



FACULDADE DE EDUCAÇÃO E MEIO AMBIENTE

ARALAN POLESKI MORETES

**CONSIDERAÇÕES SOBRE A AVALIAÇÃO DO
DESENVOLVIMENTO FÍSICO-
ANTROPOMÉTRICO DOS ALUNOS
PRATICANTES DE FUTEBOL**

ARIQUEMES - RO
2018

Aralan Poleski Moretes

**CONSIDERAÇÕES SOBRE A AVALIAÇÃO DO
DESENVOLVIMENTO FÍSICO-
ANTROPOMÉTRICO DOS ALUNOS
PRATICANTES DE FUTEBOL**

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

Prof. Orientador: Ms. Leonardo Alfonso Manzano.

Ariquemes - RO

2018

Aralan Poleski Moretes

**CONSIDERAÇÕES SOBRE A AVALIAÇÃO DO
DESENVOLVIMENTO FÍSICO-ANTROPOMÉTRICO DOS
ALUNOS PRATICANTES DE FUTEBOL**

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

COMISSÃO EXAMINADORA

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

Prof. Nome do Membro da Banca 1
Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA

Prof. Nome do Membro da Banca 2
Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA

Ariquemes, ____ de _____ de 2018

DEDICATÓRIA

A todas as pessoas envolvidas na conclusão desse curso de Licenciatura de
Educação Física.

AGRADECIMENTOS

A Deus, por me conceder a oportunidade de estar cursando a faculdade de Educação Física, sempre com saúde.

Aos meus familiares, que estiveram sempre ao meu lado, me incentivando e me fortalecendo a continuar e chegar até o final.

Ao meu professor orientador, Mestre Leonardo Alfonso Manzano, por ser esse profissional de altíssima qualidade, com todo o cuidado com seus acadêmicos e a preocupação no término do curso, e por ser um grande amigo.

RESUMO

Estudos de diferentes pesquisadores das atividades relacionadas com o futebol falam que este esporte é um dos mais praticados pelas pessoas no Brasil e no mundo, além de ser a modalidade esportiva que mais dinheiro consegue movimentar. O Futebol é praticado por pessoas de todas as idades, por homens e mulheres em todas as regiões do planeta. Pela duração de uma partida de futebol, a intensidade de trabalho com que é desenvolvido e o alto nível de contato entre os jogadores, o praticante desse esporte requer de uma especial preparação física. Na atualidade, o futebol é muito usado pelos professores de Educação Física em suas aulas, mas, na maioria das vezes, não são usados métodos e procedimentos que contribuam para o bom domínio dos fundamentos técnicos. Os pais, com o sonho de ver um dia os filhos jogando campeonatos em equipes importantes, e, obtendo recursos produto de sua qualidade profissional, são colocados em escolinhas de futebol. Para os treinadores é fundamental conhecer as habilidades dos alunos, assim também como as características físicas e antropométricas. No presente estudo pretende-se apresentar considerações sobre a avaliação do desenvolvimento físico-antropométrico dos alunos praticantes de futebol. São aplicados métodos e procedimentos que, sem dúvida, ajudam no melhor desenvolvimento do trabalho.

Palavras – chave: Futebol, Preparação Física, Educação Física, Características Físicas; Antropométricas.

RESUMEN

Estudios de diferentes investigadores, de las actividades relacionadas con el fútbol, hablan que este deporte es uno de los más practicados por las personas en Brasil y en el mundo, además de ser la modalidad deportiva que más dinero logra mover. El fútbol es practicado por personas de todas las edades, por hombres y mujeres en todas las regiones del planeta. Por la duración de un partido, la intensidad de trabajo con que se desarrolla y el alto nivel de contacto entre los jugadores, el practicante de este deporte requiere de una especial Preparación Física. En la actualidad este deporte es muy usado por los profesores de Educación Física en sus clases, más la mayoría de las veces no se utilizan métodos y procedimientos que contribuyan al buen dominio de los fundamentos técnicos por los alumnos. Los padres con el sueño de ver un día a su hijo jugando campeonatos en equipos importantes y obteniendo recursos producto de su calidad profesional, colocan éstos en escuelas de fútbol. Para los entrenadores es fundamental conocer las habilidades de los alumnos, más también las características físicas y antropométricas. En el presente estudio, pretende presentar consideraciones sobre la evaluación del desarrollo físico-antropométrico de los alumnos practicantes de fútbol. Se aplican métodos y procedimientos que sin duda ayudan a un mejor desarrollo del trabajo..

