



7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



PROJETO DE INICIAÇÃO AO BASQUETE “DA BASE PARA A PONTA” Categoria Mini e Sub13

Área Temática: Educação

Prof. Dr. Paulo Ferreira Pinto¹; Prof. Ms. Dilson Borges Ribeiro Junior¹; Prof. Bráulio de Sá Alvarenga²; Prof. Flávio Davis Furtado²; Prof. Walter Monteiro de Souza³; Prof. Sérgio Rodrigues de Castro⁴; Acad. Gustavo Bellini Meirelles⁵; Acad. Edson Geraldo de Oliveira Júnior⁵

Professores da Faculdade de Educação Física e Desportos da Universidade Federal de Juiz de Fora.

Professores Treinadores do Minas Tênis Clube, Belo Horizonte.

Professor Treinador do Sport Club Juiz de Fora, Juiz de Fora.

Professor Treinador do Olímpico Atlético Club, Juiz de Fora.

Bolsistas do Projeto de Extensão: Projeto de Iniciação ao Basquete “Da Base para a Ponta” Categoria Mini e Sub13/ UFJF

Financiamento: Emenda Parlamentar/2014, Deputada Federal Margarida Salomão.

Instituição: Universidade Federal de Juiz de Fora

Resumo: O Projeto de Extensão :PROJETO DE INICIAÇÃO AO BASQUETE "DA BASE PARA A PONTA" pretende atuar como formação de treinadores, árbitros e de escolinha de atletas nas categorias de base sub-13, sub-15 e sub-17, masculino e feminino, na FAEFID, na cidade de Juiz de Fora e na Zona da Mata Mineira. Tem a duração inicial de quatro anos, podendo prorrogar-se por igual período, pois tem o objetivo de massificar a prática do basquetebol e oferecer condições para a efetivação de competições regulares da modalidade desportiva. Todo o material pedagógico utilizado no projeto servirá de base para a elaboração de vídeos que constituirão a base de site a ser criado para a divulgação das atividades do projeto, assim como da modalidade de basquetebol. Pretende-se formar 48 treinadores para atuarem no basquetebol e cada treinador terá como atribuição a participação dos módulos teórico-práticos formativos que serão realizados em cada

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

semestre letivo. Todas as atividades práticas do projeto culminarão com a realização de um festival de basquetebol, por semestre, com sede na FAEFID. Na primeira etapa do projeto, realizada em 2014, em parceria com treinadores do Minas Tênis Clube de Belo Horizonte, foram selecionados 16 treinadores (professores da rede pública) de Juiz de Fora, Bicas, Leopoldina e Santos Dumont, que receberam formação teórico/prática em três módulos, a fim de se capacitarem para atuar na categoria mirim e sub-13 do basquetebol. Ao final de 2014 foram formados 11 treinadores e um total de 248 crianças (feminino e masculino). As atividades foram encerradas com a realização de um festival competitivo no Ginásio da FAEFID.

Palavras-chave: Basquetebol, Processo de Iniciação Desportiva, Formação de Treinadores

1. Introdução:

Dentre os quarenta e cinco projetos de graduação oferecidos pela UFJF, o projeto de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física e Desportos comemorou em 2013, 40 anos de atividade. Desde 1973 a área de educação física tem se estruturado administrativamente e academicamente, constituindo-se em 1991 em unidade acadêmica, a Faculdade de Educação Física e Desportos - FAEFID. Como todos os projetos de graduação daquela época tinham como objetivo a formação de licenciados para ministrarem a disciplina de educação física em escolas de ensino fundamental e médio a UFJF, durante este período a FAEFID graduou a maioria dos professores de educação física que atuam profissionalmente na Zona da Mata mineira.

Também neste período a FAEFID tem participado das atividades de extensão universitária através da promoção de projetos para a comunidade universitária, bem como para a comunidade juiz-forana, nas diversas áreas dos desportos coletivos, individuais, das manifestações das atividades de ginástica, dança, e atividades físicas para portadores de necessidades especiais.

Em 2004, a FAEFID iniciou significativo trabalho na área de atividade física e saúde que culminou com a implantação de um setor de Educação Física dentro do Hospital

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

Universitário além da criação da Residência Multiprofissional em Saúde, com a participação de residentes da Educação Física.

