempo de reação dos goleiros. Já os treinos físicos são divididos em duas partes, uma vez por semana os jogadores vão até ao Centro de Estudos e Aperfeiçoamento Funcional (CEAF) que se encontra dentro da UEM onde treinam com um foco maior músculos dos membros inferiores. Também realizam atividades no campo que consiste em treino de velocidade, agilidade, força, resistência, etc.



Imagem 01 – Sessão de treinamento na academia

3. Participações em Campeonatos

Nesse mesmo ano a equipe sub-17 Maringá/IAS/UEM conquistou o título invicto da Segunda Divisão dos Jogos da Juventude do Paraná (JOJUPS 2018) na cidade de Chopinzinho. Ficou na quarta colocação no Campeonato Paranaense e campeão da Liga Regional de Maringá. Já a equipe sub 15 foi campeã da Liga Regional de Maringá, porém foi eliminada do Campeonato Paranaense na segunda fase (CERFUT, 2019)



Imagem 02 – Equipe sub-17 e comissão técnica.

Na primeira parte do primeiro semestre de 2019 foram realizadas uma captação de novos atletas para as equipes do sub 15 e do sub 17 e após essa captação foram replicadas as avaliações do desempenho físico realizadas no ano anterior. Hoje as duas equipes são as atuais campeãs da Liga Regional de Maringá que ocorreu nesse primeiro semestre do ano. E ambas estão classificadas e disputando a segunda fase do Campeonato Paranaense Sub 15 e Sub 17 de 2019.



Imagem 03 – Equipe Sub-17 disputando o Campeonato Paranaense.

4. Avaliações

No segundo semestre de 2018, foram feitas avaliações com cerca de 70 atletas das categorias sub15 e sub17 com o objetivo de coletar informações sobre o desempenho físico, técnico e tático dos jogadores. Os indicadores da avaliação física foram velocidade, agilidade, força e características antropométricas, maturacionais e composição corporal dos jogadores. Já na avaliação técnico-tática foram realizados jogos reduzidos nos modelos GR6-6GR (seis contra seis mais goleiros) e GR3-3GR (três contra três mais goleiros) (CERFUT, 2019).

Para os testes de velocidade e agilidade foram usados o Shuttle Run com bola e o teste de Sprint de 30 metros. Para avaliação da força dos membros inferiores os atletas tiveram que executar os saltos Counter-Movement Jump (CMJ) e Squat Jump (SJ) em uma placa de contato. Já nas avaliações antropométricas foram realizadas medições referentes a estatura, massa corporal, altura tronco-cefálica e dobras cutâneas e por meio dessas características podemos estimar o percentual de gordura corporal (%GC) e o estágio maturacional dos jogadores (CERFUT, 2019).



Imagem 04 – Modelo de relatório de desempenho individual.

5. Referências

CERFUT. Avaliações Maringá/IAS/UEM (2º Semestre 2018). Disponível em: <<https://cerfut.wixsite.com/futebol>>. Acesso em: 24 de Julho de 2019.

CERFUT. Sub 17 Maringá/IAS/UEM Campeão dos Jogos da Juventude do Paraná 2018. Disponível em: <<https://cerfut.wixsite.com/futebol>>. Acesso em: 24 de Julho de 2019.