

PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

1. Título

Futebol no Campus: o esporte como mediador da formação humana e promoção da saúde

2. Coordenador/a

Prof. Gibson Moreira Praça

e-mail: Gibson.praga@ufvjm.edu.br

31-88880016/31-96838727

3. Equipe

Coordenador: Professor Gibson Moreira Praça

Vice coordenador: Técnico-Administrativo Gilton Gomes de Jesus

4. Introdução

“A extensão universitária, sob o princípio constitucional de indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, é um processo interdisciplinar educativo, cultural, científico e político que promove a interação transformadora entre a universidade e os outros setores da sociedade” (Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Universidades Públicas Brasileiras – FORPROEX -XXVIII Encontro Nacional, Santo André/SP, 2010). Neste sentido, propor medidas que permitam a interface entre pesquisa/ensino/extensão apresentam-se fundamentais ao objetivo transformador das ações de extensão.

Neste contexto, a promoção da saúde apresenta-se como um dos objetos da extensão universitária para permitir a transformação social. A prática esportiva sistematizada é capaz de elevar a motivação para a atividade física, promovendo aos beneficiários melhores condições para manutenção do estado de bem-estar biopsicossocial.

O ensino do Futebol e do Futsal no projeto “Futebol no Campus” será pensado como ferramenta transformadora do contexto social em que a UFVJM insere-se. Neste molde, a extensão será vista como protagonista no processo, na

medida em que permitirá o engendramento de campo de aprimoramento profissional a professores/treinadores em formação e acesso a contextos para realização de pesquisa únicos, dentro das diferentes áreas que investigam o ensino do Futebol. Além disso, o presente projeto visa, a partir do atendimento aos discentes, servidores e público externo, preencher uma lacuna no oferecimento de atividades esportivas no município de Diamantina e oferecer, como retorno ao público envolvido, um tempo-espço para a promoção da saúde.

De maneira operacional, o projeto permitirá um tempo/espço para a prática de atividade esportiva para técnicos-administrativos, docentes, discentes e público externo da universidade. A expectativa inicial de atendimento é de 85 pessoas por semana, público que poderá ser expandido a partir de novos aportes financeiros.

5. Justificativa

Os Vales do Jequitinhonha e do Mucuri estão entre as regiões mais pobres do país, onde quase todos os municípios apresentam IDH muito abaixo da média nacional (IDH médio de 0,65). A bacia do rio Jequitinhonha ocupa 11,3% da área de Minas Gerais, abrangendo 63 municípios, com elevado índice de pobreza, ocasionando êxodo rural para os grandes centros urbanos e um esvaziamento demográfico persistente. Com mais de dois terços da população vivendo na zona rural, ela tem sido caracterizada em vários estudos como “região deprimida”, onde os índices de pobreza, miséria, desnutrição, mortalidade, analfabetismo, desemprego e infraestrutura socioeconômica agem desfavoravelmente em grande parte dos municípios.

A ausência de infraestrutura básica associada à inabilidade governamental na gestão e alocação de recursos, trouxe à prática esportiva – voltada para a formação humana e a promoção da saúde – papel secundário nos municípios do Vale. No Projeto Pedagógico do recém-criado curso de bacharelado em Educação Física, preconiza-se que o mesmo possa “contribuir para a promoção da qualidade de vida e do bem-estar das pessoas, principalmente da região onde está inserida a UFMG, por meio de ações de ensino, pesquisa e extensão nas áreas de esporte, lazer e saúde”. Este objetivo, associado à inexistência de ações perenes no âmbito físico-

esportivo na região traz, à UFVJM e aos docentes do curso de Educação Física, responsabilidade no oferecimento de retorno social por meio do esporte.

Mediante o envolvimento dos docentes e discentes em projetos de extensão já existentes ou a serem criados, projetos de iniciação científica, monitorias e programas de formação docente, como o Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) ou o Programa Institucional de Bolsas de Extensão (PIBEX) pretende-se assegurar a indissociabilidade entre o Ensino, a Pesquisa e a Extensão. Neste contexto é que se insere a presente proposta de projeto de extensão.

Atualmente, é política institucional o oferecimento de projetos de extensão que permitam: a) indissociabilidade entre ensino-pesquisa-extensão; b) impacto e transformação social; c) interação social e d) interdisciplinaridade (CONSEPE, 2009). Este tópico permite apontar as justificativas do projeto “Futebol no Campus” Futsal e dialogar com as políticas institucionais para a extensão.