Palabras – Clave: Fútbol, Preparación Física, Educación Física, Características Físicas, Antropométricas.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	9
2. OBJETIVOS	11
2.1 OBJETIVO GERAL.....	11
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	11
3. METODOLOGIA	12
4. REVISÃO DE LITERATURA	13
4.1 O PROCESSO DE SURGIMENTO E DESENVOLVIMENTO HISTÓRICO DO FUTEBOL NO BRASIL E NO MUNDO	13
4.1.1 Escolinhas de Futebol	14
4.2 CONTEXTO HISTÓRICO DA ANTROPOMETRIA, O QUE ESTUDA, COMO AVALIAR	15
4.3 TESTES DE CAMPO TRADICIONAIS A SEREM APLICADOS PARA A AVALIAÇÃO FÍSICA DO ALUNO DE FUTEBOL NAS DIFERENTES IDADES.....	17
4.3.1 Teste de impulsão horizontal ou de salto em distância sem impulsão (Potencia dos membros inferiores para frente)	17
4.3.2 Teste de impulsão vertical, Sargent Jump sem impulsão (Potencia dos membros inferiores para cima)	18
4.3.3 Testes de corrida de 30 e 60 metros (Medição da velocidade do jogador)	18
4.3.4 Teste de Cooper	18
4.4 TESTES PARA AVALIAÇÃO DE HABILIDADES DO ALUNO JOGADOR DE FUTEBOL.....	19
4.4.1 Testes específicos para avaliar o futebol	20
4.4.2 Teste 1 – Drible	20
4.4.3 Teste 2 – Passe	21
4.4.4 Teste – Chute	21
CONCLUSÃO	22
REFERÊNCIAS	23

INTRODUÇÃO

O Futebol é um esporte que, por suas características, tempo de duração, mobilidade nas jogadas e contato entre jogadores, requer de uma dedicada e planejada preparação física a cargo de professores conhecedores e especialista na matéria, além de ser fundamental o conhecimento da condição física e características antropométricas dos jogadores nas diferentes faixas etárias.

O Futebol é considerado o esporte mais popular do mundo, pois é praticado em diversos lugares, tanto por homens como por mulheres. Tal esporte tem uma função de integrar socialmente, amenizador de conflitos, desenvolvendo capacidades físicas e coordenativas. Além disso, o futebol participa de forma ativa na melhora do estado de saúde das pessoas das diferentes idades.

Para Moreira (2003), o Futebol, como esporte, visa contribuir para desenvolvimento físico e mental das crianças; cria e fortalece valores humanos, respeito ao próximo, proporcionando um controle do seu corpo sobre as atividades praticadas no futebol.

Segundo Martins (2008), o futebol proporciona vários benefícios ao indivíduo, relacionado a saúde, e a educação como um elemento que garante o equilíbrio social, da cidadania e das relações sociais. Na infância, inicia-se a formação da pessoa, necessitando tal formação ser bem orientada para que se desenvolvam valores humanos na adolescência e juventude que serão solidificadas na vida adulta.

O papel das atividades esportivas, recreativas e de lazer é de grande importância no processo de desenvolvimento humano e sociocultural, para quebrar o preconceito e, assim, através do esporte. O Futebol é um esporte que dispõe de vários benefícios, como desenvolvimento individual e coletivo.

