



Centro Universitário de Brasília – UniCEUB
Faculdade de Ciências da Educação e Saúde – FACES

DANIEL FURTADO GOULART

**CARACTERIZAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL E NÍVEIS DE
FLEXIBILIDADE DE ATLETAS UNIVERSITÁRIOS DE FUTSAL**

Brasília
2016

DANIEL FURTADO GOULART

CARACTERIZAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL E NÍVEIS DE FLEXIBILIDADE DE ATLETAS UNIVERSITÁRIOS DE FUTSAL

Trabalho de conclusão de Curso apresentado como requisito parcial à obtenção do grau de Bacharel em Educação Física pela Faculdade de Ciências da Educação e Saúde Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Orientador: Me. Sergio Adriano Gomes

Brasília
2016

RESUMO

Introdução: O futsal moderno demanda boa condição física para sua prática, por isso os programas de treinamento do futsal buscam não só desenvolver a velocidade, mas também os diferentes tipos de aptidões físicas. **Objetivo:** O objetivo presente estudo foi analisar as características antropométricas e os níveis de flexibilidade de atletas universitários de futsal. **Material e Métodos:** Participaram do estudo 12 atletas universitários de futsal ($18,67 \pm 1,37$ anos). Para isso, foram avaliados antropometricamente para massa (Kg), medida através de Balança Digital (Sanny Brasil), e estatura medida através de Estadiômetro Compacto Tipo Trena (Sanny Brasil). Com essas medidas foram realizados os cálculos para identificação do Índice de Massa Corporal (IMC). Além disso, foram também calculados os percentuais de gordura corporal através da mensuração das sete dobras cutâneas (subescapular, tríceps, peitoral, axilar média, supra-ilíaca, abdominal e coxa) utilizando o adipômetro da marca LANGE (Cambridge Scientific Industries, Inc. Cambridge, Maryland, USA). Os níveis de flexibilidade foram medidos através do teste de sentar e alcançar com Banco de Wells. **Resultados:** Os atletas apresentaram como características da composição corporal para IMC ($23,32 \pm 1,42$ kg/m²), % Gordura ($9,03 \pm 2,72$ %), Densidade corporal ($1,08 \pm 0,01$), Massa magra ($65,82 \pm 3,15$ Kg), Massa gorda ($6,60 \pm 2,24$) e RCQ ($0,83 \pm 0,02$). Para flexibilidade os atletas demonstraram valores de ($32,89 \pm 3,14$). **Considerações Finais:** Conclui-se que é de grande importância a mensuração da composição corporal, níveis de flexibilidade e também outros componentes da aptidão física, tendo em vistas a influência que estas variáveis exercem sobre o desempenho dos atletas.

Palavras-chave: Aptidão física. Futsal. Atletas universitários.

ABSTRACT

Introduction: Modern futsal demands good physical condition for your practice, so futsal training programs seek not only to develop speed but also the different types of physical abilities. **Objective:** The objective of this study was to analyze the anthropometric characteristics and the flexibility levels of futsal university athletes. **Material and Methods:** Twelve futsal university athletes (18.67 ± 1.37 years) participated in the study. For this, they were evaluated anthropometrically for mass (Kg), measured through Digital Scale (Sanny Brazil), and stature measured through a Compact Trena Type Stadiometer (Sanny Brazil). With these measurements, the calculations were carried out to identify the Body Mass Index (BMI). In addition, body fat percentages were calculated by measuring the seven skinfolds (subscapular, triceps, pectoral, mid axillary, supra-iliac, abdominal and thigh) using the LANGE adipometer (Cambridge Scientific Industries, Inc. Cambridge, Maryland, USA). Flexibility levels were measured through the sit-and-reach test with Wells Bank. **Results:** The athletes presented as body composition characteristics for BMI ($23.32 \pm 1.42 \text{ kg} / \text{m}^2$), % Fat ($9.03 \pm 2.72\%$), Body Density (1.08 ± 0.01), lean mass ($65.82 \pm 3.15 \text{ kg}$), Fat mass (6.60 ± 2.24) and WHR (0.83 ± 0.02). For flexibility, the athletes demonstrated values of (32.89 ± 3.14). **Conclusions:** It is concluded that it is of great importance the measurement of body composition, levels of flexibility and also other components of physical fitness, considering the influence that these variables exert on athletes performance.

