

# EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: A IMPORTÂNCIA DO ENSINO DOS ESPORTES COLETIVOS NA INICIAÇÃO ESPORTIVA.

**Susiara Montagner Bellé**

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, Rio Grande do Sul, Brasil.

**Rosalvo Luis Sawitzki**

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, Rio Grande do Sul, Brasil.

## Resumo

Este estudo tem por objetivo principal buscar compreender a articulação da iniciação esportiva de esportes coletivos nas aulas de Educação Física, pois nota-se uma certa resistência por parte dos alunos que chegam à escola, ao trabalhar de forma sistematizada a introdução das fases da iniciação esportiva, e realizar as atividades propostas pelos professores. A pesquisa se constitui numa revisão bibliográfica, pautada nos estudos acerca do tema e que vão de encontro ao objetivo. As discussões mostraram a importância de se trabalhar a iniciação esportiva nas aulas de Educação Física para ajudar no desenvolvimento integral do aluno. Ao final do estudo entendeu-se melhor a prática da iniciação esportiva na escola, com uma melhor compreensão das suas fases.

**Palavras Chave:** Escola, Educação Física e Iniciação Esportiva.

## ABSTRACT

This study it has for main objective to search to understand the joint of the esportiva initiation of collective sports in the lessons of Physical Education, therefore a certain resistance on the part of the pupils notices itself who arrive at the school, when working of systemize form the introduction of the phases of the esportiva initiation, and carrying through the activities proposals for the professors. The applied methodology was structuralized by a research of bibliographical revision, pautada in the studies concerning the subject and that they go of meeting to the objective. The quarrels had shown the importance of if working the esportiva initiation in the lessons of Physical Education to help in the integral development of the pupil. To the end of the study the practical one

of the esportiva initiation in the school was understood better, with one better understanding of its phases.

Words Key: School, Physical Education and Esportiva Initiation.

## **Introdução**

Considerando que a educação física tem um valor fundamental no desenvolvimento do aluno como um todo, desde a aprendizagem motora até no desenvolvimento afetivo, cognitivo e social do aluno (NEIRA 2007), um dos motivos que nos despertou o interesse em trabalhar essa temática, vem do dia a dia no contexto da escola.

A iniciação esportiva é o período em que a criança inicia a prática regular de um esporte e é orientada para várias modalidades esportivas. Nesse momento, o objetivo dessa iniciação esportiva é dar continuidade ao desenvolvimento integral da criança e não há preocupação com competições regulares.

Greco e Benda(1998) dizem que, na iniciação esportiva, se leve em consideração um trabalho que esteja ao alcance da criança, de forma adequada e progressiva, num nível de desenvolvimento motor que capacite a rápida e fácil aprendizagem de movimentos esportivos, desde a sua forma mais simples até a mais complexa e apurada forma de execução.

Com isso é necessário que se reflita sobre a formação esportiva específica de crianças e adolescentes, de modo que contribua com sua formação enquanto cidadãos. Paes(2001), diz que os educadores devem ter o conhecimento para avaliar quando se deve atuar com a especialização esportiva, com o objetivo a longo prazo, visando um homem mais equilibrado e melhor preparado para o futuro.

O estudo é justificado pela vivência do cotidiano escolar, por atuando em salas de aula de diferentes níveis de aprendizagem, por muitas vezes encontramos certas dificuldades em estruturar um planejamento e desenvolvê-lo perante a resistência dos alunos em aprender o ensino dos esportes, uma vez que a iniciação esportiva é o ensino dos esportes de forma sistematizada e de acordo com a faixa etária dos alunos(GRECO e BENDA 1998). Estes muitas vezes já trazem de casa o que julgam “saber tudo”, pois desde muito antes de

entrar na escola já tem contato com os esportes coletivos e acham que essa única forma, ao entrarem na escola resistem a aprender desde o início novamente de um forma organizada e ministrada pelo professor.

Além disso notamos que na formação inicial, na graduação, o ensino dos esportes coletivos é passada para o futuro professor de forma organizada. E ao chegarmos na escola notamos que a estrutura de ensino precisava de mais algumas alternativas, pois a realidade escolar é muito diferente da aprendida na graduação.