É necessário que o professor encarregado da aplicação de exercícios físicos tenha profundo conhecimento da condição física de seus alunos, para um melhor planejamento dos treinamentos. Deve-se aplicar corretamente métodos e procedimentos da antropometria a fim de obter melhores resultados nos treinos, diferenciando as características físicas e condições antropométricas dos alunos atletas.

O presente estudo pretende apresentar considerações sobre a avaliação do desenvolvimento físico e antropométrico dos alunos praticantes de futebol.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Apresentar considerações sobre a avaliação do desenvolvimento físico e antropométrico dos alunos praticantes de futebol.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Explicar o processo de surgimento e desenvolvimento histórico do futebol no Brasil e no mundo;
- Refletir o contexto histórico da antropometria;
- Apresentar testes de campo tradicionais a serem aplicados para a avaliação física do aluno de futebol nas diferentes idades;
- Ressaltar testes para avaliação de habilidades do aluno jogador de futebol.

3 METODOLOGIA

No presente estudo é feita uma revisão de teóricos de diferentes períodos, nacionais e internacionais. Foram utilizados como fontes sites e artigos do Scielo, Revistas, e outros indicados pelo Google Acadêmico, dentre os anos de 1990 a 2017, relacionados com avaliação do desenvolvimento físico e antropométrico dos alunos praticantes de futebol. São usadas revistas Científicas do acervo da Biblioteca Júlio Bordignon da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA. Aplicam-se métodos e procedimentos de investigação que, sem dúvida, garantirão o melhor desenvolvimento do estudo.

4 REVISÃO DE LITERATURA

4.1 O PROCESSO DE SURGIMENTO E DESENVOLVIMENTO HISTÓRICO DO FUTEBOL NO BRASIL E NO MUNDO

O Futebol é originado de atividades antigas com a bola. Em muitos lugares do mundo, as pessoas praticavam atividades parecidas com o futebol, tendo cada um desses jogos características únicas e usadas como meio para a recreação das populações. As primeiras informações sobre as práticas relacionadas são conhecidas do Japão em 2600 a.C, sendo usadas para o treinamento militar, conhecida na época com o nome de kemari.

Segundo Leal (2001), passaram-se 100 anos até que aparecesse uma atividade mais parecida com o Futebol praticado atualmente, chamado de tsuchun. Com início na China em 2500 a.C, que era um jogo composto por uma bola de couro que tinha como objetivo marcar gols em uma abertura de 50 centímetros no centro de uma cortina de seda de 10 metros de altura.

Para Barbieri et al. (2009), a palavra football foi registrada pela primeira vez somente entre 1423 e 1424, e as origens do Futebol não tem uma identidade única, ou seja, existem várias histórias de como se iniciou o Futebol, pois certas evidências foram se perdendo com o tempo. A modalidade não oficial foi até o ano de 1863, na cidade de Londres, quando foi registrado oficialmente.

O Futebol no Brasil teve origem em 1895, e aproximadamente 122 anos de história, porém, Charles Miller trouxe da Inglaterra todo conhecimento e materiais que obtinha na bagagem para iniciar o esporte que se transformaria no mais popular do mundo. O Brasil, em sua história, já conquistou cinco copas do mundo, e um ouro nas olimpíadas de 2016.

Para Máximo (1999), o futebol iniciou-se no Brasil quando Charles Miller veio da Inglaterra e iniciou sua moradia na capital de São Paulo, contendo em sua bagagem uma camisa, calção, chuteiras e duas bolas oficiais de futebol. Portanto, com estes meios, o Futebol já deixava de ser uma atividade escolar para passar a ser um esporte organizado, que foi difundido entre clubes e universidades.

O Futebol brasileiro foi um passatempo para poucos e esporte de elite para outros. É preciso acrescentar que as pessoas carentes de recursos não tiveram acesso a esse esporte. Mas pouco a pouco alguns pobres e negros conseguiram chegar em São Paulo e foram conquistando seus lugares nos clubes de primeira divisão, ainda com uma forte oposição que se fazia a eles para não participarem. O Futebol era declaradamente um esporte onde se via ações de racismo por parte das pessoas que o usufruía.

