



**A INICIAÇÃO AO FUTSAL DE MULHERES ADULTAS:  
CONSTRUINDO COLETIVAMENTE UM ESPAÇO SEGURO PARA A  
APRENDIZAGEM**

**ADULT WOMEN'S INITIATION TO FUTSAL:  
COLLECTIVELY BUILDING A SAFE SPACE FOR LEARNING**

**LA INICIACIÓN DE MUJERES ADULTAS AL FUTSAL:  
CONSTRUYENDO COLECTIVAMENTE UN ESPACIO SEGURO PARA EL  
APRENDIZAJE**


**Mariana Zuaneti Martins**


<https://orcid.org/0000-0003-0926-7302> 

<http://lattes.cnpq.br/7281518704205888> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)  
marianazuaneti@gmail.com


**Bruna Saurin Silva**


<http://orcid.org/0000-0001-6556-0111> 

<http://lattes.cnpq.br/7969399168733565> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)  
bruna.saurin@gmail.com

**Maria Paula Louzada Mion**

<https://orcid.org/0000-0002-8501-4465> 

<http://lattes.cnpq.br/3973221411859355> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)  
mpufes@gmail.com

**Resumo**

Essa pesquisa trata-se de um estudo de caso, que busca compreender as experiências das mulheres que estão no período de iniciação esportiva no futsal na idade adulta. Esse estudo é realizado no contexto do Programa Academia e Futebol, da Secretaria Nacional de Futebol e Direitos do Torcedor. Para a produção de dados utilizamos as observações realizadas durante as sessões de treino; os artefatos produzidos nesses espaços; os registros das reuniões de planejamento e avaliação da intervenção. O recorte temporal é de 2022 a 2023, resultando em aproximadamente 70 sessões de treino. Como resultados, descrevemos o perfil das participantes do projeto; a proposta metodológica que estrutura as sessões de treinamento; e, por fim, os relatos das mulheres sobre a participação e engajamento no projeto, bem como os desafios enfrentados ao longo dos treinos.

**Palavras-chave:** Pedagogia do Esporte, Esporte, Gênero, Iniciação Esportiva Tardia.

**Abstract**

This research is a case study, in which we seek to understand the experiences of women who are in the period of learn to train futsal in adulthood. The study was carried out in the context of the Programa Academia e Futebol, da Secretaria Nacional de Futebol e Direitos do Torcedor. To produce the data, we used the observations made during training sessions, the artifacts produced in these spaces and the records of the intervention's planning and evaluation meetings. The time frame is from 2022 to 2023, resulting in approximately 70 training sessions. As results, we describe the profile of the project participants; the methodological proposal that structures the training sessions; and, finally, the women's accounts of their participation and engagement in the project, as well as the challenges they faced during the training sessions.

**Keywords:** Spots Pedagogy, Sport, Gender, Late Sports Initiation.



## Resumen

Esta investigación es un estudio de caso, que busca comprender las experiencias de mujeres que se encuentran en el período de iniciación al deporte de fútbol en la edad adulta. El estudio se llevó a cabo en el contexto Programa Academia e Futebol, da Secretaria Nacional de Futebol e Direitos do Torcedor. Para producir los datos, se utilizaron las observaciones realizadas durante los entrenamientos, los artefactos producidos en estos espacios y las actas de las reuniones de planificación y evaluación de la intervención. El marco temporal es de 2022 a 2023, lo que resulta en aproximadamente 70 sesiones de entrenamiento. Como resultados, describimos el perfil de las participantes del proyecto; la propuesta metodológica que estructura las sesiones de formación; y, finalmente, los informes de las mujeres sobre la participación y el compromiso en el proyecto, así como los desafíos enfrentados a lo largo de los entrenamientos.

**Palabras clave:** Pedagogia del Deporte, Deporte, Genero, Iniciación Deportiva Tardia.

## INTRODUÇÃO

Quando se trata do futebol ou do futsal, no Brasil, é relevante considerar a influência das questões de gênero que oportunizam ou dificultam o envolvimento com o esporte. Historicamente, o esporte tem sido dominado por homens, levando a desigualdades na representação e na promoção das mulheres nessa modalidade esportiva. De acordo com Altmann (1998), as relações de gênero produzem, em emaranhado com outros fatores, como força e habilidade, uma trama de exclusões e negociações no âmbito das práticas esportivas. Por exemplo, os dados resumidos no Relatório do Programa das Nações Unidas para o desenvolvimento humano do Brasil, de 2017, mostram que homens têm uma chance 28,4% maior que as mulheres de serem ativos (PNUD, 2017).

Quando observamos a participação esportiva de mulheres e homens, de acordo com os dados da PNAD (2015), enquanto 30% dos homens afirmam ter praticado algum tipo de atividade física nos 365 dias que antecederam a pesquisa, cerca de 17% das mulheres o fizeram. Quando falamos do futebol e do futsal especificamente, enquanto 57% dos homens escolheram esse esporte como atividade praticada, menos de 6% das mulheres o fizeram. Deste modo, os homens representam 94% de quem joga futebol ou futsal no Brasil (MARTINS et al., 2021).

