



Opções metodológicas para o treino do handebol em equipes universitárias do estado de São Paulo

Methodological Options for Handball Training on College Teams in the State of São Paulo

Opciones Metodológicas para el Entrenamiento de Balonmano en Equipos Universitarios en el Estado de São Paulo

Karla Aline Moreira de Oliveira
Universidade de São Paulo (USP)

Rafael Pombo Menezes
Universidade de São Paulo (USP)

RESUMO

O treino do handebol tem sido investigado em diferentes contextos e categorias. No entanto, uma importante lacuna identificada na literatura se refere aos procedimentos metodológicos adotados por treinadores em equipes do contexto universitário. Neste estudo, analisamos as preferências metodológicas de treinadores de equipes universitárias de handebol para o treino dos conteúdos específicos em suas equipes por meio de questionário. Participaram do estudo 21 treinadores de equipes masculinas e femininas do estado de São Paulo (Brasil). Os principais achados se referem à preferência pelo ensino pautado em jogos e situações de jogo, quando comparados ao método tradicional/tecnicista, o que contrapõe os achados de outros estudos com equipes da mesma faixa etária. Dados os desafios desse contexto, como heterogeneidade das equipes, sessões escassas de treino semanal e dedicação dos jogadores às equipes, o treino pautado em jogos parece ser uma decisão adequada para implementar as diretrizes do treinador.

Palavras-chave: Pedagogia do esporte; Treino; Aspectos táticos; Esporte universitário

ABSTRACT

Handball training has been investigated in different contexts and categories. However, an important gap identified in the studies pertains to the methodological procedures adopted by coaches on college teams. In this study, we analyzed the methodological preferences of college handball coaches for training specific content in their teams through a questionnaire. The study involved 21 coaches of male and female teams in the state of São Paulo, Brazil. The main findings relate to a preference for teaching based on games and game situations when compared to the traditional/technical approach, which contrasts with the findings of other studies with teams of the same category. Given the challenges in this context, such as team heterogeneity, limited weekly training sessions, and players' dedication to the teams, game-based training appears to be a suitable decision to implement the coach's guidelines.

Keywords: *Sport pedagogy; Sports training; Tactical aspects; College Sport*

INTRODUÇÃO

O jogo de handebol se caracteriza por um cenário tático-técnico dinâmico, permeado pelas interações entre os jogadores (da mesma equipe e entre adversários), dos quais são requeridas constantes tomadas de decisão, com ações que precisam ser executadas rapidamente (Menezes, 2012; Tavares, 2013) em condições de instabilidade e incerteza (Gréhaigne e Godbout, 1995). O jogador precisa conhecer e dominar diferentes aspectos inerentes ao desempenho esportivo que perpassam pela atuação e responsabilidade individual até o trabalho de equipe e a responsabilidade coletiva (Tavares, 2013), bem como dos processos cognitivos inerentes à tomada de decisão (Matias e Greco, 2010).

Tradicionalmente, os esportes coletivos vêm sendo ensinados pautando-se no tecnicismo exacerbado (Santana et al., 2015), partindo de pressupostos positivistas (Menezes et al., 2014), que desconsideram a complexidade do ambiente do jogo e sem representatividade sobre a natureza contextual para os jogadores (Bunker e Thorpe, 1986; Greco, 2001; Light e Fawns, 2003). No handebol o jogador precisa solucionar as situações do jogo tecnicamente (com um gesto eficaz) e taticamente (contemplando uma tomada de decisão contextualizada e eficaz), pois as interações táticas podem ser limitadas se não houver domínio da técnica ou se essa for executada de forma alienada do contexto do jogo (Menezes, 2011), o que torna imprescindível entender a indissociação/interdependência entre técnica e tática (Solá Santesmases, 2005).

A preferência pelo método tradicional parece aumentar na medida em que se aproxima da categoria sub-18 (Menezes, 2018) e se mostra predominante nas categorias júnior e adulta (Menezes et al., 2020), o que se justificaria pelo aumento da especificidade e pela obtenção de resultados. O handebol também se desenvolve nas categorias superiores à sub-18 em diferentes contextos (clubes, entidades públicas e universidades) e é objeto de estudos de pesquisadores que pretendem ampliar o conhecimento e proporcionar novas reflexões para o treinamento de jogadores.

As revisões de Óscar C. Aguilar (2014) e Jaime Prieto et al. (2015) revelaram que temas como medicina esportiva, ciências do esporte, treinamento esportivo, fisiologia e psicologia do esporte estavam entre os mais investigados no período de 1900 a 2014. Considerando especificamente o contexto do handebol universitário, os estudos têm se concentrado recentemente em mensurar componentes relacionados ao treinamento esportivo (Dechechi et al., 2021), ao estresse e ansiedade (Venditti Júnior et al., 2019) e às lesões (Rochinski et al., 2020).

A revisão sistemática de Felipe Modolo et al. (2018) identificou maior frequência de estudos envolvendo goleiros de handebol publicados em inglês, com delineamento quantitativo e envolvendo equipes adultas, masculinas e de alto rendimento. Já a revisão sistemática de Vinicius S. Musa e Rafael P. Menezes (2021) identificou o panorama dos estudos envolvendo treinadores de handebol. Nessas duas últimas revisões não foram identificados estudos referentes ao contexto de equipes universitárias, o que revela escassez de estudos nesse e, ao mesmo tempo, uma lacuna a ser explorada.

Estudos pertinentes ao esporte em contexto universitário podem proporcionar reflexões do ponto de vista pedagógico para treinadores e acadêmicos sobre o processo de treino das equipes, pois uma das vias de acesso ao mundo do trabalho de treinadores de handebol, por exemplo, se dá a partir de equipes universitárias. Pautando-se no cenário apresentado, o objetivo deste estudo foi analisar as preferências metodológicas de treinadores de equipes universitárias de handebol para o treino dos conteúdos específicos em suas equipes.

