



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - UniCEUB**  
**FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE – FACES**

**CÁSSIO MIRANDA SACRAMENTO**

**ANÁLISE DOS MÉTODOS DE AVALIAÇÃO NA MODALIDADE FUTSAL**

**BRASÍLIA**  
**2014**

**CÁSSIO MIRANDA SACRAMENTO**

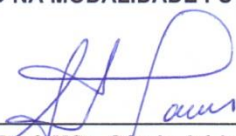
**ANÁLISE DOS MÉTODOS DE AVALIAÇÃO NA MODALIDADE FUTSAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial à obtenção do grau de Bacharelado em Educação Física pela Faculdade de Ciências da Educação e Saúde Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.  
Orientador: Profº. MSc. Sérgio Adriano Gomes.

**BRASÍLIA  
2014**

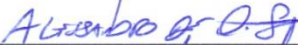
## ATA DE APROVAÇÃO

De acordo com o Projeto Político Pedagógico do **Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB**, o (a) acadêmico (a) **CÁSSIO MIRANDA SACRAMENTO** foi aprovado (a) junto à disciplina **Trabalho Final – Apresentação**, com o trabalho intitulado **ANÁLISE DOS MÉTODOS DE AVALIAÇÃO NA MODALIDADE FUTSAL**.



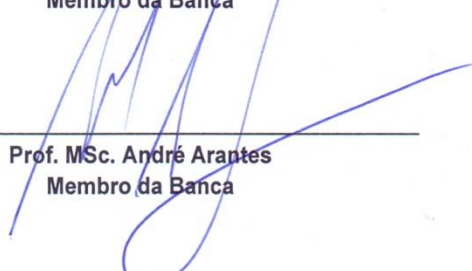
---

**Prof. MSc. Sérgio Adriano Gomes**  
Presidente



---

**Prof. Dr. Alessandro de Oliveira Silva**  
Membro da Banca



---

**Prof. MSc. André Arantes**  
Membro da Banca

**BRASÍLIA**  
2014

## RESUMO

**Introdução:** O futsal é uma modalidade que tem suas dúvidas em relação a sua origem, pois alguns estudos defendem que foi no Uruguai através da criação de regras baseadas em outras modalidades, feitas pelo professor Juan Carlos Ceriani, e outros estudos dizem que sua criação se deu em São Paulo por alguns jovens que faziam a prática da modalidade de forma recreativa. Para um bom desempenho no esporte é necessário o desenvolvimento de algumas capacidades motoras como a flexibilidade, força, velocidade, agilidade e resistência, e elas podem ser analisadas através de alguns testes que serão abordados no estudo. **Objetivo:** O objetivo do presente estudo foi analisar os métodos de avaliação da modalidade futsal. **Materiais e Métodos:** Este estudo é uma revisão bibliográfica composto de leitura exploratória, seletiva, método analítico e leitura interpretativa. **Revisão da Literatura:** Muitos são os métodos utilizados para a avaliação das capacidades motoras utilizadas no futsal como na flexibilidade utilizando o método de sentar e alcançar, na força usando o teste de salto horizontal, a velocidade pelo teste dos 30 m, o Shuttle Run para a agilidade e os testes de RAST e SOCCER para a resistência. **Considerações Finais:** Para um bom desempenho no futsal é de suma importância o desenvolvimento das capacidades motoras utilizadas no esporte. **Palavras-Chave:** Futsal, Testes, Capacidade Motora.

