

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DANÇA
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

Osman Ferreira de Alencar Júnior

**GOLEIROS DE HANDEBOL: UM ESTUDO SOBRE A PREPARAÇÃO
ESPECÍFICA DE ATLETAS EM GOIÁS**

Goiânia
2025



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DANÇA

TERMO DE CIÊNCIA E DE AUTORIZAÇÃO PARA DISPONIBILIZAR VERSÕES ELETRÔNICAS DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO DE GRADUAÇÃO NO REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL DA UFG

Na qualidade de titular dos direitos de autor, autorizo a Universidade Federal de Goiás (UFG) a disponibilizar, gratuitamente, por meio do Repositório Institucional (RI/UFG), regulamentado pela Resolução CEPEC no 1240/2014, sem ressarcimento dos direitos autorais, de acordo com a Lei no 9.610/98, o documento conforme permissões assinaladas abaixo, para fins de leitura, impressão e/ou download, a título de divulgação da produção científica brasileira, a partir desta data.

O conteúdo dos Trabalhos de Conclusão dos Cursos de Graduação disponibilizado no RI/UFG é de responsabilidade exclusiva dos autores. Ao encaminhar(em) o produto final, o(s) autor(a)(es)(as) e o(a) orientador(a) firmam o compromisso de que o trabalho não contém nenhuma violação de quaisquer direitos autorais ou outro direito de terceiros.

1. Identificação do Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação (TCCG)

Nome completo do autor: Osman Ferreira de Alencar Júnior

Título do trabalho: "Goleiros de handebol: um estudo sobre a preparação específica de atletas em Goiás"

2. Informações de acesso ao documento (este campo deve ser preenchido pelo orientador) Concorda com a liberação total do documento [X] SIM [] NÃO¹

[1] Neste caso o documento será embargado por até um ano a partir da data de defesa. Após esse período, a possível disponibilização ocorrerá apenas mediante: a) consulta ao(à)(s) autor(a)(es)(as) e ao(à) orientador(a); b) novo Termo de Ciência e de Autorização (TECA) assinado e inserido no arquivo do TCCG. O documento não será disponibilizado durante o período de embargo.

Casos de embargo:

- Solicitação de registro de patente;
- Submissão de artigo em revista científica;
- Publicação como capítulo de livro.

Obs.: Este termo deve ser assinado no SEI pelo orientador e pelo autor.



Documento assinado eletronicamente por **Leonardo Trapaga Abib, Professor do Magistério Superior**, em 17/06/2025, às 13:28, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).

Termo de Ciência e de Autorização TCCG (RI) TECA 5421794

SEI 23070.029785/2025-31 / pg. 1



Documento assinado eletronicamente por **Osman Ferreira De Alencar Júnior, Discente**, em 23/06/2025, às 15:00, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **5421794** e o código CRC **CC9DA344**.

Osman Ferreira de Alencar Júnior

**GOLEIROS DE HANDEBOL: UM ESTUDO SOBRE A PREPARAÇÃO
ESPECÍFICA DE ATLETAS EM GOIÁS**

Monografia apresentada à Faculdade de Educação Física e Dança da Universidade Federal de Goiás como requisito para finalização do curso de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Leonardo Trápaga Abib

Goiânia
2025

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do Programa de Geração Automática do Sistema de Bibliotecas da UFG.

Ferreira de Alencar Júnior, Osman

Goleiros de handebol: um estudo sobre a preparação específica de atletas em Goiás [manuscrito] / Osman Ferreira de Alencar Júnior. 2025.

65 f.

Orientador: Prof. Dr. Leonardo Trapaga Abib.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Goiás, Faculdade de Educação Física e Dança (FEFD), Educação Física, Goiânia, 2025.

1. Handebol. 2. Goleiros. 3. Treinamento Específico. 4. Esporte Coletivo. I. Trapaga Abib, Leonardo, orient. II. Título.

CDU 796



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DANÇA

ATA DE DEFESA DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Na data de **13/06/2025**, às **15 horas**, na **sala 06 do Centro de Aulas da FEFD**, iniciou-se a sessão pública de defesa do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) intitulado “**Goleiros de handebol: um estudo sobre a preparação específica de atletas em Goiás**”, de autoria de **Osman Ferreira de Alencar Júnior**, do curso de **Educação Física - Licenciatura**, da Faculdade de Educação Física e Dança da Universidade Federal de Goiás (FEFD/UFG). Os trabalhos foram instalados pelo **Prof. Dr. Leonardo Trapaga Abib - orientador FEFD/UFG** com a participação dos demais membros da Banca Examinadora: **Prof. Dr. Juracy da Silva Guimarães - FEFD/UFG** e **Dra. Nilva Pessoa de Souza FEFD/UFG**. Após a apresentação, a banca examinadora realizou a arguição da estudante. Posteriormente, de forma reservada, a Banca Examinadora atribuiu a nota final de **9,0 (nove)**, tendo sido o TCC considerado **aprovado**.

Proclamados os resultados, os trabalhos foram encerrados e, para constar, lavrou-se a presente ata que segue assinada pelos Membros da Banca Examinadora.



Documento assinado eletronicamente por **Leonardo Trapaga Abib, Professor do Magistério Superior**, em 17/06/2025, às 13:28, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Juracy Da Silva Guimaraes, Professor do Magistério Superior**, em 23/06/2025, às 15:25, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Nilva Pessoa De Souza, Usuária Externa**, em 02/07/2025, às 12:23, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **5421793** e o código CRC **9C3642E7**.

Este trabalho é dedicado aos meus colegas de faculdade, professores, pessoas que me ajudaram na jornada, e, principalmente, minha família.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar agradeço a Deus por ter me guiado e protegido até aqui. Agradeço a minha família por seu apoio em todos os momentos. Minhas duas estrelas que permanecem cuidando de mim lá de cima. Grandes amigos que fizeram parte dessa trajetória. Meu orientador, Prof^o. Dr. Leonardo Abib, pela paciência, pelo apoio e pela parceria. A Atlética Sedentária. Aos professores e treinadores que trabalharam comigo. Companheiros atletas e parceiros de equipe. Aos goleiros de handebol espalhados por esse estado que participaram, ou não, deste estudo. E, principalmente, em especial, algumas pessoas que foram essenciais para que isso fosse possível. Edivan, Karine (mãe), Osman (pai), Elloize, Antoniel, Matheus, Gustavo, Arthur, Maísa, Rafaela, Pâmela, Natália, JP Borges, JP Azevedo, Arthur, entre tantos outros, muito obrigado!

Siga em frente com
esperança em seu
coração e você nunca
caminhará sozinho!

RESUMO

Este trabalho teve como objetivo investigar, compreender e analisar como os treinamentos específicos voltados para goleiros(as) de handebol têm sido estruturados e aplicados no estado de Goiás, abrangendo diferentes contextos esportivos. A pesquisa considerou atletas atuantes em três categorias distintas da modalidade: o handebol universitário, a base (até 21 anos) e o nível competitivo adulto. Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário estruturado online de autopreenchimento, realizado na plataforma Google Forms, que abordou três eixos principais: o perfil do público-alvo, aspectos logísticos relacionados às atividades de treinamento e o grau de especificidade das práticas voltadas exclusivamente à posição de goleiro(a). A pesquisa é de abordagem qualitativa e de caráter exploratório. As informações obtidas foram organizadas, analisadas e discutidas à luz da literatura científica existente, permitindo uma compreensão mais profunda da realidade enfrentada por esses atletas. A análise revelou lacunas significativas na forma como os treinamentos específicos são planejados e conduzidos, evidenciando uma carência de estratégias sistematizadas e direcionadas para as demandas da posição de goleiro no handebol. Além disso, foi possível observar diferenças relevantes entre os contextos analisados, especialmente no que diz respeito ao tempo de dedicação, aos recursos disponíveis e à valorização da função do goleiro nas equipes. Os resultados apontam para a necessidade de maior atenção por parte de treinadores, instituições e entidades esportivas à preparação desses atletas, considerando sua importância estratégica no desempenho coletivo. O estudo oferece uma contribuição relevante para a área de Educação Física e para o desenvolvimento do handebol no estado de Goiás, propondo caminhos para o aprimoramento das práticas de treinamento e incentivando futuras pesquisas sobre o tema.

Palavras-chave: Handebol; Goleiros; Treinamento específico; Esporte coletivo.

ABSTRACT

This study aimed to investigate, understand, and analyze how specific training programs for handball goalkeepers have been structured and implemented in the state of Goiás, encompassing different sporting contexts. The research considered athletes active in three distinct categories of the sport: university handball, youth levels (up to 21 years old), and adult competitive level. Data collection was conducted through a structured, self-administered online questionnaire using the Google Forms platform. The instrument addressed three main areas: the profile of the target group, logistical aspects related to training activities, and the degree of specificity of practices aimed exclusively at the goalkeeper position. The research has a qualitative approach and an exploratory character. The information collected was organized, analyzed, and discussed based on existing scientific literature. This approach enabled a deeper understanding of the reality faced by these athletes. The analysis revealed significant gaps in how specific goalkeeper training is planned and conducted, highlighting a lack of systematic and targeted strategies for the demands of the goalkeeper position in handball. Additionally, relevant differences were observed across the analyzed contexts, particularly regarding time commitment, available resources, and the value attributed to the goalkeeper's role within teams. The findings indicate the need for greater attention from coaches, institutions, and sports organizations in preparing these athletes, considering their strategic importance in collective performance. This study offers a relevant contribution to the field of Physical Education and to the development of handball in the state of Goiás, proposing paths for improving training practices and encouraging future research on the topic.

Keywords: Handball; Goalkeepers; Specific training; Team sport.