Aportes teóricos apresentam sérias lacunas na formação esportiva na atualidade. A cultura das brincadeiras de rua, capaz de gerar experiências motoras variadas e incentivar o gosto pela prática esportiva (GRECO, 1998), tornou-se pouco presente face às novas tecnologias e o avanço da urbanização. Com isso, recaiu sobre as práticas formais de vivência esportiva – incluindo a educação física escolar - a integral responsabilidade por aliar formação humana e esportiva (MESQUITA *et al.*, 2006).

Neste cenário, debates teóricos ao longo das últimas décadas em diferentes países acerca dos processos pedagógicos do esporte têm evoluído para a criação de modelos de ensino pautados na vivência do jogo, contrapondo visões analíticas do ensino e da performance (GRAÇA; MESQUITA, 2007). Assim, modelos de ensino como o Ensino do jogo pela compreensão (BUNKER; THORPE, 1982), Modelo de Educação Esportiva (SIEDENTOP, 1987), Iniciação Esportiva Universal (GRECO, 1998) e Periodização Tática (SILVA, 2008) são frequentemente discutidos para o ensino das modalidades esportivas coletivas, incluindo o futebol e o futsal.

Contudo, tais aportes teóricos revelaram-se insuficientes até o momento para a efetiva garantia de formação humana e esportiva em diferentes contextos no

Brasil. Este cenário, agravado por históricas mazelas que afetam o Vale do Jequitinhonha e Mucuri, tornaram o acesso à prática esportiva de qualidade pouco difundido. Assim, mesmo pessoas que já finalizaram o período de formação escolar básica apresentam lacunas na formação esportiva, as quais impedem uma efetiva apropriação dos conteúdos esportivos do lazer como promotores de bem-estar biopsicossocial.

Estudos prévios apontam os benefícios da prática recreativa do futebol (BOYD *et al.*, 2012; BRITO *et al.*, 2012; KRUSTRUP *et al.*, 2010a; KRUSTRUP *et al.*, 2010b). O controle ponderal e a melhoria da função cardiovascular apresentam-se como dois produtos da prática regular de futebol e futsal (KRUSTRUP *et al.*, 2010b), resultados que podem ser alcançados no presente projeto.

Neste contexto, o futebol representa uma oportunidade de formação continuada para e pelo lazer (NICÁCIO, 2010). A vivência sistematizada desta modalidade visa (re)criar uma cultura do jogo (FREIRE, 2003), na qual os participantes passam de meros consumidores do esporte espetáculo para partícipes ativos na construção dos saberes. Os processos de formação humana e promoção da saúde revelam a preocupação dos proponentes deste projeto em promover impacto e transformação social, ao princípio institucional da extensão universitária na UFVJM (CONSEPE, 2009). Assim, na medida em que os participantes vivenciam e se apropriam do conteúdo do futebol, passam a assumi-lo como prática cotidiana, observando um processo contínuo de promoção da saúde.

Espera-se de um curso de Bacharelado em Educação Física, uma relação mais crítica com as áreas de intervenção profissional. Ao invés de apenas atender aos apelos do mercado no sentido de formar profissionais com determinadas técnicas, pretende-se oferecer ao estudante, sólida formação que permita a ele dialogar com esse mercado e problematizá-lo no campo de atuação, nele intervindo e, ao mesmo tempo, abrindo novas possibilidades profissionais. O recém-criado curso de Bacharelado em Educação Física trouxe uma nova demanda por tempos/espacos para a formação que extrapolem o ambiente escolar, contexto ainda pouco difundido em Diamantina. Desta forma, o início deste projeto permitiria aos alunos a vivência continuada de processos de formação acadêmica, na medida

em que concederia aos partícipes a oportunidade de aplicar, num contexto prático, conhecimentos adquiridos em sala de aula.

Ainda no plano do ensino, o Projeto Pedagógico do curso de Bacharelado em Educação Física reflete a necessidade de complementação do processo de ensino estruturado, tradicionalmente conduzido na sala de aula, por tempos e espaços curriculares diversificados capazes de promover e, ao mesmo tempo, exigir dos futuros professores atuações diferenciadas, percursos de aprendizagens variados, diferentes modos de organização do trabalho, possibilitando o exercício das diferentes competências a serem desenvolvidas. Neste contexto, surge a Prática como Componente Curricular.