## ABSTRACT

**Introduction:** Futsal is a sport that has their doubts about its origin, some studies argue that it was in Uruguay by creating rules based on other modalities, made by Professor Juan Carlos Ceriani, and other studies say their creation is gave in Sao Paulo for a few youngsters who did the sport recreationally. To perform well in sports is necessary to develop some motor skills such as flexibility, strength, speed, agility and endurance, and they can be analyzed through some tests that will be addressed in the study. **Objective:** The aim of this study was to evaluate methods for assessing the futsal game. **Materials and Methods:** This study is a literature review consists of reading exploratory and selective analytical method and interpretive reading. **Literature Review:** Many methods are used for the evaluation of motor skills used in futsal as flexibility in using the method of sitting and reaching in strength using the horizontal jump test, the test speed of 30 m, for the Shuttle Run and agility tests RAST and SOCCER for resistance. **Final Thoughts:** For a good performance in futsal is of paramount importance to develop motor skills used in the sport. **Keywords:** Soccer, Testing, Motor Capacity

## 1 INTRODUÇÃO

Segundo Santana (2011), existem duas correntes que defendem a origem da modalidade futsal. Uma defende que foi no Uruguai, no ano de 1933, através do professor Juan Carlos Ceriani, da Associação Cristã de Moços (ACM) sediada em Montevideu, onde o professor se baseia em fundamentos do futebol, basquete e handebol para criar as regras do jogo. Já outra corrente defende que a criação se deu na ACM de São Paulo, no ano de 1930, onde jovens faziam a prática a título de recreação.

Várias são as capacidades motoras utilizadas nesse esporte, porém nesse trabalho será observado apenas a flexibilidade, força, velocidade, agilidade e resistência.

Segundo Alter (1999) a flexibilidade nos traz muitos benefícios, pois ela proporciona um bom funcionamento do aparelho locomotor humano, auxiliando na realização de movimentos voluntários em uma ou mais articulações, na sua amplitude máxima, sem exposição a lesões do sistema músculo-esquelético.

O termo força é utilizado para identificar a força ou torque máximo que pode ser obtido pelos músculos na realização de um determinado movimento, como por exemplo, a extensão de joelho. Ela pode ser trabalhada na forma excêntrica (alongamento), concêntrica (encurtamento) ou isométrica (qualquer comprimento) do músculo (KOMI, 2008).

Komi (2008) diz que força e velocidade tem bastante relação nos movimentos esportivos, no qual é chamado de impedância mecânica, que é caracterizado pela resistência total do corpo humano às forças externas, tendo importância no momento que o corpo colide com um corpo externo ou está sob vibração. A impedância inclui componentes elásticos, de amortecimento e de inércia.

A agilidade faz parte das capacidades motoras do futsal e tem uma grande importância na prática desse esporte, pois para Marins e Giannichi (2003), ela é uma variável neuromotora que possibilita o praticante realizar trocas rápidas de direção, sentido e deslocamento do centro de gravidade de todo o corpo ou parte dele. Para Marinho et. al.(2011), a agilidade também

minimiza nas faltas e ajuda a ultrapassar e enganar seus adversários à frente em situações mais imprevisíveis possíveis.

O futsal evidencia, na sua prática, algumas qualidades físicas essenciais, como resistência aeróbica, resistência anaeróbica alática e lática. (MATOS, et. al., 2008).

A resistência aeróbica, que é feita com recurso do oxigênio, tem a duração acima de três minutos, com a intensidade do exercício de 70 a 80% do VO2 máx, usa como fonte de energia o glicogênio mais o lactato ou gorduras, fazendo com que a frequência varie entre 140 e 160 bpm, tendo como tempo de recuperação de 24 a 48 horas (TRAVASSOS, 2010).

Já a resistência anaeróbica, que é feita sem o uso do oxigênio, pode ser dividida em alática, tendo a duração de até vinte segundos, na intensidade máxima, usando como fonte de energia o ATP-CP, com uma recuperação de 2 minutos, e lática, tendo a duração de vinte segundos a três minutos, com uma intensidade de 90 a 95% do VO2 máx, usando como fonte o glicogênio mais o lactato, com uma frequência cardíaca máxima e uma recuperação de 24 a 48 horas (TRAVASSOS, 2010).

