



FACULDADE CALAFIORI

CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

**A IMPORTÂNCIA DA PERCEPÇÃO PARA A
PRÁTICA DO FUTEBOL**

NELSON JOSÉ DE CARVALHO

ORIENTADORA: PROF^a.MS. PATRÍCIA ALVES DE ALMEIDA

**São Sebastião do Paraíso – MG
2010**

A IMPORTÂNCIA DA PERCEPÇÃO PARA A PRÁTICA DO FUTEBOL

NELSON JOSÉ DE CARVALHO

**Monografia apresentada à Faculdade Calafiori como
parte dos requisitos para a obtenção do título de
Licenciatura em Educação Física.
Orientadora: Prof^a. *MS.* Patrícia Alves de Almeida.**

**São Sebastião do Paraíso – MG
2010**

TEMA: A importância da percepção para a prática do futebol

CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

AVALIAÇÃO: () _____

Professor Orientador

Professor Avaliador da Banca

Professor Avaliador da Banca

**São Sebastião do Paraíso – MG
2010**

"O esporte é importante para modernizar nossa visão de mundo, porque socializa a gente, na derrota e na vitória."

(Roberto da Matta)

DEDICATÓRIA

Ao meu Pai (in memoriam), exemplo de amor incondicional e incansável presença e incentivo para que minhas conquistas se tornassem possíveis.

A minha Mãe, exemplo de dedicação, carinho e incentivo para que os meus sonhos pudessem se realizar.

Obrigado por você existir e por ser mais que apenas mãe biológica.

Obrigado pela dedicação, pela amizade, pelo companheirismo e pela confiança.

Obrigado pelos ensinamentos, pelos sermões e, principalmente, pelos exemplos.

Obrigado pelas preocupações, sei que muitas vezes fui para você causa de inapetência e insônia.

Obrigado pela caminhada, pela luta, pela lida.

Aprendi com você a ter coragem, a não desanimar e, só por consequência, a saborear a vitória.

Deus abençoe a você e a mim também, dando-me a alegria de tê-la sempre ao meu lado nesta minha caminhada que continua... Amo você!

À minha esposa Érica, cuja presença preenche minha vida de alegria, entusiasmo, assim me proporcionando um outro sentido no meu dia-a-dia.

Aos meus filhos, Gabrielle e André: minha LUZ.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização deste trabalho.

À minha orientadora Professora Patrícia Alves de Almeida pelas orientações precisas em todos os momentos solicitados.

Aos meus colegas e amigos da turma de Graduação em Educação Física, pelos significados dos nossos encontros, nossos debates, nossos estudos, nossas descobertas, nossas alegrias por participarmos do grupo.

Aos meus professores e professoras do Curso que estiveram por perto neste período nos momentos de bom e de mau humor.

Finalizando, agradeço a DEUS, que me aproximou de todas estas maravilhosas pessoas, compondo o meu universo emocional e cognitivo. DEUS, autor da vida, mistério que se faz acontecer através da nossa existência.

SUMÁRIO

LISTA DE FIGURAS.....	8
LISTA DE SIGLAS.....	9
RESUMO.....	10
ABSTRACT.....	11
INTRODUÇÃO.....	12
1 – NOÇÕES GERAIS SOBRE PERCEPÇÃO.....	14
1.1 Teorias da percepção.....	15
1.1.1 Características da percepção.....	16
2 – OS PRINCIPAIS ESPORTES COLETIVOS.....	23
2.1 Futebol.....	23
2.1.1 Histórico do Futebol.....	24
2.1.2 Regras básicas do Futebol.....	26
2.1.3 Benefícios que o futebol traz.....	33
2.2 Futsal.....	35
2.2.1 História do Futsal.....	35
2.2.2 Regras básicas do Futsal.....	39
2.2.3 Benefícios do Futsal.....	40
3 – PERCEPÇÃO NOS ESPORTES COLETIVOS.....	43

3.1 Características da percepção nos esportes.....	43
3.2 Problemas da percepção nos esportes coletivos.....	48
3.3 O processo de treinamento da percepção nos esportes coletivos.....	49
CONCLUSÃO.....	57
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	59

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Quadro do artista holandês Maurits Escher.....	18
Figura 2 – Quadro do artista holandês Maurits Escher.....	19
Figura 3 – O modelo do processo da percepção.....	20
Figura 4 – Jogadores de futebol.....	34
Figura 5 – Treinando Futsal.....	41
Figura 6 – Treinando Futsal.....	42
Figura 7 – A percepção de objetos nos jogos esportivos.....	46
Figura 8 – Exigências sobre a percepção no espaço e movimento.....	48
Figura 9 – Modelo do processo de treinamento para melhoria da capacidade de percepção.....	51
Figura 10 – Exercício para treinamento da capacidade de percepção.....	53
Figura 11 – Jogo para treinamento da capacidade de percepção no passe de Futsal.....	54

LISTA DE SIGLAS

CBD	Confederação Brasileira de Desportos
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
CBFS	Confederação Brasileira de Futebol de Salão
FIFUSA	Federação Internacional de Futebol de Salão
CBFS	Confederação Brasileira de Futebol de Salão
FIFA	Federação Internacional de Futebol Association

RESUMO

O perceber tem componentes sensoriais e ideacionais, ao mesmo tempo. A percepção oferece o caminho para nossa inteligência definir objetos e classificá-los conforme conceitos, ou seja, dar significados àquilo que colhemos de informações. Assim, a percepção está presente em todos os processos da vida do ser humano, como no caminhar, no jogar, no dirigir, na ação esportiva. E nessa última, devido a sua importância para a sociedade no sentido de qualidade de vida, a percepção tem sido pouco trabalhada e observada, pois clubes têm dado demasiada importância a treinamentos físico, técnico e tático e esquecem do treinamento psicológico, que dará ênfase a percepção. Assim, justifica-se o tema no sentido de refletir junto ao leitor sobre essa falha no meio esportivo, a qual traz inúmeras consequências ao atleta, ao técnico, a própria torcida de um jogo de futebol, enfim a todos que estão direta ou indiretamente relacionados a essa lacuna. O objetivo geral do presente trabalho é discutir por meio da literatura existente a importância da percepção para o desenvolvimento cognitivo e motor dos seres humanos, principalmente dos atletas do futebol. Será realizada uma pesquisa bibliográfica.

Palavras-chave: Percepção. Ação Esportiva. futebol. Atletas.

ABSTRACT

The notice has sensory and ideational components at the same time. Perception provides the way for our intelligence set objects and classify them as concepts, ie give meaning to what information we gather. Thus, the perception is present in all processes of human life, as in walking, in play in the drive in action sports. And in the latter, due to its importance for society in the sense of quality of life, the perception has been rarely observed and worked as clubs have given too much importance to physical training, technical and tactical and forget the psychological training, which will focus on perception. Thus, the subject is justified in order to reflect the reader along on this failure in sports, which brings numerous consequences to the athlete, the coach, the home crowd for a football game, and finally to all who are directly or indirectly related this gap. The overall objective of this paper is to discuss through the existing literature the importance of perception to the cognitive and motor development of humans, especially the football. There will be a literature search.

Word-keys: Perception. Sports Action. football. Athletes

INTRODUÇÃO

A percepção supõe uma interação entre o que o indivíduo recebe por meio dos órgãos dos sentidos e os significados experiencialmente derivados, que traz à experiência. O desenvolvimento perceptivo consiste principalmente nas mudanças progressivas ocorridas nos antecedentes experienciais de quem percebe.

A percepção contribui para determinar as mudanças de uma situação que o ser humano vivencia, como por exemplo, uma ação esportiva. É exatamente por meio da mesma, que o atleta irá se organizar, se orientar no meio ambiente situacional que vivencia. Mas, um atleta consegue agir com essa percepção apenas quando é treinado, ou mesmo com anos e anos de experiências adquiridas.

Portanto, o presente trabalho terá como objetivo geral discutir por meio da literatura existente a importância da percepção para o desenvolvimento cognitivo e motor dos seres humanos, principalmente dos atletas de esportes coletivos, pois a percepção é a base de toda a inteligência e conhecimento. É preciso mandar informações para o cérebro e processá-las para se ter uma resposta adequada a situação que se apresenta seja cognitiva ou motora.

Atualmente, nos esportes coletivos atuais os clubes estão dando muita importância a treinamentos físico, técnico e tático, mas se esquecem que o treinamento psicológico com ênfase na percepção é fundamental para se ter um atleta diferenciado.

Assim, faz jus ao tema pelo fato de contribuir com os futuros profissionais da Educação Física, para que ao exercerem sua profissão se lembrem de como a percepção faz diferença tanto para aqueles que praticam algum esporte por *hobbie*, profissional, ou mesmo para as crianças e adolescentes que estão se iniciando na prática esportiva.

O trabalho tem como método de pesquisa a revisão bibliográfica, que para Marconi e Lakatos (2002, p.185) “*não é mera repetição do que já foi dito ou escrito sobre certo assunto, mas propicia o exame de um tema sob novo enfoque ou abordagem chegando a conclusões inovadoras*”.

Além de ser de cunho exploratório, que de acordo com Gil (1999, p. 41), retrata que *“é desenvolvida no sentido de proporcionar uma visão geral acerca de determinado fato”*. No caso deste trabalho o assunto desenvolvido será sobre a *percepção nos esportes coletivos*.

Assim, o presente estudo tem o objetivo de analisar a percepção dos jogadores no futebol, no sentido de criar uma metodologia inovadora e desenvolver a percepção neste esporte para melhora do rendimento dos atletas.

1 – NOÇÕES GERAIS SOBRE PERCEPÇÃO

Todas as criaturas vivem, até certo ponto, num mundo único. Os animais de espécies diferentes que ocupam o mesmo meio ambiente podem viver em realidades extremamente diferentes, opostas. Davidoff (1983, p. 210), exemplifica tal comentário de modo real:

- O caso de um peixe e um caramujo num aquário. O caramujo, com sua baixa acuidade visual (capacidade de distinguir detalhes), não tomará conhecimento de uma mão que acena em frente ao tanque, enquanto o peixe verá provavelmente cada um dos dedos.
- O olho do falcão ultrapassa cerca de duas vezes e meia o olho humano na capacidade de ver à distância. Voando a 20 metros do solo, o falcão facilmente localiza sua refeição de insetos.
- Embora o mundo seja geralmente uma mancha para a maioria dos cachorros, eles são capazes de utilizar o focinho para localizar pessoas enterradas numa avalanche e de detectar vazamentos de gás e drogas de vários tipos.

Desta forma, se todos tivessem sensibilidade semelhante aos mesmos estímulos, poderiam competir pelos mesmos suprimentos de alimentos e abrigos. É exatamente pelo fato das diferenças na sensibilidade que todas as criaturas podem partilhar o mesmo meio ambiente de modo pacífico.

É muito interessante dizer, que mesmo os seres de uma mesma espécie se diferem em sua percepção. As pessoas variam um pouco quanto a maneira de ver as cores, sentir aromas. A mulher no estado gestacional e também na idade avançada possui sensibilidade ligeiramente modificada, de acordo como o organismo se altera.(SAMULSKI, 2002).

Portanto, a percepção trata-se de um processo muito mais individualizado do que se crê comumente.

O desenvolvimento perceptivo consiste principalmente nas mudanças progressivas ocorridas nos antecedentes experienciais de quem percebe.

O mais óbvio componente do desenvolvimento perceptivo é a maior familiaridade com o mundo; ou seja, quanto mais o sujeito se familiariza com o

mundo, ou quanto mais experiências adquire ao longo da vida, mais se desenvolve a percepção.(DAVIDOFF,1983).

A percepção é uma operação ativa e complicada. Abaixo será estudada mais detalhadamente a sua natureza. Será apontado e fundamentado que a percepção não espelha exatamente a realidade.

1.1 Teorias da percepção

A psicologia moderna apresenta teorias-científicas que possibilitam compreender e explicar o comportamento do indivíduo nas suas diferentes formas de manifestação.

Os trabalhos de investigação científica, com base nessas teorias relacionadas com a percepção, vão desde aspectos psicofisiológicos da recepção de informação até a elaboração de modelos de videografias e estudos na área da inteligência artificial.

Entretanto, *“até hoje não existe uma teoria sistemática que seja amplamente aceita para explicar esse importante processo psicológico”* (SAMULSKI, 2002, p. 56).

Na medida em que os avanços da ciência permitem aprimorar os modelos de investigação, o tema percepção é analisado com profundidade.

Os estudos realizados para definir a percepção são inúmeros, assim comenta-se Bergius (1985 apud SAMULSKI, 2002, p. 56), o qual define como *“entrada na consciência de uma impressão sensorial, chegada previamente aos centros nervosos”*. Nessa abordagem, fica clara a posição cognitivista do autor, em que a percepção somente se apresenta como uma forma acabada de elaboração de informação de modo consciente. Destaca-se que é por meio da percepção que as pessoas conseguem formar uma imagem de si mesmas e do meio ambiente que as rodeia, que vivem.

A percepção para Schubert (1981 apud SAMULSKI, 2002, p. 56) *“consiste em filtrar e analisar as informações que chegam de forma que se possa entender as características e relações do mundo, para que desta forma fazê-lo previsível e poder nos organizar e adaptar a ele”*. Portanto, o autor enfatiza que a percepção não é

fato isolado, mas um processo ativo de seleção de informação, que apóia o processo de orientação da ação do atleta na competição.