LISTA DE FIGURAS

Gráfico 1 - Contexto do handebol que os participantes se incluem	34
Gráfico 2 - Tempo de prática dos participantes	34
Gráfico 3 - Locais de treinamento dos participantes	36
Gráfico 4 - Média de treinamentos semanais dos participantes	37
Gráfico 5 - Tempo destinado para as atividades específicas dos goleiros	37
Gráfico 6 - Materiais e ambientes disponíveis para as práticas específicas	38
Gráfico 7 - Frequência de treinamentos específicos em relação aos tradicionais	39
Gráfico 8 - Quem é o responsável pelo planejamento e execução dessas atividades?	40
Gráfico 9 - Gostaria que algo melhorasse no planejamento/execução dos treinamentos? o que?	41
Gráfico 10 - Maiores desafios para os goleiros de handebol.	42

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CBHb - Confederação Brasileira de Handebol

IHF - International Handball Federation

TEG - Treinamentos Específicos para Goleiros

TR - Tempo de Reação

SUMÁRIO

1.INTRODUÇÃO.....	14
2.REF. TEÓRICO: ASPECTOS IMPORTANTES AO GOLEIRO DE HANDEBOL...	21
2.1 Aspectos importantes - Fatores físicos.....	21
2.2 Aspectos importantes - Fatores técnicos e táticos.....	24
2.3 Aspectos importantes - Fatores psicológicos.....	26
3. METODOLOGIA.....	28
3.1 Coleta de dados.....	30
3.2 O Questionário.....	31
4.RESULTADOS.....	31
4.1 Questões sobre o público alvo.....	32
4.2 Questões sobre a logística de treinamentos.....	34
4.3 Questões sobre as especificidades dos treinamentos para goleiros (as) de handebol.....	37
5. DISCUSSÃO.....	42
6.CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	50
7.REFERÊNCIAS.....	52
APÊNDICE A	
ANEXO A	

1. INTRODUÇÃO

Escolhi o curso de Educação Física, principalmente, por causa da minha vivência como atleta de handebol e por tudo que esse esporte me proporcionou ao longo dos anos. O amor pela competição e pelo esporte em si sempre existiu dentro de mim, e, com o tempo, foi crescendo de forma natural, e o handebol acabou se tornando parte fundamental da minha vida. Ele me deu oportunidades que, sinceramente, talvez eu não tivesse de outra forma, considerando a minha realidade.

Nesse contexto, foi através dele que consegui realizar sonhos, alcançar espaços que pareciam distantes, e me sentir pertencente a lugares que normalmente não seriam acessíveis. Além disso, esse esporte me presenteou com amizades que levo pra vida e me deu forças pra continuar quando tudo parecia difícil. Então, mais do que uma paixão, eu tenho uma relação de gratidão com o handebol.

Durante a graduação tive dúvidas sobre qual caminho trilhar para o meu Trabalho de Conclusão de Curso, visto que apesar da minha paixão pelo esporte, eu ainda não tinha encontrado literaturas direcionadas para áreas específicas que tinha maior interesse. Foi quando fiz a disciplina de Pesquisa em Educação Física e, depois de analisar alguns textos encontrei o caminho dos goleiros de handebol, que sempre estive ali na minha história, mas nunca havia estudado cientificamente sobre. Após algumas conversas, o Professor Leonardo topou me auxiliar nessa jornada, me ajudando a encontrar literaturas e materiais de apoio para enriquecer o presente trabalho.

Assim, surgiu em mim uma vontade constante de falar e estudar mais sobre o treinamento específico de goleiros. Tanto pelas leituras e estudos quanto pela minha vivência como atleta desde 2010 e do prazer que sempre senti em jogar nessa posição. Mas não só isso: também veio da vontade de compartilhar experiências e de ajudar outros atletas, através dos treinos que já organizei e apliquei ao longo dos anos. Durante esse tempo, em todos os times que participei — e até em outros que acompanhei de longe — sempre percebi uma certa falta de atenção ao trabalho com os goleiros. Isso me incomodava bastante, porque eu via o quanto esse tipo de treino poderia melhorar tanto o desempenho individual quanto, depois, o coletivo.

Felizmente, essa realidade tem mudado com o tempo, principalmente em lugares com maior estrutura e competitividade. Já é possível perceber que os goleiros

estão ganhando mais atenção, e o papel deles vem sendo cada vez mais valorizado. A tendência é que esse cuidado vá se espalhando para outros contextos e que mais equipes passem a entender como o goleiro é fundamental para construir uma defesa sólida e montar um time realmente competitivo.

Claro que, ao longo dessa caminhada, passei por muitos momentos difíceis também. Já treinei em quadras de cimento, debaixo de sol forte, com bolas ruins e equipamentos bem precários. Em muitas situações, eram os próprios goleiros que tinham que se virar para montar um treino, na tentativa de evoluir de alguma forma. Mas também tive experiências mais positivas, com treinos bem-organizados, bons materiais, quadras melhores, o que facilita no processo de crescimento. E aí é que entra a reflexão que quero trazer.

O andamento de qualquer trabalho, principalmente no esporte, pode ser muito influenciado por fatores externos. Um dos principais é o contexto social em que esse esporte acontece. E eu senti isso na pele. No começo, treinava numa escola pública, em condições bem simples. Mesmo assim, com o esforço de atletas, professores e até alguns pais, a equipe conseguia competir em alto nível. Chegamos a ganhar campeonatos regionais, estaduais e até nacionais. E, num desses momentos incríveis, conseguimos até formar um atleta olímpico, o Leonardo Dutra, com pouquíssimos recursos.

Hoje, depois de 15 anos, a realidade que vivo é outra. Conquistei muitas coisas, tive reconhecimento e recebi convites para participar de várias equipes. Tenho acesso a uma estrutura muito melhor: uma boa quadra, equipamentos de qualidade, e consigo montar treinos com objetivos definidos, analisar vídeos, produzir dados. Tudo isso ajuda demais no desempenho. Mas aí me pergunto: por que é preciso chegar tão longe ou conquistar tanto pra que essas condições básicas se tornem acessíveis?

Fico imaginando onde eu e vários colegas poderíamos ter chegado se tivéssemos tido essas oportunidades desde o começo. Quantos talentos não foram perdidos pelo caminho? Quantas histórias poderiam ter sido diferentes se o acesso às estruturas, materiais e apoio tivessem sido mais justos? Essas perguntas me acompanham até hoje e são parte do que me motiva a continuar investindo no handebol e, principalmente, no trabalho com goleiros. Acredito que é possível transformar a realidade — e espero contribuir, nem que seja um pouco, para que isso aconteça. Muito além de evoluir em desempenho e autocontrole, a insistência e

curiosidade por tais atividades se tornou uma espécie de obsessão para mim, obsessão pelo acerto e pelo saber como acertar, obsessão pelo aprendizado que um gol sofrido pode trazer, obsessão pelo entendimento que as experiências causam e, principalmente, obsessão por passar conhecimento e experiências adiante, aos que virão.

Diante de todas essas vivências, inquietações e aprendizados ao longo da minha trajetória no handebol, especialmente como goleiro, surgiu em mim uma vontade genuína de transformar a experiência prática em conhecimento científico. O desejo de entender com mais profundidade a preparação específica para essa posição me levou à busca por estudos e referências que pudessem fundamentar uma abordagem mais qualificada e consciente sobre o tema. Assim, este trabalho propõe uma reflexão pautada na união entre vivência e teoria, investigando o que já foi produzido na literatura acadêmica sobre os goleiros de handebol, suas características, demandas e particularidades. Ainda que existam lacunas evidentes nesse campo, é possível encontrar contribuições importantes que destacam a relevância da posição e a necessidade de treinamentos específicos e bem estruturados. A seguir, serão apresentados os principais aspectos considerados pela produção científica especializada sobre o trabalho com esses(as) atletas.

A posição do goleiro traz peculiaridades que o diferem do resto da equipe e tem uma enorme importância, conforme destacado por Greco (2002), a função do goleiro é essencial para o sucesso de uma equipe de handebol, uma vez que esse atleta desempenha diversos papéis que vão além das defesas, como o início de ataques e contra-ataques rápidos, liderança de defesa e comunicação no geral, que, por sua vez, são fatores fundamentais. Além disso, é crucial que o goleiro esteja atento às situações táticas do jogo, devido à sua visão ampla da quadra, tanto em momentos ofensivos quanto defensivos. Dessa forma, ele exerce um papel de liderança em diversas situações e, por fim, toma decisões assertivas em relação aos passes, contribuindo para o início e a execução de ataques e/ou contra-ataques eficientes.

O goleiro, sendo o último defensor, exerce um papel motivador para os companheiros de equipe por meio de suas ações seguras. Ele representa a última barreira a ser vencida pelo adversário, seja por falhas da própria equipe ou pelo mérito do oponente, como afirmam Greco, Neves e Matias (2002). Além disso, atua como o primeiro atacante, iniciando contra-ataques e definindo o ritmo ofensivo. Algumas

equipes utilizam a estratégia de substituir goleiro por mais um jogador de linha, buscando oportunidades de finalização, principalmente em situações de desvantagem numérica ou no placar.

O desempenho do goleiro está fortemente ligado ao aspecto mental, sendo essencial sua preparação psicológica, a concentração, o treinamento voltado à resistência mental e a antecipação das jogadas adversárias. Segundo Bergius (1985), os processos cognitivos são fundamentais no desenvolvimento psicológico do goleiro. O alto nível de estresse nas partidas atuais é uma diferença marcante em relação às décadas de 1970 e 1980.

Da mesma forma que ocorre com as demais posições específicas, as habilidades próprias do goleiro devem ser construídas gradualmente, dentro de um processo de ensino e aprendizagem de longo prazo, como indicam Modolo e Pombo Menezes (2025). Esse processo permite expor os goleiros a desafios progressivamente mais complexos, que refletem as situações reais do jogo formal e que vão surgindo ao longo de seu desenvolvimento, em paralelo ao crescimento técnico e tático dos demais atletas da equipe.

Considerando as inúmeras exigências, responsabilidades e demandas que são direcionadas ao atleta que ocupa a posição de goleiro no handebol, torna-se evidente que sua preparação exige não apenas dedicação, mas também um esforço contínuo, disciplinado e intenso. Esse processo envolve um alto grau de comprometimento, tanto físico quanto psicológico, visto que o desempenho eficaz nessa função demanda muito mais do que habilidades básicas. Dessa forma, embora os aspectos técnicos e táticos sejam, sem dúvida, extremamente relevantes e imprescindíveis para a atuação do goleiro, cresce a necessidade de atenção especial voltada ao desenvolvimento do seu condicionamento físico, habilidades motoras e ao fortalecimento de sua saúde mental.

A atuação nessa posição requer concentração, agilidade e resistência emocional, atributos que, quando bem trabalhados, favorecem significativamente o rendimento. Ainda que distintas entre si, essas valências estão profundamente interligadas e devem ser ativadas conforme as exigências apresentadas em contextos específicos de treino ou durante o decorrer de uma partida.