MÉTODO

A opção pela pesquisa qualitativa por meio de questionário deu-se pela preocupação em analisar e interpretar aspectos referentes à realidade da prática e ao conhecimento dos participantes (Flick, 2009). Tais aspectos permitem descrever a complexidade do comportamento humano, no qual se tem o pesquisador como instrumento da produção e da análise descritiva desses (Marconi e Lakatos, 2011;

Thomas et al., 2015), bem como pela tentativa de buscar a compreensão e a atribuição de significados a um determinado fenômeno a partir da percepção dos participantes (Triviños, 1987).

Participantes

A seleção dos participantes seguiu os seguintes critérios de inclusão: 1) ter participado como treinador de handebol (de equipes femininas e/ou masculinas) do campeonato promovido pela FUPE; 2) ser graduado em Educação Física. Todos os treinadores foram contatados via telefone, aplicativos de mensagens instantâneas e/ou redes sociais, quando foram apresentados os objetivos e as etapas do estudo.

Dos critérios de inclusão estipulados, 34 treinadores os atendiam plenamente, para os quais foram encaminhados os questionários. Desses, 21 (61, 8%) retornaram com a concordância em participação no estudo, que aponta uma taxa de retorno superior aos 25% mencionados por Marina A., Marconi e Eva M. Lakatos (2017). Desse total, o estudo contou com 18 homens e 3 mulheres de equipes universitárias que disputaram o campeonato da Federação Universitária Paulista de Esportes (FUPE) em 2018.

Por envolver a produção de dados a partir dos discursos de seres humanos este estudo foi aprovado por um Comitê de Ética em Pesquisa institucional (parecer 953.242). Destacou-se a importância e os benefícios para o campo da Pedagogia do Esporte, provenientes da participação, principalmente sobre a ampliação do debate sobre o treino de handebol. Ao aceitarem participar da pesquisa, todos assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), uma vez que os pesquisadores garantiram o sigilo das suas informações pessoais e o uso dos dados apenas para fins acadêmicos. Na tabela 1 estão apresentadas as características dos participantes.

A média de idade dos treinadores foi de 34, 0 (\pm 8, 6) anos (mín=23 e máx=55 anos), graduados em Educação Física há uma média de 11, 0 (\pm 8, 5) anos (mín=1 e máx=30 anos). Em relação à experiência profissional notou-se que os participantes são treinadores de handebol há uma média de 11, 4 (\pm 8, 9) anos (mín=1 e máx=32 anos) e treinam equipes universitárias há uma média de 6, 4 (\pm 4, 6) anos (mín=1 e máx=17 anos).

Dos treinadores que participaram deste estudo, 71, 4% possuem o diploma de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física, 23, 8% de Bacharel em Educação Física e 4, 8% de Licenciatura em Educação Física. Em relação às equipes com as quais desenvolvem seus trabalhos, 66, 7% dirigem equipes masculinas e femininas, 23, 8% dirigem apenas equipes femininas e 9, 5% dirigem apenas equipes masculinas.

Tabela 1. Caracterização dos treinadores

Treinador	Idade	Graduado em EF (anos)	Experiência como treinador (anos)	Experiência como treinador universitário (anos)	Quais equipes? *
S1	29	7	6	1	A
S2	28	2	3	3	A
S3	31	10	15	7	A
S4	55	30	32	7	A
S5	32	9	9	6	A
S6	23	1	2	2	F
S7	48	26	26	3	M
S8	27	4	7	7	F
S9	47	25	27	16	A
S10	32	8	10	4	A
S11	43	16	15	10	A
S12	37	8	7	1	M
S13	24	3	3	3	A
S14	32	12	5	4	A
S15	28	2	6	6	A
S16	37	16	17	17	F
S17	30	9	10	9	F
S18	27	5	5	5	A
S19	43	22	23	12	A
S20	28	5	1	1	F
S21	34	10	10	10	A

* M = masculina; F = feminina; A = ambas.

Quando indagados sobre as sessões semanais de treinos com suas equipes, os treinadores apontaram as seguintes frequências: 14, 3% treinam 1 vez por semana; 47, 6% das equipes treinam 2 vezes por semana; 23, 8% treinam 3 vezes por semana; e 14, 3% treinam 4 ou mais vezes na semana. Sobre a duração média das sessões de treinamento, 66, 7% dos treinadores apontaram a duração de 61 a 90 minutos e 33, 3% a duração de 91 a 120 minutos.

Instrumento de pesquisa

Dentre os métodos possíveis para a produção de dados em pesquisas qualitativas optou-se pela aplicação de um questionário on-line, com perguntas abertas e fechadas sobre a temática de interesse. A utilização dos questionários justificou-se pelo fato de haver um grande número de treinadores distribuídos por diferentes

regiões do estado de São Paulo (litoral, capital e interior), bem como pela possibilidade de reduzir os custos para a produção dos dados.

As vantagens apresentadas pelos questionários fundamentam-se basicamente na economia de tempo, na economia de viagens, na maior abrangência territorial, pela flexibilidade de tempo para a resposta e com menor influência do pesquisador (Marconi e Lakatos, 2017). Por outro lado, entende-se que há uma limitação em relação às entrevistas referente ao contato entre pesquisador e treinador em buscar aprofundamento e/ou novas interrogativas a partir das temáticas abordadas.

O questionário foi organizado em duas seções: a) dados pessoais e caracterização das equipes (composto principalmente por questões fechadas – idade, tempo como treinador, experiência como treinador universitário, graduação, se dirigia equipes masculinas e/ou femininas, sessões semanais de treino, tempo de duração das sessões); e b) informações sobre o treino do handebol nesse contexto (composto majoritariamente por questões abertas sobre a utilização de métodos e modelos de ensino no cotidiano das equipes para o ensino dos conteúdos ofensivos e defensivos).