Keywords: Physical aptitude. Futsal. University athletes.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	7
2 MATERIAIS E MÉTODOS.....	9
2.1 Amostra.....	9
2.2 Métodos.....	9
3 RESULTADOS.....	11
4 DISCUSSÃO.....	12
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	13
REFERÊNCIAS.....	14

1 INTRODUÇÃO

O futebol de salão, o futsal, começou a ser praticado em 1932, em Montevideu, Uruguai, sendo, no início, praticado com as mesmas regras do futebol de campo, com algumas modificações. Em 1948, professores brasileiros entraram em contato com o futebol de salão no Uruguai e, no ano seguinte, realizou-se no Rio de Janeiro o primeiro torneio aberto de futebol de salão para meninos adolescentes (SILVA, 2012). Daí em diante, o Futsal se firmou no Brasil como uma modalidade esportiva amplamente praticada em clubes sociais.

No Futsal, para que a bola utilizada ao ser chutada não alcance alta velocidade, como nos primeiros tempos de sua prática, seu tamanho foi reduzido e seu peso aumentado, de modo a ficar mais pesada, evitando que saísse com facilidade da quadra. Por este fato o Futsal passou a ser chamado de "O Esporte da Bola Pesada" (ZAREMBA, 2010).

O futsal moderno demanda boa condição física para sua prática, por isso os programas de treinamento do futsal buscam não só desenvolver a velocidade, mas também os diferentes tipos de aptidões físicas (MAZINI FILHO, 2011).

O Futsal requer uma demanda física extremamente complexa do atleta, necessitando o desenvolvimento das seguintes aptidões, a saber: (1) Capacidade aeróbia e anaeróbia, (2) Força muscular, (3) Velocidade e, por último, (4) Agilidade. Essas características físicas atuando de forma coordenada e simultânea levam a uma multifuncional do jogador de futsal (SILVA; MARINS, 2014).

O Futsal é um esporte coletivo onde ocorrem sucessivos movimentos de alta Velocidade em espaços reduzidos, com mudanças rápidas de direção [Agilidade – inclusão nossa] e de Velocidade (Explosão – inclusão nossa), que exigem dos praticantes a Agilidade necessária (LEITE et al., 2012).

Hoje, essa modalidade esportiva do Futebol tradicional é uma das mais populares, sendo um dos esportes coletivos mais praticados nas escolas. No Brasil estão cadastrados em instituições e federações oficiais, cerca de 289.000 atletas (ALMEIDA; ROGATTO, 2007; BELLO; ALVES, 2008 *apud* REIS, 2011).

Como modalidade coletiva, o Futsal possui como características principais: (1) Movimentos intensos intermitentes e (2) Esforços de curta duração em alta intensidade. Além disso, ocorrem constantes mudanças de direção da

movimentação, na velocidade utilizada em constantes *sprints* em contra-ataque, deslocamentos variados, paradas bruscas, acelerações e desacelerações, troca de direção em velocidade, movimentos velozes e ações rápidas e na distância percorrida pelos jogadores durante o jogo. Nesse sentido a Velocidade, a Agilidade e a Potência muscular são capacidades físicas necessárias a um praticante de Futsal (TOLEDO; CORRADINE, 2008 *apud* SANTA CRUZ, 2010; ARINS; SILVA, 2007; REBELO; OLIVEIRA, 2006 *apud* REIS 2011).

Dessa forma, o Futsal é um desporto que apresenta características de esforços físicos de alta intensidade e de curta duração, com ênfase nas capacidades motoras de velocidade e de força (BARBERO, 2006 *apud* SANTA CRUZ, 2010).

Diante disto, tendo em vistas a capacidades físicas para o desempenho em diversas práticas esportivas, sobretudo no futsal, está a composição corporal, a qual para atletas de futsal apresentam valores reduzidos quando comparados a atletas de outras modalidades, fato este que podem favorecer para um melhor rendimento, tendo em vista que a movimentação durante os jogos é extremamente intensa, com alta exigência energética (SOARES, 2011).