Com isso os objetivos do estudo são compreender melhor as fases da iniciação esportiva escolar dentro dos esportes coletivos a partir de faixa etárias diferentes, ressaltando a importância nas aulas de Educação Física.

## **DECISÕES METODOLÓGICAS**

Este estudo se constitui em uma pesquisa bibliográfica com base e caráter descritivo. Para a discussão utilizamos artigos, revistas e livros com temas relacionados a Educação Física Escolar e a Iniciação Esportiva. Estes materiais tratam sobre Iniciação Esportiva Escolar nas suas diferentes fases, também sobre as aulas Educação Física no contexto escolar e a importância de se trabalhar a Iniciação Esportiva no processo de ensino-aprendizagem.

Segundo Gil (1991), quando elaborada a pesquisa a partir de um material já publicado constituído principalmente de livros e artigos periódicos.

Primeiramente foi realizada uma pesquisa bibliográfica apenas nos livros que tratavam da temática e também sobre os conceitos da educação física na escola e ensino dos esportes coletivos. Feito isso se partiu para uma leitura de artigos e revistas também sobre o tema.

## **ENSINO DO CONTEÚDO ESPORTIVO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

A escola é o local onde a maioria dos alunos tem as primeiras noções de mundo e sociedade fora do círculo familiar. Então cabe a escola a função de proporcionar ao aluno a oportunidade de adquirir novos conhecimentos e de

obter diferentes tipos de vivência. Segundo Silva(1999), a educação é uma atividade humana inserida na totalidade de uma sociedade, pois nela pessoas e os grupos compartilham experiências, valores, objetivos que muitas vezes são transformados em regras e normas de convivência atuando diretamente sobre as pessoas.

Segundo Neira(2007), a escola não se transforma em ambiente democrático apenas por melhorar o nível de instrução dos indivíduos, mas por prepará-los pra participarem de uma sociedade de modo a terem autonomia para pensar, agir, questionar e decidir. Ela valoriza a aquisição e manutenção do modelo de saúde e do estilo de vida amplamente defendidos e divulgados pelas classes sociais médio-alta e alta. Nas suas aulas o professor informa sobre conceitos, atitudes e procedimentos necessários para a promoção de uma “vida ativa”(NEIRA 2007).

A escola segundo Libâneo(2005), é uma instituição social com objetivo explícito: o desenvolvimento das potencialidades físicas, cognitivas e afetivas dos alunos, por meio da aprendizagem dos conteúdos (conhecimentos, habilidades, procedimentos, atitudes e valores) que aliás, deve acontecer de maneira contextualizada desenvolvendo nos discentes a capacidade de tornarem-se cidadãos participativos na sociedade em que vivem.

A Educação Física tem valor inestimável oferecendo à criança a oportunidade de vivenciar diferentes formas de organização, a criação de normas para a realização de tarefas ou atividades e a descoberta de formas cooperativas e participativas de ação, possibilitando a transformação da criança e de seu meio (GALLARDO; OLIVEIRA; AVARENGA 1998 ).

Com relação à Educação Física inserida no contexto escolar, Medina(1990), diz que a Educação Física não deve ser disciplina separada do processo educativo, com ações isoladas, buscando somente resultados e atendimentos totalmente desvinculados da prática pedagógica sem coerência entre teoria e prática.

Já sobre os saberes da Educação Física e o ensino dos esportes na docência escolar, durante um longo período acreditou-se que o professor desta disciplina deveria mobilizar saberes relacionados ao ensino das habilidades técnicas dos esportes, como se a aprendizagem e o aperfeiçoamento da técnica fosse elementos centrais do ensino dos esportes (BORGES 2009).

Neste sentido, a mobilização do professor de Educação Física para o ensino dos esportes, deve ser tal que ao ensinar o gesto esportivo, promova um ambiente de aprendizagem que permita aos alunos compreender o significado de suas ações e assim fomentar o desenvolvimento da capacidade tática do jogador (RAMOS, GRAÇA e NASCIMENTO 2006). Não se pode privar o aluno de realizar vivências que o coloque frente às situações nas quais precise tomar decisões permanentemente, pois essa é uma característica dos jogos esportivos com interação do adversário.