Assim, a Prática como Componente Curricular (PCC) se constitui como um importante espaço de formação do futuro professor. Nessa perspectiva, o planejamento deve prever situações didáticas em que os futuros professores coloquem em uso os conhecimentos que aprenderem, ao mesmo tempo em que possam mobilizar outros, de diferentes naturezas e oriundos de diferentes experiências, em diferentes tempos e espaços curriculares.

No curso de Bacharelado em Educação Física, a PCC, enquanto modalidade de trabalho pedagógico é distribuída ao longo de todo o curso num total de 495 horas, distribuídas em 33 unidades curriculares, possibilitando aos acadêmicos atividades de observação, reflexão e aplicação dos saberes e práticas pedagógicas. No atual contexto, alunos de diferentes disciplinas poderiam se beneficiar do tempo/espaço criado neste projeto de extensão para aplicação dos conteúdos vivenciados em sala de aula em cumprimento ao objeto da Prática como Componente curricular, revelando permanente interação entre extensão e ensino no cerne do projeto.

Por fim, a pesquisa científica no âmbito do futebol e do futsal tem, ao longo dos últimos anos, recorrido a diferentes propostas metodológicas e buscado, cada vez mais, a interação entre diferentes áreas do conhecimento. Já que o processo de ensino-aprendizagem-treinamento reflete uma permanente interação entre componentes de ordem cognitiva, motora, psicológica e fisiológica (PRAÇA, 2014), cabe aos pesquisadores buscar interações entre as diferentes áreas para melhor

compreender o fenômeno – sistêmico e complexo (CLEMENTE *et al.*, 2014; GARGANTA; GRÉHAIGNE, 1999) - que caracteriza o processo de ensino do futebol. Neste contexto, o tempo/espaço do presente projeto de pesquisa visa criar condições para a produção do conhecimento, apresentando-se como alternativa para a condução de pesquisas aplicadas no âmbito do futebol e futsal. Buscar-se-á a integração entre áreas de pesquisa já estabelecidas na UFVJM – a exemplo da Fisiologia do Exercício – com áreas recentemente desenvolvidas no curso de Bacharelado em Educação Física, como a Pedagogia do Esporte e o Treinamento Esportivo, revelando, em cumprimento ao princípio institucional da interdisciplinaridade nas ações de extensão (CONSEPE, 2009). Acredita-se que o projeto de extensão aqui apresentado seja um importante contributo à realização de trabalhos de conclusão de curso (TCC) e, futuramente, contribua também à formação de novos mestres e doutores. Esta característica, em consonância com as demais justificativas relacionadas ao ensino e à extensão, revela a importância dada à indissociabilidade entre as três áreas, política institucional da UFVJM (CONSEPE, 2009), no presente projeto

6. Objetivos Gerais

Fomentar a prática orientada e direcionada de futebol e futsal na comunidade acadêmica da UFVJM

Específicos

- Criar espaços de estágio para alunos regularmente matriculados no curso de educação física
- Criar subsídios para a realização de pesquisas acadêmicas acerca do futebol e futsal
- Fomentar equipes de representação e participação da UFVJM nas modalidades futebol e futsal
- Criar condições para a contribuição da UFVJM na promoção da saúde por meio das práticas esportivas na população de Diamantina e região.
- Melhorar qualitativamente a capacidade de jogo de futebol e futsal dos beneficiários

7. Metas

- 1- Permitir melhoria da qualidade de vida dos estudantes e alunos envolvidos nas práticas;
- 2- Atender entre 60 e 100 participantes;
- 3- Atingir frequência média mínima dos participantes de 75% ao longo do semestre
- 4- Criação das equipes de representação em futebol e futsal na UFVJM.

8. Metodologia

O projeto prevê, inicialmente atividades às segundas, quartas, quintas e sextas-feiras. As aulas nas duas modalidades acontecerão com frequência semanal de duas vezes. Cada aula compreenderá a duração de 60 minutos. Aulas de Futebol ocorrerão no campo gramado às quartas e sextas-feiras, de 17:00 às 18h30, enquanto as aulas de futsal acontecerão no ginásio poliesportivo às segundas, quintas e sextas-feiras, também no mesmo horário. Ambas estruturas físicas encontram-se no campus JK da UFVJM. O quadro abaixo apresenta a distribuição de público para cada atividade.