Outra capacidade condicional é a flexibilidade, esta desenvolvida através do alongamento muscular, freqüentemente realizado antes das práticas desportivas, com o objetivo de aumentar a flexibilidade muscular e amplitude articular do atleta, bem como mitigar o risco de lesões e elevar o desempenho atlético (ENDLICH, 2009).

O alongamento é uma forma de aquecimento dos músculos para aumentar a flexibilidade e mitigar a dor ao longo dos movimentos, visando a melhora do rendimento esportivo bem como da redução do risco de lesões musculares.

Para Wilson (2004) *apud* Almeida e Jabur (2007) exercícios de flexibilidade favorecem a prevenção das lesões por meio de uma grande variedade de movimentos. A prática de exercícios de alongamento protege as juntas e músculos contra lesões, melhorando o suprimento sanguíneo nesses tecidos musculares mantendo-os em condições para a prática esportiva, além de ajudar a aquecer os músculos preparando-os para exercícios mais intensos, tais como no Futsal.

É importante ressaltar, que as características morfológicas e o desempenho motor são pressupostos do rendimento esportivo, principalmente em modalidades coletivas, como o futsal. Desse modo, torna-se importante avaliar a constituição física e as capacidades físicas dos atletas nas diferentes épocas da temporada.

Num estudo sobre as variáveis de aptidão física de jovens praticantes de Basquetebol e Voleibol, Martins et al., (2006) utilizaram as seguintes variáveis para mensurar a aptidão física: Flexibilidade (cm), Agilidade (segundos) e Força Muscular, e Força Abdominal (repetições).

Assim, o objetivo presente estudo foi analisar as características antropométricas e os níveis de flexibilidade de atletas universitários de futsal.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo tratou-se de uma pesquisa de nível descritivo de caráter quantitativo com coleta de dados transversal realizado com universitários de Futsal. A mesma foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa do UniCEUB, por meio da Plataforma Brasil sendo a mesma autorizada sob o CAEE: 60700816.0.0000.0023 e o número 1.800.557.

2.1 Amostra

A amostra foi constituída por 12 atletas universitários de futsal ($18,67 \pm 1,37$ anos). Foram incluídos aqueles que faziam parte dos treinos em no mínimo 3 meses, sendo atletas universitários de Futsal.

2.2 Métodos

Composição Corporal: As medidas de composição corporal incluíram massa (Kg), medida através de Balança Digital (Sanny Brasil), e estatura medida através de Estadiômetro Compacto Tipo Trena (Sanny Brasil). Com essas medidas foram realizados os cálculos para identificação do Índice de Massa Corporal (IMC) utilizando a fórmula $[\text{Kg}/ (\text{estatura})^2]$. Foram também calculados os percentuais de gordura corporal através da mensuração das sete dobras cutâneas (subescapular, tríceps, peitoral, axilar média, supra-iliaca, abdominal e coxa) utilizando o adipômetro da marca LANGE (Cambridge Scientific Industries, Inc. Cambridge, Maryland, USA), com escala de 1mm e pressão constante em todas as aberturas de 10 g/mm^2 .

A partir dos valores das espessuras de dobras cutâneas, foi calculada a densidade corporal empregando-se a equação preditiva proposta por (1) Jackson; Pollock, (1978). A gordura corporal foi estimada a partir da equação proposta por (2) Siri, (1961).

1. Densidade Corporal = $1,1120 - 0,00043499 * (\Sigma 7 \text{ Dobras Cutâneas}) + 0,00000055 * (\Sigma 7 \text{ Dobras Cutâneas})^2 - 0,00028826 * (\text{Idade})$.
2. Percentual de Gordura (%GC) = $((4,95 / \text{Densidade corporal}) - 4,5) * 100$.

Dobras Cutâneas:

1- Dobra Cutânea Subescapular (SE): Mensurada imediatamente abaixo do ângulo inferior da escápula. O ponto foi determinado por apalpação do ângulo da escápula, com os dedos indicador e médio. O adipômetro foi colocado no sentido natural da dobra, obliquamente para baixo e lateralmente ao eixo longitudinal do corpo, em ângulo de ± 45 graus.