Considerando ainda que os gostos e os hábitos relacionados à prática esportiva na vida adulta estão associados aos desenvolvidos na nossa infância e adolescência, ao observarmos a participação das meninas nas aulas de educação física, percebemos que esse cenário não está mudando. Segundo os dados da PENSE de 2019, mais da metade das meninas do ensino fundamental e médio do Brasil afirmaram ter 5 minutos ou menos de prática efetiva por semana nas aulas (MARTINS et al., 2022). Deste modo, percebemos que ainda estamos





diante das possibilidades de minimização das desigualdades no acesso e permanência no esporte durante a infância e adolescência.

No entanto, o cenário atual tem sido otimista, pois nos últimos anos, houve um aumento notável na participação e no desenvolvimento das mulheres no futebol. Os campeonatos nacionais e a Copa do mundo começaram a ser exibidos na televisão aberta e os times tradicionais do futebol criaram equipes de mulheres. Com isso, o interesse de meninas e mulheres pela prática do futebol cresceu, o que destaca a necessidade de discutir e abordar as questões de gênero no contexto das práticas pedagógicas.

Ao considerarmos que a mediação pedagógica do esporte deve ter como ponto de partida quem são as pessoas que jogam, qual é o cenário em que essa prática se desenvolve e quais são os significados que o esporte tem para tais pessoas (REVERDITO; SCAGLIA, 2009; PAES et al., 2009; GALATTI et al., 2014), é necessário ter em vista que as diferenças culturais nas oportunidades de engajamento com o futebol e o futsal vão interferir na forma pela qual a maioria das meninas e mulheres entram em contato com a modalidade (MARTINS; SILVA, 2020). Ainda, o crescimento da visibilidade do futebol de mulheres no Brasil tem chamado a atenção para a prática não apenas de meninas e jovens garotas, mas de mulheres adultas que durante a infância não tiveram oportunidade sequer de experimentar esse esporte. Deste modo, torna-se ainda mais importante uma mediação que considere as pessoas que se envolvem como centro do processo de ensino aprendizagem e vivência desse esporte, sobretudo do futsal, que é mais acessível, já que demanda uma menor quantidade de pessoas e um menor espaço.

Considerando esse cenário, neste artigo, exploraremos como as abordagens de iniciação ao futsal podem ser adaptadas para garantir a oportunidade e promover a inclusão de mulheres adultas nesse esporte, reconhecendo os desafios específicos que elas podem enfrentar e as estratégias para superá-los. Para tanto, realizamos um estudo de caso em uma turma de iniciação de mulheres adultas ao futsal, realizada no contexto do Programa Academia e Futebol, da Secretaria Nacional de Futebol e Direitos do Torcedor.

## **A iniciação esportiva de mulheres adultas**

A pedagogia do esporte é o campo que se propõe a refletir sobre “o processo de ensino, vivência, aprendizagem e treinamento do esporte, [...] a organização, sistematização, aplicação e avaliação das práticas esportivas nas suas diversas manifestações e sentidos”





(GALATTI et al., 2014, p. 153). Essa definição busca abranger o esporte, considerando-o como um artefato cultural plural, cujos significados dependem sobretudo de suas apropriações e de seus usos e contextos (STIGGER; THOMASSIN, 2013). Considerando essa pluralidade, alguns pressupostos tradicionais como a estabilidade, a objetividade e a simplicidade perderam cena nos debates pedagógicos, de modo que propostas que chamam atenção à complexidade, ao contexto e à humanização do gesto emergiram, sobretudo, a partir da década de 1980 (GALATTI et al., 2014; REVERDITO; SCAGLIA, 2009).

O futsal, como um esporte de invasão, engloba uma sucessão de situações problemas, as quais as/os jogadoras/es devem interpretar e resolver. Jogar um esporte é saber desvendar sua lógica interna, a qual demanda estruturação do espaço, comunicação da ação e a relação com a bola (GARGANTA, 1995). Ensinar a jogar, portanto, demanda desenvolver determinadas competências, isto é, "poder fazer" relacionado a resolver os problemas jogo (SCAGLIA et al., 2013). Para tanto, é necessário a uma/um jogadora/or antecipar o que suas/seus adversárias/os farão para conseguir surpreendê-los, aproximando-se assim da resolução de determinados problemas e, por conseguinte, de seu objetivo, que é marcar um gol. Saber jogar futsal, portanto, envolve desenvolver competências que vão além da capacidade de reproduzir gestos técnicos e padronizados (SCAGLIA et al., 2013). Estes, aliás, são contingentes às decisões tomadas e executadas na resolução dos problemas oriundos desse esporte. Como consequência, quando se interpreta o ensino-aprendizagem-treinamento, aprender por meio do jogo é fundamental (SCAGLIA, 2011). Dentro desse modelo, a/o professora/or não é o centro da aprendizagem, mas um mediador. O papel da/o professora/or é de diagnóstico; de contribuir para direcionar as/os alunas/os aos objetivos de aprendizagem; e de apoio ativo nas tentativas das/os alunas/os (GRAÇA; MESQUITA, 2013).