Diante disso, torna-se essencial a criação e a implementação de treinamentos específicos, cuidadosamente estruturados e voltados exclusivamente para os

goleiros, uma vez que esses atletas estão constantemente expostos a uma ampla variedade de situações imprevisíveis durante uma partida. Esses momentos exigem respostas rápidas, tomadas de decisão acertadas e reflexos bem treinados. No entanto, observa-se que, infelizmente, nem sempre essa preparação especializada é tratada como uma prioridade dentro das equipes, como é apontado por Greco (2002).

Em muitos casos, atividades voltadas para os goleiros não são integradas de forma consistente ao cronograma geral de treinos e os goleiros cumprem um papel de apoio enquanto outros atletas executam exercícios técnico-táticos.

O treinamento de goleiro sempre foi uma das difíceis tarefas a serem desenvolvidas pelos professores e treinadores na sessão de treinamento ou de aula. Muitas vezes os goleiros são “deixados de lado” nas suas funções, são colocados como observadores do treino, como defensores, como passadores de bola ou simplesmente como “postes” demarcando espaços dos atacantes, enquanto o resto da equipe treina a pleno ritmo com o comando do professor ou do treinador (Greco, 2002. p. 13).

É importante destacar que essa realidade pode variar de acordo com o contexto no qual o handebol está inserido, já que o esporte se manifesta de maneiras distintas em diferentes regiões e possui múltiplas expressões culturais. No entanto, quando se trata do ambiente competitivo, seria ideal a existência do planejamento e da elaboração de uma planilha de treinamentos detalhada e direcionada aos goleiros, assegurando assim que estejam devidamente preparados para desempenhar com excelência suas funções durante os jogos.

Por vezes, as práticas destinadas aos goleiros foram escanteadas e deixadas em segundo plano por diversos motivos, como argumenta Greco (2002). Assim, atletas e treinadores indicam razões como: a ausência de tempo, materiais insuficientes, um ambiente livre e adequado ou até mesmo a falta de conhecimento de um profissional para tais atividades.

Além disso, existe o fator da escassa literatura que aborda o tema, dada a quantidade de textos relacionados ao handebol e o pouco conteúdo destinado a tratar sobre os goleiros, isso é uma pena visto a necessidade e a demanda desses atletas na dinâmica do esporte nos dias de hoje.

Somado a isso, essa posição traz consigo uma grande carga física e emocional durante os jogos, o que demanda de uma grande preparação e atenção a diversos fatores, como aborda Greco, (2002. p. 14)

O goleiro deve fazer quase tudo, organizar a defesa, realizar suas funções de evitar que a bola ultrapasse a linha de gol, como último jogador, corrigir os erros e falhas de seus colegas na defesa. Sendo o primeiro a iniciar o contra-ataque e suas intervenções, tem uma influência decisiva no jogo. Um bom goleiro deve ter uma adequada técnica, excelente condição física, uma consistente capacidade psicológica, principalmente concentração e atenção elevadas, saber elaborar e reduzir o stress do fracasso na ação e estar preparado para outra ação. Deve ter grande capacidade tática para cooperar com os defensores e saber comportar-se de forma taticamente correta perante as variadas alternativas do placar no jogo, sabendo atuar nos diferentes sistemas de jogo, não se deixando influenciar pelas vantagens ou desvantagens deles.

Assim, se torna essencial a presença e a frequência destes treinamentos para goleiros de handebol, mas, não só isso. Se faz necessário que ocorram com qualidade, com objetividade, com planejamento adequado, com materiais que supram tais necessidades, etc. Além disso, é papel do professor/treinador, apontar motivações e razões para quaisquer atividades propostas, para que o aluno/atleta entenda o que está fazendo e com qual objetivo está fazendo.

A sensação de evolução e a percepção na melhora do desempenho são extremamente gratificantes e isso é fundamental durante o processo dos treinamentos específicos de goleiros de handebol. É um belo exemplo de reforço positivo quando um atleta/aluno consegue realizar determinada atividade ou ação, utilizando técnicas e orientações fundamentadas, e, percebe que aquilo pode ser efetivo em situações durante um jogo ou um treinamento. Para além disso, é vital que ele saiba os motivos de tal ação e saiba como e quando usá-la.

É essencial adotar estratégias que incentivem a participação ativa dos alunos/atletas e contribuam para o desenvolvimento de sua autonomia. Barroso e Darido (2009) destacam a importância de um direcionamento pedagógico apropriado no ensino do esporte. Segundo os autores, é comum que, nas aulas escolares, os professores foquem apenas na execução dos movimentos e técnicas específicas das modalidades esportivas, deixando de lado a reflexão e o entendimento dos alunos sobre os motivos e objetivos desses gestos.

É necessário que o profissional responsável pelo ensino do esporte entenda as diferentes possibilidades e abordagens pedagógicas que contribuam para o desenvolvimento integral do aluno. Para isso, é essencial levar em conta as particularidades de cada aluno/atleta e o contexto em que ele está inserido, além de

valorizar orientações e estímulos que promovam o aprendizado tático, em vez de apenas focar na repetição mecânica dos movimentos (Nassuato, 2017).

Como apontado anteriormente, infelizmente ainda existem lacunas na literatura relacionada aos goleiros de handebol e aos treinamentos específicos. As obras existentes que são referência para trabalhos e estudos recentes são um pouco antigas, logo, apesar de precisas e cheias de informações valiosas, não estão tão conectadas à dinâmica do jogo de handebol atual. Até mesmo, cientificamente, se percebe a ausência e a insuficiência de estudos direcionados aos goleiros, como é trazido por Greco, (2002. p. 14)

Na área de ensino-aprendizagem-treinamento do goleiro de handebol, em vários textos didáticos de handebol, observa-se, frequentemente, que o capítulo dedicado ao goleiro é muito pequeno em relação aos outros dedicados a outros componentes de rendimento esportivo, e, a outras posições.

Ademais, é apontado por Estero, (2009), que o processo de ensino e aprendizagem voltado para essa posição específica dentro do jogo costuma ser frequentemente deixado de lado por técnicos e demais responsáveis pelas equipes. Assim, essa negligência pode estar relacionada tanto à limitada quantidade de materiais disponíveis sobre o assunto quanto à falta de consenso entre as poucas abordagens existentes na literatura, o que acaba tornando esse processo ainda mais desafiador e complexo como é trazido por Novoa (2012).

Nesse sentido, partindo das experiências pessoais com o esporte e das questões levantadas pelos artigos e livros sobre o tema, construiu-se o seguinte objetivo geral para este trabalho: analisar como os treinamentos específicos para goleiros(as) de handebol estão acontecendo em diferentes contextos no estado de Goiás. Entre os objetivos específicos estão: entender quem são as pessoas envolvidas no planejamento e na execução dessas atividades; compreender se os treinamentos estão fundamentados e organizados com objetivos técnico-táticos bem definidos; identificar, junto aos(as) goleiros(as), a frequência, o ritmo e os efeitos dos treinamentos específicos.

No capítulo seguinte, serão apresentados aspectos considerados relevantes pela literatura acadêmica sobre o trabalho com goleiros(as) de handebol.

2. REFERENCIAL TEÓRICO: ASPECTOS IMPORTANTES AO GOLEIRO DE HANDEBOL

Ao voltarmos a atenção à literatura disponível, podemos encontrar estudos e apontamentos sobre fatores que são essenciais para o desenvolvimento e o desempenho de um (a) bom (a) goleiro (a). Tais fatores podem ser treinados e estudados durante o processo de preparação dos goleiros, com a intenção de aumentar as chances de sucesso durante as situações de jogo e competição.

Sobre isso, podemos citar como exemplo: fatores relacionados ao físico (biotipo, força física, agilidade, velocidade etc.), fatores técnicos e táticos (leitura e resposta rápida, estudo prévio, escolha de ações, posicionamento etc.) fatores relacionados a psicologia (aspectos relacionados ao estado psicológico, o controle do medo, e situações do jogo etc.).

2.1. ASPECTOS IMPORTANTES - FATORES FÍSICOS

Historicamente, em equipes de alto rendimento, sempre existiu essa visão de parâmetros ideais do biotipo para um atleta, considerando genótipos. (FERREIRA, 1988, p. 598). Além de uma rotina e um ambiente focados em desempenho, considerando assim, também, os fenótipos (FERREIRA, 1987, p. 545).

Greco, Neves e Matias (2001) apontam que os fatores genéticos que podem ser influenciados e que compõem o genótipo incluem características como a estatura, a proporção de massa corporal e o tipo de fibras musculares predominantes de contração rápida ou lenta. Esses aspectos têm um impacto significativo na forma como o atleta reage a estímulos e no seu nível de desempenho. Por outro lado, Greco, Neves e Matias (2002) trazem que os elementos que dizem respeito à capacidade de adaptação e de progresso no rendimento adquiridos por meio de um processo planejado de ensino, aprendizagem e treinamento fazem parte do que se entende por fenótipo, sendo traços próprios e implícitos dessa expressão biológica.

Os fatores físicos têm grande influência na formação técnica e tática de um aluno/atleta e podem influenciar no quanto ele pode desempenhar, e, com a exigência do vigor físico no esporte crescendo, criou-se a narrativa que os atletas ideais

precisavam ter mais de 1,90 e músculos fortes, como foi uma febre nos anos 80 e 90, como é apontado por Greco, Neves e Matias (2002).

É evidente que os biótipos de maior tamanho e maior envergadura, como Niklas Landin (2,01 cm) e Gabriela Moreschi (1,90 cm), podem sim ser vantajosos para um atleta, mas isso, por si só, não assegura que o sucesso em uma ação defensiva seja garantido. Surgiram, então, com o tempo, com a evolução do esporte e com o planejamento que o professor/treinador pode fazer direcionando e adaptando atividades, goleiros e goleiras de sucesso com estaturas mais baixas, como Maik Santos (1,80 cm) e Silvia Navarro (1,68 cm), alcançando desempenho com treinamentos baseados em diferentes biotipos e características.

Com isso, atletas que não desenvolveram ainda um “físico perfeito” não tem nenhum problema em adaptar-se à devida exigência que o esporte traz, e, para além disso, fragmenta essa dialética que o esporte competitivo só tem espaço para um certo padrão físico. Sobre isso, Greco, Neves e Matias (2002), falam sobre a importância do trabalho a longo prazo e a importância de não se desenvolver padrões.

[...] Alerta-nos também em relação a problemática de especialização precoce, bem como dos possíveis níveis de rendimento eticamente adequados a cada faixa etária, o que está ligado a fatores inatos, hereditários e a fatores que podem ser modificados, ou sejam, são treináveis e influentes significativamente na constituição física e técnica do indivíduo e, conseqüentemente, decisivos no seu nível de rendimento (Greco; Neves; Matias, 2002. p. 55).