2- Dobra Cutânea Tricipital (TR): O local de mensuração dessa variável foi determinado a partir da medida da distância entre a projeção lateral do processo acromial da escápula e a borda inferior do olecrano da ulna, pelo uso de uma fita métrica, estando o cotovelo flexionado a 90° . O ponto médio foi marcado na parte lateral do braço. A dobra foi mensurada na linha média do bordo posterior do braço, sobre o músculo tríceps, no ponto médio entre a projeção lateral do processo acromial da escápula e a margem inferior do olecrano.

3- Dobra Cutânea Peitoral (PI): Essa dobra cutânea foi mensurada no sentido oblíquo ao eixo longitudinal do corpo, do ponto médio entre a axila e o mamilo.

4- Dobra Cutânea Axilar Média (AM): Essa variável foi mensurada na altura da linha imaginária horizontal que passaria na altura do apêndice xifóide. A dobra cutânea foi pinçada obliquamente, tendo como ponto de reparo a orientação dos espaços intercostais.

5- Dobra Cutânea Supra-ilíaca (SI): A dobra cutânea foi mensurada imediatamente acima da crista-ilíaca superior, na linha imaginária horizontal que passa pela cicatriz umbilical, estando o sujeito na posição ereta. A dobra foi pinçada obliquamente.

6- Dobra Cutânea Abdominal (AB): A variável foi mensurada estando o indivíduo na posição ortostática. A dobra AB foi determinada paralelamente ao eixo

longitudinal do corpo (vertical), a 3 cm da cicatriz umbilical e a 1 cm, no sentido inferior.

7- Dobra Cutânea da Coxa (CX): Essa dobra cutânea foi mensurada no ponto médio entre a dobra inguinal, no ponto mais inferior da crista-íliaca anterior, e a borda proximal da patela. A dobra cutânea da CX é vertical, sendo mensurada com o sujeito sentado em uma cadeira, sem contração muscular, com os pés apoiados no solo.

Flexibilidade

Para mensurar os níveis de flexibilidade, foi utilizado o teste de sentar e alcançar com banco de Wells, que consiste em os indivíduos sentarem no chão com as pernas juntas com os joelhos estendidos e as plantas dos pés colocadas contra a borda da caixa. Foi instruído para que lentamente alcançasse a frente o mais distante possível ao longo do topo da caixa enquanto conservava as duas mãos paralelas, mantendo essa posição por aproximadamente dois segundos. O escore foi o ponto mais distante na caixa constatado pelas pontas dos dedos.

RCQ - Razão Cintura-Quadril

A razão cintura-quadril (RCQ) é a obtida pela divisão das medidas da cintura e do quadril. O objetivo é servir de indicador para avaliar o risco de doenças cardiovasculares, tendo em vista que quanto maior a concentração da gordura abdominal, maior o risco de problemas como colesterol alto, diabetes, hipertensão e aterosclerose.

3 RESULTADOS

Os resultados do presente estudo estão demonstrados na Tabela 1 quanto a caracterização da amostra com média e desvio padrão para Massa corporal, Estatura, IMC, Percentual de gordura, Densidade corporal, Massa magra, Massa gorda, Densidade corporal, Razão cintura/quadril e níveis de Flexibilidade.

Tabela 1 - Caracterização da amostra.

VARIÁVEL	VALORES
Massa Corporal (Kg)	72,42 ± 4,24
Estatura (m)	1,76 ± 0,03
IMC (kg/m ²)	23,32 ± 1,42
% Gordura	9,03 ± 2,72
Densidade Corporal	1,08 ± 0,01
Massa Magra (Kg)	65,82 ± 3,15
Massa Gorda (Kg)	6,60 ± 2,24
RCQ	0,83 ± 0,02
Flexibilidade (cm)	32,89 ± 3,14

IMC= Índice de massa corporal. RCQ= Razão cintura/quadril.