Segundo Eysenk & Keane (1994 apud SAMULSKI, 2002, p. 57) referem-se a percepção como “*os meios pelos quais a informação adquirida do meio ambiente através dos órgãos sensoriais é transformada em experiência de objetos, eventos, sons*”.

Para Eberpächer (1987 apud SAMULSKI, 2002, p. 57) percepção,

[...] se entende como o processo de apreciar a realidade, como também da vivência dos sentidos ao receber, perceber, transmitir as informações e, conseqüentemente, os conhecimentos sobre si e seu determinado meio ambiente. Esse conhecimento é requisito para a orientação sobre possibilidades e limites de uma ação, adaptada à situação.

Uma das definições que têm sido mais aprovadas é a formulada pelo psicólogo espanhol Marina (1995 apud SAMULSKI, 2002, p. 57): “*a percepção permite dar significado às coisas e objetos*”. Dessa maneira, o autor destaca duas operações relacionadas ao fato de “*dar significado*” ao conhecimento perceptivo”. São elas:

- a) identificação e captação de um objeto em sua totalidade,
- b) o reconhecimento de semelhanças.

Para se proceder ao reconhecimento é necessário que se estabeleça e se admita primeiramente a existência de um padrão ou esquema que torne possível esse fato. Os conceitos vivenciados fazem parte do esquema mental e nos permitem ampliar o campo das nossas experiências, assim como o reconhecimento implica a comparação com a memória.(SAMULSKI,2002).

1.1.1 Características da percepção

A percepção apresenta-se como uma unidade complexa, pois as impressões sensoriais não são vivenciadas como qualidades ou intensidades isoladas, mas em conjunto, como um todo. Desse modo é possível a compreensão do objeto e seu significado, concebendo-o como incluído em uma determinada classe de objetos.

Às vezes, supõe-se que a percepção forneça um reflexo exato da realidade. Mas a percepção como acentua Davidoff (2001, p. 212), “ *não é um espelho*”.

Primeiramente, os sentidos dos seres humanos não respondem a muitos aspectos do ambiente que nos cerca. Os seres humanos não possuem a capacidade de ouvir os sons de alta frequência registrados pelos morcegos ou mesmo sentir o cheiro das substâncias exaladas das solas dos sapatos e das botas, como os cães. Outro detalhe, os seres humanos não reagem a forças magnéticas ou elétricas, como certos insetos, peixes e pássaros. Além do ser humano ser incapaz de ver moléculas separadas ou raios X. (DAVIDOFF,2001).

Em segundo lugar, às vezes os seres humanos percebem estímulos não presentes. É que a estimulação elétrica direta do cérebro pode fazer uma pessoa ver coisas ou ouvir vozes.

Em terceiro lugar, as percepções humanas dependem de expectativas, motivações e experiências anteriores.(DAVIDOFF,2001).

A percepção supõe numerosas atividades cognitivas. Na fase primária do processo perceptivo a pessoa decide para o que irá atentar. Assim, enquanto lê um livro didático, é possível que ela corra os olhos por símbolos negros sem significado, concentre-se em letras isoladas, ou extraia idéias significativas. Ou sentada numa sala, a pessoa pode concentrar-se no ruído de uma carga de dinamite da construção da estrada a distância, ou mesmo no sussurrar das crianças na última fila. Assim, sempre que a pessoa prestar atenção, é mais fácil encontrar sentido nas informações que captou, associá-las a sua experiência anterior e lembrar-se delas mais tarde (DAVIDOFF,2001).

A consciência também influencia a percepção. Se uma pessoa estiver feliz, a paisagem distante que ela observa pode parecer fantástica, magnífica. Mas se caso esteja deprimida, a mesma cena pode parecer-lhe cinza, sem vida. Portanto, “*a memória entra no processo perceptivo em diversos pontos. Os sentidos armazenam momentaneamente os dados que traz para as pessoas*” (DAVIDOFF,2001). E para decifrar o sentido, a pessoa compara continuamente visões, sons, cheiros e outras sensações com lembranças de experiências semelhantes.

Durante a percepção realiza-se também o processamento da informação. Abaixo baseando-se em Davidoff (2001) será destacado um teste denominado de “*teste da hipótese*”. Neste existe apenas uma interpretação razoável dos dados

sensoriais, e a busca da hipótese perceptiva correta que é rápida e automática, ficando abaixo do nível da consciência:

Você olha pela sala, vê um objeto reluzente e sabe imediatamente que é uma lâmpada, por exemplo. Mas, suponha que você esteja dirigindo numa estrada rural e veja uma pequena massa a várias centenas de metros adiante. Embora sua primeira hipótese possa ser “coelho morto”, você acumula cada vez mais informações à medida que se aproxima. Sua hipótese pode mudar inúmeras vezes antes de saber o que está vendo — talvez uma bolsa velha e amarrotada.

A natureza do teste de percepção torna-se ainda mais clara quando se depara com certas representações gráficas ambíguas, ou seja, suscetíveis de serem interpretadas de mais de uma maneira, como está abaixo nas Figuras 1 e 2. Essas Figuras tratam-se da pintura do artista holandês Maurits Escher, o qual criou várias pinturas que o cérebro não pode interpretar de modo satisfatório.

De acordo com Davidoff (1983, p. 214), “*embora cada parte separada da litografia de Escher seja uma representação tridimensional perfeitamente aceitável, é impossível juntar todos os pedaços para formar um todo coerente*”.

Observe as Figuras 1 e 2 abaixo:

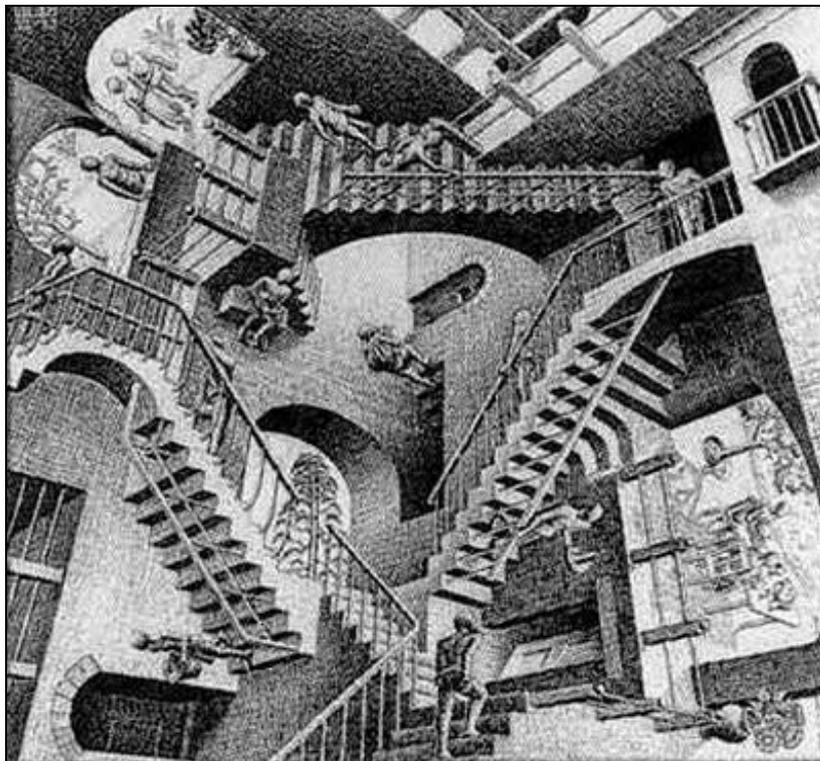


Figura 1 - Quadro do artista holandês Maurits Escher
Fonte: MONTEIRO, 2009.



Figura 2 - Quadro do artista holandês Maurits Escher
Fonte: MONTEIRO, 2009.

Assim, a medida que quem observa prossegue em uma dada direção, a sensação dessa pessoa ajusta-se inteiramente a todos os dados, cultiva-se uma idéia e depois outra. E as figuras parecem mudar continuamente enquanto a pessoa observadora vacila em suas hipóteses.

Vê-se então, que a percepção *“é o ponto em que a cognição e realidade encontram-se e talvez a atividade cognitiva mais básica da qual surgem todas as outras”* (NEISSER (1976) apud DAVIDOFF, 2001).

Em suma, a percepção é um processo cognitivo, uma forma de conhecer o mundo.

Segundo Nitsh (1982 apud SAMULSKI, 2002, p. 58),

[...] entre a percepção considerada como a recepção de informações, e o acompanhamento ou a ação organizada intencionalmente para se obter um objetivo determinado, existe uma relação de reciprocidade. Esse raciocínio é de extrema importância para a compreensão das ações esportivas, pois a percepção constitui tanto um pré-requisito para a organização e orientação na ação, como para a tomada de decisão e sua avaliação após a execução da ação tática (GRIFO MEU).

No bloco da pessoa, diferentes estruturas são cognitivas do processo perceptivo. Na estrutura do conhecimento e da capacidade da percepção, há uma interação, um relacionamento entre elas e o estado atual do indivíduo, ou seja, com sua parte subjetiva, estado interno, emoções. Na estrutura de conhecimento, dois subprocessos interagem entre si: o conhecimento de base e o aplicado. Os dois subprocessos interagem, relacionando informações, e se correspondem diretamente com as estruturas da capacidade de percepção e seu estado atual. Este modelo cibernético de estratégias hierárquicas de interação entre os diferentes elementos constitutivos da percepção apresenta uma explicação simples e plausível do processo perceptivo (SAMULSKI, 2002).

Como pode-se observar na figura 3, o processo da percepção decorre da interação de dois blocos: o da pessoa em intercâmbio constante com o meio ambiente.

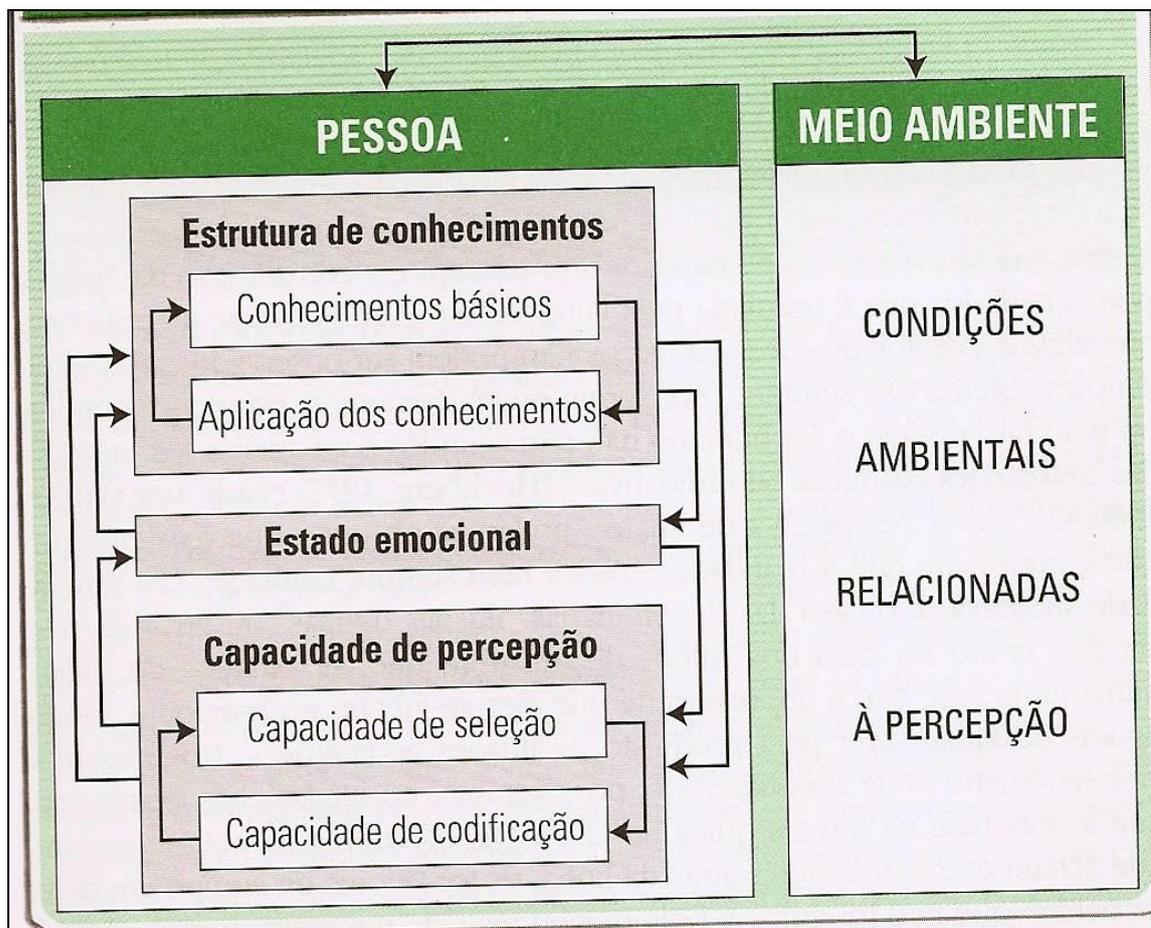


Figura 3 – O modelo do processo da percepção
Fonte: SAMULSKI, 2002, p. 59.

De acordo com Samulski (2002, p. 59), o processo de percepção pode ser dividido em dois:

a) percepção externa. Por exemplo, o tipo e forma como as informações sobre o meio ambiente são percebidas;

b) autopercepção, ou percepção interna que abrange a informação sobre a própria pessoa.