Ao deslocarmos o foco para a pessoa que pratica o esporte e as diversas interpretações que o cercam, surge a reflexão sobre a importância e a necessidade de múltiplas abordagens pedagógicas relacionadas ao esporte. Isso permite adaptar o processo de ensino esportivo de acordo com as diferentes pessoas, objetivos e maneiras pelas quais o esporte se apresenta. Essa diversidade também se manifesta dentro de contextos específicos, uma vez que cada participante em uma aula é influenciado por suas experiências corporais anteriores, as oportunidades que tiveram ou não, facilidades individuais e níveis de engajamento únicos. Portanto, mediar esses momentos requer a sensibilidade para reconhecer essas diferenças e a capacidade de criar ambientes que possam acomodá-las de forma adequada. Nesse contexto,





torna-se fundamental compreender como as questões de gênero têm sido um fator que afastou as meninas e mulheres dos esportes, sobretudo do futebol e do futsal.

Por outro lado, devemos levar em consideração essas disparidades de oportunidades sem, no entanto, sugerir que a presença de meninas e mulheres nos esportes seja um problema a ser resolvido (OLIVER et al., 2009). Esse movimento retira delas o poder de agência, silenciando suas competências para identificar as barreiras e propor soluções, negociar ou transformar seu ambiente esportivo. Além disso, é importante reconhecer que discursos sobre masculinidades permeiam o futebol e relegam as garotas a uma posição marginalizada. Portanto, não é produtivo adotar uma perspectiva que rotule meninas e mulheres como menos habilidosas ou menos interessadas (SILVA; MARTINS, 2022). Pelo contrário, é necessário compreender esses discursos e encorajá-las a reconhecê-los e a considerar alternativas (OLIVER et al., 2009). Em outras palavras, é essencial transcender a busca por culpados para a não participação das meninas e mulheres no futebol e, em vez disso, promover um espaço de diálogo que envolva elas próprias no processo de construção de um ambiente seguro e acolhedor (SILVA; MARTINS, 2023).

Dado o interesse pela prática esportiva na idade adulta, a literatura científica tem caracterizado esse processo como iniciação esportiva tardia (PIMENTEL et al., 2010; BELLI et al., 2017). A nomeação de iniciação tardia está relacionada ao fato de a literatura científica delimitar períodos críticos para o desenvolvimento motor, que seriam caracterizados pelos "estado maturacional do sistema nervoso" (PIMENTEL et al., 2010, p. 6), sendo estes requisitos para a aprendizagem de capacidades coordenativas e da técnica esportiva (KROGER; ROTH, 2002; GRECO; BENDA, 1998). Ainda que se fale de um período mais adequado, todavia, é possível desenvolver essas habilidades em outras etapas da vida. Para Pimentel e colaboradores (2010, p. 6), o aprendizado do esporte nessa fase da vida pode ser otimizado ainda pela "conclusão dos estágios de maturação da idade adulta e melhor condição de compreensão dos sistemas táticos e das necessidades técnicas que destes emergem". Afinal, a própria literatura emergente da pedagogia do esporte não trata de faixas etárias para o desenvolvimento da capacidade de jogo e, ao deslocar a ênfase da técnica para a tática, minimiza esses aspectos maturacionais na aprendizagem do esporte.

Em consonância com essas perspectivas, as tendências mais recentes para o desenvolvimento esportivo têm transacionado do "desenvolvimento de atletas a longo prazo" ao "desenvolvimento de longo prazo no esporte e na atividade física". Deste modo, as





propostas têm considerado a perspectiva de prática esportiva durante a vida toda e diminuído a ênfase em estágio etários de desenvolvimento e caminhos únicos para o envolvimento esportivo (SPORT FOR LIVE, 2019; COB, 2022). Por essa via, temos optado por tratar de iniciação esportiva na idade adulta, em vez de iniciação esportiva tardia, uma vez que tais termos podem trazer uma ideia de desajustamento do momento em que o envolvimento esportivo ocorre.

Nomear é um ato de poder e nossa linguagem cria realidades (WENETZ; MARTINS, 2020). Classificar um envolvimento como tardio implica dizer que ele ocorreu fora de uma certa ordem "natural", o que o torna fruto de um caminho equivocado de desenvolvimento. Rejeitando a naturalização dos caminhos e da própria noção de técnica corporal (MAUSS, 2003), preferimos utilizar uma linguagem mais "neutra". Ainda, embora a literatura dê bastante atenção ao fenômeno da especialização esportiva precoce (CÔTE et al., 2009), o mesmo não é feito para esse envolvimento denominado como tardio. Não parece coincidência que as pesquisas que tratam desse tema, via de regra, envolvem mulheres em modalidades esportivas representadas como masculinas (MASCARIN et al., 2019; OLIVEIRA et al., 2017). Deste modo, o poder da linguagem hierarquiza os tipos de envolvimento e, novamente, coloca as mulheres em um lugar de anomia e de inferioridade. Escapamos da cilada dessa nomeação, portanto, ao tratarmos da forma mais descritiva possível do fenômeno.

## PERCURSO METODOLÓGICO

Trata-se de um estudo de caso, que busca compreender as experiências das mulheres que estão no período de iniciação esportiva no futsal na idade adulta. O estudo de caso nos permite conhecer em profundidade os mecanismos e as razões de determinada situação, que, apesar de única, possui regularidades e características que podem ser extrapoladas para outros contextos (BEACH; PEDERSEN, 2016). Para tal, estudamos o projeto de extensão "Futsal Feminino Universitário", da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES). Este projeto existe desde 2017, paralisando os treinamentos entre 2020 e 2021, em razão da pandemia de covid-19, os quais retornaram em 2022, com o Programa Academia e Futebol.

Tal projeto busca proporcionar espaços seguros e de protagonismo para mulheres adultas com o interesse em iniciar e vivenciar a prática do futsal. Trata-se de um contexto de ensino-treinamento construído coletivamente por integrantes do curso de educação física, que oferta semanalmente duas sessões de treinos no intuito de atender estudantes da UFES e pessoas da Comunidade Externa. Os treinamentos são mediados por uma comissão técnica,





composta por uma professora da universidade, uma doutoranda, três mestrandas e quatro graduandos/as de educação física. As mulheres participantes são alocadas em dois grupos: i) pessoas com menor ou nenhuma experiência e ii) pessoas com experiências prévias em busca de desenvolvimento esportivo. As aulas são pautadas em jogos adaptados para o ensino da modalidade. Nesse artigo, o foco está na turma de iniciação no futsal.

Para a produção de dados, utilizamos as observações realizadas durante as sessões de treino; os artefatos produzidos ao longo das sessões de treino (materiais de planejamento, murais preenchidos pelas mulheres; formulários de demonstração de interesse e registros audiovisuais); e, por fim, os registros das reuniões de planejamento e avaliação da intervenção. O recorte temporal deste estudo é do primeiro semestre de 2022 ao final do primeiro semestre de 2023, quando foram realizadas aproximadamente 70 sessões de treino. Os dados foram interpretados ao longo do processo de avaliação das intervenções.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### Quem são as mulheres adultas e o(por) que buscam com/a iniciação ao futsal?

Com a crescente popularidade, a cada semestre, entre os membros da Universidade Federal do Espírito Santo, o projeto de extensão Futsal Universitário Feminino atende mulheres adultas que desejam ora ter os primeiros contatos com a prática da modalidade esportiva, ora acessar mais um dentre os espaços de engajamento e desenvolvimento no futsal. As 267 mulheres que se inscreveram no projeto possuem idade entre 16 e 60 anos. Apesar da abrangência de idades alcançadas pelo programa, ressaltamos que a maioria das frequentadoras estão entre a faixa etária dos 18 aos 22 anos de idade. O projeto é aberto também à comunidade externa, de modo que, do total das inscritas no projeto, 12,4% (33) não se encontravam vinculadas ao corpo discente da universidade.

A oferta de treinamentos com foco na iniciação ao futsal e no aprimoramento das habilidades para grupos que já haviam participado de outros espaços de desenvolvimento na modalidade esportiva resultou em uma pluralidade de perfis, bem como em pessoas com distintas experiências esportivas. 56,1% (92) delas nunca haviam treinado futsal em nenhum outro lugar antes de ter contato com o projeto de extensão. Das 72 jovens (representando 43,9% do total), somente 29,9% delas haviam participado de competições de futsal em algum momento de suas trajetórias esportivas. Isso demonstra que a maioria das interessadas teve acesso limitado a experiências de envolvimento com o futsal durante a infância e adolescência.





Dentre os espaços em que a experiência anterior com o futsal foi viabilizada, as instituições escolares – através da criação de campeonatos internos e participações em campeonatos estaduais e até mesmo nacionais - apareceram com maior frequência nos relatos.

Ao assinalarem sobre as expectativas com a participação no projeto, a melhoria nas capacidades físicas apareceu em 120 respostas (73,2%); seguida da possibilidade de aprender futsal, indicada por 99 atletas (60,4%); e por saúde e emagrecimento, presente em 90 respostas (54,9%). Cabe destacar que 28% das mulheres apontaram a expectativa de ter contato com uma modalidade que nunca praticou na vida. Quando questionadas sobre os benefícios que a participação no projeto poderia trazer para a vida pessoal das respondentes, os benefícios relacionados a saúde mental estiveram presentes em 152 respostas (92,7%); seguido da possibilidade de socializar, indicado por 132 jovens (80,5%); e melhoria da autoestima, presente em 95 (57,9%) respostas. Os benefícios apontados com menor frequência estavam relacionados à paixão pelo esporte; e os benefícios relacionados à melhoria da agilidade e mobilidade; ambos assinalados apenas 1 vez.

O perfil das participantes do projeto confirma alguns aspectos já identificados na literatura sobre esporte e mulheres. Nota-se que a educação física escolar desempenha um papel fundamental como um espaço de introdução à modalidade esportiva (SOUZA; MARTINS, 2018). Ao mesmo tempo, aponta para o pouco tempo de envolvimento semanal na prática efetiva do esporte (MARTINS et al., 2022) e a falta de projetos sociais e programas destinados a meninas e jovens no futebol e futsal. Como resultado, a expectativa de ter acesso a um espaço de aprendizado no futsal e de explorar uma modalidade esportiva nova é expressiva.

Além disso, a busca por um espaço como esse também reflete o reconhecimento do projeto como um ambiente seguro e acolhedor, onde elas podem aprender sem sentir-se julgadas (SILVA; MARTINS, 2023). Isso é particularmente relevante, uma vez que meninas e mulheres tendem a ser menos propensas a se arriscar ao aprender uma nova atividade física, especialmente quando não percebem uma orientação pedagógica que lhes ofereça segurança (UCHOGA; ALTMANN, 2016; SO et al., 2018). Esse aspecto se torna mais evidente quando se consideram as questões de autoestima como um dos benefícios esperados ao se engajarem no esporte. É notável que, em sua maioria, as mulheres tendem a duvidar mais de suas próprias habilidades e a experimentar inseguranças em relação ao envolvimento esportivo (UCHOGA; ALTMANN, 2016). Afinal, o desempenho esportivo das mulheres costuma ser rotineiramente subvalorizado ou negligenciado (SILVA; MARTINS, 2023). Por esse motivo, um ambiente







dedicado ao aprendizado de uma modalidade esportiva, livre de julgamentos e com acolhimento, é reconhecido como uma forma de atenuar essas questões culturais.

### **Como se dá a iniciação ao futsal para mulheres adultas no projeto**

Para realizar a iniciação ao futsal de mulheres adultas, nos baseamos nas propostas emergentes da pedagogia do esporte do enfoque nas competências do jogo (GALATTI et al., 2014; SCAGLIA et al., 2013). As sessões começavam com uma conversa inicial, seguida por um jogo de aquecimento projetado para introduzir as capacidades táticas ensinadas na sessão. Em seguida, implementávamos um jogo simplificado que trabalhava de maneira enfatizada essas capacidades, ajustando as regras e o contexto de acordo com o nível de experiência das participantes. Após esses jogos, a comissão técnica realizava uma roda de discussões com as mulheres, abordando suas percepções sobre a sessão de treinamento e o projeto como um todo. Por fim, incluíamos um momento de jogo deliberado, projetado para maximizar a diversão e o prazer na prática do futsal em si, sem necessariamente focar na melhoria do desempenho (CÔTE; ERICKSON, 2015). A proposta do jogo deliberado ao final da sessão de treino buscava incentivar as mulheres a auto-organização para o engajamento com o futsal, de modo que elas pudessem levar essa forma de jogo para outros contextos.

Nossa abordagem metodológica para a adaptação dos jogos é inspirada pelo modelo de competência em jogos de invasão de Graça e Mesquita (2013). Esse modelo se apoia em certas diretrizes: i) na seleção de variantes do jogo adequadas à capacidade das alunas, ii) na resolução de desafios reais do jogo dentro de ambientes de jogo, visando o ensino com base na compreensão tática, que incorpora as habilidades de jogo como um elemento subordinado ao primeiro critério; iii) na manutenção da autenticidade dos jogos, promovendo a valorização do treinamento, da competição, do caráter festivo e da inclusão (GRAÇA; MESQUITA, 2013). Para desenvolver as competências do jogo, este modelo pressupõe a criação de "formas simplificadas de jogo" que contextualizam os objetivos de aprendizagem específicos daquela fase de aprendizado (GRAÇA; MESQUITA, 2013, p. 36). Tais formas simplificadas preservam os princípios operacionais dos esportes coletivos de invasão: acertar o alvo, progredir em direção ao alvo e conservar a posse de bola, como princípios ofensivos; e tentar recuperar a posse de bola, impedir a progressão do adversário no seu campo defensivo e defender sua meta, como defensivos (BAYER, 1994).





O contexto de ensino do futsal estudado é demarcado pela iniciação à modalidade em questão. Nesta fase de aprendizagem é comum uma precipitação ao jogar, os passes são rápidos, imprecisos e na maioria das vezes não chegam ao destino desejado. Ao mesmo tempo em que alunas desejam muito o jogo, quando em posse da bola, observa-se certo temor/preocupação ao possuir o implemento, além de uma dificuldade de preservar a posse da bola, quando em seus pés. Como resultado, tendem a não se atentar a resolução do problema do jogo quando fazem uma ação tática.

Outro problema dessa fase inicial é a aglutinação em torno da bola e o jogo centrado no meio da quadra. Nesse tipo de jogo é comum notar certa individualidade das jogadoras, ainda que haja uma dificuldade em manter o domínio e a posse de bola e de ler o jogo como um todo. Este tipo de padrão é também resultado da dificuldade de controlar o jogo e de se movimentar nos espaços da quadra (MARTINS et al., 2022). Dessa maneira, na iniciação ao futsal, o controle do jogo e o controle corporal aparecem como primordiais para se pensar o ensino dessa e de outras modalidades esportivas (GRAÇA et al., 2013).

Nesse sentido, a definição e organização dos objetivos nessa fase orientaram as observações e delimitaram as temáticas das intervenções e dos jogos adaptados ofertados às jogadoras, enfatizando as capacidades táticas das sessões. No aspecto ofensivo, nossa ênfase recaiu sobre as habilidades táticas de reconhecimento de espaços vazios e desmarcação, com o propósito principal de organizar o jogo coletivo, como forma de se aproximar e acertar a meta (Kroger; Roth, 2002). Quanto à fase defensiva, focamos na marcação individual. Durante a transição defensiva, priorizamos a recomposição da equipe atrás da linha da bola.

Em primeiro lugar, foram implementadas regras e modificações que visavam simplificar a tomada de decisão em relação à posse de bola, permitindo que esta ação fosse realizada com mais tempo e menos pressão. Os jogos de passes e os jogos de ultrapassagem (1x1, 2x1, 3x1) com ou sem superioridade numérica e com a bola protegida, ou seja, com a proibição de roubo da bola quando a jogadora estivesse em posse dela, são exemplos de atividades que proporcionavam um maior tempo para a tomada de decisão e controle corporal (figura 1). Nessas situações as adversárias atuavam em "marcação sombrinha", comportamento este, que lhes permitia dificultar o avanço das adversárias sem, no entanto, tentar roubar a bola. Essas atividades tinham o gol como meta ou diferentes tipos de balizas como alvo.

Os jogos com a grande superioridade numérica, por exemplo, 3x1 ou 4x2 permitiam que o ataque tivesse tempo para tomar as melhores decisões, tanto no momento





de dominar e conduzir a bola, mas também nos momentos em que havia a necessidade do passe (figura 1). A limitação da defesa proporcionava uma exacerbação de espaços no campo de jogo, provocando uma possível melhora também na movimentação.

**Figura 1** - Miniquadras simultâneas 1x1 (à esq.); jogo de passes 4x2 (à dir.)



**Fonte:** construção das autoras.

A movimentação em quadra, nesta fase de aprendizagem do futsal está diretamente ligada à organização do jogo. Nesse momento, as jogadoras reconhecem os espaços da quadra, mas ainda têm dificuldades em definir quais lugares lhes oferecem melhores chances no jogo. Para isso, introduzimos jogos que visavam facilitar o reconhecimento dos espaços da quadra. Nosso objetivo era possibilitar que, ofensivamente elas fossem capazes de buscar um equilíbrio espacial e descentralizar o jogo em condições favoráveis para receber o passe. Defensivamente buscávamos uma marcação individual capaz de acompanhar a movimentação, e que ao mesmo tempo se posicionassem guardando a meta.

Nesse sentido, jogos de quadrantes (figura 2), por exemplo, demonstraram ser eficazes para a organização em quadra e para descentralizar o jogo em torno da bola.

**Figura 2** – Jogo de quadrantes



**Fonte:** construção das autoras.





Nesses jogos, os quadrantes específicos da quadra eram ocupados, promovendo a descentralização do jogo e ocorria a troca de quadrante após o passe. Essa dinâmica não apenas trabalhava a descentralização, mas também estimulava a movimentação nos espaços vazios da quadra. Além disso, incorporamos o conceito de superioridade numérica a esses jogos, o que facilitou a compreensão da organização em quadra.

## **PALAVRAS FINAIS: ESCUTANDO AS MULHERES PARA CONSTRUIR O AMBIENTE DE TREINO**

Um princípio fundamental na construção do ambiente de treino é a ideia de que haja uma co-construção. Deste modo, a escuta das participantes a cada sessão, o conhecimento de suas percepções e o interesse pelos seus sentimentos e afetos eram preocupações constantes. Como resultado, os planejamentos eram refeitos e avaliados de acordo com as demandas das participantes. Um exemplo concreto desse processo é a introdução do jogo deliberado, que surgiu em resposta a uma demanda das participantes de terem um espaço de jogo, para interagirem entre si. A partir da escuta das mulheres, o formato do treino foi, então, sendo alterado para que atendesse a seus interesses.

As rodas de conversas muitas vezes serviram para que as mulheres opinassem sobre suas percepções do jogo, nível de dificuldade, desafio e prazer e esse retorno era levado em consideração nas próximas sessões. Em alguns treinos, por exemplo, seguíamos com um mesmo tipo de jogo, porque elas declaravam que lhes agradava ou que precisavam de mais tempo para se desenvolver nele.

É fundamental destacar que a co-construção dos ambientes de treino pode ser levada a cabo com crianças e jovens também. Todavia, ao trabalhar com mulheres adultas, as oportunidades de colaboração podem ser ampliadas, pois a comunicação entre alunas e comissão técnica é facilitada devido à identificação etária e social. As mulheres frequentavam o ambiente de treinamento de forma voluntária, permanecendo apenas se ele lhes parecesse adequado e agradável. Nesse sentido, o ambiente ser reconhecido como positivo é um aspecto importante para a permanência delas. No projeto, a construção de um ambiente seguro de jogo é um empreendimento coletivo do qual elas participam. Dentro dele, cada participante pode ser corresponsável pela aprendizagem da colega.

Em uma determinada ocasião, durante as discussões sobre suas percepções em relação ao projeto de extensão, as mulheres enfatizaram o que mais lhes chamava a atenção.





Um dos aspectos mencionados era a oportunidade de aprender a jogar. Para elas, aprender a jogar significava ter um ambiente e uma comissão técnica que se preocupavam em mediar o espaço de jogo, permitindo que jogassem sem hostilizar os erros, incentivando a ajuda mútua e celebrando as conquistas umas das outras. Evidentemente havia conflitos, inclusive a desistência de alguns participantes ao perceberem que o ambiente era direcionado à iniciação.

Os vínculos se mostravam importantes para esse ambiente de colaboração. Deste modo, as atividades que encorajaram elas a interagirem e se conhecerem, os momentos de jogo deliberado auto-organizados e as rodas de conversa contribuíram para construção de vínculos ao longo dos meses. Elas participavam por se sentirem acolhidas dentro de uma comunidade esportiva. Como resultado, em momentos em que o projeto estava de recesso, essas mulheres se auto-organizavam para jogar futsal em outras quadras, no mesmo dia e horário que costumavam se encontrar nos treinos.

Por último, a participação em atividades esportivas na idade adulta continua a ser um desafio para as mulheres devido a questões culturais. Muitas das participantes que interromperam sua participação no projeto alegaram conflitos de horário com suas atividades acadêmicas ou profissionais, bem como sobrecarga de compromissos que as impediam de priorizar esse momento de lazer. No entanto, é fundamental ressaltar que essas dificuldades não devem ser encaradas como barreiras intransponíveis, mas sim como oportunidades para destacar as desigualdades de gênero. Da mesma forma que a proibição das mulheres no futebol foi superada, essa transformação cultural também é um processo de longo prazo, mas essencial para avançar nesse caminho.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BAYER, Claude. **O ensino dos jogos desportivos**. Lisboa, Portugal: Dinalivros, 1994.

BEACH, Derek; PEDERSEN, Rasmus Brun. **Causal case study methods: foundations and guidelines for comparing, matching, and tracing**. Michigan, USA: University of Michigan Press, 2016.

BELLI, Taisa e colaboradores. Pedagogia do esporte e tênis de mesa: novas perspectivas no ensino-treino do efeito na iniciação esportiva tardia. **Pensar a prática**, v. 20, n. 2, p. 420-429, 2017.

Comitê Olímpico do Brasil (COB). **Modelo de desenvolvimento esportivo do Comitê Olímpico do Brasil**, 2022. Disponível em:





<<https://www.cob.org.br/pt/documentos/download/aaf3b306396c4/>>. Acesso em: 03 de nov. 2023.

CÔTÉ, Jean; ERICKSON, Karl. Diversification and deliberate play during the sampling years. In: BAKER, Joe; FARROW, Damien. **Routledge handbook of sport expertise**. London, England: Routledge, 2015.

CÔTÉ, Jean; LIDOR, Ronnie; HACKFORT, Dieter. ISSP position stand: To sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. **International journal of sport and exercise psychology**, v. 7, n. 1, p. 7-17, 2009.

GALATTI, Larissa Rafaela e colaboradores. Pedagogia do esporte: tensão na ciência e o ensino dos jogos esportivos coletivos. **Journal of physical education**, v. 25, n. 1, p. 153- 162, 2014.

GARGANTA, Julio. Para uma teoria dos jogos desportivos colectivos. In: GRAÇA, Amândio; OLIVEIRA, José. **O ensino dos jogos desportivos**. Porto, Portugal: CEJD/FCDEF-UP, 1995.

GRAÇA, Amândio; MESQUITA, Isabel. Modelos e concepções de ensino dos jogos desportivos. In: TAVARES, Fernando. **Jogos desportivos coletivos: ensinar a jogar**. Porto, Portugal: Editora FADEUP, 2013.

GRAÇA, Amândio; SANTOS, Eduardo; SANTOS, A; TAVARES, Fernando. In: TAVARES, Fernando. **Jogos desportivos coletivos: ensinar a jogar**. Porto, Portugal: Editora FADEUP, 2013.

GRECO, Pablo Juan; BENDA, Rodolfo Novellino. **Iniciação esportiva universal**. Belo Horizonte, MG: UFMG, 1998.

KRÖGER, Christian; ROTH, Klaus. Escola da bola. **São Paulo: Phorte**, 2002.

MARTINS, Mariana Zuaneti e colaboradores. O ensino do futsal: Competências para o jogo e propostas metodológicas. In: ESPER, Pablo (Ed.). **Iniciación, formación y desarrollo de los deportes de equipo**. Salta, Argentina: Universidad Católica de Salta, 2022.

MARTINS, Mariana Zuaneti; SILVA, Bruna Saurin. Incorporar meninas nas aulas de esporte: pensando possíveis articulações entre os estudos de gênero e a pedagogia do esporte. **Pensar a prática**, v. 23, p. 1-23, 2020.

MARTINS, Mariana Zuaneti; SILVA, Kerzia Railane Santos; VASQUEZ, Vitor. As mulheres e o país do futebol: intersecções de gênero, classe e raça no Brasil. **Movimento**, v. 28, p. 1-18, 2022.

MARTINS, Mariana Zuaneti; VASQUEZ, Vitor Lacerda; MION, Maria Paula Louzada. Associações entre gênero, classe e raça e participação nas aulas de Educação Física. **Revista brasileira de atividade física & saúde**, v. 27, p. 1-8, 2022.

MASCARIN, Rafaela Bevilaqua; VICENTINI, Lucas; MARQUES, Renato Francisco Rodrigues. Brazilian women elite futsal players' career development: diversified experiences and late sport specialization. **Motriz**, v. 25, p. 1-10, 2019.





MAUSS, Marcel. **As técnicas do corpo**. São Paulo: Casac Naify, 2003.