A Tabela 2 abaixo mostra que não foram alcançados os valores máximos para os atletas da amostra. A flexibilidade média dos atletas foi de 32,89 cm, o que os classificam na faixa de Média flexibilidade, segundo Wells e Dillon (1952).

Tabela 2 - Tabela de Wells e Dillon, 1952

Idade	Fraco	Regular	Médio	Bom	Ótimo
<20	<24,5	25-30	31-35	36-39,5	>40
20-29	<25,0	26-30	31-34	35-38	>39
30-39	<24,0	25-28	29-33,5	34-38,5	>39
40-49	<22,5	22,5-28	29-32,5	33-37,5	>38
50-59	<21,5	22-27	28-32,5	33-37,5	>38
>59	<21,5	22-26,5	26,5-31	31-32,5	>33

(Wells & Dillon, 1952)

4 DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo analisar as características antropométricas e os níveis de flexibilidade de atletas universitários de futsal, dados os quais foram obtidos por mensuração de composição corporal (massa, estatura, IMC, percentuais de gordura) e mensuração dos níveis de flexibilidade cm Banco de Wells.

Neste sentido a relevância da mensuração da composição corporal em atletas diz respeito direto ao desempenho devido as exigências da prática da modalidade.

Além disso, é demonstrado efeito positivo nas modificações antropométricas com a prática do futsal, porém, há estudos que evidenciam que o efeito significativo do treinamento parece ser apenas para indicadores de força/potência muscular e agilidade (SOARES, 2011; CYRINO et al., 2002).

O estudo de caracterização dos atletas, visa o diagnóstico dos níveis de aptidão dos atletas, o que de acordo com Cyrino et al., 2002, isso se dá, especialmente para o controle dos aspectos relacionados a composição corporal e a influencia direta que esta exerce sobre o desempenho dos jogadores, na qual maiores níveis de gordura corporal prejudicariam a performance, tendo em vista as exigências de deslocamento. Além disso, demais estudos demonstram a associação da composição corporal de atletas de futsal com a tipologia de esquema de gênero, e, quanto a posição dos jogadores, as características antropométricas e de desempenho parecem ser semelhantes. (GOMES et al., 2011; AVELAR et al., 2008).

Com relação a flexibilidade para grupos de atletas, não há consenso sobre quais valores seriam ideais e/ou quais as conseqüências de uma má flexibilidade para a população em questão, neste sentido Gomes e Teixeira-Arroyo (2009) evidenciam em estudo com uma equipe de futsal, não haver nos treinos rotinas específicas de força e flexibilidade, fato este que indicou baixa correlação direta e significativa entre os níveis de força e flexibilidade, capacidades estas importantes para o desempenho na modalidade.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Portanto, conclui-se que é de grande importância a mensuração da composição corporal, níveis de flexibilidade e também outros componentes da aptidão física, tendo em vistas a influência que estas variáveis exercem sobre o desempenho dos atletas.

Cabe ressaltar as principais limitações do estudo, como não estudo de outras variáveis de aptidão física para desempenho na modalidade, assim como comparação com outros grupos de atletas.

Portanto são sugeridos novos estudos que visem abordar os fatores de influência para desempenho na modalidade Futsal, assim como estabelecer

correlações entre as variáveis de aptidão física e acompanhamento da periodização dos treinos.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, G.T., ROGATTO, G.P. Efeitos do método pirométrico de treinamento sobre a força explosiva, agilidade e velocidade de deslocamento de jogadores de futsal. **Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança**, 2007.

ALMEIDA, T. T.; JABUR, M. N. Mitos e verdades sobre flexibilidade: reflexões sobre o treinamento de flexibilidade na saúde dos seres humanos. **Motricidade**, v. 3, n. 1, p. 337-344, 2007.

ARINS, F. B.; SILVA, R. C. R. Intensidade de trabalho durante os treinamentos coletivos de futsal profissional: um estudo de caso. **Rev. bras. cineantropom. desempenho hum**, v. 9, n. 3, 2007.

AVELAR, A. et al. Perfil antropométrico e de desempenho motor de atletas paranaenses de futsal de elite. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 10, n. 1, p. 76-80, 2008.