O objetivo do presente estudo foi analisar os métodos de avaliação da modalidade futsal.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

O Presente estudo bibliográfico utilizou artigos científicos na base de dados Scielo, Google Acadêmico, Revistas Eletrônicas, utilizando também livros didáticos, dentre os anos de 1979 a 2011 sobre o tema "Análise dos métodos de avaliação na modalidade futsal". Sendo o primeiro método a leitura exploratória de materiais bibliográficos referentes ao tema, possibilitando ter um conhecimento sobre como o profissional deve atuar nessa modalidade, fazendo com que seus atletas tenham melhor desempenho a partir dos métodos apresentados.

Em seguida foi realizada uma leitura seletiva verificando a relevância dos achados e selecionando os artigos que mais interessavam sobre o tema futsal e seus métodos de avaliação. A leitura seletiva foi seguida pelo método

analítico para verificar quais são os melhores meios para a melhoria dos praticantes de futsal.

O processo de leitura dos materiais foi finalizado por meio da leitura interpretativa para relacionar as principais ideias e os principais estudos de campos, onde foram aplicados os testes na modalidade, para que os seus resultados pudessem justificar a evolução dos participantes, assim ampliando a visão dos professores sobre o futsal e a aplicabilidade de cada método.

### **3 REVISÃO DA LITERATURA**

O futsal, também conhecido como o “esporte da bola pesada”, é uma atividade muito praticada em todo o mundo. Após o reconhecimento da modalidade pela Federação Internacional de Futebol – FIFA, em 1989, o número de praticantes do jogo aumentou consideravelmente. Sob a coordenação dessa instituição, o esporte passou a ser praticado nos cinco continentes, em 123 países, por indivíduos de ambos os sexos, nas categorias adulto, sub-20, sub-17, sub-15, sub-13, sub-11 e sub-9, com objetivos de recreação, lazer ou competição (SOUZA, 1999).

Em pesquisa realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (1985) estimou-se que existam aproximadamente 10 milhões de praticantes de tal modalidade no Brasil, tornando-a uma das mais praticadas no país. Só no território nacional, cerca de 310.000 (trezentos e dez mil) são atletas federados e possuem registro na Confederação Brasileira de Futebol de Salão – CBFS, por praticarem a modalidade em nível de rendimento (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE FUTEBOL DE SALÃO, 2006). Mesmo com a incrível marca da Seleção Brasileira de Futsal com cinco títulos mundiais na modalidade e de ser um esporte amplamente difundido, bem como, expressivo pelo número de praticantes no país, há uma necessidade de maiores informações sobre essa modalidade muito popular, mas, carente de uma abordagem mais científica sobre as variáveis que o caracterizam, haja vista o reduzido número de estudos realizados com atletas desse desporto (TOURINHO FILHO, 2001).



### 3.1 Componentes e características do Futsal

O futsal possui três principais componentes: o técnico, o físico e o tático. O componente técnico é caracterizado pela execução das habilidades motoras, que compõe os fundamentos do jogo, já o componente físico é caracterizado pelas capacidades físicas evidenciadas na realização do jogo, e o componente tático é caracterizado pelas próprias estratégias do jogo, treinando os atletas para as ações defensivas e ofensivas, através do posicionamento dos mesmos em quadra, influenciando de maneira significativa o aspecto cognitivo do jogador, para que ele tenha a capacidade de resolver situações-problema durante a partida. Na prática, um componente interfere diretamente no desempenho de outro. Nesse sentido, o físico sustenta a técnica que, por sua vez, sustentará a tática adotada. Neste estudo, focar-se-á, de maneira especial, o componente físico (FONSECA e SILVA, 2002).

Ao longo do tempo, as regras do jogo passaram por transformações, tornando o futsal cada vez mais atraente e competitivo, fazendo com que seus praticantes busquem ter o melhor nível de rendimento dos aspectos motores, cognitivos e psicológicos para que assim consigam resolver as situações de jogo, no qual está ficando cada vez mais complexas. Isto se deve à dinâmica do jogo, consequência, das transições de ataque (quando a equipe está com a posse da bola) e de defesa (quando a equipe perde a posse da bola) (SOUZA, 1999).

Para Fonseca e Silva (2002), o futsal, como jogo esportivo, apresenta: a) características éticas: que está relacionado ao cumprimento de normas do jogo, o respeito aos adversários, às regras, aos companheiros, às determinações do árbitro; b) características sócio-afetivas: abordando os aspectos do relacionamento e da afetividade proporcionados pelo jogo. Englobam os aspectos da convivência em grupo, desenvolvendo nos participantes laços afetivos, por meio da necessidade do trabalho em conjunto para obtenção de objetivos comuns; c) características motoras: a partir da percepção, noção de tempo e espaço, antecipação motora, coordenação e ritmo; e, ainda, d) características físico-corporais: caracterizadas pelas

capacidades físicas envolvidas no jogo, que são: agilidade, força, flexibilidade, potência, resistência e velocidade.

Segundo Souza (1999), o futsal é um esporte de habilidade motora aberta, que é quando se pratica o esporte em um ambiente imprevisível, ou seja, seus componentes técnico e tático são treinados para a necessidade de se adaptar o treino dos atletas em função das ações motoras dos diferentes elementos presentes no jogo, tais como: companheiros de equipe, adversários e as dimensões da quadra.

Nesse sentido, enxerga-se a necessidade da flexibilidade na hora de se trabalhar programas motores e, ainda, a automatização do mesmo, deixando-os próximos a um modelo ideal, objetivando a aproximação máxima do treinamento que é prescrito aos atletas, com as necessidades impostas pelo jogo, respeitando, dessa forma, a um dos pilares do treinamento desportivo, evidenciado pelo princípio da especificidade, na busca de um melhor desempenho nas competições (DANTAS, 1995; WILMORE; COSTILL, 2001).

### ***3.3.1 Características morfológicas, funcionais e neuromusculares***

Segundo Bello Júnior (1998), a agilidade, a flexibilidade, a resistência muscular e a força / potência de membros inferiores são capacidades físicas consideradas essenciais para a prática do futsal.

Bortoli et al. (1996) e Krabbe et al. (1996), fizeram estudos relacionados às características morfológicas, funcionais e neuromusculares de atletas de futsal de alto rendimento, ou seja, o perfil de aptidão física dessa população, através de investigações em homens atletas (categoria adulto), os quais disputavam o Campeonato Gaúcho de Futsal – Série Ouro (1996), sendo obtidos dados antropométricos, neuromusculares e funcionais.

Bortoli et al. (1996) encontraram valores médios para a variável estatura iguais a 173,0 ( $\pm$  5,97) cm, massa corporal de 70,9 ( $\pm$  8,1) Kg, percentual de gordura (%G) de 12,33 ( $\pm$  2,24) % e massa magra (MM) de 62,13 ( $\pm$  6,67) Kg.

Krabbe et al. (1996), com a finalidade de verificar as características funcionais e neuromusculares, obtiveram os seguintes resultados: a) potência aeróbia (mensurada em esteira rolante por meio do protocolo de Bruce) com valores médios de 53,57 ( $\pm$  6,64) ml/Kg.min; b) teste de velocidade (distância

de 50m) com  $6,54 (\pm 0,17)$  s; e c) potência anaeróbia láctica (determinada pelo teste de corrida de 40s) com valores de  $277,0 (\pm 13,86)$  m.

Tourinho Filho (2001), através de seu estudo com atletas de alto rendimento da categoria adulto–masculino, que disputavam o Campeonato Gaúcho de Futsal - Série Ouro (2000), com a finalidade de verificar os efeitos de treinamentos antagônicos na preparação física, encontrou os seguintes resultados com relação às variáveis antropométricas: para a estatura,  $176,0 (\pm 6,29)$  m; massa corporal,  $72,92 (\pm 6,93)$  Kg; percentual de gordura,  $11,58 (\pm 1,35)$  %; e massa magra,  $64,41 (\pm 5,70)$  Kg. No estudo acima descrito, a variável força rápida (força explosiva) foi mensurada por meio do teste de impulsão vertical de membros inferiores, conhecidos como Squat Jump (SJ) e Counter Movement Jump (CMJ) e encontrou valores médios para SJ  $37,10 (\pm 3,22)$  cm e para o CMJ  $39,46 (\pm 3,9)$  cm.

Um estudo realizado por Soares (1997) com atletas de futsal da categoria adulto–masculino, que disputaram o Campeonato Gaúcho de Futsal – Série Ouro (1996), tinha a finalidade de caracterizar e quantificar os deslocamentos dos jogadores de futsal durante a realização do jogo, por meio da análise dos vídeos dos jogos. Através dos resultados obtidos, foi possível verificar o caráter intermitente que esse esporte apresenta, ou seja, o atleta de futsal de alto rendimento realiza esforços supramáximos de curta duração, com subsequente tempo para recuperação, que geralmente são atividades de intensidade moderada ou repouso propriamente dito, fato que ocorre quando: a) a bola não está em jogo (faltas, laterais, escanteios, tiros de meta, atendimento médico, tempo técnico (1 minuto) por período de jogo); b) o jogador é substituído (durante o jogo); c) intervalo de 15 (quinze) minutos, entre o primeiro e o segundo período (tempos) do jogo.

Após a análise de 10 partidas da Liga Espanhola de Futsal - LNFS, Barbero (2003) conclui que um dos fatores que mais se destacam na evolução do futsal de alto rendimento é a intensidade do jogo, pois apesar de uma partida ter um tempo total de aproximadamente 75 a 80 minutos, o número de substituições de atletas durante o jogo é ilimitado, fato que permite a equipe manter o ritmo de jogo bastante intenso durante toda a partida, corroborando assim os resultados obtidos por Soares (1997). O autor estimou, ainda, que

cada atleta permanece em média, na quadra de jogo, por um tempo de aproximadamente 8 minutos.

Segundo Barbero (2003), o futsal de alto rendimento é caracterizado por ser uma atividade intermitente, mesclando assim os esforços de moderada e alta intensidade provocada por ações explosivas como, por exemplo, as mudanças de direção, os dribles, as fintas, arrancadas com e sem a posse de bola, entre outros, com os esforços de média e baixa intensidade originados, principalmente, por situações de interrupção do jogo (faltas, laterais, escanteios, tiros de meta, secagem da quadra de jogo e tempos técnicos).

Em seu estudo, Barbero (2003) encontrou um tempo de jogo real de 40 minutos, divididos em 2 tempos de 20 minutos, e tempo de pausa ou intervalo de 35 minutos. O número médio de pausas e intervalos é de 176,5 ( $\pm 24.1$ ) e a duração destas pausas é de 12,2 s ( $\pm 1,34$ ); as ações com diferentes intensidades tanto de defesa quanto de ataque duram 8,9 s ( $\pm 1,1$ ). Esses resultados indicaram que para cada participação ativa que realiza o atleta, há um intervalo de tempo de recuperação superior ao de ação, onde a relação de esforço e pausa é de 1:1,4. Encontrou também no seu estudo os seguintes resultados: 75,95% das ações (defensivas/ofensivas) duram entre 0 e 10s; 18,91% entre 11 e 20s; e 4,14% tem duração entre 21 e 30s, sendo pouco frequentes ações com duração acima de 30s (1%).

Com a análise dos resultados obtidos nos estudos citados, evidencia-se que o atleta dessa modalidade, provavelmente por fazer exigência de uma utilização mista de fontes energéticas, impostas pelo próprio jogo, apresenta um desempenho satisfatório nas diferentes capacidades motoras avaliadas.

Para Wilmore e Costill (2001), as reservas de Adenosina Trifosfato (ATP-PC) podem manter as necessidades de energia dos músculos entre 3 e 15 segundos durante um esforço máximo. Usando o mesmo raciocínio, os resultados obtidos no estudo feito por Barbero (2003), sugerem que a modalidade receba contribuição expressiva do metabolismo dos fosfagênios (ATP-PC). Portanto, acaba-se deduzindo que através das ações realizadas durante os jogos, o metabolismo anaeróbio alático tem uma participação significativa na sustentação tática, sendo evidenciada pela capacidade dos atletas de defender e atacar com eficiência chegando a 85% do total de ações,

já o metabolismo anaeróbio láctico, tem uma pequena contribuição na sustentação tática ficando por volta dos 25%, e ainda assim depende da duração das ações e do tempo de recuperação entre elas para se chegar a essa porcentagem.

Portanto, pelo tempo médio de duração de uma partida da modalidade ( $\pm 75$  a 80 minutos) a predominância do metabolismo aeróbio é bem evidenciada. Entretanto ao se analisar o tempo de duração (volume) e a intensidade das ações executadas durante o jogo, o fator determinante para um desempenho de excelência é o metabolismo anaeróbio.

### **Capacidades Motoras Condicionais - Futsal**

O futsal exige dos praticantes muitas variáveis, como a flexibilidade, força, velocidade, agilidade e resistência muscular. Porém vários são os testes para a melhora e análise do praticante.

Uma maneira de verificar o nível de flexibilidade é através do teste de sentar e alcançar, utilizando o Banco de Wells, onde o praticante senta-se com as pernas juntas, os joelhos estendidos e apoia a planta do pé na borda da caixa. Com as duas mãos paralelas, o participante tenta alcançar a frente o mais distante possível, não podendo flexionar os joelhos, mantendo essa posição momentaneamente e depois volta ao normal e executa o processo mais duas vezes, fazendo assim uma média das três tentativas, assim chegando ao valor da flexibilidade (HEYWARD, 2004).

A força pode ser medida através de várias maneiras, porém a de destaque no trabalho será a de salto horizontal, onde se coloca uma fita métrica de metal no solo, e o participante com os pés juntos no ponto zero da fita, podendo fazer uso dos braços e do tronco, tenta alcançar a marca mais alta da fita no chão, não podendo fazer o uso de marcha, corrida, outro salto ou deslize após a queda (MATSUDO, 2005).

Segundo Silva e Silva (2004), a velocidade de um atleta de futsal pode ser mensurada através do teste dos 30 metros, com saída parada e corrida no sentido retilíneo, realizado em quadra de jogo com medidas variando de 36 a 40 metros de comprimento, contendo uma zona de desaceleração de 10 a 12 metros. Para se chegar a um resultado, são realizadas duas tentativas

consecutivas com um intervalo de 3 minutos, expondo o resultado em metros por segundo (m/s).

O teste Shuttle Run proposto por Johnson e Nelson (1979), é utilizado até hoje para testar a agilidade dos atletas, com a ajuda de dois blocos de madeira e um cronômetro. São feitas duas marcas no solo, uma de partida e uma de referência, separadas por 9,14 metros. Os blocos são colocados 10 cm após a linha de referência e separados entre si por um espaço de 30 cm. Após os comandos de "atenção! Já!", o cronômetro é acionado e o testado tem que correr até passar os dois pés da linha de referência pegando um dos blocos e levando até a outra marca do solo, e sem interrupção vai de encontro ao segundo bloco e faz o mesmo processo até passar os dois pés da marca de partida com o bloco em mãos, com isso o cronômetro é pausado.

Uma das variáveis de grande importância no futsal é a resistência aeróbica, que pode ser testada através do Soccer Test, onde o participante realiza quatro corridas de quinze metros, com intervalo de dez segundos totalizando um estágio. A cada estágio o atleta percorre uma distância de 240 metros, e há incremento de 1 km/h na velocidade da corrida a cada estágio seguinte (Barros e Guerra, 2004)

Já para a resistência anaeróbica, se utiliza o Running Anaerobic Sprint Teste (RAST TEST), que se trata de seis corridas de 35 metros na velocidade máxima, dando entre uma corrida e outra um intervalo de 10 segundos de recuperação. Através do resultado se identifica a potência máxima, média, mínima e índice de fadiga de cada sujeito participante (Zagatto, 2009).

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os métodos de avaliação apresentado no estudo mostram o quanto eles são importantes para a melhoria do desempenho do praticante de futsal, pois através do treinamento, as capacidades motoras se desenvolvem de maneira tão significativa que o resultado final é bastante satisfatório tanto para os professores que podem fazer uma prescrição pautada nos dados coletados nas avaliações permitindo-lhes o controle das cargas de trabalho e possibilitando que os atletas tenham seu treinamento prescrito de forma individualizada respeitando dessa forma os princípios que regem o treinamento desportivo.

## 5 REFERÊNCIAS

- ALTER, M. J. **Ciência da Flexibilidade**. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 1999.
- BARBERO, J.C. Análisis cuantitativo de la dimensión temporal durante la competición en fútbol sala. **European Journal of Human Movement**, n. 10, p. 143-163, 2003. Disponível em: <<http://www.cienciadeporte.com/motricidad/10/art8.pdf>> Acesso em: 1 nov. 2006.
- BARROS, T.; GUERRA, I. **Ciência do Futebol**. São Paulo: Manole, 2004.
- BELLO JUNIOR, N. **A ciência do esporte aplicada ao futsal**. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.
- BORTOLI, et al. Características antropométricas de jogadores de futsal, Série, Ouro, da região do planalto Médio Riograndense. In: MOSTRA DE INICIAÇÃO CIENTIFICA, 6., 1996, Passo Fundo. **Anais...** Passo Fundo: Universidade de Passo Fundo, 1996. p.137.
- CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE FUTEBOL DE SALÃO. **Quem somos nós: histórico**. Fortaleza, 2007. Disponível em: <<http://www.cbfs.com.br/novo/historico.asp>> Acesso em 1 Nov. 2006.
- DANTAS, E.H.M. **A prática da preparação física**. Rio de Janeiro: Editora Shape, 1995.
- FONSECA, G.M.; SILVA, M.A. **Jogos de futsal: da aprendizagem ao treinamento**. Caxias do Sul: EDUCS, 2002.
- HEYWARD, V. H., **Avaliação física e prescrição de exercícios: técnicas avançadas**. 4ª Edição. São Paulo. Artmed. 2004.
- JOHNSON, B. L.; NELSON, J. K. **Practical measurements for evaluation in physical education**. 3ª ed. Edina: Burgess Publishing, 1979.
- KOMI, P. V., **Força e potência no esporte**, 2 ed. São Paulo: Artmed, 2008.
- KRABBE, et al. Aspectos funcionais e neuromusculares de jogadores de futsal, Série, Ouro, do Rio Grande do Sul. In: MOSTRA DE INICIAÇÃO CIENTIFICA, 6., 1996, Passo Fundo. **Anais...** Passo Fundo: Universidade de Passo Fundo, 1996. p.142.
- MARINHO, J. P. C.; LAMBOGLIA, C. M. G. F.; PINHEIRO, M. H. N. P.; FREITAS, P. R. A. F.; LIMA, D. L. F. **Avaliação da agilidade em atletas não profissionais de futebol**, Coleção Pesquisa em Educação Física, v.10, n.2, pag. 39 – 44. 2011
- MARINS, J. C. B.; GIANNICHI, R. S. **Avaliação & Prescrição de Atividade Física**. 3ª ed., Rio de Janeiro: Shape, 2003.

MATOS, J. A. B.; AIDAR, F. J.; MENDES, R. R.; SANTOS, C. A.; PAINS, R.; SILVA, A. J.; REIS, V. M. **Capacidade de aceleração de jogadores de futsal e futebol**, Fit Perf J, Rio de Janeiro, v.7 n. 4 pag. 224-228, jul/ago. 2008.

MATSUDO, V. K. R., **Testes em ciências do esporte**, 7ª Edição, São Caetano do Sul, 2008.

SANTANA, W. C., **Contextualização histórica do futsal**, Revista Pedagogia do futsal, 2011.

SILVA, K. S.; SILVA, F. M. **Perfil morfológico e velocidade em atletas de futsal em relação à posição de jogo**. Fitness & Performance Journal, v.3, n.4, p.218-224, 2004.

SOARES, B.H. **Distância e intensidade nas características dos deslocamentos, em uma partida de futsal nas diferentes posições de jogo**. 1997. 50f. Trabalho de Conclusão de Curso (Monografia) - Faculdade de Educação Física, Universidade de passo Fundo, Passo Fundo, 1997.

SOUZA, P.R.C. Proposta de avaliação e metodologia para o desenvolvimento do conhecimento tático em esportes coletivos: a exemplo do futsal. In: BRASIL. Ministério do Esporte e Turismo. **I Prêmio INDESP de literatura desportiva**. Brasília: INDESP, 1999. v. 1, p. 289-340.

TOURINHO FILHO, H. **Periodização de regimes de treinamentos antagônicos: um estudo sobre o futsal**. 2001. 261f. Tese (Doutorado em Educação Física) – Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2001.

TRAVASSOS, B., **Capacidades motoras**, Curso de Treinadores de Futsal – Nível 1, 2010.

WILMORE, J.H.; COSTILL, D.L. **Fisiologia do Exercício e do Esporte**. São Paulo: Manole, 2001.

ZAGATTO, A. M.; BECK, W. R.; GOBATTO, C. A. **Validity of the running anaerobic sprint test for assessing anaerobic power and predicting short-distance performances**. The Journal of Strength and Conditioning Research, Colorado Springs, v. 23, no. 6, p. 1820–1827, 2009.



## ANEXOS

### FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Venho por meio desta, como orientador do trabalho ANÁLISE DOS MÉTODOS DE AVALIAÇÃO NA MODALIDADE FUTSAL, autorizar sua apresentação no dia 21/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

  
\_\_\_\_\_  
Orientador




## AUTORIZAÇÃO

Eu, Cássio Miranda Sacramento,

RA 21112001, aluno (a) do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor(a) do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado **ANÁLISE DOS MÉTODOS DE AVALIAÇÃO NA MODALIDADE 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, 24 de Novembro de 2014.



CÁSSIO MIRANDA SACRAMENTO



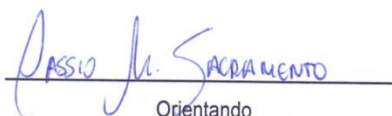
## CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC**

### Declaração de Autoria

Eu, Cássio Miranda Sacramento, 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, 24 de Novembro de 2014.

  
Orientando



## FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DE TCC

Venho por meio desta, como orientador do trabalho, **ANÁLISE DOS MÉTODOS DE AVALIAÇÃO NA MODALIDADE FUTSAL** do aluno (a) **CÁSSIO MIRANDA SACRAMENTO** autorizar sua apresentação no dia 21/11 do presente ano.

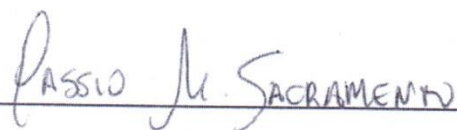
Sem mais a acrescentar,

  
\_\_\_\_\_  
Orientador



**FICHA DE RESPONSABILIDADE DE  
APRESENTAÇÃO DE TCC**

Eu, Cássio Miranda Sacramento RA: 21112001 me responsabilizo pela apresentação do TCC intitulado **ANÁLISE DOS MÉTODOS DE AVALIAÇÃO NA MODALIDADE FUTSAL** no dia 21/11 do presente ano, eximindo qualquer responsabilidade por parte do orientador.



**CÁSSIO MIRANDA SACRAMENTO**