Dessa forma, se mostra essencial um bom preparo físico para os goleiros de handebol, já que, independentemente de seu biotipo, a apuração da condição física proporciona ao goleiro um eixo base para desempenho em jogos e campeonatos, como trazem Paolucci, Lopes e Greco, (2002).

Logo, cabe aos treinadores/professores serem responsáveis pela análise e preparação das melhores estratégias de treinamentos, intencionadas em adaptar biologicamente e apurar o melhor desempenho possível do aluno/atleta. Para além disso, Paolucci, Lopes e Greco, (2002, p. 79) trazem valências que se fazem essenciais para serem treinadas com a intenção de promover um bom desempenho de um(a) goleiro(a), “[...] No planejamento do treinamento, o treinador deve aplicar, principalmente nas sessões diárias, exercícios de agilidade, flexibilidade, resistência muscular localizada, coordenação e potência muscular. [...]”, assim, mais uma vez, se faz fundamental o papel do treinador/professor.

Nesse contexto, se faz, também, importante o treinamento de força rápida e reação do goleiro, dada a velocidade da bola por si só, mas, também, a dinâmica do jogo, qualidade do arremessador e outros fatores mais que vão implicar na resposta ideal de estímulos para uma tentativa de ação defensiva. O objetivo aqui não é simplesmente desenvolver uma grande velocidade de explosão, mas também objetivá-la de acordo com o contexto necessário durante uma situação de arremesso ao gol defendido.

Existe uma diferença entre o tempo de reação (TR) simples e o tempo de reação de escolha, como é trazido por Schmidt e Wrisberg (2001, p. 76) “[...] o TR simples é o tempo entre a apresentação de um estímulo não antecipado e o início da resposta, e o TR de escolha é o intervalo de tempo entre a apresentação de um dos vários estímulos possíveis não antecipados e o começo de uma das várias respostas possíveis”. Em outras palavras, cada estímulo indicará uma possível resposta de acordo com sua necessidade, seja a direção, seja o ângulo da ação, seja a posição do adversário etc.

Dado que apesar de tal importância, não existe garantia de sucesso, surge a necessidade de se dar atenção a outros fatores importantes que podem aumentar as chances de sucesso do goleiro, dando ênfase ao bom planejamento dos treinamentos específicos. Assim, a comunicação entre atleta/aluno e treinador/professor deve ser constante e clara sobre as finalidades das atividades.

Por fim, é importante que os treinadores/professores e os alunos atletas entendam que os fatores físicos são só uma parcela de todo processo e que existem outras capacidades responsáveis pelo seu desempenho, como afirma Chagas, (2002, p. 158).

[...] Entretanto, a importância da capacidade força não deveria ser subestimada pelo jogador, mas ele não deveria concentrar o treinamento somente nessa capacidade como se ela fosse a única responsável pelo rendimento. Como foi mostrado, o treinamento da força deve seguir critérios básicos, sendo que o objetivo final é a utilização ótima do potencial muscular, que foi adquirido no decorrer de um processo de treinamento a longo prazo, nas ações motoras relevantes para o bom desempenho do jogador durante o jogo. Por isso, a execução e o desenvolvimento de novas atividades específicas devem ter como objetivo a obtenção de uma adequada transferência da força específica às exigências motoras (técnica) que serão desempenhadas pelo atleta.

Como observado, todas as capacidades físicas mencionadas representam fatores importantes que contribuem para aumentar as chances de êxito em uma

tentativa de defesa, no entanto, é fundamental destacar que esses elementos constituem apenas uma parte do conjunto de competências necessárias ao desempenho do goleiro. Para uma atuação eficaz, é igualmente essencial que o atleta compreenda os objetivos e as intenções por trás de cada exercício ou atividade proposta, integrando o desenvolvimento físico à compreensão tática e cognitiva das situações de jogo.

2.2. ASPECTOS IMPORTANTES - FATORES TÉCNICOS E TÁTICOS

Ao se abordar sobre a técnica do goleiro de handebol, percebe-se o quanto isso foi e é adaptável ao período que o esporte aconteceu e está acontecendo. Nos anos 60, por exemplo, os goleiros utilizavam saltos e um dinamismo de movimento que demandava muita energia na tentativa de se lançar para defender os arremessos, como é trazido por Greco, Neves e Matias (2002).

Com a elevação do nível de desempenho nas partidas de handebol, os goleiros passaram a precisar aprimorar sua habilidade de antecipar jogadas, observando atentamente tanto as ações técnicas e táticas dos arremessadores adversários quanto os locais mais comuns de onde realizam os arremessos, além da posição dos colegas na defesa. Para dificultar os arremessos em suspensão, adotaram uma postura mais estática, realizando deslocamentos curtos enquanto acompanham a trajetória da bola, mantendo sempre o equilíbrio sobre ambas as pernas.

Com o desenvolvimento de técnicas mais apuradas e o surgimento de estudos e análises, os goleiros passaram a jogar um pouco mais avançados em relação à linha de gol, fechando e atrapalhando a visão dos atacantes, forçando que arremessos sejam efetuados de posições mais desconfortáveis. Assim, os goleiros aumentam suas chances de sucesso em atitudes defensivas, com a demanda de movimentações laterais e diagonais, em ações rápidas. Claro que isso é subjetivo de goleiro a goleiro, sendo levado em consideração suas características de força explosiva, capacidade de leitura e biotipo. Porém, com o tempo, tais ações ofensivas em relação ao espaço e a a bola, se mostraram efetivos.

[...] Sua característica principal é o comportamento ofensivo do goleiro, uma vantagem que facilita a ação, já que este não tem necessidade de dar o mergulho nas bolas baixas, e, pelo fato de estar mais próximo da linha de seis metros, lhe é permitido dar passadas rápidas à frente no momento da assistência aos pivôs adversários, diminuindo ainda mais seu ângulo de

lançamento, dificultando, assim, o raio de ação dos mesmos. Desta forma, obriga os pivôs a realizar os lançamentos com queda, não mais para a frente e sim para as laterais, forçando-os a lançar com salto, procurando altura para as diagonais (Greco; Neves; Matias, 2002, p. 61)

Assim, ao se desenvolver a técnica, estar pronto para executá-la e desenvolver situações que ela se encaixe, se faz necessário compreender como usá-la e os objetivos de se usá-la, é aqui que a tática entra em ação. Geralmente isso vai ocorrer utilizando de informações, tendências, estudos de *scout* (anotações e análises técnicas de atletas adversários), preferências, ajustes defensivos e alguns outros fatores, para tomar a melhor escolha de ação defensiva possível. Assim, em conjunto com um treinador responsável, um auxiliar técnico, e/ou outros colegas de equipe, o goleiro pode se preparar de uma maneira prévia para um determinado arremesso, aumentando assim as suas chances de sucesso.

Nesse mesmo pensamento, o primeiro ponto importante ao goleiro é o posicionamento na baliza, a tendência é que ele sempre esteja posicionado de maneira que facilite sua visão e sua ação em relação à bola. Para além disso, é importante combinar previamente com colegas de defesa as ações e as posições que cada um deve executar, com o objetivo de fechar o máximo de espaços possíveis.

No aspecto tático, ou seja, no momento do jogo posicional do ataque adversário, o goleiro deve estar permanentemente procurando a posição correta no gol, em relação à bisetriz formada pelos dois postes e a bola, no caso de ações onde não se tem defensor na frente do atacante. Em aquelas ações considerando a posição do defensor, e a distribuição de tarefas com o colega, o goleiro terá mais condições de defender com êxito se ambos – goleiro e defensor – realizou e cumpriu de forma adequada suas responsabilidades (Greco; Neves; Matias, 2002, p. 67)

Dito isso, é evidente que o treinamento técnico para diversos tipos de lançamentos não é o único determinante para o desempenho do goleiro, como afirmam d'Ávila et al. (2002). Desse modo, se faz importante, quando possível, o estudo prévio. O acompanhamento de jogos e outras situações podem ser bem úteis para coleta de informações, anotações de *scouts*, entendimento de tendências dos adversários e análise de situações que têm uma maior chance de ocorrer. Assim, a utilização desses dados pode ser bem útil para os treinadores/professores, para todo o sistema defensivo, e, é claro, para o goleiro.

O conhecimento prévio das características dos jogadores adversários, por exemplo, a linha de corrida e local de lançamentos mais frequentes do jogador analisado ou, ainda, na cobrança dos 7m, os tipos de lançamento mais utilizados pelos adversários. Essas informações são extremamente valiosas e, ao serem coletadas nas planilhas de observação de jogo, serão de vital importância para os goleiros montarem um banco de dados que os auxiliarão na determinação do nível de atuação dos mesmos em uma competição (d'Ávila et al., 2002, p. 239).

Tais capacidades de observação e de análise, fazem parte do processo de ensino-aprendizagem-treinamento e da formação dos alunos/atletas de handebol. Essas tarefas fazem parte do dia a dia dos goleiros, visto que são colocados a prova todo o tempo em treinamentos e jogos, e visto que a observação é o primeiro estímulo para praticar uma tentativa de defesa. Logo, para um bom goleiro, se torna fundamental desenvolver uma boa capacidade observatório.

Por fim, o alinhamento da técnica e da tática pode produzir benefícios que aumentam as chances de sucesso em qualquer tentativa defensiva. Claro que isso pode ser subjetivo, e variáveis podem ocorrer durante situações de jogos, por isso é importante ao goleiro estar bem-preparado para tudo.

Ao utilizar as informações extraídas dos registros feitos, das análises realizadas, das discussões com os atletas e demais personagens envolvidos na preparação de uma equipe de handebol, o treinador se encontrará em grande vantagem sobre adversários que não utilizam tal sistemática. (d'Ávila et al., 2002, p. 247).

Fato é, que a boa preparação da equipe técnica juntamente com os atletas e a utilização das informações e dos registros feitos tende a ser benéfica e obter sucessos, seja em desempenho de jogo, seja em evolução geral da equipe.

2.3. ASPECTOS IMPORTANTES - FATORES PSICOLÓGICOS

Muitas vezes visto como herói em momentos importantes ou como vilão em situações difíceis, o goleiro tem uma das funções mais complicadas do handebol. Seu trabalho principal é ser a última barreira da defesa do time, se utilizando de técnicas, táticas e estratégias para impedir o gol adversário. Por isso, muitos o consideram como a peça mais importante da equipe. Diferente dos jogadores de linha, cujos erros nem sempre mudam o placar do jogo, o goleiro vive uma realidade bem mais dura: qualquer falha sua pode ser decisiva.