A segunda seção foi composta, entre outras, pelas seguintes questões: “Escreva sobre os métodos que utiliza para treinar sua(s) equipe(s) e aponte os motivos para a utilização desses”; “Você acha que o método tradicional é importante para seu contexto? Por que?”; “Você acha que o ensino por meio de jogos e de situações de jogo são importantes para seu contexto? Por que?”. Essas permitiram que os treinadores expressassem suas preferências e atribuíssem características às perspectivas de ensino.

A escolha pelas perguntas abertas na segunda seção proporcionou maior flexibilidade de resposta ao treinador, garantindo a liberdade para manifestar sua opinião. É importante destacar que o questionário só era habilitado após a concordância dos treinadores com o TCLE.

Análise dos depoimentos

Após a tabulação das respostas seus conteúdos foram organizados e analisados a partir do método do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC), no qual é possível identificar e reconstruir as ideias semelhantes a partir de um conjunto de discursos individuais sobre um dado assunto (Lefèvre e Lefèvre, 2003, 2012). Esse método baseia-se em perguntas abertas, de caráter discursivo, das quais se pretende identificar as informações referentes aos pensamentos e às opiniões expressas no discurso sobre um determinado assunto (Lefèvre e Lefèvre, 2003).

No DSC é possível preservar e expressar o discurso de uma comunidade/coletividade pela agregação de trechos dos discursos individuais, nos quais são mantidas a coerência e a constituição de cada uma das partes que o compõem, preservando a discursividade do pensamento coletivo (Lefèvre e Lefèvre, 2003). Foi possível identificar e reconstruir ideias semelhantes a partir de um conjunto de discursos individuais, no qual cada DSC reúne e articula os diferentes argumentos sobre uma determinada opinião. Três figuras metodológicas são importantes no método do DSC: ideias centrais, expressões-chave e o próprio DSC (Lefèvre e Lefèvre, 2003, 2012).

Para garantir um adequado controle da qualidade dos dados, os DSC foram elaborados conjuntamente pelos pesquisadores e, em caso de haver discordâncias, os discursos eram lidos novamente e até haver consenso.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Considerando especificamente os procedimentos pedagógicos adotados pelos treinadores junto ao treino do handebol no contexto universitário, duas vertentes foram identificadas. A primeira delas se refere ao uso do método tradicional (tecnicista – DSC1) e à importância atribuída à técnica, enquanto a segunda remete ao uso de jogos e situações de jogo durante as sessões de treinamento (DSC2).

O DSC1 revelou a importância atribuída à técnica e, conseqüentemente, a utilização de premissas associadas ao método tradicional (tecnicista) de treino para o aprimoramento dessa (como para o passe, recepção e arremessos, por exemplo) e de meios táticos (como a finta). Por meio desse, é possível isolar um gesto técnico e repeti-lo, na opinião do DSC1 (composto pela opinião de 13 treinadores), até que se alcance um nível próximo à perfeição, o que conferiria maior possibilidade de êxito ao jogador.

DSC1: Método tradicional/tecnicista (S3, S4, S6, S7, S8, S9, S10, S13, S15, S16, S17, S18, S20)

O método analítico é importante para o desenvolvimento da técnica, e o treinador pode dar mais atenção e fazer as devidas correções^{S4, S9, S10, S16, S18}, trabalhando a técnica de maneira intensiva^{S8} e deixando os movimentos próximos da perfeição para obter maior êxito^{S9}. Utilizo para treinamento de algumas habilidades como finta, arremessos e passes^{S6} e quando preciso apresentar os fundamentos do handebol^{S7, S10, S13}, corrigir a mecânica^{S8, S17}, postura^{S7, S10} e automatização dos movimentos^{S3}. Necessitamos de exercícios específicos para a aprendizagem motora do esporte para as crianças^{S15}.

A premissa principal do método tradicional/tecnicista se refere à aprendizagem e ao refinamento da técnica em um contexto que desconsidera as complexas e imprevisíveis relações de cooperação e de oposição do jogo (Bunker e Thorpe, 1986; Menezes et al., 2014; Petiot et al., 2021). Embora seja possível aprimorar a técnica por meio desse método (como mencionado no DSC1), o que se configura como uma possível vantagem desse, a manutenção exclusiva nessa via pode culminar na baixa transferência entre o treinamento e o jogo (Holt et al., 2006) e não contempla o contexto no qual as ações se desenvolvem, em especial por serem abordadas de maneira isolada do jogo (Menezes et al., 2014).

A premissa de que há uma posterior e “natural” aplicação/transferência no contexto do jogo é pautada na memorização e na repetição de diferentes habilidades motoras (Santana et al., 2015). No entanto, uma das críticas a esse método se refere à escassez de oportunidades para que o jogador relacione os gestos aprendidos e as situações-problema apresentadas pelo jogo (Galatti et al., 2015), que pode levá-lo ao desenvolvimento de uma leitura parcial do jogo e a dificuldade para utilizar seu repertório motor mediante a imprevisibilidade do contexto do jogo.

Esse discurso revela uma concepção de que primeiramente deve-se ter domínio das técnicas para então agregá-las ao contexto do jogo (Greco, 2001; Menezes et al., 2014), além de incutir um senso de especialização esportiva que os treinadores julgam necessária, assim como verificado em equipes sub-21 e adultas (Menezes et al., 2020). No entanto, esse posicionamento expõe diversas limitações desse método, como o distanciamento em relação ao contexto no qual as decisões serão tomadas e as ações realizadas, o que pode não conferir a eficácia desejada inicialmente pelos treinadores.

A ênfase individualizada na técnica para o nivelamento e/ou apresentação dos conteúdos do handebol aos jogadores que nunca tiveram a oportunidade de treinar de maneira sistematizada parece ser uma possível estratégia. Nessa linha, individualizar o trabalho técnico por postos específicos para buscar o aumento da eficácia dos jogadores (com maior experiência) e das equipes ao longo dos treinamentos também parece ser importante, especialmente porque a boa execução da técnica se configura como um pré-requisito para alcançar níveis de jogo cada vez mais elevados (Garganta, 1998). No entanto, nenhuma das justificativas apresentadas soluciona as lacunas deixadas pelo método tradicional, especialmente pelo fato de os gestos técnicos serem executados de forma alienada do contexto do jogo, o que dificulta sua transferência para esse (Greco, 2001; Menezes et al., 2014).

O DSC2 apontou o uso de jogos e situações do jogo para desenvolver os aspectos táticos em contextos complexos, que demandam dos jogadores uma organização

espaço-temporal, a compreensão da própria ação, dos companheiros e dos adversários (Greco, 2001), bem como preconizam o desenvolvimento da capacidade de tomada de decisão e resolução de problemas (Gréhaigne e Godbout, 1995; Matias e Greco, 2010).

DSC2: Princípios do ensino por meio de jogos e de situações de jogo (S1, S2, S3, S4, S5, S6, S7, S8, S9, S10, S11, S12, S13, S14, S15, S17, S18, S19, S20, S21)

As situações de jogo são as que mais utilizo nos meus treinos^{S2, S3, S17} para aprimorar as habilidades motoras, formações táticas como defesa 3:3 ou individual e situações de ataque, defesa e movimentações específicas^{S7, S17, S18, S20} que podem ser necessárias durante o jogo, facilitando a compreensão de algumas ações e fixação dos conceitos^{S2, S3, S4, S6, S10, S13, S20}. Trabalha a inteligência e os princípios do jogo, ajudando a tomar decisões rápidas mais concretas e corretas^{S8, S9, S11, S15, S19}, para compreender o que está sendo ensinado em um ambiente real de jogo^{S9, S13} e dessa forma criar várias situações que ocorrem no jogo, fazendo com que os atletas entendam como a equipe deve reagir^{S14, S15, S18}.

Os jogos auxiliam no entendimento na noção do jogo^{S4}, pensamento rápido, deslocamentos, tomada de decisão e sobre o atleta possuir um objetivo a ser alcançado estabelecendo forte relação com o jogo^{S1, S6, S7}. Favorece a aplicação de diferentes estratégias de acordo com a necessidade do jogo, ensinando a jogar em equipe^{S2, S9} e estimulando o desenvolvimento cognitivo^{S9, S14, S20}. Gosto desse método como forma de fazer o atleta pensar, entender e interpretar^{S12, S18}, com regras criadas para guiar esse trabalho^{S10, S18} tornando-o menos repetitivo e criando objetivos para aproximar o movimento aprendido do que será usado no jogo, com dinamismo e ambiente aberto^{S8, S17, S18}, possibilitando focar em fundamentos técnico-táticos^{S3, S13} para que os atletas busquem a resolução de problemas da prática, desta forma, aprender jogando^{S13}.

Joy I. Butler (1996) destaca virtudes do ensino por meio de jogos quando comparado ao método tradicional, como o maior tempo de envolvimento dos jogadores com atividades e interações em grupos pequenos (em detrimento das interações treinador-aluno), o maior envolvimento com as próprias tomadas de decisão e o foco ser a construção do conhecimento pelo próprio aluno. A utilização dessas situações permite estimular o emprego da técnica e a capacidade de tomada de decisão dos jogadores, priorizando o jogo em equipe a partir do desenvolvimento de comportamentos individuais e coletivos (ofensivos e defensivos). A variabilidade das situações de jogo, a velocidade para perceber o ambiente e a escolha

da decisão a ser tomada são aspectos preponderantes para a atuação em um contexto de jogo que muda dinamicamente (Menezes, 2012).

A proximidade das relações propostas pelos treinadores com o contexto real de jogo constitui-se como um forte argumento para a adaptação desses comportamentos à necessidade emergente no jogo, com o desenvolvimento concomitante da tática e da técnica para atender os princípios do jogo (Greco, 2001; Gréhaigne e Godbout, 1995; Menezes, 2012; Santana et al., 2015; Tavares, 2013). Essa perspectiva de ensino permite desenvolver os meios táticos (Menezes et al., 2015), cuja opinião do DSC2 se dá no mesmo sentido.

As preferências reveladas pelos treinadores universitários mostraram maior apelo aos princípios do ensino por meio de jogos e situações de jogo, divergindo daqueles manifestados por treinadores das categorias sub-21 e adulta (Menezes et al., 2020), cuja preferência foi maior pelo método tradicional/tecnicista. Esse aspecto pode estar vinculado às características dos contextos de treino das equipes investigadas.

O primeiro aspecto a ser destacado se refere às exigências contextuais de treino. As equipes universitárias estão sempre em processo de reformulação, pois alguns alunos se formam e as deixam, enquanto outros entram e precisam se ambientar com a rotina e as diretrizes dessas. Esse fator gera a necessidade de angariar novos jogadores. Em outros contextos, como o relatado por Menezes et al. (2020), por exemplo, as equipes apresentam uma certa continuidade no processo de formação, em que os jogadores da categoria sub-18 avançam para a sub-21, e desta para a adulta, gerando um processo de concorrência e ascendência constante. O contexto universitário também rompe essa lógica, uma vez que se apresenta como uma categoria única que pode reunir jogadores das três categorias com o mesmo critério de rendimento.

Salienta-se que em equipes universitárias o processo de treino deve ser prazeroso e estar ligado às especificidades do jogo de handebol, cujo objetivo é também atrair e captar novos jogadores e manter os mais velhos na equipe. As preferências relatadas pelos treinadores no DSC2 revelam a necessidade de colocar os novos jogadores em contato com situações de jogo (que muitas vezes não vivenciaram) e de desenvolver a capacidade de tomada de decisão. O contexto de treino pautado em jogos e em situações de jogo implica na modificação de suas estruturas e ajuste da complexidade, prerrogativas essas imprescindíveis para o uso de jogos (Aquino e Menezes, 2022; Holt et al., 2002), o que alerta para a necessidade de dosar a complexidade dos jogos entre os mais novos e os mais experientes.

Thayná Jatobá e Rafael Menezes (2021) entrevistaram jogadoras de handebol da categoria adulta que disputavam competições regionais no Estado de São Paulo,

cuja maioria era oriunda do âmbito universitário. Os resultados mostraram que as jogadoras preferiam aprender por meio de jogos, por privilegiar situações que provocavam questionamentos e desafios do jogo, o que aumentava a motivação e a sensação de transferência dos aspectos tático-técnicos e das demandas psicológicas para o jogo formal. Os achados dos autores reforçam as premissas apresentadas pelos treinadores do atual estudo e a importância de contemplar a dinâmica entre as relações de cooperação e de oposição ao longo dos treinamentos. Juntamente com os resultados deste estudo, a orientação talvez seja de estipular diretrizes para as equipes que sejam pautadas em jogos e em situações de jogo, que vão possibilitar o desenvolvimento de diversas competências relacionadas à tomada de decisão. Embora tenha sido mencionada a importância do método tradicional pelos treinadores, 61, 9% das equipes possuem entre 1 e 2 sessões semanais de treinamento, o que destaca a necessidade de proporcionar momentos em que os jogadores estejam imersos no contexto do jogo, enfatizando a especificidade dos sistemas (ofensivos e defensivos), dos postos específicos e de outros aspectos do modelo de jogo.

O segundo aspecto se refere às exigências competitivas. As equipes universitárias geralmente envolvem-se em competições de curta duração, muitas vezes disputadas em feriados prolongados e, algumas dessas, combinando a própria competição com grandes eventos esportivos. A organização desses eventos, embora sejam considerados como festividades (para além das festas, segundo [Motta e Corá, 2019]), atrai um grande número de participantes que nem sempre está vinculado à competição, mas aos eventos satélites dessa.

A organização do esporte universitário no contexto dos treinadores participantes deste estudo ocorre majoritariamente por meio das Associações Atléticas, cujas intenções foram se transformando ao longo do tempo, passando da dedicação quase exclusiva aos eventos esportivos para incluir eventos festivos (Ferreira et al., 2022), embora suas atribuições sejam cada vez mais complexas (Ribeiro et al., 2022). Verifica-se o envolvimento dessas equipes em ligas específicas do esporte universitário (como a Federação Universitária Paulista de Esportes) ou abertas (que podem ser semestrais ou anuais). Em equipes dessa natureza há desafios para conciliar a carreira esportiva com a acadêmica (Miranda et al., 2020), e nem sempre os jogadores conseguem participar das competições por motivos como estágios, retorno à casa dos pais, compromissos da vida acadêmica (como provas, experimentos e reuniões), ao passo de que uma parcela desses esteja mais interessada no viés do esporte como prática de lazer do que como esporte de competição. Esse fator pode prejudicar as equipes em competições de curta duração.

A depender da característica da universidade (ou curso), o handebol pode assumir uma conotação mais voltada ao rendimento, como em algumas instituições

privadas que oferecem bolsas de estudos, ou em instituições públicas cujas associações atléticas possuem tal viés. A disponibilidade dos horários de treinamentos muitas vezes se consolida como um fator limitante para o desenvolvimento e formação de equipes nesses âmbitos, pois há jogadores engajados com a sua formação profissional e/ou com o mundo do trabalho, o que atesta uma baixa perspectiva para o acesso ao esporte de alto rendimento pela maioria. Devido a essas particularidades contextuais, o treino de handebol deve ser prazeroso e desafiador, o que pode confrontar em alguma medida a opinião dos 13 treinadores que mostraram a importância (e o uso muitas vezes não exclusivo) do método tradicional.

Em contrapartida, equipes de outros contextos (como aquelas vinculadas a entes públicos ou privados) geralmente direcionam seus esforços aos resultados competitivos e priorizam competições semestrais ou anuais, com participação em algumas de curta duração (como Jogos Regionais do Interior e/ou Jogos Abertos, a depender dos resultados). Esse panorama pode ser verificado nos sites de diversas ligas de handebol do estado de São Paulo¹, em que a presença de equipes dessa natureza é mais frequente.

Nas categorias sub-21 e adulta há a continuidade do processo de treinamento do handebol, seja em equipes mantidas por secretarias municipais (por se tratar de um espaço público para a prática esportiva) ou naquelas organizadas pelas associações atléticas universitárias (por receberem continuamente novos jogadores, muitas vezes sem envolvimento prévio com o treinamento do handebol). Tanto as equipes subsidiadas pelas secretarias municipais quanto as universitárias dispõem de grande heterogeneidade entre os jogadores, com diferentes vivências no handebol e em outras modalidades. A heterogeneidade das equipes traz à tona desafios para o treinador, tanto na elaboração das tarefas para os treinamentos como no estabelecimento de objetivos claros para sua equipe.

Os participantes que entram no processo de treino mais tardiamente (o que ocorre frequentemente no âmbito universitário), e não passaram por um processo sistematizado, apresentam demandas diferentes e exigem do treinador uma dedicação especial. A interação entre tarefas-esporte, aluno-professor, aluno-ambiente deve ser considerada um percurso para os treinos (Greco et al., 2012), implicando em um ambiente de participação e motivação para e pelo jogo, de desenvolvimento do senso crítico e do prazer de jogar handebol. Diante

¹ Classificação das equipes adultas na Liga Regional de Handebol do Estado de São Paulo (<https://lrhsp.knsports.com.br/classificacao>); Liga Paulistana de Handebol (<https://lphb.com.br/torneios.php?categoria=Livre&sexo=Masculino&idTorneio=2>; <https://lphb.com.br/torneios.php?categoria=Livre&sexo=Feminino&idTorneio=2>); Liga Brasil de Handebol (<https://www.lbhand.com/classificacao>).

desse cenário, este estudo reforça que há diferenças abissais entre o contexto do handebol universitário de São Paulo com o das equipes vinculadas a outras entidades, como clubes e secretarias de esporte. Algumas das particularidades do contexto universitário envolvem a baixa frequência de treinos semanais, o foco nem sempre voltado ao resultado competitivo e a oscilação do número de jogadores nos treinos a depender das tarefas acadêmicas (e sociais). Por outro lado, as equipes adultas vinculadas a outras entidades também contam com o suporte de jogadores oriundos das categorias juvenil e júnior, com investimento financeiro (inclusive para disputar maior volume de competições) e possuem foco destinado ao desempenho competitivo. Dessa maneira, ratifica-se a importância da elaboração de treinos que sejam orientados pelo modelo de jogo do treinador, pelas possibilidades da equipe (e de seus jogadores), além do desenvolvimento de ações que permitam ampliar o número de jogadores nas equipes universitárias. Por não serem necessariamente orientadas ao rendimento, algumas equipes podem criar um programa que contemple estratégias para uma iniciação ao handebol com os estudantes ingressantes, de modo a despertar o interesse pela prática.

Ao jogar, deve-se enfatizar a intencionalidade (tática) das ações dos jogadores, as quais não são delimitadas *a priori*, mas a partir da vivência na modalidade em que a complexidade das tarefas do jogo provoca os jogadores a adotarem comportamentos táticos. O desenvolvimento dos aspectos táticos proporciona aos jogadores a oportunidade de se ordenarem no tempo e no espaço, bem como construir conceitos sobre a própria ação, as dos companheiros e dos adversários (Greco, 2001).

Diferentes autores nos estudos relacionados ao handebol (Antón García, 1990; Ehret et al., 2002) consideram que o ensino/treino não pode se dar de maneira reducionista, priorizando o domínio de várias técnicas, mas atingir competências técnicas ou sociais para organizar grupos, interagir e competir, além de promover a relação pedagógica e a comunicação para compreender esse processo (Greco et al., 2012).

A estruturação das sessões de treino no contexto universitário deve estar em acordo com os objetivos dos treinadores e com as características da equipe e dos jogadores, em que os conteúdos devem ser treinados em tempo hábil para promover o entendimento sobre as diferentes possibilidades que o jogo oferece. Por meio dos ajustes nos treinos é possível enfatizar aspectos como a tomada de decisão e a execução da técnica, que parecem estar alinhados à premissa apresentada anteriormente, relacionando-os diretamente às relações de cooperação e de oposição do jogo.

Recomenda-se, por fim, que os treinos estejam adequados ao contexto complexo e dinâmico oferecido pelo jogo (Graça e Mesquita, 2015; Menezes, 2012). Adotar princípios do ensino por meio de jogos e por meio de situações de jogo permite enfatizar comportamentos tático-técnicos específicos a partir de contextos com demandas transferíveis ao jogo formal. Além disso, é possível estabelecer tarefas nos treinamentos que estejam diretamente alinhadas às perspectivas do modelo de jogo da equipe (Mendes et al., 2021), o que permitiria aos jogadores mais novos entenderem as expectativas dos treinadores em relação às diretrizes tático-técnicas da equipe.

Entende-se que as limitações deste estudo envolveram o uso de questionários, o que não possibilitou um diálogo mais aprofundado com os treinadores sobre os aspectos metodológicos, e a abrangência territorial.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo analisou as preferências de treinadores universitários para a elaboração das tarefas de treino de suas equipes. Foi possível observar maior apelo aos princípios pautados em jogos e em situações de jogo, em detrimento dos exercícios para aprimoramento da técnica (método tradicional/tecnicista). Os resultados divergiram em parte dos achados em outras equipes das categorias sub-21 e adulta.

Embora não tenham sido mencionadas por treinadores, o handebol em contexto universitário é influenciado pela frequência semanal de treinos, dedicação a atividades que extrapolam o campo esportivo e heterogeneidade das equipes, e podem influenciar as decisões e diretrizes estipuladas pelos treinadores. A conexão entre esses aspectos remonta à ideia de que é necessário treinar mais do que as partes, em que o todo assume um papel central para o desenvolvimento dos conteúdos tático-técnicos e da tomada de decisão, o que coloca os modelos pautados em jogos e situações de jogo em destaque.

Espera-se que os achados deste estudo possam proporcionar reflexões para os treinadores e acadêmicos sobre o treino de equipe universitárias (não apenas) de handebol, especialmente em relação às possíveis decisões a serem adotadas nesse contexto. Não se pretende, sob qualquer hipótese, encerrar as discussões sobre a temática, mas apresentar uma perspectiva que merece atenção.

Embora este estudo traga importantes contribuições para o contexto das equipes investigadas e um profícuo campo de análise do estado de São Paulo, vislumbra-se como perspectivas futuras: 1) a abrangência de treinadores e equipes de outras regiões do país que permitam identificar nuances importantes sobre o treino do handebol em contexto universitário; 2) o uso de entrevistas para o

aprofundamento em questões específicas do treino (também relacionadas aos conteúdos treinados); e 3) analisar as sessões de treinamento em conjunto com os discursos dos treinadores, o que permitirá uma investigação mais profunda sobre o processo de treino das equipes.

REFERÊNCIAS

- Aguilar, Óscar C. (2014). Análisis de la producción científica en balonmano en las revistas de la Web of Science. *E-balonmano.com: Journal of Sport Science*, 10(2), 77-88.
- Antón García, Juan L. (1990). *Balonmano: fundamentos y etapas de aprendizaje*. Gymnos Editorial.
- Aquino, Rodrigo L. Q. T. & Menezes, Rafael P. (2022). Abordagens tradicionais e centradas no jogo para o ensino dos esportes coletivos de invasão: um ensaio teórico. *Conexões*, 20(0), e022006. <https://doi.org/10.20396/conex.v20i00.8666344>
- Bunker, David & Thorpe, Rod (1986). The curriculum model. Em Rod Thorpe, David Bunker & Lee Almond (Eds.), *Rethinking games teaching* (pp. 7-10). University of Technology.
- Butler, Joy I. (1996). Teacher responses to Teaching Games for Understanding. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 67(9), 17-20.
- Dechechi, Clodoaldo J.; Musa, Vinicius S.; Modolo, Felipe; Menezes, Rafael P. & Puggina, Enrico F. (2021). Treinamento físico sistematizado de dezenove semanas otimizou desempenho de potência de membros inferiores em equipes de handebol universitário masculino e feminino. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, 15(96), 221-227.
- Ehret, Arno; Späte, Dietrich; Schubert, Renate & Roth, Klaus (2002). *Manual de handebol: treinamento de base para crianças e adolescentes*. Phorte Editora.
- Ferreira, Guilherme C.; Ferreira, Márcio C. V.; Peixoto, Shirléia S. & Vieira, José J. (2022). Associações Atlético Acadêmicas: Gestão Esportiva Universitária. *Revista Concilium*, 22(2), 460-474. <https://doi.org/10.53660/CLM-274-275>
- Flick, Uwe. (2009). *Introdução à pesquisa qualitativa* (3 ed.). Artmed.
- Galatti, Larissa R.; Santana, Wilton C.; Silva, Ylane P. G.; Ferreira, Henrique B.; Balbino, Hermes F.; Montero Seoane, Antonio & Paes, Roberto R. (2015). Pedagogia do Esporte e Métodos de Ensino: a especialização precoce nos jogos esportivos coletivos. Em Antônio Coppi Navarro, Ricardo de Almeida & Wilton Carlos de Santana (Eds.), *Pedagogia do Esporte: jogos esportivos coletivos* (pp. 25-41). Phorte.
- Garganta, Julio (1998). Para uma teoria dos jogos desportivos colectivos. Em Amândio Graça & JoséJ. Oliveira (Eds.), *O ensino dos jogos desportivos* (3 ed., pp. 11-26). Universidade do Porto/Centro de Estudos dos Jogos Desportivos.
- Graça, Amândio & Mesquita, Isabel (2015). Modelos e concepções de ensino dos jogos desportivos. Em Fernando Tavares (Ed.), *Jogos desportivos colectivos: ensinar a jogar*. (2 ed., pp. 9-54). Editora FADEUP.
- Greco, Pablo J. (2001). Métodos de ensino-aprendizagem-treinamento nos jogos esportivos coletivos. Em Emerson Garcia & Katia Lemos (Eds.), *Temas Atuais VI em Educação Física e Esportes* (pp. 48-72). Editora Health.
- Greco, Pablo J.; Silva, Siomara A. & Greco, Fernando L. (2012). O sistema de formação e treinamento esportivo no handebol brasileiro (SFTE-HB). Em Pablo J. Greco & Juan J. Fernández Romero (Eds.), *Manual de handebol: da iniciação ao alto nível* (pp. 235-250). Phorte.

- Gréhaigne, Jean-Francis & Godbout, Paul (1995). Tactical knowledge in team sports from a constructivist and cognitivist perspective. *Quest*, 47, 490-505. <https://doi.org/10.1080/00336297.1995.10484171>
- Holt, Josh E.; Ward, Phillip & Wallhead, Tristan L. (2006). The transfer of learning from play practices to game play in young adult soccer players. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 11(2), 101-118. <https://doi.org/10.1080/17408980600708270>
- Holt, Nicholas L.; Strean, Willian B. & García-Bengochea, Enrique (2002). Expanding the Teaching Games for Understanding model: new avenues for future research and practice. *Journal of Teaching in Physical education*, 21, 162-176. <https://doi.org/10.1123/jtpe.21.2.162>
- Jatobá, Thayná D. N. & Menezes, Rafael P. (2021). Preferências por métodos de ensino e transferências para o jogo: um olhar de jogadoras de handebol. *Journal of Physical Education*, 32, e3219. <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v32i1.3219>
- Lefèvre, Fernando & Lefèvre, Ana M. C. (2003). *Discurso do sujeito coletivo: um novo enfoque em pesquisa qualitativa* (1 ed.). EDUCS.
- Lefèvre, Fernando & Lefèvre, Ana M. C. (2012). *Pesquisa de representação social: um enfoque quali-quantitativo* (2 ed.). Liber Livro Editora.
- Light, Richard & Fawns, Rod (2003). Knowing the game: integrating speech and action in games teaching through TGfU. *Quest*, 55(2), 161-176. <https://doi.org/10.1080/00336297.2003.10491797>
- Marconi, Marina A. & Lakatos, Eva M. (2011). *Metodologia científica* (6 ed.). Atlas.
- Marconi, Marina A., & Lakatos, Eva M. (2017). *Fundamentos de metodologia científica* (8 ed.). Atlas.
- Matias, Cristiano J. A. S. & Greco, Pablo J. (2010). Cognição e ação nos jogos esportivos coletivos. *Ciência & Cognição*, 15(1), 252-271.
- Mendes, José C.; Greco, Pablo J.; Ibáñez, Sergio J. & Nascimento, Juarez V. (2021). Construcción del modelo de juego en balonmano. *Pensar en Movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 19(1), 1-25. <https://doi.org/https://doi.org/10.15517/pensarmov.v19i1.42052>
- Menezes, Rafael P. (2011). *Modelo de análise técnico-tática do jogo de handebol: necessidades perspectivas e implicações de um modelo de interpretação das situações de jogo em tempo real*. (Tesis de doutorado inédita). Universidade Estadual de Campinas. <http://www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?code=000796445>
- Menezes, Rafael P. (2012). Contribuições da concepção dos fenômenos complexos para o ensino dos esportes coletivos. *Motriz*, 18(1), 34-41. <https://doi.org/10.1590/S1980-65742012000100004>
- Menezes, Rafael P. (2018). Ensino do handebol em longo prazo: estudo a partir da opinião de treinadores. *Educación Física y Ciencia*, 20(2), e048. <https://doi.org/10.24215/23142561e048>
- Menezes, Rafael P.; Longarela Pérez, Benjamín & Galatti, Larissa R. (2020). Entrenamiento de balonmano en las categorías junior y senior: diferencias y similitudes. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 9(2), 87-94. <https://doi.org/10.6018/sportk.431171>
- Menezes, Rafael P.; Marques, Renato F. R. & Nunomura, Myrian (2014). Especialização esportiva precoce e o ensino dos jogos coletivos de invasão. *Movimento*, 20(1), 351-373. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.40200>
- Menezes, Rafael P.; Reis, Heloísa H. B. & Tourinho Filho, Hugo (2015). Ensino-aprendizagem-treinamento dos elementos técnico-táticos defensivos individuais do

- handebol nas categorias infantil, cadete e juvenil. *Movimento*, 21(1), 261-273. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.46159>
- Miranda, Luri S.; Loreno, Leonardo T. C. & Costa, Felipe R. (2020). A dupla jornada do atleta universitário: perspectivas para a conciliação entre estudos e treinos na Universidade de Brasília. *Movimento*, 26, e26059. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.100344>
- Modolo, Felipe; Beltramini, Lúcia & Menezes, Rafael P. (2018). Revisão sistemática sobre o processo de ensino e de análise do goleiro de handebol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(3), 232-249.
- Motta, Rodrigo G. & Corá, Maria A. J. (2019). Teoria do esporte e as Economizadas: evento de festa e esporte universitário em São Paulo. *Revista Pensamento & Realidade*, 34(1), 94-110. <https://doi.org/10.23925/2237-4418.2019v34i1p94-110>
- Musa, Vinicius S. & Menezes, Rafael P. (2021). Panorama científico de intervenciones y formación profesional de entrenadores: una revisión sistemática. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 10(1), 67-77. <https://doi.org/10.6018/sportk.461681>
- Petiot, Grégory; Aquino, Rodrigo; Silva, Davi; Barreira, Daniel & Raab, Markus (2021). Contrasting Learning Psychology Theories Applied to the Teaching-Learning-Training Process of Tactics in Soccer. *Frontiers in Psychology*, 12, 637085. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.637085>
- Prieto, Jaime; Gómez, Miguel-Ángel & Sampaio, Jaime (2015). A bibliometric review of the scientific production in handball. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(3), 145-154. <https://psycnet.apa.org/doi/10.4321/S1578-84232015000300014>
- Ribeiro, Leonardo S.; Martineli, Isabela M. G.; Navarro, Rodrigo T.; Silva, Marcelo M. & Silva, Junior V. P. (2022). Esporte universitário e Associações Atléticas Acadêmicas: estrutura administrativa e perfil dos gestores na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul/Brasil. *Retos*, 46, 411-424. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.91788>
- Rochinski, Erica; Vargas, Leandro M.; Vargas, Thaiane M.; Rosa, Marco A. S. & Zaremba, Carlos M. (2020). Lesões no handebol: prevalência e caracterização em atletas participantes dos jogos universitários brasileiros 2017. *Coleção Pesquisa em Educação Física*, 19(1), 35-43.
- Santana, Wilton C.; Reis, Heloísa H. B.; Galatti, Larissa R. & Ribeiro, Danilo. A. (2015). Pedagogia do Esporte: um novo olhar sobre a dimensão técnica no contexto de ensino-treino dos jogos esportivos coletivos. Em Antônio Coppi Navarro, Roberto de Almeida & Wilton Carlos de Santana (Eds.), *Pedagogia do esporte: jogos esportivos coletivos* (1 ed., pp. 47-66). Phorte.
- Solá Santesmases, Josep (2005). Caracterización funcional de la táctica deportiva. Propuesta de clasificación de los deportes. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 82(4), 36-44.
- Tavares, Fernando (2013). Jogos desportivos colectivos: contributos para a sua análise e funcionamento. In Valmor Ramos, Michel Saad, & Michel Milistetd (Eds.), *Jogos desportivos coletivos: investigação e prática pedagógica* (pp. 17-51). UDESC.
- Thomas, Jerry; Nelson, Jack K. & Silverman, Stephen J. (2015). *Research methods in physical activity* (7th ed.). Human Kinetics.
- Triviños, Augusto N. S. (1987). *Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação* (1 ed.). Atlas.
- Venditti Júnior, Rubens; Alves, Rômulo D.; Tertuliano, Ivan W.; Oliveira, Vivian & Isler, Gustavo L. (2019). Estresse e ansiedade em atletas universitários de handebol. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 17(2), 83-92. <https://doi.org/10.36453/2318-5104.2019.v17.n2.p83>



KARLA ALINE MOREIRA DE OLIVEIRA

Universidade de São Paulo (USP). Bacharela em Educação Física e Esporte pela EEFERP/USP.

karla.aline.oliveira@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0003-0467-5590>

RAFAEL POMBO MENEZES

Professor Associado 1 da EEFERP/USP. Livre-Docente pela EEFERP/USP; Doutor, Mestre, Licenciado e Bacharel em Educação Física pela Faculdade de Educação Física da UNICAMP. Universidade de São Paulo (USP).

rafaelpombo@usp.br

<https://orcid.org/0000-0002-4842-641X>

FORMATO DE CITACIÓN

Oliveira, K. A. M. de Menezes, R. P. (2024). Opções metodológicas para o treino do handebol em equipes universitárias do estado de São Paulo. *Quaderns de Psicologia*, 26(3), e2099. <https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.2099>

HISTORIA EDITORIAL

Recibido: 31-10-2023

1ª revisión: 24-05-2024

Aceptado: 29-06-2024

Publicado: 20-12-2024