Na Educação Física o professor tende a auxiliar o aluno a desenvolver o máximo possível de habilidades através da vivência deste com o maior número de esportes possíveis, e de acordo com a realidade de onde a escola está inserida ajudar na formação de indivíduos, que além de desenvolver o corpo, assumam seu lugar na sociedade.

### **INICIAÇÃO ESPORTIVA NO CONTEXTO ESCOLAR**

Segundo Greco e Benda (1998), a iniciação esportiva com crianças e adolescente são visto como um passo dentro do processo de ensino-aprendizagem-treinamento e não tem o objetivo de atingir altos níveis de rendimento. Ressalta ainda que a iniciação esportiva como meio de formação global do ser humano, proporcionando o desenvolvimento psicomotor, de capacidades cognitivas, a manutenção da saúde e da prática de atividades físicas e esportivas como um hábito contínuo.

Outros pontos são levantados a respeito da iniciação esportiva De Marco & Junqueira(1993), colocam que a vitória em si não é importante, mas sim o fato de a criança sentir a evolução de seu desempenho.

Para facilitar o processo de ensino-aprendizagem Greco e Benda(1998) trazem as etapas da Iniciação nos jogos desportivos coletivos as quais abrangem desde o momento em que as crianças iniciam-se nos esportes até a decisão por praticarem uma modalidade. Desta maneira, os conteúdos devem ser ensinados respeitando-se cada fase do desenvolvimento das crianças e dos pré-adolescentes.

Sendo assim, optamos por dividir a etapa de iniciação esportiva em três fases de desenvolvimento: a) fase iniciação esportiva I; b) fase de iniciação

esportiva II; e c) fase de iniciação esportiva III, sendo que cada fase possui objetivos específicos para o ensino formal.

Neste trabalho iremos destacar apenas as fases I e II da iniciação esportiva, pois a fase III já apresenta a especialização dos movimentos e não contemplam com os objetivos da pesquisa.

Toda proposta que visa ao planejamento da prática do esporte em seus diferentes significados prioriza o desenvolvimento dos seus praticantes em etapas e fases que percorrem desde a iniciação até o profissionalismo. Destacam-se, alguns autores que demonstraram essa preocupação: Bayer(1994), Gomes (2002), Greco (1998), Greco e Benda( 1998), Weineck (1999) e Paes (2001), Oliveira(1997) e Teodorescu(1984) entre outros.

#### Fase de iniciação esportiva I

A fase de iniciação esportiva I corresponde da 1.<sup>a</sup> à 4.<sup>a</sup> séries do ensino fundamental, atendendo crianças da primeira e segunda infância, com idades entre 7 e 10 anos. O envolvimento das crianças nas atividades desportivas deve ter caráter lúdico, participativo e alegre. Todas as crianças devem ter a possibilidade de acesso aos princípios educativos dos jogos e brincadeiras, influenciando positivamente o processo ensino-aprendizagem. Compreende-se que se deve evitar, nos jogos desportivos coletivos, as competições antes dos 12 anos, as quais exigem a perfeição dos movimentos ou gestos motores e também grandes soluções táticas.(GRECO E BENDA 1998).

Paes (1989) pontua que, no processo evolutivo, essa fase - participação em atividades variadas com caráter recreativo - visa à educação do movimento, buscando-se o aprimoramento dos padrões motores e do ritmo geral por meio das atividades lúdicas ou recreativas.

Com base nos estudos de Weineck(1997), há desenvolvimento das capacidades de coordenação, velocidade e flexibilidade, pois esse é o período propício para o início de desenvolvimento. As crianças encontram-se favorecidas, aproximadamente entre 7 a 11 anos, em função da plasticidade do sistema nervoso central, e as atividades devem ser desenvolvidas sob diversos ângulos: complexidade, variabilidade, diversidade e continuidade durante todo o seu processo de desenvolvimento.

Weineck (1997) pontua também, que as crianças dessa faixa etária 7 a 11 anos demonstram grande determinação para as brincadeiras com variação de movimentos e ocupam-se de um percentual significativo de esportes, que formam de maneira múltipla. Esse fato nos faz acreditar, que se deve proporcionar então, um ambiente agradável para que o desenvolvimento ocorra sem maiores prejuízos, ou seja, as crianças devem aprimorar o padrão de movimento cuja execução objetiva apenas a estimulação para que, assim, a criança construa o seu próprio repertório motor, sem nenhuma sobrecarga.