Quadro 1: distribuição dos horário e turmas do projeto

	Futebol	Futsal
Segunda-Feira	-	Discentes e público externo (FS1)
Quarta-feira	Discentes e público externo (FUT)	
Quinta-feira	-	Docentes e técnicos-administrativos (FS2)
Sexta-feira	Discentes e público externo (FS1)	Discentes e público externo (FUT)

Legenda: FUT: Futebol; FS1: Futsal turma 1; FS2: Futsal turma 2

Inicialmente, haverá a formação de três grupos. No grupo de Futebol (FUT), serão inicialmente disponibilizadas 35 vagas, das quais 80% serão preenchidas por discentes da UFVJM (28) e 20% serão preenchidas por público externo à UFVJM (7 vagas). Na turma 1 de Futsal (FS1), serão disponibilizadas inicialmente 25 vagas,

seguindo a mesma proporção acima apresentada, contando, portanto com 20 beneficiários da comunidade interna (discentes) e 5 beneficiários da comunidade externa. Por fim, a turma FS2 (Futsal turma 2) será composta exclusivamente por técnicos administrativos e docentes do quadro de pessoal da UFVJM. Serão disponibilizadas 25 vagas.

A oferta de vagas e os procedimentos para inscrição serão divulgados por meio do site da UFVJM e da Rádio Universitária. Caso o número de interessados exceda a disponibilidade de vagas, estas serão alocadas por ordem de solicitação, com a subsequente criação de um cadastro reserva para substituição de beneficiários que decidirem pela não continuidade no projeto.

O ensino do futebol e do futsal será baseado em novos aportes pedagógicos, nomeadamente a Iniciação Esportiva Universal (GRECO, 1998) e a Periodização Tática (SILVA, 2008). Nestas propostas, entende-se que a vivência de contextos situacionais é a melhor alternativa para o ensino da tática e da técnica específicas das modalidades (PINHO *et al.*, 2010). Além disso, resultados recentes apontam que a utilização de jogos reduzidos apresenta carga física semelhante a treinos tradicionais (HILL-HAAS *et al.*, 2009), sendo recomendado para o treinamento físico inclusive para a prática recreativa (KRUSTRUP *et al.*, 2010b; RANDERS *et al.*, 2014).

Enquanto indicadores de avaliação, serão adotados dois procedimentos. O primeiro refere-se à avaliação de frequência dos usuários. Esta será utilizada como critério para manutenção no projeto e mensalmente quantificada. Usuários que atingirem frequência inferior a 75% nas atividades serão automaticamente excluídos do projeto, realocando-se as vagas para os sujeitos incluídos no cadastro reserva. Além disso, será feita uma permanente avaliação de capacidades relacionadas ao jogo de futebol, de forma a investigar a efetividade da proposta de treinamento em relação ao objetivo de qualificação da prática esportiva dos beneficiários.

Para a confirmação da inscrição, os participantes deverão fornecer atestado médico liberando-os para a prática esportiva, bem como preencherem um questionário de prontidão para atividade física (PAR-q). Caso pesquisas sejam conduzidas durante a realização do projeto, as mesmas deverão ser aprovadas no

Comitê de Ética em Pesquisa desta universidade e os participantes deverão conceder, por escrito, o consentimento para participação.

A avaliação da evolução da capacidade tática dos beneficiários se dará por meio do Sistema de Avaliação Tática no Futebol (FUT-SAT) (COSTA *et al.*, 2011). O teste é realizado em um jogo reduzido, na configuração 3vs.3, em um espaço de 36mx27m com todas as regras do jogo formal. As ações são gravadas por filmadora digital e analisadas posteriormente com base na qualidade do cumprimento dos princípios táticos fundamentais de ataque (penetração, cobertura ofensiva, espaço, mobilidade e unidade ofensiva) e de defesa (contenção, cobertura defensiva, equilíbrio, concentração e unidade defensiva), conforme preconizado na literatura (COSTA *et al.*, 2011) e previamente utilizado no futebol (PRAÇA, 2014).