Tem-se que a percepção externa possui um papel importantíssimo nos jogos esportivos coletivos. Consiste em perceber o espaço, a forma, o tamanho, a distância e a direção da nossa ação. Envolve o tempo e seu significado para a ordenação do movimento, o *timing* da ação. Por exemplo, o tempo do deslocamento dos atletas na realização de uma tabela no futebol, o salto para cabeceio. Agrupa, também, a percepção do movimento de objetos externos, como bola, gol, área, bem como do próprio corpo em relação ao espaço, que no esporte é denominado “sentido de movimento”.

Já a autopercepção, ou percepção interna é fundamental nos esportes individuais, como ginástica olímpica.

Segundo Gabler (1986 apud SAMULSKI, 2002), a percepção pode ser analisada de três pontos de vista, ou perspectivas diferentes:

a) *Visão Física*: relaciona-se com os meios das ciências naturais de desenvolver procedimentos objetivos para determinar as propriedades dos processos que são objeto de percepção. Por exemplo, a constituição da água, a potência da luz que é irradiada pela lâmpada. Aqui, deve-se ter em conta que alguns eventos ou sucessos físicos não podem ser observados através do simples sistema dos sentidos, por serem muito pequenos, ou muito grandes, ou pelo fato de que o ser humano não tem sentidos para analisá-los, no caso das irradiações cósmicas ou radioativas.

Assim, nessa perspectiva de análise pode-se observar que existem fatos que comprovam que a realidade objetiva nem sempre coincide com a realidade subjetiva. É o caso das denominadas ilusões ópticas ou erros da percepção, como no caso dos trilhos de um trem que, se olhados de longe, numa linha reta, dão a impressão de que eles estão juntos no horizonte (SAMULSKI, 2002)

No esporte esse fenômeno pode ser observado, por exemplo, no futebol, nas jogadas em que a bola bate na trave e quica no chão. Desta forma, os torcedores da equipe em ataque acham que a bola quica atrás da linha, os torcedores da equipe

em defesa, acham que não foi gol, a bola quicou mais de um metro fora. O arbitro deve decidir sobre pressão de tempo, carga física e psicológica, e sua decisão estará sujeita a sua capacidade de percepção (SAMULSKI, 2002).

b) *Visão Fisiológica*: consiste na recepção e condução da informação aos canais superiores onde será concretizada a sua análise. Os analisadores têm uma capacidade limitada de recepção de informação, logo nem todos os estímulos serão percebidos, como por exemplo, não se percebe as ondas de radiação. Cada um deles é responsável pelo envio de informação de uma parte do meio ambiente, e somente reagem quando o estímulo apresenta um determinado nível de intensidade (SAMULSKI, 2002).

c) *Visão Psicológica*: estímulos fisiológicos e psicológicos serão transformados em sensações, experiências, ou seja, serão dados a esses estímulos uma visão subjetiva, um conceito, um significado. A percepção é sempre influenciada pelos processos físicos como cansaço e, também, pelos processos psicológicos como motivação, sentimentos, expectativas. A elaboração de informação acontece a uma velocidade assombrosa.

Segundo Ritzdorf (1982 apud SAMULSKI, 2002, p. 61), “*as informações que faltam serão completadas. Por exemplo: o olho em posição fixa tem a capacidade de alongar o ângulo de visão de 180° (horizontal) X 150° (vertical)*”. Assim sabe-se que “*dentro desse campo existe uma pequena área (aproximadamente de 1°) que apresenta 100% por cento de clareza, e que, com pequeno deslocamento do ponto de fixação, se reduz drasticamente em uma distância de 6-7°, somente se tem 25% de clareza total*” (SAMULSKI, 2002, p. 61).

As informações não somente serão completadas como também reduzidas e selecionadas aquelas que são relevantes. Se todas as informações fossem elaboradas, superariam a capacidade do organismo.

Finalmente deve-se colocar que as diferentes informações não são consideradas de forma isolada, mas integradas totalmente numa relação de tempo e espaço.

2 – OS PRINCIPAIS ESPORTES COLETIVOS

Neste capítulo serão tratadas algumas particularidades de algumas esportes coletivos como futebol, futsal e handebol.

2.1 Futebol

Para Leal (2000, p. 33),

o futebol, por natureza, é dinâmico, daí deve-se criar as condições de conhecimentos, treinamento e aperfeiçoamento do sistema pelos atletas do time, de forma que, sem caracterizá-lo, se dê a necessária liberdade, mobilidade e confiança de criação, além, é claro, de capacitar o elenco a executar sistemas alternativos dentro da mesma partida ou de um jogo para outro, tornando-o mais defensivo ou ofensivo, de acordo com as circunstâncias.

O futebol atualmente é uma atividade extremamente profissional, que movimenta altas somas de dinheiro e propicia o sustento de uma infinidade de profissionais dos mais diferentes segmentos da sociedade, como dirigentes, empresários, médicos, psicólogos, dentistas, professores, treinadores, atletas, massagistas, fisioterapeutas, jornalistas, fotógrafos e outros.

2.1.1 Histórico do Futebol

O futebol vem de tempos muito, muito remotos.

Como é apontado por Matos (1997), na China Antiga, por volta de 3000 a.C, os militares chineses praticavam um jogo que na verdade era um treino militar. Após as guerras, formavam equipes para chutar a cabeça dos soldados inimigos. Com o tempo, as cabeças dos inimigos foram sendo substituídas por bolas de couro revestidas com cabelo. Formavam-se duas equipes com oito jogadores e o objetivo era passar a bola de pé em pé sem deixar cair no chão, levando-a para dentro de duas estacas fincadas no campo. Estas estacas eram ligadas por um fio de cera.

No Japão Antigo, foi criado um esporte muito parecido com o futebol atual, porém se chamava Kemari. Praticado por integrantes da corte do imperador japonês, o kemari acontecia num campo de aproximadamente 200 (duzentos) metros quadrados. A bola era feita de fibras de bambu e entre as regras, o contato físico era proibido entre os 16 (dezesesseis) jogadores (oito para cada equipe). Historiadores do futebol encontraram relatos que confirmam o acontecimento de jogos entre equipes chinesas e japonesas na antiguidade.

Os gregos criaram um jogo por volta do século I a.C que se chamava Episkiros. Neste jogo, soldados gregos dividiam-se em duas equipes de nove jogadores cada e jogavam num terreno de formato retangular. Na cidade grega de Esparta, os jogadores, também militares, usavam uma bola feita de bexiga de boi cheia de areia ou terra. O campo onde se realizavam as partidas, em Esparta, eram bem grandes, pois as equipes eram formadas por quinze jogadores. Quando os romanos dominaram a Grécia, entraram em contato com a cultura grega e acabaram assimilando o Episkiros, porém o jogo tomou uma conotação muito mais violenta.

Na Idade Média há relatos de um esporte muito parecido com o futebol, embora usava-se muito a violência. O Soule ou Harpastum era praticado na por militares que dividiam-se em duas equipes : atacantes e defensores. Era permitido usar socos, pontapés, rasteiras e outros golpes violentos. Há relatos que mostram a morte de alguns jogadores durante a partida. Cada equipe era formada por 27 (vinte e sete) jogadores, onde grupos tinham funções diferentes no time: corredores, dianteiros, sacadores e guarda-redes.

Na Itália Medieval apareceu um jogo denominado *gioco del calcio*. Era praticado em praças e os 27 (vinte e sete) jogadores de cada equipe deveriam levar a bola até os dois postes que ficavam nos dois cantos extremos da praça. A violência era muito comum, pois os participantes levavam para campo seus problemas causados, principalmente por questões sociais típicas da época

medieval. O barulho, a desorganização e a violência eram tão grandes que o rei Eduardo II teve que decretar uma lei proibindo a prática do jogo, condenando a prisão os praticantes. Porém, o jogo não terminou, pois integrantes da nobreza criaram uma nova versão dele com regras que não permitiam a violência. Nesta nova versão, cerca de doze juízes deveriam fazer cumprir as regras do jogo.

Pesquisadores como Saldanha (1990) concluíram que o *gioco de calcio* saiu da Itália e chegou à Inglaterra por volta do século XVII. Na Inglaterra, o jogo ganhou regras diferentes e foi organizado e sistematizado. O campo deveria medir 120 por 180 metros e nas duas pontas seriam instalados dois arcos retangulares chamados de gol. A bola era de couro e enchida com ar. Com regras claras e objetivas, o futebol começou a ser praticado por estudantes e filhos da nobreza inglesa. Aos poucos foi se popularizando. No ano de 1848, numa conferência em Cambridge, estabeleceu-se um único código de regras para o futebol. No ano de 1871 foi criada a figura do guarda-redes, o goleiro, que seria o único que poderia colocar as mãos na bola e deveria ficar próximo ao gol para evitar a entrada da bola. Em 1875, foi estabelecida a regra do tempo de 90 minutos e em 1891 foi estabelecido o pênalti, para punir a falta dentro da área. Somente em 1907 foi estabelecida a regra do impedimento.

Segundo Saldanha (1990) o profissionalismo no futebol foi iniciado somente em 1885 e no ano seguinte seria criada, na Inglaterra, a *International Board*, entidade cujo objetivo principal era estabelecer e mudar as regras do futebol quando necessário.

No ano de 1897, uma equipe de futebol inglesa chamada Corinthians fez uma excursão fora da Europa, contribuindo para difundir o futebol em diversas partes do mundo.

Em 1888, foi fundada a *Football League* com o objetivo de organizar torneios e campeonatos internacionais.

No ano de 1904, foi criada a FIFA (Federação Internacional de Futebol Association) que organiza até hoje o futebol em todo mundo. É a FIFA que organiza os grandes campeonatos de seleções, como a Copa do Mundo de quatro em quatro anos. Em 2006, aconteceu a Copa do Mundo da Alemanha, que teve a Itália como campeã e a França como vice. A FIFA também organiza campeonatos de clubes como, por exemplo, a Copa Libertadores da América, Copa da UEFA, Liga dos Campeões da Europa, Copa Sul-Americana, entre outros.

No Brasil, o futebol chegou com Charles Miller.

De acordo com Cunha (1985), nascido no bairro paulistano do Brás, Charles Miller viajou para Inglaterra aos nove anos de idade para estudar. Lá tomou contato com o futebol e, ao retornar ao Brasil em 1894, trouxe na bagagem a primeira bola de futebol e um conjunto de regras. Podemos considerar Charles Miller como sendo o precursor do futebol no Brasil.

O primeiro jogo de futebol no Brasil foi realizados em 15 de abril de 1895 entre funcionários de empresas inglesas que atuavam em São Paulo. Os funcionários também eram de origem inglesa. Este jogo foi entre funcionários da Companhia De Gás x Cia. Ferroviária São Paulo Railway.

O primeiro time a se formar no Brasil foi o São Paulo *Athletic*, fundado em 13 de maio de 1888.

No início, o futebol era praticado apenas por pessoas da elite, sendo vedada a participação de negros em times de futebol (CUNHA, 1985).

Em 1950, a Copa do Mundo foi realizada no Brasil, sendo que a seleção brasileira perdeu o título, em pleno Maracanã, para a seleção Uruguaia (Uruguai 2 x Brasil 1). Em 2014, a Copa do Mundo de Futebol será realizada novamente no Brasil.

2.1.2 Regras básicas do Futebol

O Futebol possui 17 regras, todas estabelecidas pela International Board. A edição mais recente da regra data de julho de 2008.

Regra 1: Campo de jogo

Dimensões

O campo de jogo é retangular e seu comprimento lateral deve ser maior que o comprimento da linha de meta.

- Comprimento: entre 90 e 120 metros
- Largura: entre 45 e 90 metros
- Em partidas internacionais, as dimensões são:
- Comprimento: entre 100 e 110 metros
- Largura: entre 64 e 75 metros

Delimitações

O campo de jogo está delimitado por linhas.

As duas linhas mais compridas são as linhas laterais, as duas mais curtas são as linhas de fundo. Estas linhas são de, no máximo, 25,5 metros.

Uma linha média divide o campo em duas metades. Na metade desta linha está um ponto que define o centro do campo. Este ponto é centro de um círculo com raio de 9,15 metros.

A área de meta

A área de meta é demarcada com duas linhas perpendiculares a linha de meta, a 5,5 metros da parte interior de cada poste de meta. Estas linhas adentrarão 5,5 metros no campo de jogo e se unirão por uma paralela a linha de meta. A área delimitada por estas linhas é a área de meta.

A área de grande penalidade

A área de grande penalidade será marcada com duas linhas perpendiculares a linha da baliza, a 16,5 m da parte interior de cada poste da baliza. Estas linhas têm 16,5 metros no campo de jogo e vão-se unir por uma linha paralela a linha da baliza. A área delimitada por estas linhas é a área de grande penalidade.

Em cada área de grande penalidade será marcado um penalty a 11 metros de distância do ponto médio entre os postes. No exterior de cada área de grande penalidade traça-se, um semicírculo de raio 9,15 metros.

As metas

As metas estão ao centro de cada linha de meta. São compostas de dois postes verticais equidistantes da lateral e unidos na parte superior por uma barra horizontal (travessão). A distância entre os poste é de 7,32 metros e a distância da borda inferior do travessão ao solo é de 2,4 metros.

Os postes e o travessão terão a mesma espessura, com o máximo de 12 centímetros. As linhas de meta terão as mesmas dimensões do poste e travessão. Podem ser colocadas redes fixadas nas metas e no solo atrás da meta, desde que estejam presas de forma conveniente e não atrapalhem o goleiro.

Regra 2: Bola

A bola de jogo deve:

- Ser esférica;
- Ser de couro ou outro material adequado;
- Com uma circunferência não superior a 70 cm e não inferior a 68 cm;

- Com peso não superior a 450 g e não inferior a 410 g, no começo da partida;
- Com pressão equivalente a 0,6 – 1,1 atmosfera (600 – 1100 g/cm²) ao nível do mar.

Regra 3: O número de jogadores

A partida será jogada por duas equipes formadas, no máximo, de onze jogadores cada uma, dos quais um jogará como goleiro. A partida não pode ser iniciada se um dos times estiver com menos de sete jogadores.

Em competições oficiais, o máximo de substituições num jogo é de três jogadores. Em outras partidas, há um limite de cinco substituições, sendo preciso que as duas equipes cheguem a um consenso.

A substituição de jogadores só ocorre com a autorização do árbitro. O jogador substituído só pode entrar quando o substituído já tiver saído do campo. Se a substituição ocorrer de forma irregular, o árbitro deverá paralisar a partida, ordenar a saída do jogador que entrou irregularmente e reiniciar o jogo com um tiro livre indireto.

Regra 4: O equipamento dos jogadores

Os jogadores não podem utilizar nenhum objeto que seja perigoso para eles mesmos ou para os demais jogadores (incluindo qualquer tipo de jóias). O uniforme completo consiste de:

- Camisa com mangas
- Calções
- Meias
- Caneleiras
- Chuteiras

As cores dos uniformes das duas equipes devem ser diferentes, para não confundir o público ou os árbitros. Com o mesmo objetivo, os goleiros também devem usar uniformes com cores diferentes.

Regra 5: O árbitro

Cada partida será controlada por um árbitro, que terá a autoridade total para se fazer cumprir as regras de jogo na partida para a qual tenha sido designado.

O árbitro controlará a partida em cooperação com os árbitros assistentes. Interromperá, suspenderá ou finalizará a partida quando julgar oportuno, no caso de que se cometam infrações às regras de jogo.

As decisões do árbitro sobre fatos em relação com o jogo são definitivas. O árbitro poderá mudar sua decisão unicamente se se der conta que sua decisão é incorreta ou, se o julga necessário conforme a uma indicação por parte de um árbitro assistente, sempre que ainda não tenha reiniciado a partida.

Regra 6: Os árbitros assistentes

Cada partida deve ter dois árbitros assistentes, que deverão:

- Verificar se a bola saiu dos limites do campo;
- Verificar a posição do goleiro durante a cobrança de penalidades máximas;
- Comunicar ao árbitro qualquer infração que tenha ocorrido fora da visão deste, entre outros.

Regra 7: Duração da partida

Uma partida deve durar 90 minutos, divididos em dois tempos de 45 minutos, com um intervalo de, no máximo, 15 minutos. O tempo gasto com cobrança de faltas ou pênaltis, substituições, atendimento médico ou qualquer outro evento, deve ser repostado ao final de cada tempo.

Regra 8: O início e o reinício do jogo

Um pontapé inicial deverá ser dado sempre que tiver havido um gol ou alguma parte do jogo for começar (primeiro tempo, segundo tempo ou prorrogação). No momento do pontapé inicial, os jogadores da equipe adversária devem estar a, no mínimo, 9,15 metros da bola, que deverá estar parada sobre a marca na linha de meio-campo. O primeiro toque deve ser dado na direção do gol adversário, e um jogador não pode tocar na bola duas vezes consecutivas.

Em alguns casos (quando a partida é paralisada por qualquer razão não mencionada nas regras), o juiz deverá reiniciar a partida com "bola ao chão", ou seja, deverá, na presença de um jogador de cada equipe, soltar a bola ao chão, sem que haja vantagem para alguma equipe em relação à posse da bola.

Regra 9: A bola em jogo e fora de jogo

A bola está fora de jogo quando:

- Tiver ultrapassado completamente uma das linhas que delimitam o campo, seja por terra ou pelo ar;
- O jogo tiver sido interrompido pelo árbitro.

A bola está em jogo quando:

- Bater na trave ou nas bandeiras de escanteio;
- Bater no árbitro ou nos assistentes.

Regra 10: O gol

Um gol só ocorre quando a bola ultrapassa totalmente a linha entre as traves. O time que marcar mais gols é declarado vencedor da partida. Se nenhum time marcar mais gols que o outro, a partida é declarada empatada. Em casos de decisão de vaga (torneios eliminatórios), se as duas equipes marcarem o mesmo número de gols na soma dos resultados dos jogos de ida-e-volta, a vaga só pode ser decidida por uma das seguintes formas:

- Gols marcados "fora de casa";
- Tempo extra (prorrogação);
- Cobrança de pênaltis.

Regra 11: Impedimento

Um impedimento ocorre quando um jogador da equipe que está atacando tem, entre ele e a linha de fundo, menos de dois jogadores da equipe adversária. Não há impedimento:

- Quando o jogador em posição irregular estiver em sua própria metade do campo;
- Em cobranças de lateral e escanteios;
- Quando a bola é lançada por um jogador da equipe adversária;
- Quando o jogador "irregular" está atrás da linha de fundo, portanto, fora da área de jogo;
- Quando o jogador está atrás da linha da bola;
- Quando o jogador está na mesma linha do segundo jogador adversário mais próximo da linha de fundo;
- Quando o jogador "irregular" não interfere na jogada.

Regra 12: Faltas e conduta irregular

A falta é uma situação onde um jogador agride outro de um time adversário, e poderá ou não ser aceita pelo árbitro, que decide se realmente aconteceu.

Tiro livre direto

Quando um jogador fizer um "carrinho" ou der um empurrão, um soco, um chute, um pontapé ou qualquer outro tipo de agressão, se o árbitro achar que o jogador teve a intenção de machucar o adversário.

Pênalti

Será marcado toda vez que a falta ocorrer dentro da grande área.

Tiro livre indireto

É marcado sempre que um jogador assume uma conduta anti-desportiva, como impedir o progresso do adversário, segurar a bola com as mãos por mais de seis segundos (no caso do goleiro), entre outros.

Sanções disciplinares

Um jogador será punido com cartão se agredir um jogador discutir com ele ou com o árbitro, se um jogador levar dois cartões amarelos automaticamente leva um vermelho e é expulso de jogo, mas se o árbitro achar necessário pode dar um único cartão vermelho.

Regra 13: Tiro livre

Regulamenta os tiros livres diretos e indiretos. O tiro livre direto ocorre quando o jogador é autorizado a chutar para qualquer direção sem a ajuda de outro jogador. No caso do tiro livre indireto, é necessário que outro jogador "role" a bola para que esta seja chutada para qualquer direção. Nos dois casos, a bola deve estar parada para que o juiz autorize a cobrança, os jogadores adversários devem estar a, no mínimo, 9,15m da bola e a cobrança deve ser feita no local onde a infração ocorreu.

Regra 14: O pênalti

Um pênalti é assinalado quando ocorre uma infração dentro da área de grande penalidade. No momento da cobrança, a bola deve estar parada sobre a sua marca, localizada a 9,15m do gol, o goleiro deve estar sobre ou atrás da linha de meta, e todos os jogadores devem estar fora da área e a, no mínimo, 9,15m da bola (essa distância é delimitada pela linha de grande penalidade e pela "meia-lua", que

na verdade é a parte fora da área de um círculo com 9,15m de raio e centro na marca do pênalti).

Regra 15: O arremesso lateral

O arremesso lateral deve ser executado com as mãos, sempre repondo a bola em jogo quando esta sair por uma das linhas laterais. Um gol não pode ser marcado direto de um arremesso lateral. No momento do arremesso, o jogador deve estar de frente para o campo, com um pé sobre a linha lateral e segurando a bola com as duas mãos e acima da cabeça.

Regra 16: O tiro de meta

O tiro de meta (ou pontapé de baliza) é um dos métodos para reiniciar a partida. Deve ser feito pela equipe defensiva quando a bola sair completamente do campo pela linha de fundo sem que um gol tenha sido marcado, tendo sido tocada por último por um jogador atacante adversário.

A bola deve ser colocada em qualquer lugar dentro da grande área defensiva. Todos os jogadores adversários têm que se encontrar fora da grande área até que a bola esteja em jogo. A bola entra em jogo no momento em que é chutada.

Um gol pode ser marcado diretamente a partir de um tiro de meta, mas apenas contra o lado do adversário (ou seja, um gol contra não pode ser marcado).

Regra 17: O escanteio

O escanteio (ou pontapé de canto) é um dos métodos para reiniciar a partida. Deve ser feito pela equipe atacante quando a bola sair completamente do campo pela linha de fundo sem que um gol tenha sido marcado, tendo sido tocada por último por um jogador defensivo adversário.

No momento da cobrança, a bola deve estar parada sobre a marca de escanteio, a bandeira não pode se mover e os adversários devem estar a, pelo menos, 9,15m. O jogador que executou a cobrança não pode tocar na bola uma segunda vez sem que outro jogador tenha tocado nela.

2.1.3 Benefícios que o futebol traz

Para Carravetta (2001) os benefícios que o futebol proporciona:

- Fortalece as pernas e dá contorno a elas;
- Diminuição da gordura corporal;
- Manutenção do peso;
- Aumento da força e da massa muscular;
- Aumento da densidade óssea;
- Melhora da resistência cardiovascular;
- Favorece o trabalho de vários sistemas do corpo como o digestivo, o imunológico, o nervoso, o muscular, o esquelético, o endócrino e o respiratório, ativando as suas funções;
- Reduz o risco de várias doenças como as cardíacas, diabetes, pressão alta etc;
- Elimina o estresse e a ansiedade;
- Diminui a frequência cardíaca em repouso;
- Melhora a flexibilidade, a coordenação, a mobilidade articular, o reflexo, a agilidade e a concentração;
- Estimula a circulação sanguínea;
- Trabalha principalmente os músculos das panturrilhas, coxas, glúteos, costas e abdome;
- Aumenta a socialização, afinal é um esporte coletivo.

Além disso, com certeza você irá se divertir durante as partidas podendo gastar muitas calorias. Em média 400 calorias em 45 minutos de jogo. É um esporte com curtas explosões de atividade intensa, isto é, de repente chega um passe e você sai correndo com a bola, diminuindo o ritmo assim que passa a bola adiante. Por isso tenha certeza de que seu fôlego é suficiente.

Mas, segundo Leal (2000), também tem os riscos, como todo jogador:

- Fica propenso a lesões nas articulações dos membros inferiores, principalmente joelho e tornozelo. Podem ocorrer lesões também nas coxas e panturrilhas.

- Caso a pessoa não tenha um condicionamento físico de base, treinamento da musculatura esquelética e exercícios aeróbicos, a proteção às articulações fica reduzida, assim como o condicionamento físico.

- Os praticantes de futebol que não têm o hábito de fazer abdominais com frequência estão sujeitos a problemas na coluna.

- Para que o praticante de futebol faça uma boa partida, ele deve ingerir bastante carboidrato. Algumas sugestões de alimentos ricos desse nutriente e que têm fácil digestão são: frutas, suco de frutas, macarrão, biscoitos e pães.

- Deve ser ingerida bastante água antes e durante as partidas, para repor a perda de líquido e evitar desidratação.

- Logo após o treino (ou a partida), os estoques de carboidratos devem ser repostos, para que o glicogênio - energia que se deposita nos músculos - seja recuperado. Os minerais e as vitaminas também precisam ser consumidos. Para isso, frutas e suco de frutas são ótimas opções.

De acordo com Melo (1999) para um melhor rendimento físico no futebol, há algumas dicas:

- O futebol é caracterizado por variações de intensidade durante o jogo. Os sprints (piques) curtos são intercalados com períodos de jogging (corrida lenta), caminhadas, corridas de passos moderados e ficar parado. Cabe a cada jogador saber administrar sua capacidade física e saber cadenciar o jogo na hora certa.

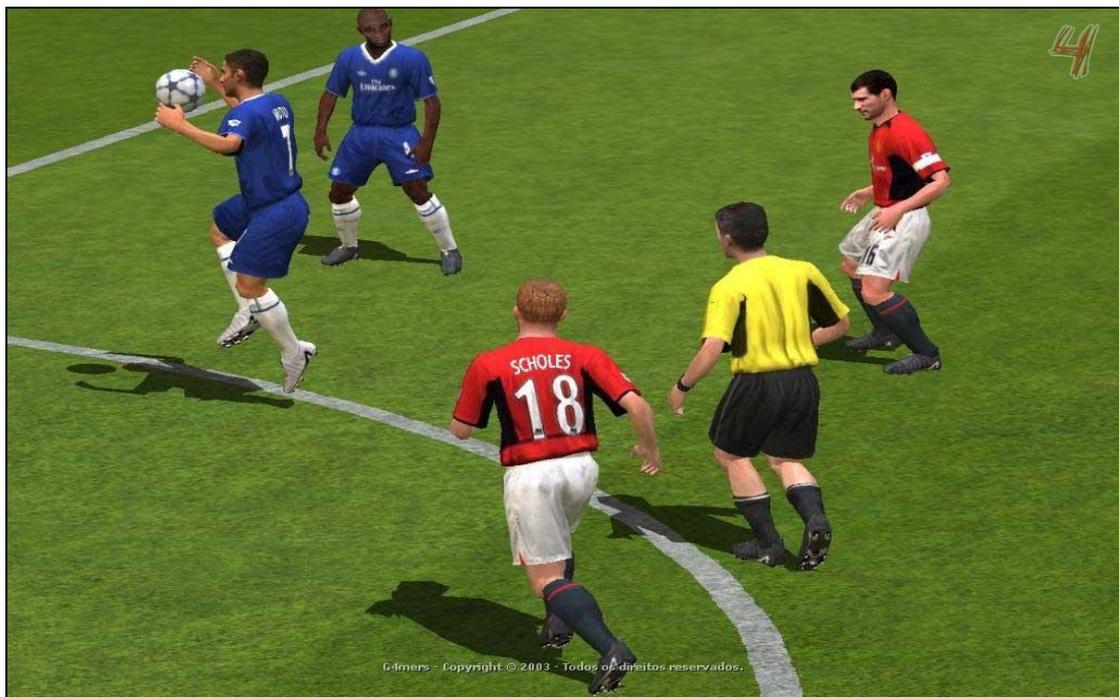


Figura 4 – Jogadores de futebol

Fonte: <http://www.google.com.br/imgres?imgurl=http://m.mygames.pt/g4/images/reviews/shot>

- É essencial que o jogador antes de uma partida alongue bastante e, além disso, faça um aquecimento. Bata uma bola ou dê uma corridinha. O importante é o jogador não entrar frio na partida.