O autocontrole mental configura-se, portanto, como uma característica fundamental para o desempenho eficaz do goleiro, visto que é essa capacidade que lhe permite manter a serenidade e o equilíbrio emocional diante das inúmeras situações adversas que surgem ao longo de uma partida. No contexto do handebol moderno, onde os ataques são constantes e os gols sofridos fazem parte inevitável da dinâmica do jogo, torna-se indispensável refletir sobre como esse atleta deve preparar sua consciência e seu estado psicológico para enfrentar tais desafios. A posição de goleiro, por sua natureza, exige uma resiliência emocional superior à média, pois lida com uma carga de responsabilidade intensa e com a constante possibilidade de cometer erros que podem comprometer o resultado da equipe.

Diante disso, surge o questionamento: como se constrói essa capacidade de enfrentar falhas sem comprometer o desempenho futuro? De acordo com Al Huang e Lynch (1992), é essencial compreender que o fracasso não apenas faz parte do processo de aprendizado, como também é uma etapa inevitável do desenvolvimento esportivo. Embora não seja possível evitá-lo por completo, ele deve ser ressignificado e tratado como uma oportunidade de crescimento, permitindo ao atleta ampliar sua experiência, fortalecer sua maturidade emocional e melhorar sua performance em situações futuras.

Assim, evidencia-se que o goleiro é uma função que cobra demais e não dá margem para erro. Além da parte técnica, o aluno/atleta precisa ter calma, foco e um bom controle emocional para lidar com a pressão. Portanto, essa função exige um tipo de tranquilidade especial para enfrentar os desafios que surgem a todo momento durante a partida, como lembra Miranda (2002, p. 198).

Ao goleiro é dada a responsabilidade de não poder falhar em suas tomadas de decisões. Ao mesmo tempo em que cada jogador tem a possibilidade de recuperação de um erro, ao goleiro só resta o restabelecimento psíquico, pois o gol adversário será dado como certo. Portanto, o goleiro além de estar preparado para escolher a melhor tomada de decisão, necessita de estar preparado a melhorar continuamente sua auto-motivação, a fim de aperfeiçoar seu rendimento.

No mais, todo ser humano está sujeito a sentir medo, faz parte de nossa essência, e, no esporte isso não é diferente. É comum às pessoas que às vezes não entendem ou não conhecem o handebol, ao se depararem com um goleiro defendendo um arremesso fazerem comentários do tipo: “ela não tem medo?” “tem

que ser doido pra ser goleiro, eu não tenho coragem”, “ele é muito corajoso pra jogar no gol”, de fato, é uma função desafiadora, que exige braveza, mas será mesmo que esses comentários têm um fundo de verdade? Sobre isso, Miranda, (2002, p. 189), traz que: “[...] É senso comum acreditar que todo goleiro é corajoso e, portanto, não tem medo. Aos treinadores, digo que todo corajoso tem medo, se não fosse assim, qual seria a utilidade da coragem?”.

Após realizado a revisão de literatura sobre a temática tratada, serão descritos e detalhados os aspectos metodológicos desta pesquisa para, então, apresentar e discutir os resultados da presente investigação.

3. METODOLOGIA

A pesquisa científica pode acontecer de várias formas e em diferentes áreas, já que existem inúmeros temas, objetos e fenômenos que podem ser explorados e analisados. Cada investigação começa com a escolha de um assunto que desperte interesse e que, de alguma forma, tenha relevância dentro do campo em que se pretende atuar. De acordo com Oliveira (2018), a metodologia de pesquisa é o processo que se inicia desde o momento em que se decide estudar determinado tema até a fase final, que envolve a análise dos dados coletados e a proposta de soluções ou alternativas para o problema que foi investigado.

Depois de escolher o tema, o passo seguinte é buscar entender melhor esse assunto. Isso envolve tanto o aprofundamento no conteúdo quanto a pesquisa sobre o que já foi estudado e publicado por outros autores e pesquisadores. É importante conhecer o que a ciência já produziu sobre o tema para não começar do zero e também para identificar o que ainda pode ser explorado. Nesse sentido, como explica Andrade (2017), a metodologia é o conjunto de métodos, técnicas e caminhos que guiam o pesquisador durante todo o processo de busca por conhecimento. Em outras palavras, é o roteiro que ajuda a organizar e dar sentido à investigação, permitindo que ela tenha lógica, coerência e resultados mais confiáveis.

Nesse pressuposto, considerando que há uma quantidade limitada de publicações e estudos disponíveis sobre esse tema específico, esta pesquisa será conduzida com base em uma abordagem exploratória. Isso se justifica pelo fato de o fenômeno em questão ainda ser pouco investigado, apresentando diversas lacunas

que precisam ser melhor compreendidas, conforme indicam Cervo, Bervian e da Silva (2007). Nesse sentido, o principal objetivo é ampliar o conhecimento sobre o assunto, familiarizando-se mais profundamente com suas características, além de buscar novas ideias e interpretações por meio da análise dos dados coletados.

Essa propriedade fortalece a intencionalidade da pesquisa exploratória, uma vez que essa cumpre o papel de investigar e direcionar as especificidades. Sobre isso, segundo Severino (2014. p. 96) “a pesquisa exploratória busca apenas levantar informações sobre um determinado objeto, delimitando assim um campo de trabalho, mapeando as condições de manifestação desse objeto.”

Nessa situação, o intuito será conhecer e investigar informações de indivíduos e acontecimentos relacionados ao fenômeno, na busca de preencher lacunas, encontrar novas percepções, propor novas ideias e familiarizar-se com o(s) objeto(s), como apresentado por Cervo, Bervian e Silva (2007).

Este trabalho caracteriza-se, também, como uma pesquisa de natureza qualitativa, com abordagem exploratória. A escolha por essa abordagem se justifica pela necessidade de compreender, de forma aprofundada, as particularidades da realidade investigada. De acordo com Ribeiro (2008, p. 133), “a pesquisa qualitativa é uma tentativa de compreender de maneira detalhada as características da realidade investigada” e “[...] se desenvolve numa situação natural, é rica em dados descritivos, obtidos no contato direto do pesquisador com a situação estudada [...]”.

Por fim, considerando que o fenômeno do direcionamento da pesquisa apresenta características bastante específicas, é necessário um esforço considerável para encontrar boas correlações teóricas. Existe um potencial significativo para que, ao longo do estudo, surjam variáveis que se mostrem relevantes e promissoras. Isso indica que novos objetos de pesquisa podem emergir e, embora não façam parte diretamente do foco central deste projeto, certamente poderão se transformar em temas de futuras investigações.

Mesmo que esses novos caminhos não sejam explorados neste momento, é importante manter aberta a possibilidade de interpretações mais aprofundadas dos dados por meio de outros métodos e abordagens. Isso amplia as perspectivas de análise e contribui para um entendimento mais completo do fenômeno investigado.

Dessa forma, o objetivo deste trabalho é aprofundar o conhecimento sobre o fenômeno do direcionamento no contexto do handebol e entender como ele tem sido

tratado em diferentes realidades da modalidade. Para isso, foi desenvolvido um questionário com o objetivo de levantar informações sobre aspectos específicos de equipes e indivíduos, como o contexto em que estão inseridos, as dificuldades que enfrentam, as necessidades que percebem, as práticas que realizam, seus objetivos pessoais e outros elementos relevantes para a compreensão do cenário.

3.1. COLETA DE DADOS

Os dados foram coletados mediante à resposta de 40 atletas/alunos que atuam ou já atuaram como goleiros (as) de handebol no estado de Goiás, em diversos contextos. Foi utilizado um formulário de perguntas através da plataforma Google Forms, que chegou até os participantes através de um link enviado pelo aplicativo de mensagens instantâneas Whatsapp.

Previamente, eu já tinha abordado e conversado pessoalmente com algumas pessoas e expliquei o projeto que estava desenvolvendo, e, prontamente, essas pessoas se mostraram interessadas em participar. Posteriormente, consegui contato com outras pessoas por redes sociais e por terceiros, então consegui reunir o contato de aproximadamente 50 pessoas, o critério de inclusão era atuar ou já ter atuado como goleiro de handebol em algum contexto esportivo no estado de Goiás.

Entre os (as) participantes, se incluem atletas de diversas regiões do estado, como Anápolis, Rio Verde, Goiânia, Catalão, Caçu e Aparecida de Goiânia. Além disso, os (as) participantes atuam ou já atuaram em vários contextos do handebol, por exemplo, times competitivos de base, times competitivos adultos, atléticas de universidades, times representativos de universidades etc.

Por fim, depois de desenvolver o questionário, entrei em contato e expliquei a todos como funcionaria, os objetivos e o andamento da pesquisa. Deixei claro que o questionário iria ocorrer de forma anônima e que eu não teria acesso à quem respondeu, somente ao conteúdo das respostas individuais. Desse mesmo modo, os nomes dos participantes estão preservados na escrita desse estudo, e, caso necessário, mencionaremos uma nomenclatura numerada, (participante 1, participante 10, etc.), para situações ou menções específicas no trabalho. Por fim, também expliquei que haveria um TCLE (Termo de Consentimento Livre e

Esclarecido), em que todos os participantes deveriam responder a opção 'SIM' para participar das questões seguintes.

O questionário ficou disponível para respostas do dia 28 de novembro de 2024 até 11 de março de 2025. No total, houve 41 pessoas que responderam, sendo que 1 pessoa não respondeu 'SIM' no TCLE, assim, utilizando como critério de exclusão, suas respostas subsequentes foram invalidadas e não estão incluídas neste estudo.

3.2. O QUESTIONÁRIO

As perguntas presentes no questionário foram pensadas com foco nos treinamentos e nas experiências vivenciadas por esses sujeitos. Essas informações foram analisadas e discutidas com o intuito de entender quais benefícios têm sido obtidos com a presença dessas atividades direcionadas. Sobre a técnica do questionário, aponta Severino (2014. p. 97):

[...] Conjunto de questões, sistematicamente articuladas, que se destinam a levantar informações escritas por parte dos sujeitos pesquisados, com vistas a conhecer a opinião dos mesmos sobre os assuntos de estudo. As questões devem ser pertinentes ao objeto e claramente formuladas, de modo a serem bem compreendidas pelos sujeitos.