Com a participação das camadas sociais mais baixas na prática dessa modalidade, o negro, aos poucos, vai adentrando nesse universo futebolístico. No início, a participação dos mesmos foi proibida, e muitas vezes tinham de utilizar pó de arroz para clarear a pele. (MARIO FILHO, 2003).

Para Melo (2010), o atleta que inicia na categoria mirim aos 12 anos, se completasse o ensino médio aos 17 anos na escola, teria uma carga horária aproximada de um treinamento no futebol para formação como atleta. Os dados mostrados permitem analisar e concluir que o tempo gasto para formar um cidadão na escola é aproximadamente o mesmo para formar um jogador de futebol, contendo ambas quase a mesma carga horária.

Para Silveira (2012), o futebol está cada vez mais foi desenvolvido como esporte. Com isso, são criadas regras e leis que garantem os deveres e direitos dos clubes, atletas e chegando também aos torcedores, trazendo um alto nível de credibilidade e profissionalismo para esse desporto.

Atualmente, os principais clubes do Brasil têm sócios-torcedores, que, além de assistirem os jogos como os demais, também contribuem financeiramente para o clube do coração, que ajuda na infraestrutura e até mesmo na compra de jogadores de expressão.

4.1.1 Escolinhas de Futebol

Segundo os autores Assis et al., (2015), as escolinhas de futebol e os ensinamentos propostos têm como finalidade propor um melhoramento psicomotor e no bem-estar social da criança. Assim, trazem alguns problemas que o professor tem que ter a visão e o conhecimento para que um sonho não se transforme em pesadelo. Muitas vezes, ao invés de se aprimorar de seus movimentos e condicionamento físico, faz-se desenvolver um trauma na criança.

O professor se transforma em um espelho para aquela criança, pois deve obter uma educação sobre os princípios corretos e passar uma imagem boa para que ela possa seguir e também ter uma base saudável.

Em muitos casos, o professor que passa coisas ruins e até mesmo xingamentos, a criança que ouve pode acabar se espelhando no professor e se torna uma criança mal educada e indisciplinada, e, quando chega em algum clube grande, mesmo o indivíduo apresentando boas habilidades, o clube não tolerará a má educação e a indisciplina, porque, se não há respeito e disciplina, poderá acarretar prejuízos para o clube.

Atualmente, nas escolinhas de base do futebol brasileiro, inicia-se com 4 anos o processo de ensino e treinamento de futebol com alunos de escolinhas particulares ou conveniadas a algum clube brasileiro, com o projeto de investir no crescimento do aluno para tornar-se um atleta profissional. Na categoria de 10 a 17 anos, são aplicados treinamentos específicos técnicos e táticos, já, na categoria de 4 a 9 anos, são aplicados treinos mais leves, utilizando-se da recreação e introduzindo o futebol como ferramenta.

Normalmente, quando um clube se associa a uma escolinha, obtém uma análise específica e criteriosa com os alunos para acompanhar o crescimento e desenvolvimento das capacidades físicas e antropométricas dos mesmos, e, também, é analisada a sequência dos treinos técnicos e táticos. Para entender melhor a história do “país do futebol”, precisa-se conhecer como o futebol iniciou-se e quem trouxe essa modalidade esportiva para o Brasil.

Para Almeida et al., (2010), com o decorrer do tempo, o Futebol transformou-se de um esporte elitista, como era no início do século, a um esporte populoso e abrangente nos meados do século XX, como exemplo, a realização da Copa do Mundo.

4.2 CONTEXTO HISTÓRICO DA ANTROPOMETRIA, O QUE ESTUDA, COMO AVALIAR

A antropometria é o estudo das medidas do corpo, que serve como ferramenta para várias avaliações corporais, a fim de analisar o crescimento e desenvolvimento humano conforme o efeito da alimentação, da genética e da própria atividade física.