Por outro lado, a capacidade aeróbica, enquanto importante capacidade para o desempenho no futebol (BANGSBO, 2003) e indicador de saúde dos beneficiários será avaliada por meio do Yo-Yo Intermittent Recovery Test – YYIRT - (KRUSTRUP *et al.*, 2003). O teste consiste na realização de corridas de 20m com velocidade progressivamente aumentada e controlada por meio de sinais sonoros. Ao final, a distância total percorrida antes da fadiga é avaliada e utilizada para a estimativa da capacidade aeróbica (VO_{2max}). Ambos os testes (tático e físico) serão realizados em quatro momentos diferentes ao longo do projeto, conforme apresentado no cronograma de execução.

9. Participação de Estudantes

As ações de extensão apenas justificam-se, de acordo com a política institucional da UFVJM, se permitirem aos alunos um espaço de formação complementar. A participação dos estudantes de graduação e pós-graduação dos cursos da UFVJM se dará de três maneiras distintas, apresentadas abaixo.

Inicialmente, todos alunos regularmente matriculados em cursos de graduação e pós-graduação serão convidados a participar como alunos do projeto. Tal participação é extensiva aos técnicos administrativos, professores da instituição e público externo, resguardando-se, contudo, o percentual de 75% das vagas para

os estudantes (incluindo os alunos regularmente matriculado no curso de Educação Física).

Além disso, haverá a seleção de monitores, bolsistas e voluntários, para auxílio na execução das tarefas. Essa participação é restrita aos alunos do curso de educação física, expedindo-se ao final certificado de participação contendo as horas dedicadas ao projeto. A estes monitores caberá o acompanhamento das atividades e o auxílio à execução das aulas. O processo de capacitação dos monitores será continuado, representado pela realização de uma reunião de estudo e planejamento semanal que acontecerá às segundas-feiras, antes do início das atividades semanais. Nestas reuniões, a pauta será a discussão das metodologias de ensino do futebol e futsal a serem aplicadas, bem como a apresentação/discussão de possíveis projetos de pesquisa a serem realizados durante o período de vigência do projeto. Monitores – voluntários e bolsistas – serão avaliados com base na assiduidade ao projeto e à capacidade de contribuição crítica nas atividades elaboradas.

Por fim, alunos regularmente matriculados na disciplina “Futebol” do curso de Educação Física, participação do projeto de extensão através da Prática de Ensino. A estes alunos será oferecida a oportunidade de cumprimento das 15h curriculares nas atividades de ensino do projeto, contribuindo no planejamento e execução das aulas de futebol e futsal. A estes alunos caberá, durante a carga horária correspondente à Prática como Componente Curricular (15h) a proposição de atividades para o projeto de extensão, contribuindo na vivência crítica dos processos de ensino do futebol e futsal. Esta proposta permite aos estudantes vivenciar, na prática o processo de formação formalmente desenvolvido nas disciplinas curriculares, bem como criação um espaço para sua própria formação complementar. Estes estudantes serão avaliados quanto à capacidade de adequação dos conteúdos do ensino formal às realidades do projeto de extensão e quanto à qualidade na produção dos planos de aula e aplicação prática dos mesmos.

10. Cronograma de Execução

	Planejamento e divulgação	Início do projeto	Realização das atividades	Qualificação dos monitores do projeto	Avaliações periódicas	Avaliação Final
fev/16	X			X		
mar/16		X	X	X	X	
abr/16			X	X		
mai/16			X	X		
jun/16			X	X		
jul/16			X	X	X	
ago/16			X	X		
set/16			X	X		
out/16			X	X		
nov/16			X	X	X	
dez/16			X	X		
jan/17			X	X		
fev/17			X	X		X

11. Orçamento

Item	Quantidade	Valor Unitário	Total
Bolas de Futebol de Campo adulta aprovada pela FIFA. Medidas: diâmetro de 68 a 70cm; peso de 420 a 445g.	10	R\$ 180,00	R\$ 1.800,00
Bolas de Futsal adulta aprovadas pela FIFA. Medidas: diâmetro 61 a 64cm; Peso: 410 a 440g.	10	R\$ 90,00	R\$ 900,00
Coletes face única, nas cores Azul, Verde, Amarelo e Vermelho (50 cada)	200	R\$ 20,00	R\$ 4.000,00
Cones tamanho médio utilizados para demarcação do campo	50	R\$ 4,00	R\$ 200,00
Cones do tipo "pratinho" para demarcação de espaços no campo	200	R\$ 3,00	R\$ 600,00
Cones tamanho grande para demarcação de espaços no campo	20	R\$ 6,00	R\$ 120,00
Bolsistas de extensão por 1 ano	2	R\$ 4.800,00	R\$ 9.600,00
Total			R\$ 17.220,00

12. Acompanhamento e Avaliação

O acompanhamento e avaliação do projeto se dará com base em três critérios: desenvolvimento técnico, tático e físico, participação nas aulas e questionário de avaliação.