Assim, além de tratar diretamente do objeto principal de estudo, o questionário também visou reunir dados importantes sobre os próprios indivíduos envolvidos, reconhecendo a relevância de suas experiências no processo de investigação. O foco das perguntas foi buscar compreender a realidade dos(as) goleiros (as) de handebol em diversos contextos no estado de Goiás, entender se existe qualidade nas atividades direcionadas aos goleiros e o quanto isso tem ou não sido efetivo para os atletas.

4. RESULTADOS

Ao analisar os resultados coletados, separamos as respostas em 3 grupos distintos, para melhor organização e entendimento do objeto de estudo, no caso, os treinamentos específicos para goleiros (as) de handebol. O primeiro grupo de respostas aborda sobre o público-alvo do objeto de estudo. O segundo grupo de

respostas aborda sobre as questões logísticas do objeto de estudo. O terceiro grupo de respostas aborda sobre as especificidades do objeto de estudo.

Há de se ressaltar que, algumas perguntas permitiam a resposta em mais de uma alternativa para um melhor entendimento e aprofundamento acerca do fenômeno estudado. Tendo isso em vista, as explicações e apresentações dos resultados foram feitas da forma mais clara possível para que não exista confusão ao se interpretar os números.

4.1. QUESTÕES SOBRE O PÚBLICO-ALVO

A primeira questão tinha a intenção de identificar sobre o gênero de atuação de cada pessoa que respondeu. Ao todo, dos alunos/atletas entrevistados (as) que responderam validamente o questionário, 23 atuam ou atuaram no naipe masculino e 17 no naipe feminino.

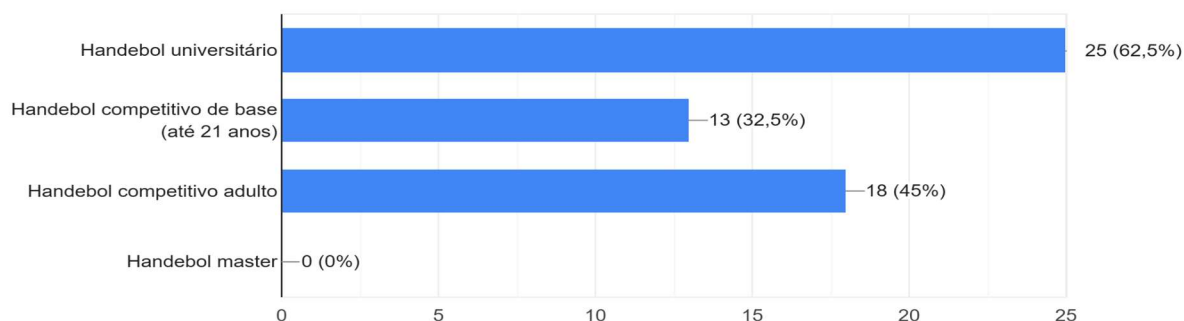
No questionário, existiam 4 possibilidades diferentes de contextos do handebol para serem respondidos. Essas opções foram baseadas no público alvo que anteriormente foi abordado e que foram reunidos os contatos. Em caso de alguma divergência ou novo contexto, o (a) entrevistado (a) poderia fazer observações no fim da pesquisa.

Ademais, é comum que uma pessoa participe de mais de um desses contextos ao mesmo tempo, (ex. handebol competitivo adulto e handebol universitário) como foi o caso de várias pessoas, contudo, isso não indica precisamente em qual contexto essa pessoa pratica os treinamentos específicos, ou até mesmo, se pratica em ambos, logo, isso deve ser observado.

Gráfico 1 - Contexto do handebol que os (as) participantes se incluem.

Em que contexto (s) do handebol você atua?

40 respostas



Fonte: autor

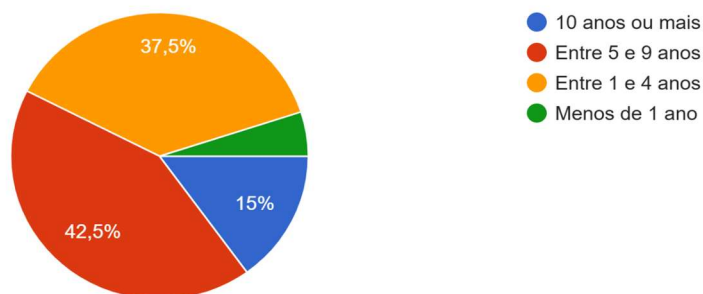
No total, das 40 pessoas entrevistadas, 25 afirmaram participar do contexto universitário (atléticas, jogos universitários, jogos internos etc.). Das 40 pessoas entrevistadas, 13 pessoas afirmaram participar do contexto do handebol de base, que vai até 21 anos (competições oficiais, federação, nas categorias cadete, juvenil, júnior). Das 40 pessoas entrevistadas, 18 afirmaram participar do contexto do handebol competitivo adulto (competições oficiais, federação)

Por fim, como última pergunta da seção de público-alvo, foi questionado sobre a quantidade de tempo que as pessoas que responderam já praticam o handebol.

Gráfico 2 - Tempo de prática dos participantes.

Há quanto tempo você pratica handebol?

40 respostas



Fonte: autor

No total houve 40 respostas válidas, sendo elas: 10 pessoas que afirmaram jogar handebol há 10 anos ou mais, 17 pessoas que afirmaram jogar handebol entre 5 e 9 anos, 15 pessoas que afirmaram jogar handebol entre 1 e 4 anos, e, 2 pessoas que afirmaram jogar handebol a menos de um ano.

4.2. QUESTÕES SOBRE A LOGÍSTICA DOS TREINAMENTOS

Nesta seção, serão abordadas as questões sobre o acontecimento dos treinamentos específicos para goleiros (as) de handebol. Nesse contexto, serão apresentados fatores como, o ambiente, os locais, o material e o tempo dessas atividades.

Um dos pontos norteadores de todo o estudo é o fato dos goleiros (as) efetivamente participarem ou não de treinamentos específicos. E essa questão abre esta seção, apontando que das 40 pessoas que responderam validamente o questionário, 39 afirmaram que fazem ou já fizeram atividades específicas voltadas para os goleiros.

Contudo, é importante ressaltar que não foi em nenhum momento questionado aos (as) participantes sobre o que deve ou não ser considerado o treinamento¹ específico para goleiros (as). Para além disso, pode-se ocorrer que atividades que não sejam exatamente objetivadas ou fundamentadas como específicas para os goleiros, sejam confundidas e entrem no resultado geral dessa resposta. Com isso, posteriormente, seria necessário um maior aprofundamento e uma pesquisa de campo para acompanhar e analisar cada caso especificamente.

Como visto, uma pessoa respondeu que nunca teve treinamentos específicos direcionados para goleiros de handebol. Para as pessoas que respondessem 'NÃO' na seção anterior, onde foi questionado se o (a) participante já fez alguma atividade

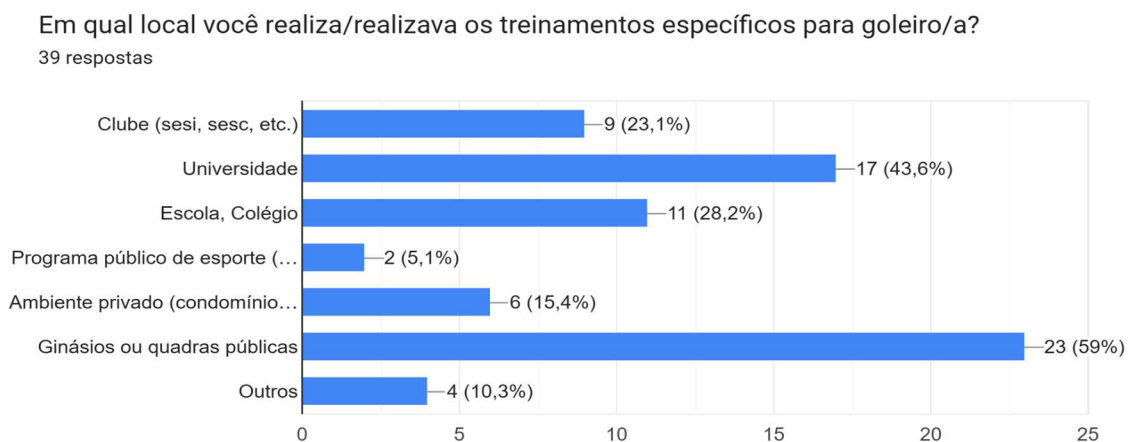
¹ Para esse estudo, considera-se que o treinamento específico de goleiros de handebol é um programa integrado de exercícios técnicos, físicos, táticos, psicológicos, posturais e cognitivos, com foco no desenvolvimento da percepção visual, tomada de decisão rápida, coordenação, agilidade, potência, controle postural e análise situacional para aprimorar o desempenho em cenários reais de jogo (Pascual; Peña, 2006; Radic, 2020; Rodríguez, 2018).

de preparação específica para goleiros de handebol, existia uma nova pergunta para tentar entender uma possível motivação na ausência desses treinamentos.

Para esse caso, o (a) participante alegou nas observações gerais que o handebol não é sua modalidade principal, mas que teria interesse em participar, caso fosse a situação, não ficou claro se os treinamentos específicos são ou não oferecidos em sua equipe. “Só não executei algum treinamento específico de goleiro de handebol pois não é minha modalidade esportiva principal, se fosse com certeza teria feito treinamentos específicos para melhorar a performance.” - Participante 19.

Seguindo nas questões relacionadas a logística, foi feita a pergunta sobre os locais que são utilizados para os treinamentos. Como em outras perguntas, existe a possibilidade de se responder mais de uma alternativa, visto que nem sempre as equipes conseguem um local fixo para realizar suas atividades.

Gráfico 3 - Locais de treinamentos dos (as) participantes.



Fonte: autor

Nesta pergunta 39 pessoas responderam. No total, 9 pessoas afirmaram já ter treinado em clubes sociais (sesc, sesi, etc.), 17 pessoas afirmaram já ter treinado em algum ambiente da Universidade, 11 pessoas afirmaram já ter treinado em escolas e/ou colégios, 2 pessoas afirmaram já ter treinado em programas públicos direcionados ao esporte, 6 pessoas afirmaram já ter treinado em ambientes particulares como condomínios e/ou residências, 23 pessoas afirmaram já ter treinado

em ginásios e/ou quadras públicas e 4 pessoas afirmaram já terem treinado em algum outro local que não estava nas opções.