A ciência que estuda medidas do corpo humano é conhecida como Antropometria. Os métodos de avaliação aplicados nesta ciência requerem material de custo reduzido, fácil para transportar, porém, eles são universalmente aplicáveis. Por meio da antropometria, pode-se obter resultados para a avaliação corporal. Dentre tais resultados, Telles e Barros, (2003) destacam o peso e a estatura. Segundo os autores:

Peso: é o resultado do sistema de forças exercidas pela gravidade sobre a massa do corpo. O peso pode ser admitido em valor absoluto como sendo igual à massa. [...] Altura: é compreendida como distância entre dois planos que tangenciam respectivamente a planta dos pés e o vértex (ponto mais alto da cabeça). Para a medição da estatura em uma criança ela estará descalça ou com meias finas, em pé, e vestindo a menor quantidade de roupa. Os pés devem estar juntos, com calcanhares encostados no objeto de medida, a cabeça deverá estar dirigida no plano horizontal de Frankfurt (obtido ao se traçar uma linha imaginária entre a órbita e o tragus, perpendicular ao maior eixo do corpo); os braços relaxados, com as palmas das mãos voltadas para o corpo do lado das pernas; tanto as nádegas quanto as regiões escapulares também devem estar encostadas no objeto de medida.

Quetelet, (1874), é considerado o pai da antropometria, reconhecido como o descobridor dessa ciência e divulgador do termo Antropometria. O cientista descobriu que a teoria da curva de Gauss podia ser aplicada em modelos estatísticos para analisar os fenômenos biológicos, principalmente as medidas antropométricas do corpo.

As avaliações são feitas para medir as dimensões físicas, porém, é utilizada também para estimar a composição corporal.

Segundo Martins (2009), as medições antropométricas são simples, fáceis, práticas, de custo baixo e com possibilidade de equipamentos portáteis e duráveis. Por isso, são bem aceitas. Para avaliar o estado nutricional da pessoa, são usados o IMC. Partindo destes, compara-se o estado atual ao ideal e ao usual da pessoa, analisa-se a porcentagem da mudança para bem ou para mal, e também é possível aplicar fórmulas e utilizar índices e tabelas que mostram e determinam o peso corporal do indivíduo.

A antropometria era considerada uma falsa ciência, até os meados do século XX. Destacando pelo uso de técnicas antropométricas pelos alemães

nazistas da época, que utilizavam esses modelos de comparação corporal para comprovar a diferença da raça Ariana dos não Arianos.

De acordo com Petroski (1995), a antropometria tem sua origem muito antiga, iniciada na Índia, Egito e Grécia, sendo usadas para medir certas partes corporais do ser humano como o primeiro modelo de medida, tentando estabelecer um perfil das dimensões do corpo humano.

Nos anos de 1842 e 1849, o estudioso científico Belga Quetelet propõe a correlação das medidas, tamanho e peso para resolver complicações da saúde das pessoas, diabetes e outras.

Keys et al., (1972) fornecem a base e condições para a aplicação do IMC como índice peso-estatura ideal de adiposidade. Os conceitos incluem três principais construções matemáticas, a primeira das quais a escala de peso dividido por estatura ao quadrado (IMC). Ao consultar outros autores da atualidade, é reconhecida que uma das formas de medidas mais amplamente utilizadas nos estudos e na prática clínica é aplicando o IMC ou índice de Quetelet, o qual consiste em peso (em Kg) dividido pela estatura em m².

4.3 TESTES DE CAMPO TRADICIONAIS A SEREM APLICADOS PARA A AVALIAÇÃO FÍSICA DO ALUNO DE FUTEBOL NAS DIFERENTES IDADES

4.3.1 Teste de impulsão horizontal ou de salto em distância sem impulsão (Potencia dos membros inferiores para frente).

Segundo Marins & Giannichi (1998), a criança se posiciona parada em uma linha marcada e deve realizar o salto para frente, que será feito com os pés totalmente juntos.