Nesse contexto, Greco (1998) e Paes (2001) afirmam que a função primordial é assegurar a prática no processo ensino-aprendizagem, com valores e princípios voltados para uma atividade gratificante, motivadora e permanente, reforçada pelos conteúdos desenvolvidos pedagogicamente, respeitando-se as fases sensíveis do desenvolvimento, com carga horária suficiente para não prejudicar as demais atividades como o descanso, a escola, a diversão, dentre outras; caso contrário, será muito difícil atingir os objetivos em cada fase do período de desenvolvimento infantil.

Oliveira (1997) corrobora com essa tese ao afirmar que, nessa fase, as principais tarefas são os gestos motores, necessários à vida, e deve-se procurar assegurar o desenvolvimento harmonioso do organismo por meio de atividades como escalonamento, saltos, corridas, lançamentos, natação, não se devendo, nesse período, apressar a especialização desportiva. Os iniciantes praticam aproximadamente 150 a 300 horas anuais, sendo que o trabalho geral deve predominar em relação às cargas específicas. Isso significa que a especialização precoce, nesse momento, pode não ser adequada.

Os conteúdos desenvolvidos nessa fase, em conformidade com Paes (2001), devem ser o domínio do corpo, a manipulação da bola, o drible, a recepção e os passes, podendo utilizar-se do jogo como principal método para a aprendizagem.

A Educação Física Escolar tem função primordial nessa fase, aumentando a quantidade e a qualidade dos movimentos e aprendizagem esportiva, a qual poderá facilitar o processo de ensino-aprendizagem nas demais fases.

De qualquer modo na fase esportiva escolar, a efetividade da preparação e da formação geral que constituirão a educação geral dos atletas no futuro só

poderá ser maximizada na interação professor/técnico, escola, aluno/atleta e demais indivíduos que têm influência no desenvolvimento dos jovens.

### Fase de iniciação esportiva II

A fase de iniciação esportiva II é marcada por oportunizar os jovens à aprendizagem de várias modalidades esportivas, atendendo crianças e adolescentes da 5ª à 7ª séries do ensino fundamental, com idades aproximadas de 11 a 13 anos, correspondente à primeira idade puberal. Partindo do princípio de que a fase de iniciação desportiva I visa à estimulação e à ampliação do vocabulário motor por intermédio das atividades variadas específicas, mas não especializadas de nenhum esporte, a fase de iniciação esportiva II dá início à aprendizagem de diversas modalidades esportivas, dentro de suas particularidades. (GRECO e BENDA 1998)

Ao Abordar a importância da diversificação, ou seja, a prática de várias modalidades esportivas que contribui para futuras especializações. Defende-se também, a diversificação dos conteúdos de ensino em uma modalidade, evitando, todavia, a repetição dos mesmos. Repetição essa que leva à estabilização da aprendizagem, empobrecendo o repertório motor dos praticantes.

Em relação à diversificação e à aprendizagem de várias modalidades esportivas, Bayer (1994) entende que, em nível de aprendizagem, o "transfer" é admitido. Ou seja, a transferência encontra-se facilitada logo que um jogador a percebe na estrutura dos jogos desportivos coletivos. Assim, os praticantes transferem a aprendizagem de um gesto como o arremessar ao gol no handebol, a cortada do voleibol ou o arremesso da cesta no basquetebol. Trata-se, então, de isolar estruturas semelhantes que existem em todos os jogos coletivos desportivos para que o aprendiz reproduza, compreenda e delas aproprie-se. Entretanto, o autor adverte: "ter a experiência dum estrutura não é recebê-la passivamente, é vivê-la, retomá-la e assumi-la, reencontrando seu sentido constantemente" (Bayer, 1994 p.89).

Deve-se buscar, na iniciação esportiva, a aprendizagem diversificada e motivacional, visando ao desenvolvimento geral. Essa fase caracteriza a passagem da fase da iniciação esportiva I para a fase de iniciação desportiva II, na qual se confere muita importância à autoimagem, socialização e



valorização, por intermédio dos princípios educativos na aprendizagem dos jogos coletivos ( Greco, 1998; Oliveira 1988; e Paes, 2001).