OLIVER, Kimberly L.; HAMZEH, Manal; MCCAUGHTRY, Nate. Girly girls can play games/las niñas pueden jugar tambien: co-creating a curriculum of possibilities with fifth-grade girls. **Journal of teaching in physical education**, v. 28, n. 1, p. 90-110, 2009.

OLIVEIRA, Flavia Volta Cortes de; MENEZES, Rafael Pombo; MARQUES, Renato Francisco Rodrigues. Trajetória esportiva de jogadoras da seleção brasileira feminina de Rugby: vivências diversificadas na infância e a especialização tardia na modalidade. In: GALATTI, Larissa Rafaela e colaboradores. **Desenvolvimento de treinadores e atletas: pedagogia do esporte**. Campinas, SP: Unicamp, 2017.

PAES, Roberto Rodrigues; MONTAGNER, Paulo Cesar; FERREIRA, Henrique Barcelos. **Pedagogia do esporte: iniciação e treinamento em basquetebol**. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan, 2009.

PNAD, IBGE. **Pesquisa nacional por amostra de domicílios**. Rio de Janeiro: IBGE, 2015.

PNUD. **Relatório do Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento “movimento é vida”**. Brasília, DF: PNUD, 2017.

REVERDITO, Riller Silva; SCAGLIA, Alcides José. **Pedagogia do esporte: jogos coletivos de invasão**. São Paulo: Phorte, 2009.

SCAGLIA, Alcides José. **O futebol e as brincadeiras de bola: a família dos jogos de bola com os pés**. São Paulo: Phorte, 2011.

SCAGLIA, Alcides José; REVERDITO, Riller Silva; GALATTI, Larissa Rafaela. Ambiente de jogo e ambiente de aprendizagem no processo de ensino dos jogos esportivos coletivos: desafios no ensino e aprendizagem dos jogos esportivos coletivos. In: NASCIMENTO, Juarez V.; RAMOS, Valmor; TAVARES, Fernando (Orgs.). **Jogos desportivos: formação e investigação**. Florianópolis, SC: UDESC, 2013.

SILVA, Rogério Matos Pimentel; GALATTI, Larissa Rafaela; PAES, Roberto Rodrigues. Pedagogia do esporte e iniciação esportiva tardia: perspectivas a partir da modalidade basquetebol. **Pensar a prática**, v. 13, n. 1, p. 1-15, 2010.

SILVA, Bruna Saurin; MARTINS, Mariana Zuaneti. Ensinando o esporte a partir do ponto de vista feminista: tensões da epistemologia feminista para a pedagogia do esporte. **Corpoconsciência**, v. 23, p. 1-16, 2023.

SILVA, Bruna Saurin; MARTINS, Mariana Zuaneti. Jugar fútbol como una niña: relaciones con el saber y los estudios de género. **Cenas educacionais**, v. 5, p. 1-31, 2022.

SO, Marcos Roberto; MARTINS, Mariana Zuaneti; BETTI, Mauro. As relações das meninas com os saberes das lutas nas aulas de educação física. **Motrivivência**, v. 30, n. 56, p. 29-48, 2018.





SOUZA, Ana Claudia Ferreira de; MARTINS, Mariana Zuaneti. O paradoxo da profissionalização do futsal feminino no Brasil: entre o esporte e outra carreira. **Pensar a prática**, v. 21, n. 1, p. 26-39, 2018.

SPORT FOR LIFE. **Long-term development in sport and physical activity 3.0**. Disponível em: <<https://sportforlife.ca/wp-content/uploads/2019/06/Long-Term-Development-in-Sport-and-Physical-Activity-3.0.pdf>>. Acesso em: 03 de nov. 2023.

STIGGER, Marco Paulo; THOMASSIM, Luis Eduardo. Entre o "serve" e o "significa": uma análise sobre expectativas atribuídas ao esporte em projetos sociais. **Licere**, v. 16, n. 2, p. 1-33, 2013.

UCHOGA, Liane Aparecida Roveran; ALTMANN, Helena. Educação física escolar e relações de gênero: diferentes modos de participar e arriscar-se nos conteúdos de aula. **Revista brasileira de ciências do esporte**, v. 38, n. 2, p. 163-170, 2016.

WENETZ, Ileana; MARTINS, Mariana Zuaneti. Gênero e etnografia: implicações teórico-metodológicas para pesquisar nas práticas educacionais. **Revista fórum identidades**, v. 32, n. 1, p. 115-130, 2020.

#### **Dados do primeiro autor:**

Email: [marianazuaneti@gmail.com](mailto:marianazuaneti@gmail.com)

Endereço: Avenida Fernando Ferrari, 514, Goiabeiras, Vitória, ES, CEP: 29075-910, Brasil.

Recebido em: 04/11/2023

Aprovado em: 22/11/2023

#### **Como citar este artigo:**

MARTINS, Mariana Zuaneti; SILVA, Bruna Saurin; MION, Maria Paula Louzada. A iniciação ao futsal de mulheres adultas: construindo coletivamente um espaço seguro para a aprendizagem. **Corpoconsciência**, v. 27, e.16595, p. 1-16, 2023.

#### **Apoio:**

Esta pesquisa contou com apoio financeiro da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e da Secretaria Nacional de Futebol e Direitos do Torcedor.