A marcação é feita pela posição inicial até o calcanhar que toca no solo.

Essa capacidade é importante no futebol, pois a criança que treina terá mais impulsão que os demais jogadores, tendo mais vantagem sobre eles, então é importante que as escolinhas treinem todos os fundamentos e façam vários testes para avaliar se o aluno está bem fisicamente e tecnicamente.

4.3.2 Teste de impulsão vertical, Sargent Jump sem impulsão (Potencia dos membros inferiores para cima).

Segundo Matsudo (1987), o teste de salto vertical, sendo melhor e mais conhecido no Brasil, pode ter o resultado obtido tanto com a fita métrica na parede é pedido para o atleta saltar com o braço esticado e marcar com uma caneta a altura alcançada. O resultado é a distância do chão até o local marcado.

Esse teste é preciso num jogo de futebol, pois, para o atleta fazer um gol de cabeça ou o zagueiro pular para tirar uma bola da área de defesa, é necessária grande força de impulsão, além da estatura.

4.3.3 Testes de corrida de 30 e 60 metros (Medição da velocidade do jogador).

Com testes de corridas de 30-60 metros pode ser avaliada a potência do atleta. Segundo Kiss (1987), para a aplicação destes testes, são cumpridos os procedimentos seguintes:

- O professor necessita de um cronômetro e um apito para realizar tal teste.
- Posteriormente o professor, utilizando o apito, inicia o teste com o atleta percorrendo a corrida e completando os 30 metros e depois os 60 metros, continuamente no menor tempo possível. Registra-se então o tempo que o atleta levou para correr estas distancias. Os resultados devem ser medidos com um cronômetro.

4.3.4 Teste de Cooper.

Para Pitanga (2008), o jogador deve percorrer o máximo de distância possível em 12 minutos, pois é necessário que o professor motive seus alunos para que consigam desempenhar a potência máxima determinando um resultado favorável. Através de tal teste, é avaliada a capacidade cardiorrespiratória e a aptidão aeróbica da pessoa.

Para a sua execução, é necessária uma pista de atletismo, alguns cones para a marcação da distância percorrida, uma prancheta com uma folha para anotar os dados, e um cronômetro.

A pessoa avaliada corre sem interrupção durante 12 minutos. Ao final, é anotado o total da distância percorrida durante o tempo previsto. Aconselha-se anotar as distâncias em espaços definidos com cones ao redor da pista para promover uma melhor visibilidade e para a medição da distância final percorrida pelo avaliado.

A parte positiva do teste de Cooper é que o professor consegue avaliar uma grande quantidade de pessoas simultaneamente. Ele pode aplicar em pessoas de todos os níveis de condicionamento físico e de diferentes idades entre 10 a 70 anos. A parte negativa é que se faz necessária a estimulação constante da pessoa avaliada. Devido o longo tempo de esforço, o avaliado pode se sentir desmotivado.

O teste de Cooper é necessário para avaliar o condicionamento físico das pessoas neste caso o atleta. Este teste deve ser feito com a finalidade de medir o condicionamento aeróbico, ou seja, identificar a capacidade do seu corpo de utilizar o oxigênio para a produção de energia, então transformá-la em ação, intimamente ligado ao conceito de VO₂ máx, que dito de forma simples, nada mais é que o valor equivalente ao consumo máximo de oxigênio que o seu corpo pode conter. O atleta de futebol nas partidas deve aguentar 90 minutos em constante movimento, com tiros rápidos que produzem um forte cansaço e até fadiga muscular e mental.

4.4 TESTES PARA AVALIAÇÃO DE HABILIDADES DO ALUNO JOGADOR DE FUTEBOL

Segundo Tritschler, (2003), o controle das habilidades do aluno jogador de futebol é fundamental para o treinador. Dessa forma, ele garante o reconhecimento da qualidade de movimentos dos alunos. É preciso entender que os movimentos do futebol são formas psicomotoras e habilidosas de uma organização complexa do corpo humano, ou seja, precisa-se de uma organização do sistema cognitivo e motor, sendo que, para alcançar um nível de organização complexa, são necessárias formas básicas de movimento.

Porém, no futebol é preciso efetuar vários movimentos em um ambiente instável e mutável, onde o objetivo é alcançar o sucesso entre as condições encontradas no jogo.

O mesmo autor ainda fala que existem três formas de avaliar a eficiência no desempenho dos esportes, sendo:

- Através dos olheiros, observando o desempenho dos atletas pelo uso de uma escala de avaliações e de vários testes de habilidades esportivas. O futebol tem como forma mais utilizada a observação durante o jogo nos campeonatos onde participam os alunos. Desta forma, os olheiros avaliam as crianças. Também são avaliados dados estatísticos vinculados no transcorrer do jogo, além de outras informações.

4.4.1 Testes específicos para avaliar o futebol.

Mor Christian, (1979) recomendam três testes para avaliar as habilidades e destrezas dos alunos jogadores de Futebol, a bateria, segundo eles, tinha como objetivo obter o conhecimento do jogo de futebol de forma geral e específica sobre os fundamentos que são essenciais num jogo de futebol. Esses testes são escolhidos pelo autor pelo fato de que é fácil de aplicar e que não requer nenhum equipamento especial e difícil de realizar.

4.4.2 Teste 1 – Drible.

Antes de iniciar o teste, os alunos poderão realizar o aquecimento e a adaptação no campo.

Esse teste é feito no campo gramado, com marcações específicas, sendo um círculo com uma linha inicial e final. São colocados cones nesse percurso, e o atleta deve passar entre os cones, completando o percurso o mais rápido possível. O jogador tem 3 tentativas de completar o teste, o menor tempo será marcado pelo professor.

4.4.3 Teste 2 – Passe.

É feito geralmente em um campo, com três bolas de futebol, utilizando dois cones para representar as duas traves e uma corda para representar o travessão. O atleta deverá efetuar o passe entre os cones e por baixo da corda, tendo três tentativas. O atleta pontuará quando efetuar o passe correto entre os cones e a corda, e o professor anotará o resultado do atleta.

Os alunos que participam desse teste poderá realizar o passe com o pé preferido com o objetivo de acertar o alvo.

4.4.4 Teste – Chute

Os alunos que for participar do teste poderão realizar quatro chutes com o pé preferido para a prática e aquecimento antes da prova.

O teste de chute necessita de um campo gramado com várias bolas de futebol e 4 arcos de bambolês. Os arcos serão colocados nos 4 ângulos do gol de futebol, o aluno terá três tentativas para cada arco, então o atleta vai pontuar a cada acerto dentro dos arcos. O professor ficará observando se o aluno irá acertar para ele anotar a pontuação.

CONCLUSÃO

A avaliação física antropométrica dos atletas jogadores de futebol de campo é fundamental para planejar o treino e aplicar métodos possíveis para um melhor desenvolvimento do aluno, no estudo são apresentadas considerações sobre a avaliação do desenvolvimento físico e antropométrico dos alunos praticantes de Futebol.

A antropometria é um método usado para medição corporal e é usado como uma ferramenta para as avaliações corporais e para analisar o crescimento e desenvolvimento humano.

Na atualidade, são usados vários métodos capazes de determinar o desenvolvimento humano, tanto nos atletas iniciantes ou de alto nível, tendo presente as possibilidades de afetações morfofisiológicas de “morte súbita”.

O índice de massa corporal é um dos métodos mais utilizados para determinar o nível de gordura das pessoas. Na atualidade, é usado em todo o mundo. Com o nível de sedentarismo existente, o IMC tem a capacidade de reforçar que existem pessoas com um nível de obesidade, porém, ainda há pessoas praticantes de futebol com o índice de IMC acima do normal e que poderá influenciar no resultado esportivo e na saúde delas.