Nesse período, consolida-se o sistema de preparação em longo prazo, pois é importante não se perder tempo para evitar a estabilidade da aprendizagem. Para Weineck (1999), além da ótima fase para aprender, na qual as diferenças em relação à fase anterior são graduais e as transições são contínuas, as capacidades coordenativas dão base para futuros desempenhos. Por outro lado, deve se evitar a especialização precoce.

Paes (2001), afirma que haja vista que esta pode levar ao abandono do esporte, sem contar que o resultado precoce nas fases inferiores pode, além de promover o abandono, influenciar na formação da personalidade das pessoas, levando-as a atividades inseguras, tornando-as até inconscientes de seu papel perante a sociedade, os conteúdos de ensino a serem ministrados nessa fase são os conceitos técnicos e táticos dos desportos: basquetebol, futebol, futsal, voleibol e handebol, nos quais devem ser contemplados, além desses conteúdos, finalizações e fundamentos específicos

Teodorescu (1984) afirma que os aspectos físicos do desenvolvimento morfofisiológico e funcional podem ser desenvolvidos com as influências positivas do jogo no processo de aprendizagem e prática. Deve-se, então, apropriar-se do aumento da intensidade nas aulas e nos treinamentos em relação aos espaços dos jogos, visando ao desenvolvimento da capacidade aeróbia, base para outras capacidades. A velocidade de reação, mudança de direção e parada brusca, já desde a fase anterior, deve ser aprimorada, melhorando o controle do corpo. A flexibilidade deve ser desenvolvida de forma agradável, sempre antes das sessões de treinamento, pois se alcançam, nessa fase, períodos ótimos de sensibilidade de desenvolvimento. O tempo dedicado ao treinamento, segundo Gomes (2002), gira em torno de 300 a 600 horas anuais, das quais apenas 25% do tempo é dedicado a conteúdos específicos e 75% aos conteúdos da preparação geral.

Nos conteúdos de ensino, a ênfase deve se dar no desenvolvimento da destreza e habilidades motoras, sem muita preocupação para as performances de vitórias, haja vista que a capacidade de suportar as experiências nos jogos na infância e início da adolescência é facilitada pela compreensão simplificada

das regras e pelo valor relativo dos resultados das ações e não simplesmente pelos títulos a serem alcançados.

Nessa fase, a escola é o melhor local para a aprendizagem, pois, são inúmeros os motivos nos quais crianças e adolescentes procuram os desportos, entre eles: encontrar e jogar com outros garotos, diversão, aprender a jogar e ainda na escola, o professor terá controle da frequência e da idade dos alunos, facilitando as intervenções pedagógicas.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Entendemos que as atividades esportivas ocupam um papel de fundamental importância no desenvolvimento físico, psíquico e social da criança e do adolescente. Pois se ele for estimulado quando jovem, as práticas que proporcionem um bem-estar geral, ele provavelmente será um adulto ativo e saudável. Mas para que ocorra um total desenvolvimento das habilidades, é necessário que as crianças participem de atividades direcionadas as necessidades de acordo com a sua faixa etária.

O movimento é necessário e uma experiência agradável na escola fará com que, provavelmente, o aluno leve a atividade física por toda a sua vida, melhorando consideravelmente a sua qualidade de vida. Portanto, criança precisa de movimento porém, não precisa de um treinamento específico precoce. A criança no período da iniciação esportiva escolar deve vivenciar o maior número possível de experiências motoras esportivas, contribuindo desta forma ao seu desenvolvimento.

O processo de desenvolvimento físico escolar em seus mais amplos aspectos se faz por influência também do meio e das relações sociais e neste momento surgem às divergências, afinidades, dúvidas, principalmente ao adolescente que se encontra na busca pela sua identidade. Na iniciação esportiva ocorre esta relação social e cabe ao professor se utilizar deste momento para buscar desenvolver juntamente com alunos a consciência de seus atos e suas opiniões e a reflexão da importância de uma formação íntegra do indivíduo para que futuramente possam interferir de forma efetiva em seu meio social contribuindo nas transformações da sociedade como um todo.