- Complemente o futebol com musculação para adquirir mais força, potência e resistência muscular.

- É importante fazer aulas de flexibilidade, para ampliar a mobilidade articular.

2.2 Futsal

Mutti (2003, p. 8) destaca que,

a aprendizagem do futsal é uma aprendizagem motora, na qual a ação pedagógica visa oferecer possibilidades por meio de uma grande variedade de experiências, culminando num alto grau de habilidade e de eficiência nos gestos específicos do futsal, assim como no aprendizado do seu sentido e significado

Na aprendizagem desportiva não basta aprender a forma de execução: é preciso aprender também as condições da sua execução, como adversários, companheiros, posição, movimentação da bola e a forma de interpretar e responder às diversas situações do jogo.

2.2.1 História do Futsal

No Brasil em 1940, o futebol de salão surgiu e começou a ser praticado, por jovens freqüentadores da Associação Cristã de Moços, em São Paulo. Enfrentando dificuldades para encontrar campos de futebol para divertimento em suas horas de lazer, improvisaram “peladas” nas quadras de basquete e hóquei, aproveitando as traves usadas na prática desse último esporte.

De acordo com Lucena (1994) de início as “equipes” variavam de número, tendo cinco, seis e até sete jogadores sendo pouco a pouco fixado o limite de cinco. As bolas eram de crina vegetal ou serragem sofrendo sucessivas modificações, inclusive com o uso de cortiça granulada. Como as bolas de ar utilizadas depois, saltavam muito e saiam freqüentemente das quadras,

posteriormente tiveram seu tamanho diminuído e o peso aumentado. Daí o fato de o futebol de salão ser chamado de “esporte da bola pesada”.

De repente o novo esporte começou a ganhar corpo, estendendo-se a outros estados, estabelecendo-se regras elementares procurando disciplinar sua prática. Dentro de pouco tempo organizavam-se times, disputando torneios abertos. Dada a facilidade para a formação de equipes rapidamente ganhava adeptos sendo introduzido em quase todas as capitais, que já o praticavam copiando regras uns dos outros.

Na década de 50 surgiram várias federações Estaduais, sendo a pioneira a Federação Metropolitana de Futebol de Salão (atual Federação de Futebol de Salão do Rio de Janeiro), fundada a 28 de julho de 1954, na sede do América Futebol Clube.

Em 1955 a entidade carioca organizou a primeira competição oficial, denominando-a “Torneio de Apresentação”, vencido pelo Braz de Pina. Em 1955 foi realizado o primeiro campeonato na cidade do Rio de Janeiro, com 42 disputantes. No mesmo ano, no estado do Ceará, que mais tarde viria a ser a sede da Confederação Brasileira de Futebol de Salão, era disputado igualmente o primeiro campeonato dirigido pela recém fundada Federação Cearense de Futebol de Salão.

Até o início da década de 60 havia divergência de regras, com Rio de Janeiro e São Paulo disputando a primazia do novo esporte, procurando impor seus pontos de vista. O futebol de salão ganhara, já, tal amplitude que a então Confederação Brasileira de Desportos resolveu oficializar a sua prática, uniformizando suas regras, aceitando como filiadas as Federações Estaduais e promovendo certames de âmbito nacionais, de clubes e seleções.

O surgimento da Confederação Brasileira de Futebol de Salão (CBFS) deu-se em 1979 quando os esportes brasileiros sofreram radicais transformações há muito reclamadas e, a mais importante foi a “morte” da Confederação Brasileira de Desportos, responsável pelo futebol e várias outras modalidades que não tinham entidades nacionais organizadas e dependiam das migalhas da CBD.

Assim no dia 15 de junho de 1979, no Rio de Janeiro, foi oficialmente fundada a Confederação Brasileira de Futebol de Salão, sendo os seguintes os estados fundadores: Ceará, Rio de Janeiro, São Paulo, Espírito Santo, Sergipe,

Amazonas, Pernambuco, Maranhão, Bahia, Paraíba, Mato Grosso, Brasília, Acre, Minas Gerais, Rio Grande do Sul, Paraná, Santa Catarina, Rio Grande do Norte, Amapá, Alagoas e Goiás.

No dia 27 de agosto do mesmo ano foi eleita e empossada a primeira Diretoria da CBFS, tendo como presidente o Dr. Aécio de Borba Vasconcelos. Na ocasião, Fortaleza, capital do estado do Ceará, foi escolhida oficialmente como sede da nova entidade.

A entidade nacional dirigente do Futsal, conta atualmente, com 27 (vinte e sete) Federações Estaduais filiadas, congrega 1.672 clubes e associações, perfazendo um total de quase 183.817 atletas inscritos e registrados na CBFS até dezembro de 1995, que, atualmente, promove competições nacionais de seleções e de clubes, nas categorias infantil, juvenil e principal.

O Brasil – CBFS – participou de todas as competições internacionais de seleções às quais esteve presente, ostentando presentemente os 11 títulos de Campeão Sul-Americano, de Tri-Campeão Pan-Americano e de Tetra-Campeão Mundial, não podendo ser olvidados igualmente, os BI-Campeonato Sul-Americano Juvenil e Tri-Campeonato Mundial de Clubes Adulto conquistados.

Para Lucena (1994) o amor e a tendência natural do brasileiro pelo futebol transfundiram-se para o futsal, em razão da valorização imobiliária e de outros fatores socioeconômicos que implicaram na quase extinção dos antigos campos de várzeas. E o futebol passou, à falta de espaços principalmente nas áreas urbanas, a ser praticado em quadras originalmente destinadas a jogos de basquete e vôlei, daí explicar-se a “febre” do futebol de salão, hoje seguramente a recreação e lazer desportivo da preferência de mais de 12 (doze) milhões de brasileiros, tendo assim, grande relevância não só na manifestação esporte-performance, como também nas outras manifestações (esporte-educação e esporte-participação) definidas na recomendação nº 01/86 do CND.

Comenta-se a este respeito, que em pesquisa realizada pela revista *Placard* de 01/06/84, corroborada em 1985 pelo próprio IBGE, em seu anuário estatístico, quanto aos esportes mais praticados no Brasil, especialmente nas cidades do Rio e São Paulo, nas classes A, B e C e nas faixas de idade de 15/19 e de 20/24, evidenciou-se que o Futsal está em primeiro lugar na preferência nacional. E tudo isso decorre de ser Futsal, sem dúvida, o único esporte genuinamente brasileiro e que não impõe o biotipo geralmente

requerido para certas modalidades “importadas”, podendo praticá-lo o alto, o baixo, o gordo, o magro, o jovem, ou o mais idoso, daí ter tomado de roldão as quadras e espaços de recreação dos colégios, edifícios, empresas, pólos de lazer, clubes sociais e esportivos, quartéis, praças, conjuntos habitacionais.

Além desse aspecto democrático e participativo, convém assinalar que Pelé, Zico, Sócrates, Casagrande, Edinho, Rivelino, Paulo César, Reinaldo, Robertinho, Artuzinho, dentre consagrados “astros” do futebol acreditam grande parte de seu sucesso ao aprendizado obtido no futsal, onde iniciaram a vida desportiva.

Como nos aponta Mussilen (1999), o jogador que vem do Futsal tem um drible fácil e curto, aperfeiçoado pelo pequeno espaço em quadra. Aprende-se a conduzir a bola perto do corpo, aprimorar-se o domínio raramente errando um passe, além de ter-se um sentido de marcação muito desenvolvido.

Por outro lado, a dimensão internacional do Futsal iniciou-se desde a criação, no Brasil, da Federação Internacional de Futebol de Salão – FIFUSA – em 1971, com sede em São Paulo, objetivando desenvolver e dirigir, com exclusividade, o futebol de Salão Mundial. Hoje o Futsal brasileiro, já está disseminado e espalhado por 5 (cinco) continentes. Ademais, a humanização e agilização das regras do futsal, hoje adotadas propiciou sua consolidação, com milhares de adeptos em todo os recantos do mundo. Salienta-se, por oportuno, que os rigores e a extensão das temporadas invernosas nos continentes europeu, asiático e oceânico contribuem, grandemente que o futsal constitua-se, constitua-se na grande opção desportiva dos ginásios e quadras cobertas.

Em 1990 a FIFA homologou a supervisão do futsal mediante extinção da FIFUSA desistiram de fazê-lo e elegeram o Sr. Antônio Alberca para presidente. (MUSSILEN, 1999). A própria Espanha e quase todos os demais se filiaram a FIFA que tem hoje 136 países afiliados.

Dentre as atividades nacionais já filiadas à FIFA destacam-se a Espanha com 986.000 praticantes, a Tchecoslováquia com 312.000, a Itália com 210.000, a Austrália com 121.000, a Holanda com 97.000, o Japão com 85.000, os EUA com 68.000 e o Canadá com 43.000. Cita-se ainda, os países Sul Americanos onde a prática do FUTSAL por cerca de 432.000 atletas federados já ensejou a realização de vinte e três certames continentais de clubes e de seleções, dos quais o Brasil participou de vinte e dois..

Tais quantitativos aliados ao fato de que a FIFA organizou dois Campeonatos Mundiais e por ser largamente praticado em, pelo menos, cinquenta países e três continentes, já é pelo comitê internacional reconhecido como esporte olímpico.

Finalmente, as potencialidades do futsal – como lazer e como desporto de rendimento – aliados ao seu nível técnico de representatividade, sua importância sócio-cultural, sua difusão interna e externa aos números títulos já conquistados pelo Brasil em competições internacionais, impõem um apoio incondicional e prioritário ao futsal, mormente por ser uma modalidade desportiva, de raízes essencialmente brasileira, que atende às preferências individuais e sociais da população brasileira, e, se espelha, indomada e irreversivelmente, por todos os recantos do mundo.

2.2.2 Regras básicas do Futsal

Futsal, ou futebol de salão, é uma adaptação do futebol de campo para quadra. Joga-se em espaços chamados "quadras polivalentes", demarcados também para outros esportes, como vôlei e basquete. Participam duas equipes de cinco jogadores cada, com bola menor, mais pesada e menos flexível que a do futebol tradicional.

Com base em Santana (1996) comenta-se que: o futsal é disputado em quadras de 24 a 42m de comprimento por 14 a 22m de largura. A bola pesa entre 410 e 500g e tem de 53 a 62cm de circunferência. As metas medem três metros de largura por dois de altura, à frente das quais demarcam-se áreas cujas linhas são equidistantes quatro metros da linha de gol. O objetivo do jogo é marcar tentos, como no futebol association, mas algumas regras são exclusivas do futsal. O arremesso lateral e o arremesso de canto são cobrados com os pés; após a quinta falta coletiva, a equipe infratora é punida com a cobrança de um tiro livre direto, sem barreira, do local onde foi cometida a falta; o atleta que cometer cinco faltas será desclassificado e o goleiro deve sempre repor a bola em jogo, com a mão ou com os pés, quatro segundos após defendê-la e de modo que não atravesse a linha central sem que primeiro toque o piso, ou um jogador. A partida tem a duração de quarenta

minutos (dois tempos de vinte) para adultos e de trinta minutos (dois tempos de 15) para juvenis.

Abaixo as regras básicas do futsal:

1- O atleta quando expulso da partida não deverá ficar no banco de reservas e nem retornar a mesma. O seu time ficará 2 minutos com 4 jogadores ou até que sofra um gol; então assim será permitido entrar um outro jogador para recompor a sua equipe.

2- A bola estará fora de jogo quando sair completamente quer pelo solo ou pelo alto das linhas laterais ou de fundo.

3- Quando o atleta da mesma equipe ao cobrar uma falta atrasa a bola para o goleiro e ela entra diretamente no gol, o tento não será válido e deverá ser marcado um arremesso de canto a favor da equipe adversária.

4- Na hora do pênalti o goleiro deverá ficar sobre a linha do gol, podendo movimentar-se exclusivamente sobre ela.

5- No lateral ou no escanteio se um atleta arremessar a bola contra a sua própria meta e a bola penetrar na mesma, tocando ou não no goleiro, o tento não será válido.

6- No lateral se um atleta arremessar a bola contra a meta adversária e a bola penetrar na mesma, tocando ou não no goleiro, o tento não será válido.

7- No escanteio se um atleta arremessar a bola contra a meta adversária e a bola penetrar na mesma, tocando ou não no goleiro o tento será válido.

8- No arremesso lateral é suficiente que a bola esteja apoiada no solo colocada sobre ou junto a linha demarcatória da lateral, do lado de fora da quadra de jogo, podendo mover-se levemente.

9- Se o goleiro demora mais que 4 segundos para executar o arremesso de meta, um tiro livre indireto (dois lances), será concedido em favor da equipe adversária, colocando-se a bola sobre a linha da área de meta e no ponto mais próximo onde ocorreu a infração.

2.2.3 Benefícios do Futsal

É um esporte que fortalece a saúde, propicia o ganho de força física, resistência cardiovascular e muscular, e ainda desenvolve panturrilhas, coxas, glúteos, costas e abdômen.

Na opinião de Mussilen (1999) no futsal, o jogador precisa de muita habilidade porque o espaço reduzido da quadra exige dribles curtos e rápidos e, conseqüentemente, o perfeito domínio da bola.

O treinamento específico para o futsal trabalha a resistência cardiorrespiratória, a força muscular, a agilidade e a habilidade com a bola (FIGURAS 5 e 6).

Um jogador de futsal deve conquistar bom preparo físico para suportar a corrida durante o jogo. No futebol de campo corre-se por longas distâncias, no futsal exige-se mais velocidade.

O trabalho de força serve para aprimorar o chute e para os goleiros agarrarem a bola. Esse trabalho é combinado com exercícios de agilidade, pois de nada adianta um jogador forte e sem movimentação e um goleiro sem reflexos apurados. Assim, os exercícios, especialmente os aeróbicos (corrida, esteira, bicicleta) aprimoram o trabalho do coração e dos pulmões, além do funcionamento de outros órgãos.



Figura 5 – Treinando Futsal
Fonte: MUTTI, 2003, p.47



Figura 6 – Treinando Futsal
Fonte: MUTTI, 2003, p.47

Para o progresso do futsal, necessita-se que professores, técnicos e treinadores se dediquem um tanto mais na busca de uma orientação segura, baseada nos modernos preceitos da pedagogia, da didática e da psicologia (MUTTI, 2003).

3 – PERCEPÇÃO NOS ESPORTES COLETIVOS

3.1 Características da percepção visual nos esportes

Uma das características das ações em esportes é seu elevado nível de complexidade e dinâmica dos movimentos das ações táticas. Inúmeros fatores se relacionam, interagem e condicionam reciprocamente, dificultando a percepção. Segundo Nitsch (1986 apud SAMULSKI, 2002, p. 63), comenta que *“as ações nos esportes abertos são intencionais, caracterizadas pelos objetivos táticos, dirigidas a um objetivo, como fazer gol, ponto, pegar a bola; direcionadas e reguladas psicologicamente dentro de um contexto social”*.

Um atleta somente poderá corresponder às exigências do jogo quando tiver uma ampla e qualitativa experiência adquirida ao longo dos anos e, principalmente, a capacidade de perceber e processar os sinais relevantes da ação, de forma tal a poder regulá-la rapidamente. Qualquer atleta, no sentido dos novatos estaria sobrecarregado se tivesse que receber e elaborar todas as informações e estímulos a seu redor. Nessa perspectiva fica bem claro que a percepção é um processo ativo e seletivo de informação.(SAMULSKI, 2002).

Assim, baseando-se em Neumaier (1988 apud SAMULSKI, 2002) pode-se afirmar que a percepção, particularmente a visual, nos esportes deve cumprir quatro tarefas específicas:

1. *A formação de uma base para a orientação* – pré-requisito para qualquer ação é a formação de uma imagem mental e uma atualização sobre o objetivo e o decorrer do próprio movimento. Os autores Meinel & Schnabel (1987 apud SAMULSKI, 2002) a denominam de “imaginação do movimento”. Segundo Neumaier (1988 apud SAMULSKI, 2002, p. 63) *“o ginasta que realiza um kippe na barra, lembra mentalmente: na fase do impulso levo a cintura perto da barra”*.

2. *O controle visual do próprio movimento* – a complexidade das ações nos esportes, principalmente os coletivos faz impossível predeterminar previamente de forma rígida todos os movimentos a ser realizados. Sem o controle visual, se apresentam dificuldades no controle do movimento (DAUGS 1993 apud SAMULSKI, 2002), tornando necessário que, para melhorar o controle cinestésico do movimento, se realizem exercícios com os olhos fechados. A direção do olhar determina a direção e o objetivo do próprio movimento, como olhar para o gol no momento do lançamento no handebol serve como forma de controle da condução do movimento. Pesquisas sobre tipos de movimento do olho e sobre visão periférica mostram a importância do treinamento sistemático dessa capacidade (SAMULSKI, 2002).

3. *Antecipação do movimento externo (colega, adversário, bola, etc)* – a antecipação e a percepção são unidade inseparáveis. Por meio da percepção, recebe-se informações, que segundo Gabler (apud SAMULSKI, 2002, p. 64), são pré-requisitos para “*antecipar o movimento externo, as que na programação do próprio movimento são amplamente consideradas*”. A qualidade de antecipação depende da experiência do atleta e da sua forma de perceber. Quando determinados fatos aparecem com certa frequência, o atleta desenvolve uma estratégia de percepção que lhe permite reduzir os passos no processo cognitivo de elaboração de informação (SAMULSKI, 2002).

4. *A avaliação do movimento* – existem, em esportes, casos em que a percepção do movimento não é realizada pelo executante e sim pelo avaliador, saltos ornamentais. Nesse caso, a percepção visual tem a função de controle e supervisão do movimento. Também exerce uma importante função no processo de aprendizagem, particularmente na correção de erros, no aperfeiçoamento do desenvolvimento do movimento. A forma com que se realiza a retro-informação (feedback) é de fundamental importância para o sucesso da aprendizagem e contribui para a sua otimização. No caso de esportes em que a percepção do movimento é a base para a avaliação, como exemplo juízes de ginástica rítmica, de dança, saltos ornamentais; a tarefa da percepção consiste em observar os desvios do modelo ideal formulado para a técnica.

Deve-se destacar que essa divisão só tem um caráter teórico, pois na situação de jogo, ambos os processos interagem, enviando e trocando informação. Por exemplo, o atleta de handebol que recebe a bola no movimento de engajamento deve saber onde está posicionado, a qual distância do gol, a que distância se

encontra o adversário mais próximo e decidir se é possível o passe ao pivô ou se é melhor fazer a finta. No momento do lançamento deve prepará-lo conforme a ação do adversário, a do colega e a do goleiro, percebendo qual das traves este último cobre; bem como receber as retroinformações da sua ação durante o movimento de engajamento e após a ação, analisar o que foi executado, verificar seu resultado (SAMULSKI, 2002).

Portanto, conclui-se que a percepção não é uma descrição passiva do meio ambiente. Ela é um processo ativo e dinâmico da elaboração de estímulos e de informação, que se produz por meio da interação dos estímulos provenientes do meio ambiente e as experiências acumuladas e arquivadas na memória. A percepção pode ser melhorada pela aquisição de conhecimento, conforme o processo de aprendizagem. Ambos os fatores, aprendizagem e aquisição de experiências, podem ser importantes para definir a qualidade de rendimento do atleta (SAMULSKI, 2002).

Pesquisas sobre esse assunto, como por exemplo de estudiosos como Abernethy (1993), Grehaige & Godbout (1995), McMorris & Graydon (1997) mostram que a diferença entre atletas novatos e peritos está no fato de que os atletas excelentes, os denominados “*experts*” conseguem frequentemente agrupar sua capacidade de percepção visual, relacionando-a com os conteúdos da memória, as expectativas, motivação e interpretação de forma ágil e coerente. Assim são demonstradas as alternativas de intercâmbio de informações no decorrer dos processos de *Botton-up* e *Top-down*.

A partir de 1980 tem-se registrado estudos dedicados a contextualizar o que se percebe nos esportes. Eles apóiam-se no modelo proposto por Mahlo (1974 SAMULSKI, 2002) sobre a ação. O primeiro ensaio foi apresentado por Konzag & Konzag (1980). Nele os autores expõem como são variados e complexos os processos da percepção da situação de jogo e da própria ação de jogo que os atletas se defrontam nos esportes coletivos. A orientação do atleta na situação de jogo solicita desde a permanente percepção do ambiente externo até a própria atividade na sua interação com a situação de jogo e os objetivos traçados para a competição. Assim, uma das exigências sobre a percepção está na qualidade do campo visual, que depende principalmente da amplitude do olhar e da capacidade de visão periférica do atleta (SAMULSKI, 2002).

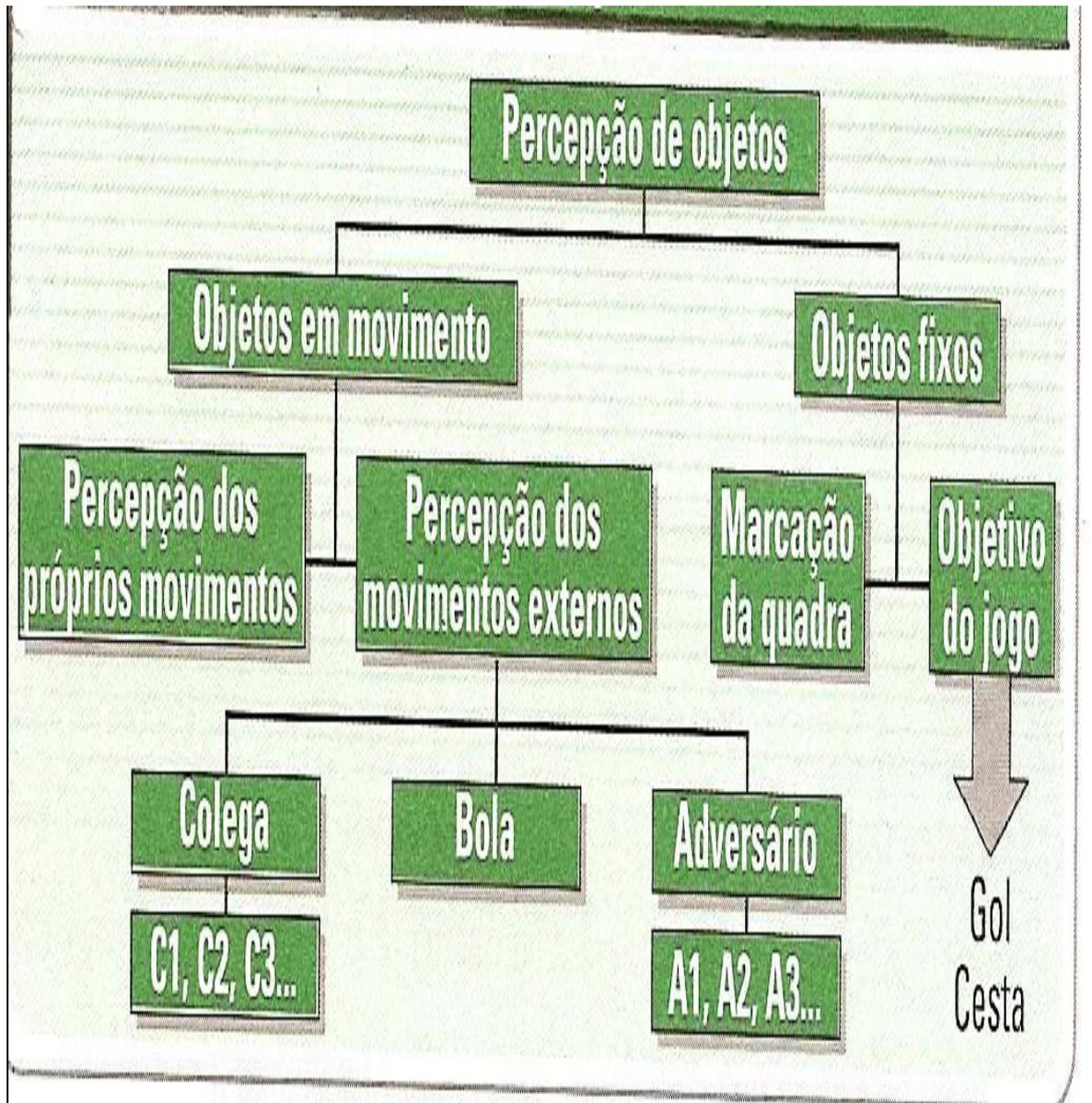


Figura 8 – A percepção de objetos nos jogos esportivos
 Fonte: SAMULSKI, 2002, p. 66

Uma outra análise desenvolvida por Konzag & Konzag (1980 apud SAMULSKI, 2002, p. 66) descreve aspectos inerentes à percepção óptica nos esportes coletivos. A percepção do espaço abrange as relações com os diferentes objetos e pessoas na proximidade e a distância. A percepção de movimento implica considerar suas modificações no tempo e no espaço. Nos jogos coletivos, a percepção do colega, do adversário tem um significado especial no momento em que são inter-relacionadas com a posição da bola (FIGURA 9).

Para Konzag & Konzag (1980 apud SAMULSKI, 2002, p. 66),

Enquanto a percepção do espaço abrange na proximidade as relações dos diferentes objetos e na distância reflete a percepção dos movimentos e as modificações do local, a percepção do tempo representa a duração objetiva, a velocidade e a sequência dos sucessos a serem percebidos.

Desta forma, uma exigência específica sobre a percepção nos esportes coletivos está na mudança constante dos conteúdos da percepção que dependem da variabilidade na situação de jogo. Novos estímulos são recebidos e analisados, portanto é necessária a redução de informação por meio de mecanismos como a atenção seletiva e a formação de invariantes (SAMULSKI, 2002).

Uma outra exigência nos processos de percepção está na necessidade de precisão da percepção, que é colocada no cálculo do vôo de uma bola, o que ocorre às vezes em condições de pressão, como por exemplo, ação do adversário, vento, efeito; bem como análise das possíveis fintas do colega ou do adversário; todos esses aspectos interferem no processo de percepção. Assim, as ações que os atletas desenvolvem nos esportes coletivos se apresentam em condições de pressão de tempo. O tempo existente para se tomar uma decisão no esporte é muito curto, principalmente nos esportes de combate e nos jogos esportivos coletivos. A experiência e o conhecimento tático podem auxiliar no processo de percepção para minimizar essa exigência e possibilitar que se mantenha a qualidade da percepção, mesmo em situações de cansaço ou de elevada carga física ou psíquica.



Figura 9 – Exigências sobre a percepção no espaço e movimento

Fonte: SAMULSKI, 2002, p. 67

3.2 Problemas da percepção nos esportes coletivos

A percepção é considerada uma forma de reconhecimento, de aproximação e interação com o meio ambiente. Os processos perceptivos se estruturam e estabelecem na interação da pessoa com o meio ambiente. Nas condições de intercâmbio, diferenciam-se conforme a tarefa a ser realizada. A pessoa acredita e

aceita o que suas impressões sensoriais recebem, porém, a percepção está sempre influenciada pelos processos atuais em que a pessoa se encontra. Segundo Eberspächer (apud SAMULSKI, 2002, p. 68), “nem sempre a percepção subjetiva corresponde à realidade objetiva, mesmo quando a pessoa pensa que é assim”. Esses processos são constitutivos de toda pessoa que percebe, atua e se comporta. Dentro dos problemas da percepção em esportes, além dos destacados, pode-se relacionar os seguintes abaixo:

- a) A expectativa: em geral se vê o que se esperava ver. Isso é um fator que influencia a percepção, por isso, às vezes a realidade subjetiva não coincide com a realidade objetiva. Em alguns atletas a expectativa é mais forte do que a consignação.
- b) A quantidade de informações provenientes do meio ambiente supera a capacidade de assimilação do organismo. Portanto, as informações devem ser reduzidas e selecionadas, o que exige um adequado processo de ensino-aprendizagem-treinamento dos sinais relevantes em cada situação de jogo (SAMULSKI, 2002, p. 68).

Nos esportes, em interação com a percepção estão envolvidos processos de tomada de decisão que implicam a utilização de uma técnica determinada, após uma análise tática. Durante um jogo, os processos de tomada de decisão são conduzidos pelos jogadores sob sua própria responsabilidade e, nessa situação, refletem sua capacidade tática individual, a qual se apóia na correta percepção da realidade objetiva.

Na tomada de decisão, unem-se processos fisiológicos e perceptivo-cognitivos que regulam a ação motora.

Manter a qualidade da percepção, mesmo em situações de cansaço de elevada carga física ou psíquica é fundamental.

3.3 O processo de treinamento da percepção nos esportes coletivos

A percepção subjetiva e a avaliação da situação de jogo não coincidem sempre com a realidade. Muitos atletas, às vezes, tomam decisões sem analisar a situação do jogo, ou se deixam influenciar pelas impressões momentâneas da ação.

Isso se dá pela falta de planejamento adequado do processo de ensino-aprendizagem-treinamento, que não contempla um desenvolvimento sistemático da percepção e da tomada de decisão. Tem-se no handebol um exemplo disso. O lançamento do jogador é bloqueado pela defesa, apesar de o pivô estar livre para receber a bola. Ou, pelo contrário, o armador procura passar a bola para o pivô, que está fortemente marcado, sem perceber que ele mesmo tinha chances de lançar a gol. Esses aspectos podem ser melhorados com treinamento da percepção (SAMULSKI, 2002).

Mas, para se desenvolver um processo de ensino-aprendizagem-treinamento planejado e sistemático da capacidade perceptiva, é necessário, primeiramente, delimitar claramente quais são os sinais relevantes em cada ação. Nesse caso, as pesquisas com peritos e novatos convertem-se em pré-requisito importante para posterior elaboração dos modelos de treinamento.

Sonnenschein (1987 apud SAMULSKI, 2002) apresenta um modelo do processo de treinamento para a melhoria da capacidade de percepção no escopo do treinamento tático para os esportes (FIGURA 10).

A observação do comportamento do atleta no treinamento é um fator fundamental para que, com uma conversa informativa, possam ser determinadas possíveis falhas na percepção. O comportamento do atleta na competição apóia-se nas suas capacidades cognitivas. Assim, o desenvolvimento da capacidade da percepção, recordação, reconhecimento, pensamento, tomada de decisão, são fundamentais para a melhoria do rendimento técnico-tático. O treinamento da percepção visual pode ser ponto de partida para um processo de treinamento orientado para minimizar as falhas de informação e observação. A capacidade de percepção, considerada como um processo de recepção e elaboração de informação, relacionada com o meio ambiente situacional é fundamental para a orientação, controle e avaliação do próprio movimento (SAMULSKI, 2002).

A seguir serão apresentados alguns exemplos práticos de modelos da percepção, utilizados em diferentes modalidades esportivas.

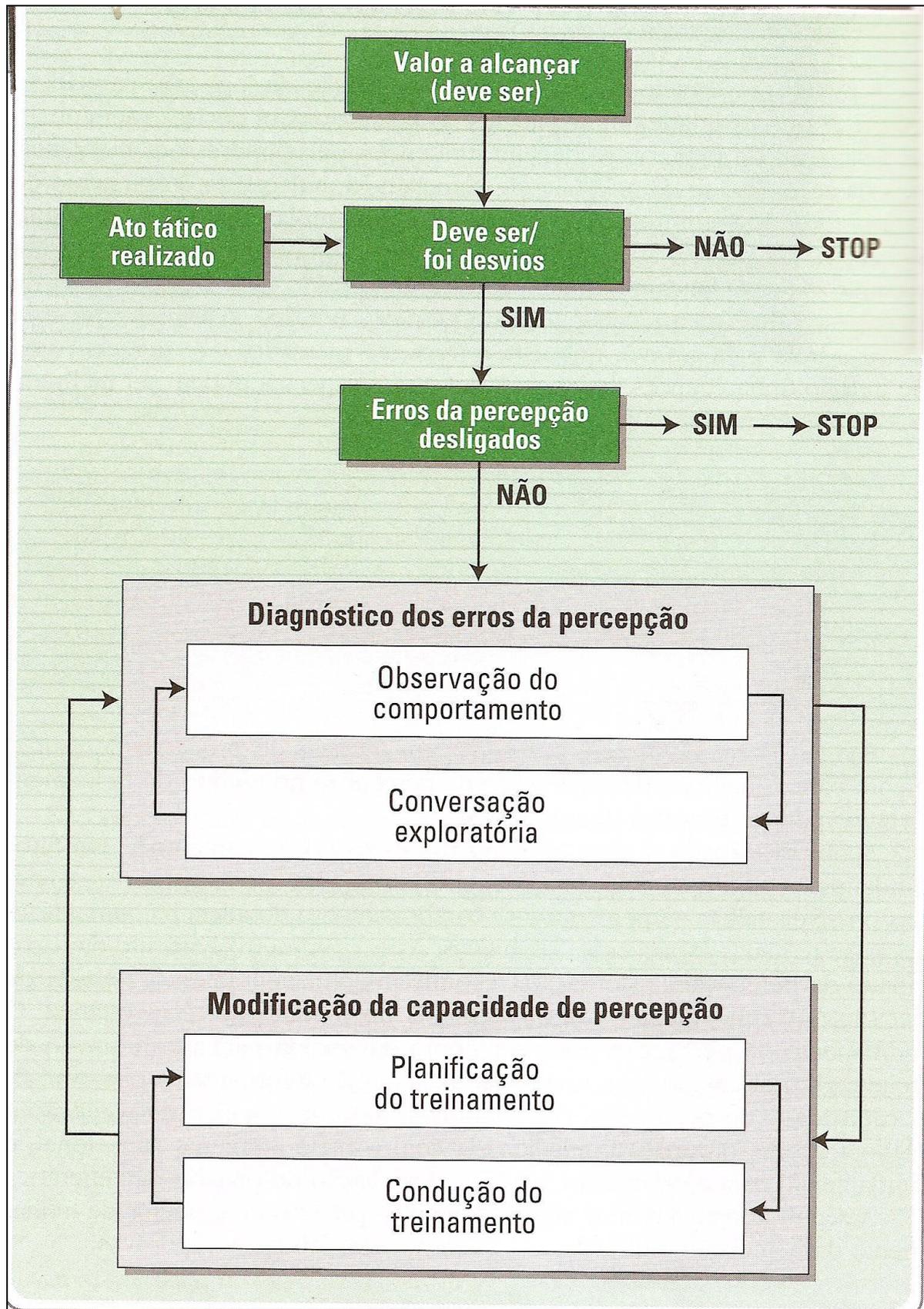


Figura 10 – Modelo do processo de treinamento para melhoria da capacidade de percepção.

Fonte: SAMULSKI, 2002, p. 70.

Mesmo sendo uma área de pesquisa nova, existem, em algumas modalidades esportivas, estudos interessantes dirigidos ao treinamento da percepção. No futsal, a proposta de Greco (1986 apud SAMULSKI, 2002), apresenta uma detalhada sequência dos sinais relevantes que devem ser analisados pelo jogador de ataque. Esses sinais constituem também alternativas importantes a ser consideradas para outros esportes. Baseando-se em Samulski (2002), os sinais relevantes a ser observados pelo jogador em ataque no futsal são os seguintes:

- Comportamento do adversário direto: predisposição defensiva (sim-não), sai para marcar (sim-não), comportamento (ofensivo-defensivo), posição dos braços, (acima-embaixo); posição do corpo (frontal-diagonal); tipo de comportamento na marcação (técnico-falta) etc.

- Comportamento dos colegas, em especial do pivô: distância que se encontra, contato visual (sim-não), fixo ou em movimento, sai da marcação ou bloqueia o adversário, etc.

- Comportamento do defensor próximo; fecha o espaço (sim-não), atitude antecipativa (sim-não), marca o pivô (de frente-por trás), permanece sempre com o pivô (sim-não), está predisposto a defender (sim-não).

- Comportamento da defesa perante a movimentação do ataque: principalmente nas trocas de formação ofensiva.

- Comportamento do goleiro: posição no gol, distribuição de tarefas com defensores, deslocamento, tipo psicológico (estático-nervoso) etc.

- Percepção do estado psíquico do adversário direto, que pode ser determinado, por exemplo, pelo fato de fazer falta e receber cartão ou não.

- Percepção dos pontos fracos do sistema defensivo e dos jogadores menos habilidosos da defesa.

- Percepção da forma de apitar dos árbitros: dão lei da vantagem, agem perante as fintas etc.

- Perceber quais jogadores têm advertências e 2 minutos de expulsão, buscar o jogo junto a esses jogadores.

- Percepção de momentos de superioridade ou inferioridade numérica da defesa.

Apoiados nessa lista de sinais bem relevantes, podem ser elaborados exercícios para o treinamento da percepção, dirigidos, especificamente, a cada um dos aspectos acima detalhados.

Em outro trabalho Greco (1986 apud SAMULSKI, 2002) apresenta uma série de exercícios para o treinamento da percepção do goleiro de futsal dos quais são citados alguns exemplos.

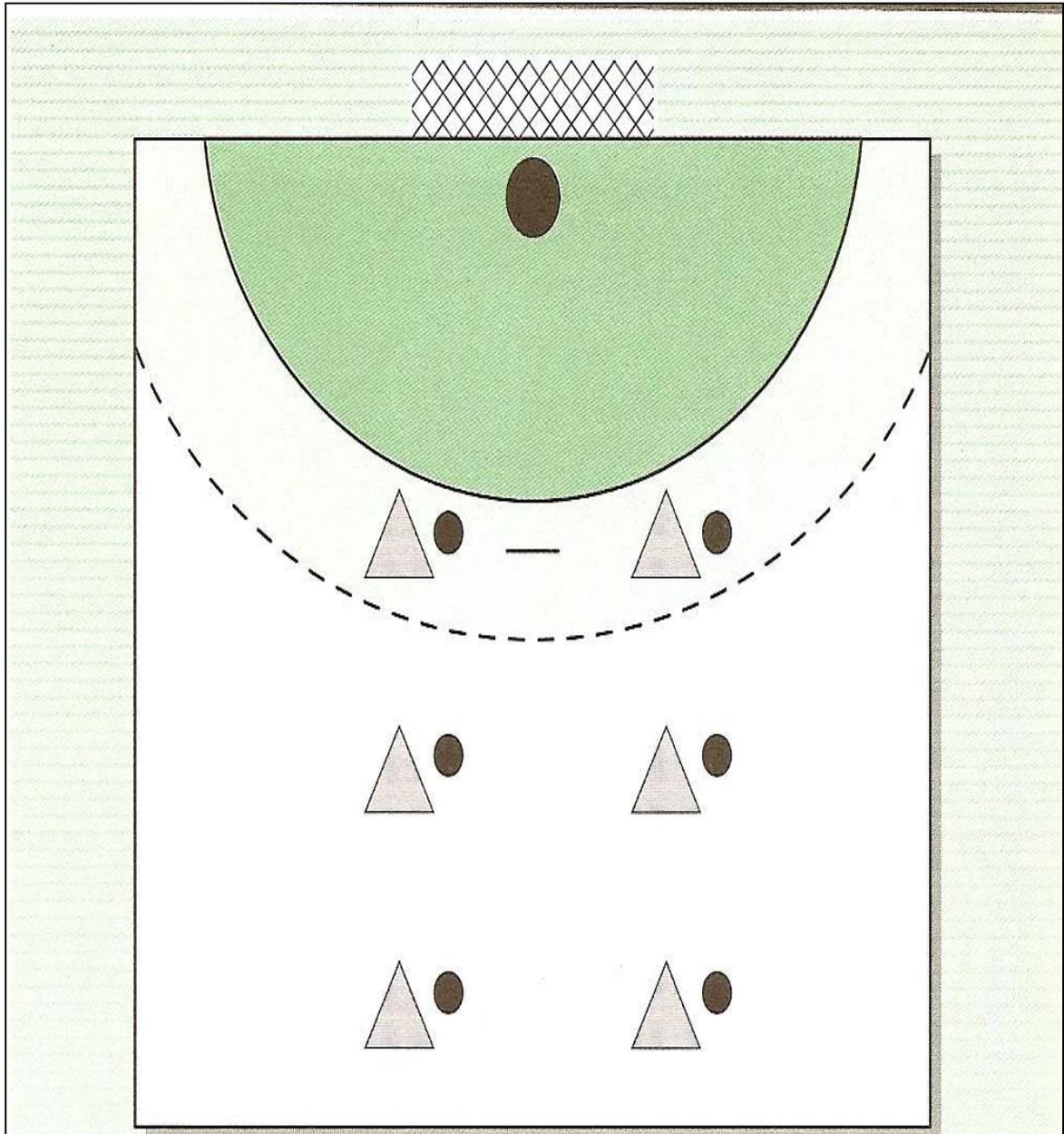


Figura 11 – Exercício para treinamento da capacidade de percepção
Fonte: SAMULSKI, 2002, p. 72.

Para o futsal, pode-se destacar atividades como a apresentada por Greco & Souza (2000 apud SAMULSKI, 2002), com o objetivo de melhorar a percepção do jogador de posse de bola que vai realizar um passe. Essa atividade tem como

aspecto importante o fato de estar integrada em um jogo de forma a incentivar os processos de aprendizagem incidental.

Treinamento da percepção no futsal: jogo dos passes.

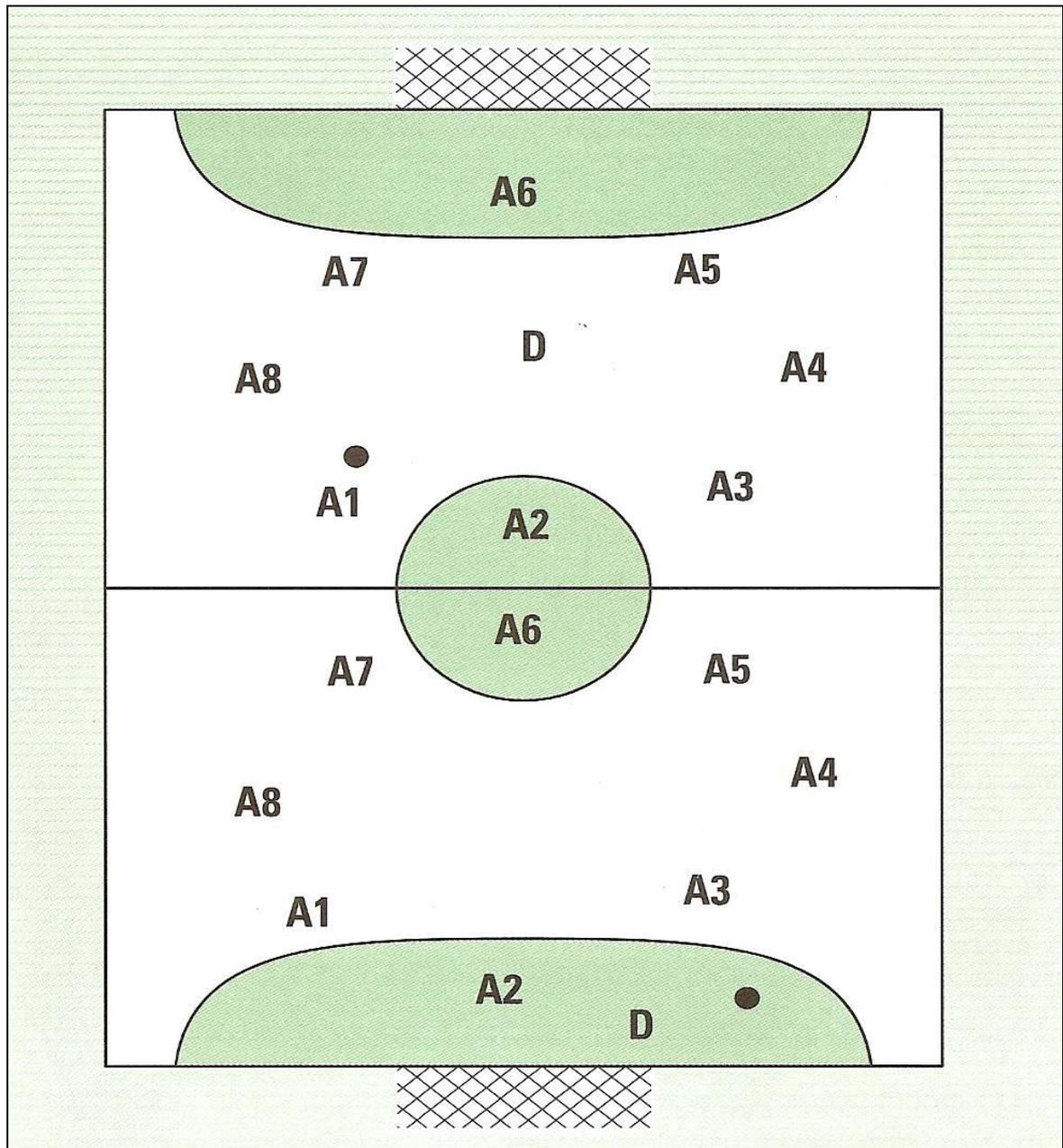


Figura 12 – Jogo para treinamento da capacidade de percepção no passe de Futsal
Fonte: SAMULSKI, 2002, p. 73.

Dentro de cada meia quadra, os alunos do círculo (A 1.....A8) trocarão passes evitando que D os intercepte. O professor escolherá dois ou três alunos para se virarem para fora do círculo, estando sem condições de receber passes. Deverá

ocorrer uma variação dos alunos “*fora do jogo*” (virados para fora do círculo) a todo instante, a fim de enfatizar o treinamento da percepção de quem estiver com a bola no momento do passe (SAMULSKI, 2002).

Falou-se de como se trabalhar a percepção no handebol e no futsal. E no futebol?

No futebol, como em outros esportes coletivos ou não, o atleta sempre toma decisões em situações de permanentes e grandes mudanças, de forma tão rápida e ao mesmo tempo adequada às condições e exigências do momento.

Portanto, ação, em esportes coletivos, é sinônimo de tomada de decisão. E como mostra Greco (2010),

o jogador é capaz de jogar bem quando ele consegue agir por conta própria, como também reagir as ações do adversário de maneira adequada, escolhendo a melhor alternativa de decisão de forma antecipada. Essas exigências do jogo condicionam a necessidade de se adaptar a metodologia de ensino-aprendizagem-treinamento, de forma a oportunizar o desenvolvimento dos diferentes processos inerentes a tomada de decisão, ou seja, conseqüentemente, otimizar as capacidades cognitivas desde idades precoces, para, assim, atender a um velho objetivo da pedagogia do esporte: suprimir a divisão do processo de ensino-aprendizagem-treinamento em técnica e tática, habilidades e capacidades. As habilidades e as técnicas pertencem a regulação motora da ação, que é determinada pela capacidade tática de tomada de decisão e de escolha por uma determinada ação.

Novamente Greco (2010) mostra sugestões de ensino ou metodologias para o ensino da percepção no futebol:

Do ponto de vista da metodologia, os exercícios em forma de jogo podem ser classificados ou organizados em doze (12) passos ou fases de ensino-aprendizagem-treinamento, que podem ter a seguinte seqüência metodológica: jogos com zona delimitada, sem gols; exercícios em forma de jogo, com um gol; exercícios em forma de jogo, com dois gols; jogos com atacantes em superioridade numérica; jogos com defensores em superioridade numérica; jogos com um ou vários jogadores neutros; jogos com zonas divididas e zonas de descanso; jogos com alternativas de comportamento (ação, atitude) reduzidas; jogos em condições modificadas no que tange a organização (dimensões das traves, regras); jogos com 2 gols, alternando três equipes; exercícios visando particularmente alguns aspectos técnicos e jogos com princípio do handicap.

No futebol é possível treinar vários aspectos da percepção para melhorar significativamente a *performance* dos atletas tais como:

Condução: A relação espacial entre a bola e o executante; o comportamento do adversário; características do adversário;

Chute: A relação espacial entre a bola e o executante; características do goleiro; posicionamento do goleiro e adversários; comportamento e características dos adversários;

Drible/finta: A relação espacial entre a bola e o executante; situação de jogo;

Passe: A relação espacial entre a bola e o executante; posição do adversário; posição do companheiro; situação de jogo;

Recepção: A relação espacial entre a bola e o executante; posição do adversário; posição do companheiro; situação de jogo; velocidade da bola; direção; trajetória.

Para Sonneschein (1987 apud SAMULSKI, 2002), a capacidade de percepção está em interação com a estrutura do conhecimento. No esporte, o mesmo tem uma conotação ligada ao objetivo do jogo ou seja, as determinações e as intenções táticas que são implícitas em toda atitude e comportamento do atleta em campo. O conhecimento tático portanto facilita a seleção e codificação de sinais e também a tomada de decisão, já que conduz a redução do tempo necessário para a discriminação do estímulo.

CONCLUSÃO

A importância da percepção nos jogos esportivos coletivos está diretamente relacionada com todos os momentos do rendimento esportivo, seja no aspecto técnico, tático ou físico.

No futebol, a capacidade perceptiva bem treinada e amparada por um sólido conhecimento tático, possibilita ao praticante comportamentos e atitudes bem mais adequados as exigências do jogo.

Portanto, nos esportes, em interação com a percepção estão envolvidos processos de tomada de decisão que implicam a utilização de uma técnica determinada, após uma análise tática. Durante um jogo, os processos de tomada de decisão são conduzidos pelos jogadores sob sua própria responsabilidade.

Assim, manter a qualidade da percepção, mesmo em situações de cansaço de elevada carga física ou psíquica é fundamental. Somente assim aquele que estiver na situação será auto-recompensado pela sua destreza em resolver um conflito de modo rápido.

O desenvolvimento da capacidade da percepção, recordação, reconhecimento, pensamento, tomada de decisão, são fundamentais para a melhoria do rendimento técnico-tático. O treinamento da percepção pode ser ponto de partida para um processo de treinamento orientado para minimizar as falhas de informação e observação.

Desta forma, é decisivo para a melhoria da capacidade de percepção, o conhecimento e ordenamento dos sinais relevantes a serem procurados. Portanto é necessário que o atleta conheça estes sinais, o que implica em sistematizá-los através do ensino- aprendizagem-treinamento.

E o mais importante para aquele atleta que treina sendo trabalhado por meio de um processo de treinamento embasado na percepção é que este adquire uma qualidade de vida bem melhor do que qualquer outro, para a criança ou adolescente esses se percebem com mais naturalidade e responsabilidade como um futuro

cidadão e acima de tudo com regras, pois todos os jogos esportivos possuem regras que devem ser seguidas, e logicamente poderão perceber por meio do esporte que a vida em si tem regras.

Por último pôde-se perceber que este é um tema inesgotável, de grandes perspectivas que requer um número bem extenso de pesquisas científicas numa abordagem pedagógica da iniciação esportiva a qualquer jogo coletivo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARRAVETTA, E. **O jogador de Futebol**: Técnicas, Treinamento e Rendimento. Porto Alegre: Mercado Aberto, 2001.

DAVIDOFF, L. L. **Introdução à psicologia**. São Paulo: McGrawHill do Brasil, 1983. **Introdução à psicologia**. 3 ed. São Paulo: McGrawHill do Brasil, 2001.

EHRET, A. **Manual de handebol**: treinamento de base para crianças e adolescentes. São Paulo: Phorte, 2002.

GRECO, P. R. **Teoria da ação e futebol**. Disponível em: <www.revistamineiraefi.ufv.br> Acesso em: 20 nov. 2010.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4.ed. São Paulo: Atlas, 1999.

LAKATOS, E. M. **Metodologia científica**. 3.ed. São Paulo: Atlas, 2002.

LEAL, J. C. **Futebol: arte e ofício**. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

MATOS, C. **Cem anos de paixão**. São Paulo: Rocco, 1997.

MATTOS, E. S. **Regras do handebol**. Disponível em: <<http://www.fortunecity.com/olympia/hanley/508/regras.htm>> Acesso em: 26 nov. 2010.

MONTEIRO, M. **Maurits Escher - A Matemática na Pintura**. 2009. Disponível em: <<http://www.artefemerides.com/2010/03/maurits-escher-matematica-na-pintura.html>> Acesso em: 16 nov. 2010.

MUSSILEN, P. C. **Futebol de salão – físico – técnico – tático**. São Paulo: Artes Gráficas., 1999.

MUTTI, D. **Futsal: da iniciação ao alto nível**. São Paulo: Phorte, 2003.

SALDANHA, J. **Histórias do futebol**. Rio de Janeiro: Revan, 1990.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte**. São Paulo: Manole, 2002.

SANTANA, W.C. **Futsal**: metodologia da participação. Londrina: Lido, 1996.