BARBERO ÁLVAREZ, J. C.; BARBERO ÁLVAREZ, V.; MELILLA, CLSEC. Relación entre el consumo máximo de oxígeno y la capacidad para realizar ejercicio intermitente de alta intensidad en jugadores de fútbol sala. **Rev Entren Deportivo**, v. 17, n. 2, p. 13-24, 2003.

BELLO, N.; ALVES, U. S. Futsal: conceitos modernos. **São Paulo. Phorte**, 2008.

CYRINO, E. S. et al. Efeitos do treinamento de futsal sobre a composição corporal e o desempenho motor de jovens atletas. **Rev. Bras. Ciên. e Mov. Brasília** v. 10, n. 1, 2002.

ENDLICH, P. W. et al. Efeitos agudos do alongamento estático no desempenho da força dinâmica em homens jovens. **Rev. bras. med. esporte**, v. 15, n. 3, p. 200-203, 2009.

GOMES, F.; TEIXEIRA-ARROYO, C. Relação entre a Flexibilidade e a Força de Membros Inferiores em Atletas de Futsal Masculino. **Revista Educação Física**, 2009.

GOMES, S. A; SOTERO, R. F; GIAVONI, A. Avaliação da composição corporal e dos níveis de aptidão física de atletas de futsal classificados segundo a tipologia dos esquemas de gênero. **Rev. bras. med. esporte**, v. 17, n. 3, p. 156-160, 2011.

LEITE, L. R. Relação entre agilidade e velocidade em praticantes de futsal. **ACTA BRASILEIRA DO MOVIMENTO HUMANO-BMH**, v. 2, n. 4, p. 16-25, 2013.

MARTINS, R.D., D'AVILA, C.F.B., ARAÚJO JUNIOR, J.F., RAMOS, P.H. Variáveis neuromotoras da aptidão física de meninas praticantes de basquetebol e voleibol. **X**

Encontro Latino Americano de Iniciação Científica e VI Encontro Latino Americano de Pós-Graduação – Universidade do Vale do Paraíba, 2006.

MAZINI FILHO, M.L. et al. Influência do treinamento do futsal na agilidade. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício** - Volume 10 Número 2 - abril/junho 2011.

REBELO, A. N.; OLIVEIRA, J. Relação entre a velocidade, a agilidade e a potência muscular de futebolistas profissionais. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 6, n. 3, p. 342-348, 2006.

REIS, B. P. Influência do alongamento no comportamento muscular de jogadores de futsal sob avaliação isocinética. **RBFF- Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, v. 3, n. 8, p. 2, 2011.

SANTA CRUZ, R.A.R. **Desempenho neuromotor de atletas de futsal em diferentes categorias**, 2010.

SILVA, J.R. **Desenvolvimento do futsal no ensino fundamental**. Monografia (graduação) - Faculdade do Clube Náutico Mogiano, Mogi das Cruzes, Brasil, 2012.

SILVA, A. G.; MARINS, J. C. B. Proposta de bateria de testes físicos para jovens jogadores de futebol e dados normativos. **Revista Brasileira de Futebol (The Brazilian Journal of Soccer Science)**, v. 7, n. 1, p. 13-19, 2015.

SOARES, P. E. P. **Composição corporal em atletas de futsal**. 2011. 45 f. Dissertação (Mestrado)- Universidade de Coimbra, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Coimbra, 2011.

TOLEDO, N.; CORRADINE, T. V. O modelo das cargas concentradas de força no futsal. **OLIVEIRA, PR Periodização contemporânea do treinamento desportivo: modelo das cargas concentradas de força: sua aplicação nos jogos desportivos (basquetebol, futebol de campo, futsal, voleibol) e luta**. São Paulo: Phorte, p. 117-157, 2008.

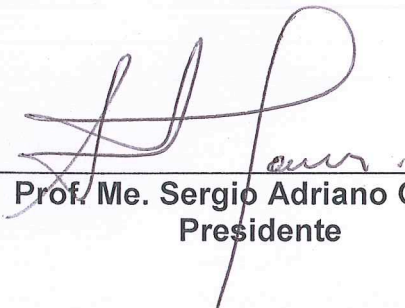
WELLS, K.F.; DILLON, E.K. The sit and reach: a test of back and leg flexibility. **Research Quarterly for Exercise and Sport, Washington**, v. 23, p. 115-118, 1952.