Enfim, acreditamos que a construção de um processo de iniciação esportiva escolar planejada e organizada de acordo com as funções sociais da escola e com o período escolar do aluno, faz com que este melhor desenvolva a sua capacidade física e cognitiva.

## REFERÊNCIAS.

BAYER, C. **O ensino dos desportos coletivos**. Lisboa: Dinalivros, 1994.

BORGES. Robson M , Diálogos sobre o ensino dos esportes na educação física escolar; pesquisa –ação e formação continuada. Trabalho de conclusão do curso de educação física. Ijuí 2009

COLETIVO DE AUTORES, **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo Cortez, 1992.

DE MARCO, A; JUNQUEIRA, F. C. **Diferentes tipos de influências sobre a motivação de crianças numa iniciação esportiva**. In: PICCOLO, V. L. N. (Org.), Educação física escolar: ser ou não ter? Campinas: UNICAMP, 1993.

GALLARDO, Jorge Perez; OLIVEIRA, Amauri A . Bássoli de; AVARENA, César Jaime Oliva. **Didática da Educação Física: a criança em movimento**. São Paulo: FTD, 1998.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 3.ed.-São Paulo: Atlas, 1991

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 5ª edição. São Paulo: Editora Atlas S.A, 1999.

GOMES, A.C. **Treinamento Desportivo: Estruturação e periodização**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

GRECO, Pablo Juan; **iniciação esportiva universal, vol. 1. Da aprendizagem motora ao treinamento técnico**. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 1998. j

GRECO, P. J.; BENDA, R. N. **Iniciação esportiva universal: da aprendizagem motora ao aprendizado técnico**. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 1998.

LIBÂNEO . J.C. **Didática** . São Paulo, Cortez 1998.

LIBÂNEO, J. C.; **Educação escolar: políticas estrutura e organização**. 2ª ed. São Paulo: Cortez, 2005. (Coleção Docência em Formação).

MEDINA, J. P. S. **Educação Física cuida do corpo... e "mente": bases para renovação e transformação da educação física**. 9.ed., Campinas: Papirus, 1990.

NEIRA, Marcos Garcia. **Ensino de Educação Física**. São Paulo: Thomson Learning, 2007.

OLIVEIRA, P. R. **O efeito posterior duradouro de treinamento (EPDT) das cargas concentradas, investigação a partir de ensaio com equipe infanto-juvenil e juvenil de voleibol**: Tese de Doutorado, Campinas, 1997.

OLIVEIRA, Valdomiro de; PAES, Roberto Rodrigues. A pedagogia da iniciação esportiva: um estudo sobre o ensino dos jogos desportivos coletivos. Revista digital Lectura: EF y Deportes. **Buenos Aires: abr. 2002, ano 10, nº 71**. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd71/jogos.htm>.

PAES, R.R. **Aprendizagem e competição precoce: "O caso do Basquetebol"**, Universidade Metodista de Piracicaba: Dissertação de Mestrado, 1989.

PAES, R. R. **Educação Física escolar: o esporte como conteúdo pedagógico do ensino fundamental**. Canoas: Ulbra, 2001

RAMOS, V. GRAÇA, A B.. NASCIMENTO, J.V. A representação do ensino do basquetebol em contexto escolar: estudos de casos na formação inicial em educação física. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 20, 1 p. 37-49, jan-mar.2006. Disponível em ; [http; www.biblioteca.cev.org.br](http://www.biblioteca.cev.org.br). acesso em; 20 jun 2011

SCHMIDT, R. A.; WRISBERG, C. A. **Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem baseada no problema**. 2a ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

SILVA, S. A. I. **Valores em Educação**. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 1999.

SOARES, Carmem Lúcia et al. **Metodologia do ensino de educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.

TEODORESCU, L. **Problemas de teoria e metodologia nos jogos desportivos**. Lisboa: Livros Horizonte, 1984.

VOSER, Rogério da Cunha; GIUSTI, João Gilberto. **O futsal e a escola: uma perspectiva pedagógica**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

WEINECK, J. **Treinamento Ideal. São Paulo** : Manole, 1997.