Em 2007 a FAEFID amplia seu desenvolvimento na pesquisa científica com a criação do Mestrado em Educação Física associado à Universidade Federal de Viçosa, preparando-se ao longo destes últimos anos, após a formação de mestres, para consolidar seu programa de pós-graduação stricto sensu com a implantação do Doutorado em Educação Física. Estas atividades acadêmicas têm suporte na qualificação de seus docentes que é constituída de 23 professores em regime de dedicação exclusiva, dos quais 17 doutores com ampla experiência em pesquisa e na condução de projetos de extensão, principalmente na área dos desportos, e 6 mestres em processo de conclusão de suas capacitações a nível de doutoramento em universidades brasileiras e europeias. Tem investimento também na área de qualificação do pessoal técnico-administrativo tanto em serviço quanto em projetos específicos.

Considerando a trajetória da FAEFID, que demonstra ação consolidada na formação de professores, atuação vigorosa na área de saúde e sua produção científica de qualidade, fruto de trabalhos produzidos no Mestrado, decidiu-se que é o momento para a FAEFID ser também a Faculdade do Esporte.

Como desdobramento da decisão de investimento prioritário em esporte, em 2009, a UFJF, através de projeto aprovado pelo Ministério de Esporte investiu reprojatos na reestruturação, adaptação e modernização de suas instalações desportivas (Foto 1), que redundaram em:

- revestimento da pista de atletismo com material sintético de última geração (MONDO), iluminação para eventos noturnos e arquibancada coberta;
- reforma do gramado do campo de futebol (localizado no interior da pista de atletismo);
- cobertura, aquecimento e ampliação da piscina;
- Modernização do ginásio poliesportivo com troca do piso, telhado, instalação de

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

placar eletrônico e cadeiras nas arquibancadas;

- cobertura de duas quadras poliesportivas;
- construção de duas quadras de tênis de campo;
- construção e modernização de toda a via de acesso da FAEFID;
- construção de banheiros, sala de ginástica, cantina e salas de administração; -
- construção de sala de musculação.

A partir destas ações de investimento em infraestrutura estão em fase de construção um ginásio poliesportivo com capacidade para 2.000 espectadores, um prédio com três andares para atender às atividades acadêmicas de ginástica rítmica desportiva, ginástica olímpica, lutas e laboratório de avaliação física e desportiva, além de prédio para as atividades acadêmicas e administrativas.

Concorrentes com a prática regular da atividade física, a inatividade e/ou sedentarismo, o exercício físico executado com intensidade moderada quando é incorporado às atividades diárias atua como um estilo de vida saudável, capaz de liberar hormônios. Os hormônios da felicidade, nomeadamente a endorfina, a serotonina e a noradrenalina, proporcionam benefícios reconhecidos cientificamente como: 1) melhoria da aptidão cardiopulmonar, da força, da massa muscular e da densidade óssea; 2) melhoria da qualidade de vida, da aptidão física e do humor; 3) alívio da depressão; 4) redução da ansiedade; 5) aumento da autoestima; 6) prevenção da doença coronariana, do câncer de colo de útero, do diabetes; 7) minimização da perda de peso e 8) prevenção da hipertensão arterial.

Estas argumentações reforçam a oportunidade da apresentação do presente projeto de extensão que atua em adolescentes a partir dos 11 anos de idade com o objetivo maior de criar uma cultura de atividade física. No caso específico o basquetebol está incluído como agente transformador e cultural que é bastante divulgado em nossa comunidade. Oferecerá condições também para a obtenção do estilo de vida saudável que é a atividade física que também permitirá combater o sedentarismo que é um fator de risco que, quando associado a outros fatores de risco, tais como o uso do tabaco, álcool, e a alimentação inadequada, possuindo impacto, no futuro, para a ocorrência de um conjunto de doenças crônicas. Entre elas, podem-se citar: osteoporose, câncer (colo, pulmão e próstata),

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



diabetes e, principalmente, doenças cardiovasculares.

O campo das ciências do esporte necessita da atuação de diversos profissionais das áreas da saúde e das ciências sociais, em prol da investigação e acompanhamento das adaptações fisiológicas e psíquicas que a prática de exercício físico traz para a saúde e/ou para o rendimento esportivo.

Dessa forma, o futuro profissional consegue reunir instrumentos e estratégias dentro de sua área de atuação para lidar com atletas em diversos níveis de rendimento, como: iniciantes, intermediários e alto rendimento.

A atual dinâmica social distancia cada vez mais as crianças e adolescentes de práticas esportivas saudáveis, tendo aumentado de maneira progressiva ao longo dos anos o número de doenças crônicas degenerativas e debilidade na formação física e motora (PATE et al., 2000).