WILSON, G. J. Muscle: Stiffness and Flexibility: Implications for Performance Enhancement and Injury Prevention. **Centre for Human Movement Science & Sports Management The University of New England-Northern Rivers, NSW, Australia**, v. 5, 2003.

ZAREMBA, C.M. **Fundamentos do Futsal**. Ponta Grossa: Editora UEPG/NUTEAD, 2010.

ATA DE APROVAÇÃO

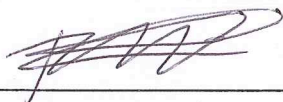
De acordo com o Projeto Político Pedagógico do **Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB**, o (a) acadêmico (a) Daniel Furtado Goulart foi aprovado (a) junto à disciplina da Bacharel **Trabalho de Conclusão de curso - Apresentação**, com o trabalho intitulado **CARACTERIZAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL E NÍVEIS DE FLEXIBILIDADE EM ATLETAS UNIVERSITÁRIOS DE FUTSAL**.



Prof. Me. Sergio Adriano Gomes
Presidente



Prof. Dr. Alessandro de Oliveira Silva
Membro da Banca



Prof. Me. Tácio Santos
Membro da Banca

Brasília, DF, 23/ 11/ 2016

CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR

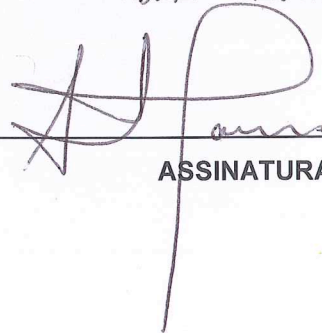
**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de aceite do orientador

Eu, Sérgio Adriano Gomes, declaro aceitar orientar o (a) aluno (a) Daniel Furtado Goulart no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 23 de novembro de 2016.



ASSINATURA



FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, Sérgio Adriano Gomes, venho por meio desta, como orientador do trabalho :
Caracterização da composição corporal e dos níveis de flexibilidade de atletas universitários de futsal autorizar sua apresentação no dia 24 /11/ 2016 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



Orientador



CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de Autoria

Eu, Daniel Furtado Goulart, declaro ser o (a) autor(a) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaro, ainda, não ter plagiado a idéia e/ou os escritos de outro(s) autor(s) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 23 de novembro de 2016.



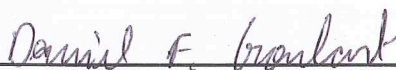
Orientando



AUTORIZAÇÃO

Eu, Daniel Furtado Goulart RA 21212302, aluno (a) do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor(a) do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado Caracterização da composição corporal e dos níveis de flexibilidade de atletas universitários de futsal autorizo expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizo o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, 23 de novembro de 2016.



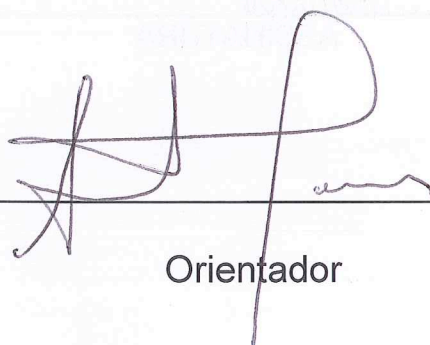
Assinatura do Aluno



FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DE TCC

Venho por meio desta, como orientador do trabalho, Sérgio Adriano Gomes do
aluno (a) Daniel Furtado Goulart autorizar sua apresentação no dia 23/11/2016 do
presente ano.

Sem mais a acrescentar,


Orientador



FICHA DE RESPONSABILIDADE DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, Daniel Furtado Goulart RA: 21212302 me responsabilizo pela apresentação do TCC intitulado Caracterização da composição corporal e dos níveis de flexibilidade de atletas universitários de futsal 23 / 11 do presente ano, eximindo qualquer responsabilidade por parte do orientador.



ASSINATURA