A aplicação dos fundamentos básicos de futebol nas aulas de educação física é um problema que vem afetando o bom desenvolvimento das crianças em suas atividades, porém é preciso a aplicação dos fundamentos básicos, mas para isso os professores têm que procurar cursos de superação, que contribuam a o desenvolvimento e aprofundamento nos seus conhecimentos.

REFERÊNCIAS

ASSIS, R.T. et al. A Escolinha de Futebol na Iniciação da Prática de Esportes. [S.L.], [S.D.]. Disponível em < https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol_31_1413576500.pdf>. Acesso em: 16 novembro 2017.

CUNHA, S.A. et al. **Futebol**: aspectos multidisciplinares para o ensino e treinamento. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan, 2011.

DELGADO, L.A. **Avaliação física - Medidas antropométricas**. [S.L.], [S.D.]. Disponível em <<http://www.ebah.com.br/content/ABAAAAC90AG/avaliacao-fisica-medidas-antropometricas-leonardo-arruda-delgado>>. Acesso em: 28 novembro 2017.

GOMES, A.C. **Protocolos de avaliação da aptidão física relacionada ao desempenho esportivo**. Disponível em: <http://www.aquabarra.com.br/artigos/treinamento/PROTOCOLOS_DE_AVALIACAO.pdf>. Acesso em: 05 dezembro 2017.

GONÇALVES, L.G.C. et al. Caracterização do perfil de jovens jogadores de futebol: uma análise das habilidades técnicas e variáveis antropométricas. **Motricidades**, [S.L.], v. 12, n. 2, p. 27-37, 2016. Acesso em: 22 novembro 2017.

GRECCO, M.S.M. **Validação de Índice de Massa Corpora (IMC) ajustado pela massa gorda obtido por impedância bioelétrica**. 2012. Tese (Doutorado em Clínica Médica) – Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2012. DOI: 10.11606/T.17.2012.tde-13072012-143709.

MARINS, J. C. B.; GIANNICHI, R. S. **Avaliação e prescrição de atividade física**: guia prático. 2ª ed. Rio de Janeiro: 1998. Acesso em: 19 junho 2018.

MARTINS, Raphaell Moreira. Porque no Brasil a modalidade esportiva do bodyboarding não evolui. Aracaju: Universidade Estadual Vale do Acaraú – UVA, 2008. Acesso em: 19 junho 2018.

MATSUDO, V. K. R. Teste em ciência do desporto. 4. ed. São Caetano do Sul: CELAFISCS, 1987. Acesso em: 19 junho 2018.

MÁXIMO, J. Memórias do futebol brasileiro. **Estudos Avançados**, [S.L.], v. 13, n. 37, 1999. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ea/v13n37/v13n37a09.pdf>>. Acesso em 17 novembro 2017.

MOREIRA, JAQUELINE COSTA CASTILHO. As Interfaces da Educação Física e Artística Com a Psicomotricidade, o Estudo das Inteligências Múltiplas e o Desenvolvimento das Competências Requeridas: contribuições á educação inclusiva. Monografia. Ribeirão Preto: Centro Universitário Moura Lacerda, 2003. Acesso em: 19 junho de 2018.

Pitanga, F. J. G.; Testes, Medidas e Avaliações em Educação Física e Esportes. 5º Edição. São Paulo. Phorte. 2008. Acesso em: 19 junho 2018.

RODRIGUES, M. et al. O futebol como uma modalidade esportiva popular no brasil e as lesões mais incidentes nessa prática. **Revista Saúde em Foco**, Teresina, v. 2, n. 2, art. 2, p. 14-28, ago./dez. 2015. Acesso em: 25 novembro 2017.

SOARES, A.J.G. et al. Jogadores de futebol no Brasil. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Florianópolis, v. 33, n. 4, p. 905-921, out./dez. 2011.