No que tange a formação esportiva, diversos jovens não desenvolvem o possível talento para determinado esporte, devido à carência ou inexistência de oportunidades. O talento esportivo é uma construção social, sendo constituído pela junção de características individuais hereditárias e estruturas sociais e físicas coerentes para potencializar as habilidades esportivas (CSIKSZENTMIHALYI et al., 1997).

Especificamente em relação ao Basquetebol, por ser uma atividade de intensidade moderada, com atividades que desenvolvem a agilidade, resistência, velocidade de deslocamento, coordenação, impulsão, equilíbrio, lateralidade, espírito de equipe e controle emocional, dentre outros, sendo portanto, uma atividade desportiva global, será mais uma atividade cultural-desportiva que enriquecerá o patrimônio formativo do grupo a ser atingido pelo projeto FERREIRA, H. B. (2009), GALLATTI, L. R., & PAES, R. R. (2007).

Objetivos:

Objetivo Geral:

Difundir a prática do Basquetebol na cidade Juiz de Fora e Zona da Mata Mineira

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

Objetivos Específicos:

- Formar treinadores de Basquetebol para atuarem nas categorias mirim e sub-13;
- atualizar os processos de ensino e treinamento para os treinadores;
- massificar a prática do Basquetebol na cidade de Juiz de Fora e da Zona da Mata Mineira.
- realizar competições de Basquetebol nas categorias mirim e sub-13.

Reprojetos materiais para desenvolvimento do projeto:

- Sala ou quadra para as aulas teóricas e práticas;
- data show, tela e computador;
- quadro branco e pincel para quadro branco;
- 15 bolas de Mini Basquete;
- 15 coletes;
- 20 arcos;
- 10 cordas;
- 40 apostilas do projeto;
- 40 canetas;
- 40 camisas para os participantes do projeto; - 10 camisas para os organizadores do projeto.

Reprojetos materiais para desenvolvimento das aulas (Kit professor de basquetebol):

- 16 Bolsas-auxílio para os professores selecionados (deverá cobrir as despesas profissionais para atividades desenvolvidas em quatro horas semanais por 3 meses);
- 176 bolas de mini basquete;
- 160 coletes (numerados de 4 a 13);
- 16 pranchetas;
- 32 apitos;
- 16 cadernos de planejamento de atividades;
- 16 cadernos de avaliação técnica dos alunos.

2. Desenvolvimento:

Como processo metodológico básico as ações serão desenvolvidas através da participação em dois a três módulos teórico/práticos por semestre, onde serão apresentadas as propostas de trabalho a serem executadas pelos 48 treinadores a serem formados. Cada treinador, em seu local de trabalho, ficará responsável em colocar em prática o que for ministrado para um grupo de no mínimo 25 alunos/atletas. Ao final de cada semestre letivo serão executadas competições globais, sem prejuízo de competições setoriais durante o semestre. Os 16 primeiros treinadores formados atuarão na formação de base sub-13,

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

acompanhando os alunos/atletas até atingirem a categoria de base sub-17. Serão formados sucessivamente 16 e mais 16 treinadores, totalizando 48 treinadores formados. Pretende-se, portanto, ao final da atividade do projeto, formar 1.200 alunos/atletas de basquetebol distribuídos pela FAEFID, cidade de Juiz de Fora e Zona da Mata Mineira.

O presente projeto contará com proposta de avaliação trimestral tanto dos treinadores que serão formados quanto dos atletas participantes das categorias de base.

Neste processo de avaliação estarão contempladas as ações de seleção, acompanhamento, treinamento, competição, avaliação, controle e gestão do basquetebol.

Será elaborado banco de dados que servirá como suporte das pesquisas da modalidade nos Projetos de Graduação e Pós-graduação.

A primeira etapa, realizada em 2014 na FAEFID/UFJF, O Projeto “Iniciação ao Basquetebol – DA BASE PARA A PONTA”, em parceria com a Federação Mineira de Basquetebol constou de um projeto subdividido em três módulos, com o desenvolvimento de ensino e treinamento da modalidade Basquetebol.

Foram convidados os professores de educação Física da rede pública (municipal e estadual) como também os profissionais de basquete da cidade de Juiz de Fora e região. O 1º módulo foi direcionado para a capacitação de treinadores iniciantes e para a atualização dos profissionais atuantes na modalidade. As atividades serão desenvolvidas em aulas teóricas e práticas com os seguintes conteúdos:

- Conceito de Mini Basquete e trabalho com a categoria Sub13;
- perfil do profissional técnico;
- relações entre técnicos, aluno/atletas e a família;
- metodologia de ensino;
- noções de planejamento técnico; - conteúdos técnicos elementares; - regras do Basquete.