Para avaliação do desempenho esportivo ao longo da participação, participantes serão submetidos, semestralmente, a uma bateria de testes. Para a avaliação da capacidade técnica, será utilizado o Protocolo de Destrezas Técnicas proposto na literatura (MOR; CHRISTIAN, 1979). Já para a avaliação da capacidade tática, será utilizado o Sistema de Avaliação Tática no Futebol (FUTSAT) (COSTA *et al.*, 2011). Por fim, a avaliação do desenvolvimento da capacidade física se dará com base no Yo-yo Intermittent Recovery Test Level 1 (BANGSBO, 1996; KRUSTRUP *et al.*, 2003)

No que se refere à participação nas aulas, será exigido de todo aluno envolvido frequência mensal mínima de 75%. Este controle será feito semanalmente pelo coordenador do projeto, servindo como critério de manutenção no curso.

Por fim, semestralmente os alunos envolvidos no projeto responderão a um questionário avaliativo. Apontamentos dos alunos servirão como direcionamento para planejamento das ações para o semestre seguinte.

13. Referências Bibliográficas

BANGSBO, J. **Yo-yo test**. Copenhagen: HO Storm, 1996.

BUNKER, D.; THORPE, R. A model for the teaching of games in the secondary school. **Bulletin of Physical Education**, v. 10, 1982.

COSTA, I. T.; GARGANTA, J. M.; GRECO, P. J.; MESQUITA, I.; MAIA, J. System of tactical assessment in soccer (fut-sat): Development and preliminary validation. **Motricidade**, v. 7, n. 1, p. 69-83, 2011.

GRAÇA, A.; MESQUITA, I. A investigação sobre os modelos de ensino dos jogos desportivos. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 7, n. 3, p. 401-421, 2007.

GRECO, P. J. **Iniciação esportiva universal: Metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube**. Belo Horizonte: Editora UFMG, 1998.

HILL-HAAS, S. V.; COUTTS, A. J.; ROWSELL, G. J.; DAWSON, B. T. Generic versus small-sided game training in soccer. **International Journal of Sports Medicine**, v. 30, n. 9, p. 636-642, 2009.

KRUSTRUP, P.; DVORAK, J.; JUNGE, A.; BANGSBO, J. Executive summary: The health and fitness benefits of regular participation in small-sided football games. **Scand. J. Med. Sci. Sports**, v. 20, p. 132-135, 2010.

KRUSTRUP, P.; MOHR, M.; AMSTRUP, T.; RYSGAARD, T.; JOHANSEN, J.; STEENBERG, A.; PEDERSEN, P. K.; BANGSBO, J. The yo-yo intermittent recovery test: Physiological response, reliability, and validity. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 35, n. 4, p. 697-705, 2003.

MESQUITA, I.; MARQUES, A.; MAIA, J. **Modelo de ensino dos jogos desportivos**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

MOR, D.; CHRISTIAN, V. The development of a skill test battery to measure general soccer ability. **North Carolina Journal of Health and Physical Education**, v. 15, 1979.

PINHO, S. T.; ALVES, D. M.; GRECO, P. J.; SCHILD, J. F. G. Método situacional e sua influencia no conhecimento tático processual de escolares. **Revista Motriz**, v. 16, 2010.

RANDERS, M. B.; NIELSEN, J. J.; BANGSBO, J.; KRUSTRUP, P. Physiological response and activity profile in recreational small-sided football: No effect of the number of players. **Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports**, v. 24, n. SUPPL.1, p. 130-137, 2014.

SIEDENTOP, D. The theorie and practice of sport education. In: BARRETTE, G.; FEINGOLD, R., *et al* (Ed.). **Myths, models and methods in sport pedagogy**. Champaign: Human Kinetics, 1987. p.79-85.

SILVA, M. **O desenvolvimento do jogar segundo a periodização tática**. Pontevedra: MC Sports, 2008.

Assinatura do Coordenador



**UNIVERSIDADE FEDERAL
DOS VALES DO JEQUITINHONHA E MUCURI**
PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO E CULTURA
www.ufvjm.edu.br



Assinatura da Chefia Imediata