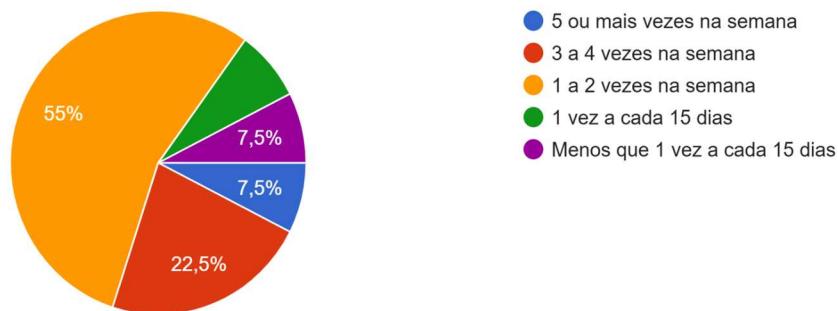
A seguir, foi questionado sobre a quantidade de treinos por período de tempo que as pessoas entrevistadas participam ou já participaram.

No total, das 40 pessoas entrevistadas, 22 pessoas afirmaram treinar 1 ou 2 vezes na semana, 9 pessoas afirmaram treinar 3 ou 4 vezes na semana, 3 pessoas afirmaram treinar 5 ou mais vezes na semana, 3 pessoas afirmaram treinar apenas 1 vez a cada 15 dias e 3 pessoas afirmaram treinar menos que 1 vez a cada 15 dias.

Gráfico 4 - Média de treinamentos semanais dos (as) participantes.

Qual a sua média de treinos semanais, no geral?

40 respostas



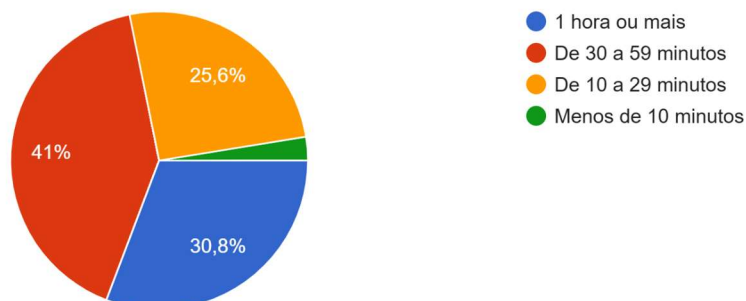
Fonte: autor

Posteriormente, os (as) participantes responderam sobre quanto tempo de seus treinamentos é direcionado para os treinamentos específicos para goleiros (as)

Gráfico 5 - Tempo destinado para as atividades específicas dos (as) goleiros (as).

Quando ocorrem, quanto tempo é direcionado para realização dessas atividades?

39 respostas



Fonte: autor

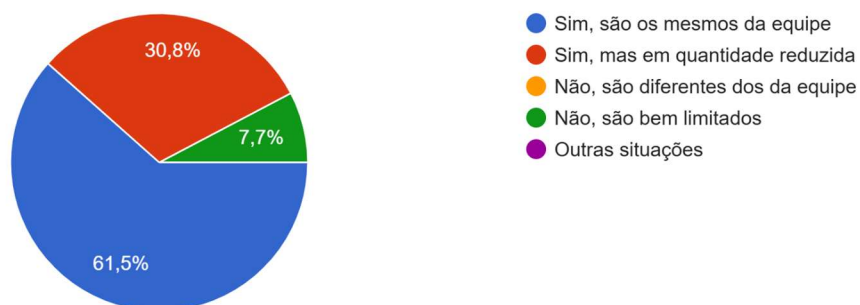
Ao todo, 39 pessoas responderam essa pergunta sendo elas: 16 que afirmaram treinar entre 30 e 59 minutos de atividades específicas, 12 que afirmaram treinar 1 hora ou mais de atividades específicas, 10 pessoas que afirmaram treinar entre 10 e 29 minutos de atividades específicas e 1 pessoa que afirmou treinar menos de 10 minutos de atividades específicas.

Na última questão relacionada à logística, os (as) participantes responderam sobre os materiais e o ambiente que são destinados para a realização dos treinamentos específicos para goleiros (as) de handebol.

Gráfico 6 - Materiais e ambientes disponíveis para práticas específicas.

Os materiais e o ambiente destinados proporcionam boa qualidade para os treinamentos?

39 respostas



Fonte: autor

No total, foram 39 respostas, sendo elas: 24 pessoas que afirmaram utilizar os mesmos materiais e ambientes dos outros atletas, 12 pessoas que afirmaram utilizar os mesmos materiais e ambientes, porém em quantidade reduzida, (provavelmente menos bolas ou outros materiais, em relação aos outros atletas) e, por fim, 3 pessoas que afirmaram que os materiais utilizados e o ambiente são bem limitados.

4.3. QUESTÕES SOBRE AS ESPECIFICIDADES DOS TREINAMENTOS PARA GOLEIROS (AS) DE HANDEBOL

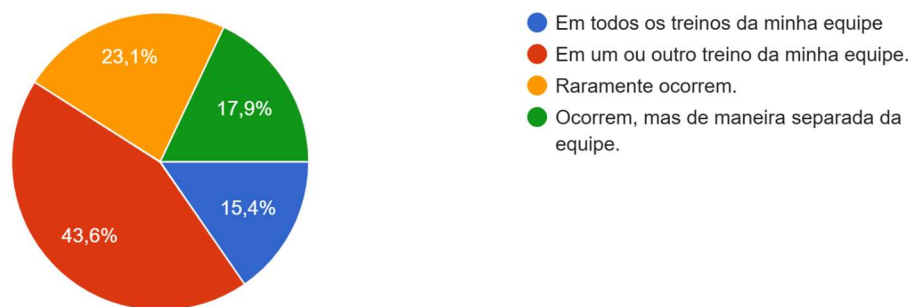
Nesta seção, serão abordadas questões relacionadas a fatores específicos que podem interferir nas atividades direcionadas aos goleiros (as), e, também, opiniões importantes e a visão geral dos entrevistados acerca do objeto de estudo.

A primeira pergunta traz o questionamento sobre qual a frequência da realização dos treinamentos específicos em relação aos treinamentos gerais da equipe.

Gráfico 7 - Frequência de treinamentos específicos em relação aos tradicionais.

Qual a frequência que ocorrem esses treinamentos?

39 respostas



Fonte: autor

No total, foram 39 respostas recolhidas sobre essa pauta. 17 pessoas afirmaram que os treinamentos específicos ocorrem em um ou outro treino em relação ao treino tradicional, 9 pessoas afirmaram que raramente os treinamentos específicos ocorrem, 7 pessoas afirmaram que o treinamento ocorre em um outro momento,

separadamente, e, por fim, 5 pessoas afirmaram que em todos os treinos tradicionais da equipe também realizam treinamentos específicos.

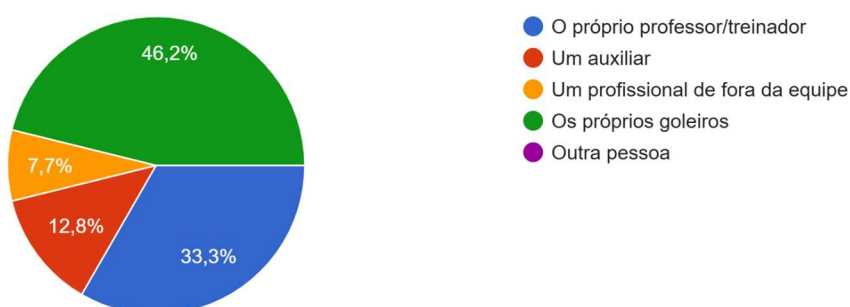
A próxima pergunta traz o questionamento sobre quem é o (a) responsável pelo planejamento e pela execução das atividades específicas voltadas para os (as) goleiros.

Ao todo foram coletadas 39 respostas e os resultados foram os seguintes: 18 pessoas afirmaram que os próprios goleiros são responsáveis pela organização e execução das atividades, 13 pessoas afirmaram que o próprio treinador/professor é responsável pela organiza e execução das atividades, 5 pessoas afirmaram que um auxiliar é o responsável pela organização e execução das atividades e 3 pessoas afirmaram que um profissional de fora da equipe fica responsável pela organização e execução das atividades.

Gráfico 8 - Quem é o responsável pelo planejamento e execução dessas atividades?

Durante essas práticas, quem fica responsável pelo planejamento/realização?

39 respostas



Fonte: autor

A pergunta seguinte trouxe um questionamento pessoal para cada aluno/atleta sobre o quanto, na opinião deles, os treinamentos contribuíram e contribuem para a melhora do seu desempenho geral. No total, das 39 respostas válidas, 34 afirmaram que os treinamentos contribuíram muito, enquanto as outras 5 pessoas afirmaram que os treinamentos contribuíram parcialmente.

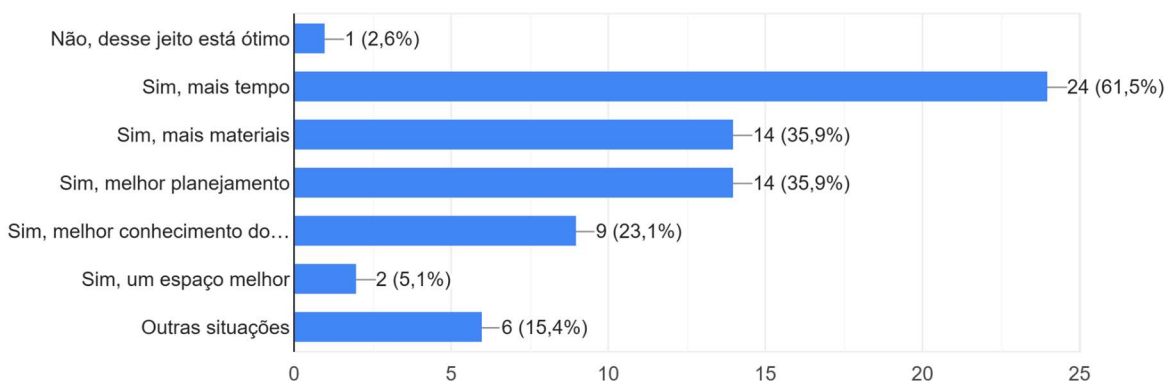
A seguir, o questionário trouxe uma pergunta mais ampla que permitia mais de uma resposta. Foi perguntado aos (as) participantes se estavam satisfeitos com a maneira que as atividades estavam acontecendo ou se gostariam que algo melhorasse no planejamento e/ou na execução dos treinamentos específicos.