Ao final do 1º módulo foram distribuídas 16 bolsas-auxílio que constaram de pagamento de horas/aula para que o profissional bolsista desenvolva em seu ambiente de trabalho o treinamento proposto pelo projeto. A atividade do bolsista deveria contar de no mínimo 4 horas semanais, durante 3 meses. Além do pagamento de horas-aula a bolsa-auxílio constou de um “Kit prática” com: 10 bolas de Mini Basquete, 25 coletes, 1 prancheta, 2 apitos, Manual de Capacitação em Treinamentos de Mini Basquete/Sub13,

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:



Apoio:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



Caderno de Planejamento de Atividades e Caderno de Avaliação Técnica dos Alunos.

Para concorrer às bolsas-auxílio, o participante necessitou preencher os seguintes quesitos: ser professor da rede pública, apresentar condições mínimas para desenvolvimento da prática em sua escola (espaço físico apropriado, disponibilidade do profissional, ter no mínimo 25 alunos/alunas inscritos para prática, autorização da Direção da Escola). Estes aspectos deveriam ser preenchidos pelo candidato no ato da inscrição assim como constar de assinatura de Termo de Compromisso com ciência da Direção da Escola.

Além disso, os interessados foram avaliados, processualmente, durante a realização do 1º módulo, no intuito de selecionar 8(oito) professores do gênero masculino e 8(oito) do gênero feminino.

Nos 2º e 3º módulos deu-se continuidade ao processo ensino-aprendizagem do Basquetebol, sendo que as atividades foram desenvolvidas em aulas teóricas e práticas com os seguintes conteúdos:

2º módulo:

- Conteúdos técnicos e táticos;
- desenvolvimento das capacidades físicas;
- aprofundamentos dos conteúdos técnicos;
- iniciação aos conteúdos táticos;
- prática do exercício de condução de jogos;
- prática da arbitragem básica;

- avaliação do trabalho desenvolvido entre o 1º e o 2º módulo. **3º módulo:**
- Prática da modalidade com intercâmbio com outras agremiações existentes na cidade;
- aprofundamento do trabalho de desenvolvimento das capacidades físicas e motoras;
- aprofundamento nos conteúdos de desenvolvimento do elementos técnicos;
- técnicas de elaboração de projeto para captação de reprojeto;
- “Feed Back” sobre o trabalho desenvolvido nos três módulos; - discursão sobre os desdobramentos para o ano de 2015; - avaliação do projeto pelos participantes.

Durante todo o projeto os participantes foram assessorados pelos palestrantes, coordenador geral do projeto e agentes da Federação Mineira de Basquete. Foram nomeados dois professores Tutores, que acompanharam todas as atividades realizadas no durante a realização do projeto, assim como nos locais de treinamentos dos alunos das categorias mirim e sub-13.

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:





7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



3. Considerações Finais:

Ao final da primeira parte do projeto, realizada em 2014, atingiu-se a meta de formar 11 treinadores e um total de 248 crianças (feminino e masculino). Durante este período obteve-se a formação de quatro treinadoras e sete treinadores, sendo que as atividades foram encerradas com a realização de um festival competitivo no Ginásio da FAEFID. Todos os treinadores são professores da rede pública, municipal ou estadual, houve a participação de três professores de outras cidades (Bicas, Leopoldina e Santos Dumont), reforçou-se o intercâmbio com treinadores do Minas Tênis Clube e da cidade de Juiz de Fora, Federação Mineira de Basquetebol e Secretaria de Esporte e Lazer de Juiz de Fora. Finalmente, com o financiamento do projeto feito através de Emenda

Parlamentar da Deputada Margarida Salomão, pode-se adquirir material desportivo básico “Kit prática” para as atividades a serem desenvolvidas pelos treinadores formados que ao final do projeto foram doadas para a continuidade dos trabalhos. A realização desta etapa do projeto permitiu sua continuidade nos anos de 2015 e 2016.

4. Referências:

Pate, R. R., Trost, S. G., Levin, S., & Dowda, M. (2000). Sports participation and healthrelated behaviors among US youth. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 154(9), 904-911.

Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement with everyday life*. Basic Books.

Ferreira, H. B. (2009). *Pedagogia do esporte: identificação, discussão e aplicação de procedimentos pedagógicos no processo de ensino-vivência aprendizagem da modalidade basquetebol*.

Galatti, L. R., & Paes, R. R. (2007). *Pedagogia do Esporte: iniciação em basquetebol. Hortolândia: IASP.*

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização:



Parceiros:

