

O GOLEIRO DE HANDEBOL – DA INICIAÇÃO AO TREINAMENTO – O QUE SE TEM FEITO?

José Geraldo do Carmo Salles¹, Adriana Bitencourt Reis da Silva², Heidi Ferreira Jancer²,
Cleber Rodrigues Gonçalves², Carlos Enrique da Silva².

RESUMO

Esta pesquisa visou desvendar a realidade do treinamento das goleiras de handebol no estado de Minas Gerais em diferentes níveis de formação, sustentada nos seguintes objetivos: conhecer o perfil das goleiras de handebol mineiras; verificar o que motivou a sua inserção na modalidade; e, mapear como tem sido a frequência de treinamento a elas oferecido. Para esse propósito, foi elaborado um instrumento com dez questões, em que o informante deveria marcar a opção que correspondesse ao seu perfil: (1) Tempo de prática; (2) Nível de competição de que já participou ou tem participado; (3) Tempo de permanência na equipe atual; (4) Frequência de treinamento da equipe por semana; (5) Se há treinamento específico para goleiro(a); (6) Qual a frequência do treinamento específico; (7) Forma de inserção na posição; (8) Quais as pretensões como goleiro de handebol; (9) Quais as dificuldades para a continuidade do treinamento; e (10) Se gosta de treinamento específico. A amostra foi composta por dois grupos de informantes: Grupo 1 – 10 atletas previamente selecionadas que já participam de competições oficiais; e Grupo 2 – 41 informantes voluntárias de uma rede de comunicação denominada orkut na internet. Em análises gerais, ambos os grupos apontaram situações semelhantes quanto ao processo de treinamento que recebem dos seus treinadores. Apenas 29,41% delas disseram ter tratamento específico visando à posição. Entretanto, isso ocorre *raramente* ou *quando estão aproximando as competições*. Para uma posição tão fundamental dentro da condição de desempenho da equipe, isso deverá ser repensado pelos treinadores. Este estudo visou alertar técnicos e profissionais do campo esportivo acerca da necessidade de se repensar o processo de treinamento global das equipes. Em geral, as atletas que ocupam essa posição são mal orientadas e o fazem por gostarem do esporte, pois o incentivo, a infra estrutura e a falta de competição não são estimuladoras à continuidade da prática.

Palavras chave: Goleiras handebol feminino, Minas Gerais, perfil das atletas, Orkut.

ABSTRACT

This research aimed to disclose the training reality of handball goalkeepers in the state of Minas Gerais at different training levels, on the basis of the following purposes: a) to understand the profile of the handball goalkeeper in the State of Minas Gerais, b) Analyze the motivation of their joining to the sport and, c) Map the training frequency proposed to the athletes. With this purpose an evaluation instrument was developed with ten questions for informants to choose the answer most suited to their profile: (1) Time of practice, (2) Level of competition in which they have participated or are participating, (3) Time of permanence in the current team, (4) Team's training frequency per week, (5) Whether there is specific training for goalkeeper, (6) The frequency of specific training, (7) How to take in the position (8) The expectations as a handball goalkeeper, (9) The difficulties of training continuity, and (10) Whether they appreciate specific training. The sample comprised two informant groups: Group 1 - 10 previously selected athletes that had already participated in official competitions and Group 2 - 41 voluntary informants of the communication Internet network ORKUT. In general, both groups showed similar situations for the training process they receive from their coaches. Only 29.41% said they have specific treatment aiming at the position. However, this rarely occurs or when is close to competitions. For such a fundamental position for the team performance this situation must be reconsidered by coaches. This study aims to warn technicians and professionals in the sports field on the need to rethink the global training process for the teams. In general, athletes in this position are not well trained and they do it because they like the sport, since incentive, infrastructure and lack of competition do not encouraged continuing the practice.

Key words: Handball female goalkeepers, Minas Gerais, athlete profiles, Orkut.

INTRODUÇÃO

Todos os conhecedores do jogo de handebol atestam a importância fundamental de um goleiro dentro de uma equipe. Ele representa a principal força defensiva, capaz de impulsionar sua equipe a desempenhar suas ações com segurança e qualidade. Um goleiro que apresenta confiança para sua equipe pode ser considerado o termômetro do desempenho dos demais jogadores. Em geral, uma equipe com bom poder competitivo começa pela força de um bom goleiro. Por melhor condicionada que esteja a equipe, tanto técnica, quanto taticamente, há uma dependência das suas virtudes e capacidades (técnica, tática e psicológica). Tenroller (2004) credita ao goleiro cerca de 50% da *performance* da equipe, justificando nas suas peculiaridades e exigências. Já Lisboa (1983) argumentou que um bom goleiro pode ser considerado 70% da equipe. As opiniões desses autores quanto à quantificação da importância dos goleiros podem ser questionadas, porém há consenso sobre a real importância desses atletas para todas as equipes. Estatísticas de jogos internacionais têm demonstrado que entre 35% e 40% de defesas dos goleiros são suficientes para promover a vitória das suas equipes em jogos do mesmo nível de competitividade.

O goleiro assume uma posição peculiar durante o jogo, ocupando a função de último defensor e também a de primeiro atacante (LOFFREDO e GRECO, 2002). Isso implica que suas ações defensivas isoladas nem sempre são capazes de resultar em vitória para sua equipe em todos os confrontos. Há que se observar e valorizar a sua capacidade de comando da equipe quando se recuperar a posse de bola e mesmo após sofrer um gol.

Das suas ações de reposição deve partir a mais estimada manobra ofensiva da equipe, aquela que favorece se chegar à meta adversária com mais rapidez e que se denomina contra-ataque. O bom poder de contra-ataque da equipe se sustenta principalmente na capacidade de reposição com rapidez, visão de jogo e capacidade técnica de lançamentos e passe a longa distância. Não se pode conceber uma equipe competitiva sem que o goleiro seja capaz de desempenhar eficientemente as funções que lhe são atribuídas. Entretanto, essas atribuições do goleiro devem ser fruto de um treinamento programado de forma sistematizada e constante.

Todavia, o treinamento do goleiro é quase sempre relegado a segundo plano por inúmeras equipes, principalmente aquelas de iniciantes e de médio rendimento (GRECO, 2002). A dificuldade de se elaborar um planejamento de treino e tempo específico para o treinamento dos goleiros faz com que em geral sejam mal treinados e fiquem apenas servindo de *sparring* para os jogadores durante seus treinamentos de tiro a gol. Os treinadores contam com a coragem e determinação dos jogadores que optam por essa posição e ignoram todas as possibilidades de melhoria da sua *performance*. O treinamento, quando acontece, tende a ser deficiente e monótono, conforme pode ser observado nas equipes. Dessa forma, o gosto e a persistência do goleiro parecem ser as principais razões que impulsionam sua vontade em prosseguir na modalidade. Esta situação retrata principalmente a realidade das equipes de iniciantes (escolares e em clubes) e também as equipes amadoras no Estado de Minas Gerais. Obviamente que quando existem objetivos competitivos de alto-rendimento isso não deve ocorrer.

Esta pesquisa visou desvendar a realidade do treinamento das goleiras de handebol no Estado de Minas Gerais em diferentes níveis de formação, sustentada nos seguintes propósitos: conhecer o perfil das goleiras de handebol do Estado; verificar o que motivou a sua inserção na modalidade; e mapear como tem sido a frequência de treinamento dessas goleiras.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa na perspectiva de análise quantitativa.

Para esse propósito, foi elaborado um questionário com dez questões, em que a informante deveria marcar a opção que correspondesse ao seu perfil. Em apenas uma das questões lhe foi exigida uma classificação das opções oferecidas (1 a 5), por ordem de importância.

Este questionário trabalhou na perspectiva de se conhecer o perfil da goleira sobre alguns parâmetros: (1) Tempo de prática; (2) Nível de competição de que já participou ou tem participado; (3) Tempo de permanência na equipe atual; (4) Frequência de treinamento da equipe por semana; (5) Se há treinamento específico para goleiro; (6) Qual a frequência do treinamento específico; (7) Forma de inserção na posição; (8) Quais as pretensões como goleira de handebol; (9) Quais as dificuldades para a continuidade do treinamento; e (10) Se gosta de treinamento específico.

A amostra

A amostra da pesquisa foi composta por dois grupos de informantes:

Grupo 1 – Atletas previamente selecionadas:

Grupo de 10 atletas já conhecidas no Estado de Minas Gerais devido à participação frequente em Campeonatos Mineiros e Jogos do Interior de Minas – JIMI. Elas foram convidadas a responder um questionário-padrão, que lhes foi enviado por e-mail. Todas as contactadas o devolveram preenchido.

Grupo 2 – Informantes voluntárias:

Grupo de goleiras que participam, na Internet, de uma rede de comunicação denominada *Orkut*. Nesta rede encontram-se hospedadas 12 comunidades relativas ao goleiro de handebol. Para esse estudo, foram selecionadas duas dessas comunidades, denominadas: “Sou goleiro de handebol”, conforme descrito a seguir, respectivamente com nome do (a) fundador(a) e a data de fundação:

- 1) Denise Melo – 2.574 membros (fundado em 5 de dezembro de 2004).
- 2) Lucas Mucida – 1.068 membros (fundado em 5 de fevereiro de 2005).

A opção por essas duas se deu por dois motivos: o número elevado de participantes em relação às demais e também o tempo em que foram fundadas.

O período da realização desta pesquisa foi de outubro de 2007 a junho de 2008.

Por se tratar o *Orkut* de uma comunicação aberta, onde o interessado pode se oferecer como participante, realizou-se a pesquisa selecionando os integrantes que na sua identificação (denominada de perfil) estavam reportando ao Estado de Minas Gerais, um dos critérios para nosso contato. Depois de constatado o pertencimento ao Estado foi enviado uma correspondência eletrônica, descrevendo o propósito da pesquisa e convidando-a a participar. Caso a resposta fosse positiva, foi solicitado que disponibilizasse o e-mail pessoal para que fosse remetido o questionário. Muitas destas informantes, em suas páginas de identificação do *Orkut*, já ofereciam o endereço eletrônico; mesmo assim, ocorreu um contato prévio antes do envio do documento.

Foram contactados 60 integrantes da comunidade. Destas, 41 nos remeteram o questionário respondido. Portanto, entre os grupos 1 e 2 houve 51 informantes.

Uma das condições de participação como informante da pesquisa foi limitada ao fato de se ter acesso à internet, pois não foram enviados questionários pelos correios, nem aplicados de forma direta.

A média de idade das informantes foi de 21,53 anos.

DISCUSSÃO E APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

Para este estudo, os resultados do Grupo 1 (atletas previamente selecionadas) e do Grupo 2 (atletas voluntárias), em algumas questões, serão apresentados conjuntamente - exceção feita quanto às questões específicas sobre o treinamento das goleiras, nas Tabelas 5 e 6.

Todas as tabelas serão arquitetadas com os valores absolutos e porcentagem de correspondência em relação à amostra, segundo os grupos previamente apontados.

Tabela 1. Tempo em ano declarado pelas informantes em que são goleiras de handebol (N = 51).

Menos de 1	Entre 1 e 2	Entre 2 e 3	Entre 3 e 4	Entre 4 e 5	Entre 5 e 6	Entre 6 e 10	Mais de 10
2	3	4	10	14	9	6	3
3,92%	5,88%	7,84%	19,60%	27,45%	17,64%	11,76%	5,88%

Na tabela nº 1 está especificado o tempo em anos que as informantes disseram praticar o handebol na posição de goleiras. Observa-se que, entre as informantes, a maior quantidade de ocorrência encontra-se entre os 3 e 6 anos de prática (33 delas – 64,70%). Essa informação parece demonstrar que algumas delas já são atletas que praticam a modalidade há mais tempo, excedendo o período escolar fundamental e médio, que em geral encerra por volta dos 18 anos.

Tabela 2. Participação das informantes em eventos de handebol (N = 51).

JEL	JER	JEE	JEB	CR	CE	JUL	JUEB	CB
46	32	12	2	41	12	10	9	4
90,19%	62,74%	23,52%	3,92%	80,39%	23,51%	19,60%	17,64%	7,84%

JEL – Jogos Escolares Locais; JER – Jogos Escolares Regionais; JEE – Jogos Escolares Estaduais; JEB – Jogos Escolares Brasileiros; CR – Competições Regionais; CE – Competições Estaduais; JUL – Jogos Universitários Locais; JUEB – Jogos Universitários Estaduais e Brasileiros; e CB – Campeonatos Brasileiros.

Na Tabela 2 é relatado o nível de participação das informantes nas competições: 90,19% delas tiveram a experiência em Jogos Escolares Locais. Também 80,39% delas afirmaram ter experiência em competições regionais, como são os Jogos do Interior de Minas - JIMI, 1ª e 2ª fases. Pode-se notar também que poucas delas tiveram a oportunidade de participação em competições nacionais tanto escolares, universitárias e campeonatos brasileiros.

O fato de não se ter especificado de antemão o número de informantes que seriam utilizados em cada faixa etária possivelmente interferiu nesses valores, que parecem ter sido influenciados pelas atletas mais jovens.

Tabela 3. Tempo em anos de permanência na equipe atual relatado pelas informantes (N =51).

Menos de 1	Entre 1 e 2	Entre 2 e 3	Entre 3 e 4	Entre 4 e 5	Entre 5 e 6	Entre 6 e 10	Mais de 10
2	2	5	11	15	8	6	2
3,92%	3,92%	9,80%	21,56%	29,41%	15,68%	11,76%	3,92%

Pode-se observar na Tabela 3 o tempo de permanência das atletas nas equipes atuais. Trinta e quatro informantes afirmaram estar em sua atual equipe entre 3 e 6 anos (66,66%). Isso ratifica que as informantes não são apenas atletas em nível escolar. Oito delas disseram estar há mais de 6 anos (15,68%) na equipe.

Tabela 4. Número de frequência semanal de treinamento das equipes das informantes.

Raramente	Quando aproxima a competição	1 vez	2 vezes	3 vezes	Mais de 3
-	13	3	21	3	1
-	32,70%	7,31%	51,21	7,31%	2,43%

Na Tabela 4 encontram-se a frequência semanal de treinamento das equipes das informantes. Aproximadamente metade das atletas afirmou que suas equipes treinam duas vezes por semana (51,21%). No entanto, outras 13 atletas (32,70%) disseram que seus treinamentos acontecem apenas *quando se aproximam as competições*. Esses números parecem demonstrar a precariedade do treinamento das equipes mineiras, pois apenas quatro das informantes disseram que suas equipes treinam mais de duas vezes por semana. Se analisar que o calendário do handebol mineiro é limitado em número de eventos, pode-se concluir que na maior parte do ano as equipes ficam sem atividades.

Tabela 5. Informações acerca de sessões de treinamentos específicos para goleiros programados pelo seu técnico.

	N	Sim	%	Não	%
Grupo 1	10	5	50%	5	50%
Grupo 2	41	10	24,39%	31	75,60%
	51	15	29,41%	36	70,58%

Grupo 1 – atletas selecionadas; Grupo 2 – Informantes voluntárias da rede *Orkut*.

Outra questão abordada no instrumento dizia respeito ao processo de treinamento específico para as goleiras (Tabela 5). Inicialmente, foi solicitado que dissessem se seu técnico programava treinamento específico para a sua função. Pode-se observar que apenas 15 dentre as informantes disseram que sim (29,41% da amostra), em comparação às 36 (70,58%) que disseram não ter treinamento a sua função. Das atletas do Grupo 1 (atletas previamente selecionadas), apenas 50% disseram receber treinamento específico. Já os números do Grupo 2 (integrantes da rede *Orkut*) revelaram que apenas 24,39% disseram receber trabalhos específicos. Esta é a questão central desta investigação. Como tem sido a preparação dos nossos goleiros? Os números demonstram a falta de atenção das equipes para com uma posição que é fundamental ao bom desempenho da equipe.

Tabela 6. Quantidade de sessões de treino específicas relatadas por aquelas que disseram ter treinamento específico para a posição (n = 15) (*).

	N	Raramente	Quando aproxima a competição	1 vez	2 vezes	3 vezes	Mais de 3 vezes
Grupo 1	5	2	2	1	-	-	-
Grupo 2	10	2	5	1	1	1	-
	15	26,66%	46,66%	13,33%	6,66%	6,66%	-

(*) – Informação em função da Tabela 5.

Esta informação acerca do treinamento específico foi ainda desmembrada na Tabela 6, quando as atletas e informantes foram solicitadas a responder à frequência semanal desse treinamento específico destinado à posição de goleira. Das 15 informantes que disseram ter este treinamento, apenas uma delas em cada grupo disse que o recebe uma vez por semana. Pode-se observar que 73,32% da amostra afirma que o treinamento específico ocorre '*raramente*' (26,66%) ou '*quanto se aproximam as competições*' (46,66%).

Esses números ratificam o descaso dos treinadores para com esta função. Em geral, são mesmo meras passadoras de bolas para o treinamento de contra-ataques e *sparring* no momento do treinamento de arremessos das demais atletas, conforme já foi salientado.

Tabela 7. Argumentação da informante quanto ao que a levou a ocupar a posição de goleira.

A	B	C	D	E	F	G	H
2	15	3	10	5	5	8	2
3,92%	29,41%	5,88%	19,60%	9,80%	9,80%	15,68%	3,92%

A - Não sei direito; B - Quando vi um jogo gostei da posição; C - Era goleiro de futsal ou futebol; D - Foi meu técnico que me sugeriu; E - Foi por falta de outros que quisessem jogar na posição; F - Gostava da modalidade e, devido à minha condição (técnica e física), foi a única a que me adaptei; G - Jogava em outra posição, mas vi que poderia ser goleiro (a); e H - Sugestão de amigos do colégio.

Na Tabela 7 podem-se perceber as diferentes situações que levaram as atletas e informantes a ocuparem a posição de goleira. Dentre as opções, as mais determinantes foram: *Quando vi um jogo gostei da posição* (29,41%); *Foi meu técnico que sugeriu* (19,60%); e *Jogava em outra posição, mas vi que poderia ser goleiro (a)* (15,68%).

Também se procurou saber a expectativa das informantes quanto à prática da modalidade (Tabela 8). Pode-se observar que 62,74% das informantes disseram que gostariam de *Jogar vários campeonatos de qualquer nível*, enquanto 21,56% disseram ter interesse em *Jogar competições oficiais no estado*. Apenas 5,88% disseram que a sua prática da modalidade handebol se dá pelo *lazer*.

Tabela 8. Expectativa das informantes quanto à prática da modalidade.

A	B	C	D
3	32	11	5
5,88%	62,74%	21,56%	9,80%

A - Apenas jogar (lazer); B - Jogar vários campeonatos em qualquer nível; C - Jogar Competições oficiais no Estado; e D – Jogar campeonatos oficiais nacionais.

As informantes foram ainda solicitadas a enumerar de 1 a 5, entre as opções oferecidas, aquelas que fossem as maiores dificuldades encontradas para continuar a prática da modalidade. Dessa forma, essas atletas foram apontando em ordem crescente as opções.

Para efeito deste estudo, optou-se por desenvolver duas tabelas (9 e 10), demonstrando as respostas que surgiram em 1ª e 2ª opções.

Em primeiro lugar, pode-se notar que *Falta de competições frequentes* foi a questão mais apontada tanto na 1ª quanto na 2ª opção pelas informantes (39,21% e 43,13%).

Uma segunda dificuldade apontada pelas informantes foi a *Falta de incentivo* (1ª opção: 25,49% e 2ª opção: 29,41%).

Em terceiro lugar foi apontada a *Falta de tempo para o treinamento*: na 1ª opção, por 25,39% das informantes, e na 2ª opção, por 19,60% delas.

Ao analisar esses números, pode-se perceber a queixa das atletas devido à infraestrutura geral do esporte, ao apontarem a falta de competições frequentes, revelando um calendário deficitário, em que não se mantém uma constância de eventos anualmente, tanto de competições oficiais quanto de torneios.

Também demonstraram 'a falta de incentivo' como outro indicador das dificuldades. Isso parece ser uma constante do esporte amador do Estado. As empresas, clubes e poder público (prefeituras) não destinam verbas satisfatórias para que se dê continuidade ao treinamento.

As duas competições oficiais (Campeonato Mineiro e Jogos do Interior de Minas - JIMI) não mantêm a expectativa favorável de continuidade do treinamento. O Campeonato Mineiro em qualquer categoria, acontece em poucos finais de semana (1 a 3 finais de semana). A dimensão do Estado também parece ser outro fator dificultador, impedido os intercâmbios frequentes entre as equipes.

O JIMI também não atinge as expectativas de todas as equipes. O sistema de eliminação faz com que a grande maioria das equipes (80% delas) participe apenas da 1ª fase, que em geral acontece entre os meses de abril e maio. Assim, sem outro calendário, as equipes devem esperar por mais um ano sem evento.

Tabela 9. Apontamento das informantes quanto às dificuldades encontradas para continuar a jogar a modalidade – 1ª opção.

A	B	C	D	E
13	5	20	13	-
25,49%	9,80%	39,21%	25,49%	-

A – Falta de tempo para o treinamento; B – Falta de um treinamento específico para minha posição; C – Falta de competição frequente; D – Falta de incentivo; e E – Desânimo.

Tabela 10. Apontamento das informantes quanto às dificuldades encontradas para continuar a jogar a modalidade – 2ª opção.

A	B	C	D	E
10	3	22	15	1
19,60%	5,88%	43,13%	29,41%	1,96%

A – Falta de tempo para o treinamento; B – Falta de um treinamento específico para minha posição; C – Falta de competição frequente; D – Falta de incentivo; e E – Desânimo.

As informantes foram ainda questionadas sobre o gosto pelos treinos específicos para a posição que ocupam (Tabela 11): 94,11% disseram que gostam do treinamento, enquanto apenas 5,88% disseram não gostar. Estas que responderam negativamente a questão são aquelas que na Tabela 8, disseram que apenas gostam de jogar, colocando a prática na condição de lazer.

Tabela 11. Informações quanto ao gosto por treino específico de goleiro.

Sim	Não
48	3
94,11%	5,88%

Também se buscou saber a idade de iniciação dessas informantes na posição de goleira (Tabela 12). A média de iniciação desta amostra foi de 15,27 anos. Dentre as 51 informantes, 31 disseram ter iniciado com 15 ou menos anos de idade.

Tabela 12. Idade com que começou a ser goleira.

13 anos	14 anos	15 anos	16 anos	17 anos	18 anos	19 anos	20 anos
9	9	13	8	7	2	2	1
17,64%	17,64%	25,49%	15,68%	13,72%	3,92%	3,92%	1,96%

CONCLUSÕES

Este estudo, apesar de ser uma pequena amostra em relação à dimensão do Estado de Minas Gerais, revelou a grave precariedade com que são tratadas as goleiras de handebol. Em análises gerais, ambos os grupos apontaram situações semelhantes quanto ao processo de treinamento que recebem dos seus treinadores.

Apenas 29,41% delas disseram ter tratamento específico, visando à posição. Entretanto, isso ocorre *raramente* ou *quanto se estão aproximando as competições*. Para uma posição tão fundamental dentro da condição de desempenho da equipe, isso deverá ser repensado pelos treinadores.

Este estudo visou alertar técnicos e profissionais do campo esportivo acerca da necessidade de se repensar o processo de treinamento global das equipes. Em geral, os atletas que ocupam esta posição são mal orientados e o fazem por gostarem do esporte, pois o incentivo, a infraestrutura e a falta de competição não são estimuladores da continuidade da prática.

REFERÊNCIAS

GRECO, P. J. **Caderno do goleiro de handebol**. Belo Horizonte: 2002. Impressão – Soluções Gráficas.

LISBOA, G. L. **Fundamentos do handebol**. Viçosa: Imprensa Universitária UFV. 1983

LOFFREDO, M.; GRECO, P. J. Capacidade técnica: posições básicas de defesa da bola. *In*: GRECO, P. J. (Org.). **Caderno do goleiro de handebol**. Belo Horizonte: 2002. Impressão – Soluções Gráficas.

TENROLER, C. **Handebol – Teoria e prática**. Rio de Janeiro: Sprint. 2004.

¹ Coordenador do Grupo de Pesquisa – Prof. Dr. do Departamento de Educação Física – UFV

² Acadêmicos do Curso de Educação Física – UFV

Grupo de Pesquisa em aspectos técnico, tático e sistema de jogo dos Esportes Coletivos - jgsalles@ufv.br

Departamento de Educação Física

Av. PH Hoffs, s/n. Campus Universitário

Universidade Federal de Viçosa

36570-000 – Viçosa – MG

Fones: (31) 3899-2064 / 3899-2249