As 39 pessoas responderam da seguinte forma: houve resposta de 1 pessoa que demonstrou que estava totalmente satisfeita, houveram respostas de 24 pessoas que gostariam de mais tempo de atividades específicas, houveram respostas de 14 pessoas que gostariam de maior quantidade de materiais para a realização das atividades específicas, houveram respostas de 14 pessoas que responderam que gostariam de um melhor planejamento das atividades, houveram respostas de 9 pessoas que gostariam que o ministrante das atividades tivesse mais conhecimento sobre o assunto, houveram respostas de 2 pessoas que gostariam de realizar as atividades em um espaço mais adequado e houveram 6 respostas de pessoas que assinalaram a opção 'outras situações', que pode estar relacionado a talvez mais frequência, mais didática, etc.

Gráfico 9 - Gostaria que algo melhorasse no planejamento/execução dos treinamentos?

Existe algo que você gostaria que melhorasse no planejamento e/ou na execução desses treinamentos?

39 respostas



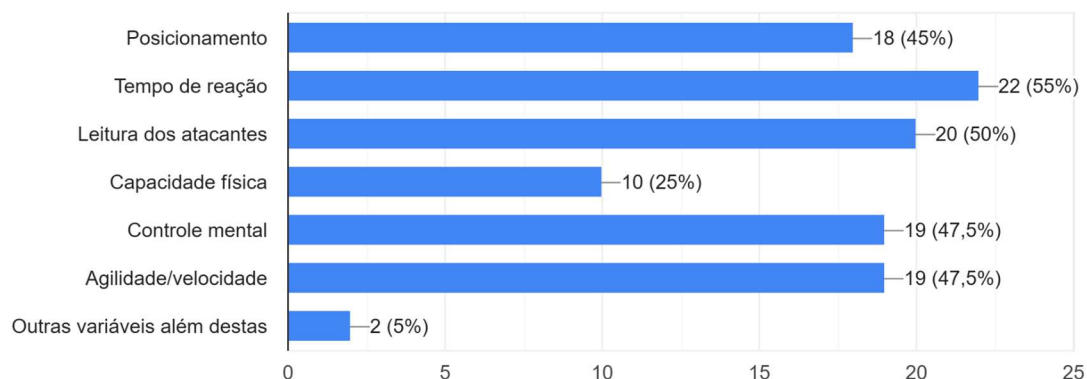
Fonte: autor

Já chegando ao final do questionário, as pessoas entrevistadas responderam sobre o que, na opinião delas, seriam os maiores desafios para um (a) goleiro (a) de handebol, numa perspectiva de situações de treino e de jogo.

Gráfico 10 - Maiores desafios para os (as) goleiros (as) de handebol.

Qual(is) é(são) o(s) maior(es) desafio(s) para um/a goleiro/a de handebol na sua opinião?

40 respostas



Fonte: autor

Para essa questão, não estavam restritas as respostas somente para as pessoas que já tinham feito treinamentos específicos para goleiros de handebol, logo, os 40 participantes com respostas válidas estiveram inclusos. Além disso, essa questão permitia resposta em mais de uma alternativa.

No total, houve resposta de 18 pessoas que afirmaram que o posicionamento é um grande desafio para os goleiros de handebol, houve respostas de 22 pessoas afirmaram que o tempo de reação é um grande desafio para os goleiros de handebol, houve resposta de 20 pessoas afirmaram que a leitura dos atacantes é um grande desafio para os goleiros de handebol, houve resposta de 10 pessoas que afirmaram que a capacidade física é um desafio para os goleiros de handebol, houve resposta de 19 pessoas que afirmaram que o controle mental (fatores psicológicos) é um grande desafio para os goleiros de handebol, houve resposta de 19 pessoas que afirmaram que a velocidade e a agilidade são grande desafios para os goleiros de handebol e houve resposta de duas pessoas que afirmaram que existem outras variáveis além dessas que são importantes para os goleiros de handebol.

A seguir, foi questionado sobre a importância de todos esses fatores da questão anterior, e se, na opinião de cada um, eles poderiam ser desenvolvidos através dos treinamentos específicos para goleiros de handebol. É um parâmetro importante, visto que, durante todo o estudo, foram as principais questões debatidas e potencialmente trabalhadas por bons goleiros e professores/treinadores de handebol.

Das 40 pessoas que responderam, 29 responderam que sim, todos esses fatores podem ser desenvolvidos através dos treinamentos específicos para goleiros de handebol, 10 pessoas responderam que alguns desses fatores podem ser desenvolvidos através dos treinamentos específicos para goleiros de handebol e 1 pessoa afirmou acreditar em outras possibilidades além dessas.

Por fim, existia uma questão aberta para alguma observação que poderia ter passado em branco, ou alguma resposta complementar que poderia não estar nas alternativas disponibilizadas. Houve algumas respostas complementares e comentários parabenizando pela pesquisa e ocorreu, também, algumas contribuições que podem ser interessantes a serem discutidas, por exemplo: o (a) participante nº 30 trouxe que “Acho que treinamento específico em espaços como academia, nos tempos extra-treinos também auxiliam muito.” Já o (a) participante nº 28 trouxe que “Acredito que para todo goleiro(a) é muito importante realizar treinos específicos para a posição, e, principalmente, específico individual para cada atleta, especialmente se for para um iniciante na posição.”

O questionário se encerrou aqui, acumulando informações valiosas sobre como essas atividades vêm sendo realizadas no estado de Goiás. Os diversos pontos de vistas diferentes e a variedade de informações que foram obtidas serão fundamentais para a finalização desse estudo, e, quem sabe, para a contribuição de estudos futuros.

5. DISCUSSÃO

Ao se analisar todos os dados obtidos, é importante observarmos a quantidade de variáveis que devem ser levadas em consideração quando tratamos do planejamento e da execução de treinamentos específicos para goleiros de handebol. Isso traz à tona, como o caminho e a rotina de quem decide atuar como goleiro (a) é trilhado por várias dificuldades até se consolidar e atingir o máximo possível de seu potencial como atleta, é o que aponta Greco, (2002). Os contextos envolvidos nesta pesquisa apresentam, a princípio, que apesar da existência dessas atividades ainda existem lacunas importantes a serem preenchidas para que se possa alcançar uma maior qualidade geral nos treinamentos.

Visto que, para este estudo, não houve uma pesquisa de campo ou estudo observatório, é importante deixar claro que em nenhum momento a pesquisa impôs

uma definição sobre o que deve ou deveria ser considerado um treinamento específico para goleiros (as) de handebol, o que pode implicar que cada um dos participantes da pesquisa e outros tantos podem ter convicções diferentes sobre o que, de fato, deve ser considerado um trabalho completo e bem feito para esses alunos/atletas.

Nesse mesmo viés, infelizmente, pode ocorrer que o treinamento dos goleiros se resuma apenas a uma simples sequência de arremessos ao gol, ou atividades sem tantos objetivos, o que reforça a fala de Greco, (2002) sobre o escanteamento das atividades direcionadas aos (as) goleiros (as) o que deixa de lado toda a fundamentação e a objetividade que as atividades deveriam exigir aos alunos/atletas, além é claro da clareza dos métodos utilizados e motivações de cada exercício. Com isso, se faz necessário que ao planejar treinamentos destinados aos (as) goleiros (as), sejam buscadas boas referências e exercícios sistematizados com objetivos e fundamentos importantes.

Para os treinamentos de base e iniciação, a figura do treinador/professor cumpre papel fundamental em fatores de ensino, incentivo e evolução gradativa. Uma linguagem mais tranquila de se compreender, acompanhamento ao processo e apoio nas situações que demandam confiança são elementos fundamentais no processo de ensino-aprendizagem.

Na realização das atividades é importante que o professor use uma linguagem adequada para a faixa etária do aluno, não utilizando termos científicos e técnicos na explicação. De acordo com a experiência e conhecimento do goleiro o professor poderá apresentar gradativamente esses termos para que o aluno tome conhecimento. Também deve haver uma preocupação com a motivação e o reforço positivo durante a execução das atividades, o professor deverá sempre demonstrar confiança no goleiro para que este possa se desenvolver com uma maior qualidade, sem criar traumas iniciais (Alencar, 2016, p. 45).

Contudo, ao partir do pressuposto de que, em muitas situações, as equipes não dispõem de um profissional especificamente responsável para o planejamento e a execução dos treinamentos voltados exclusivamente aos goleiros e goleiras de handebol, como evidenciado pelos dados apresentados no Gráfico 8 desta pesquisa, torna-se evidente que tal ausência pode representar um fator potencialmente negativo para o desempenho geral da equipe. A presença de um especialista nessa função se mostra como um elemento de significativa relevância, cuja importância é amplamente reconhecida no contexto esportivo.

Ressalte-se, entretanto, que tal constatação não implica, necessariamente, uma negligência ou desvalorização, por parte das equipes, quanto às atividades específicas relacionadas aos goleiros, como apontado por Greco (2002). Porém, a ausência desse profissional especializado acende um alerta importante, que aponta para a necessidade de atenção redobrada quanto ao tratamento e desenvolvimento adequado dessa função. É fundamental compreender que o treinamento dos goleiros deve ser concebido como um processo contínuo, sistemático e integrado ao planejamento global da equipe.

Diante da impossibilidade, muitas vezes recorrente, de contar com essa estrutura profissional ideal, observa-se, conforme demonstrado pelo gráfico 8 desta pesquisa, que uma parcela considerável dos próprios atletas (46,2%) acaba assumindo a responsabilidade de encontrar maneiras alternativas para realizar os treinamentos específicos. Essa realidade, embora revele a iniciativa e o comprometimento dos(as) goleiros(as) com sua evolução técnica e física, também evidencia uma situação preocupante. A sobrecarga de funções atribuída ao goleiro que, além de atuar como atleta, passa a exercer também os papéis de planejador e executor de seus próprios treinamentos, pode comprometer não apenas a qualidade das atividades desenvolvidas, mas também o bem-estar físico e psicológico do atleta.

Considerando que a posição de goleiro, por sua própria natureza, já exige uma demanda elevada de habilidades técnicas, táticas, físicas e mentais, atribuir-lhe ainda funções de organização e condução do treinamento configura um cenário desfavorável, que pode gerar impactos negativos tanto em seu rendimento individual quanto no desempenho coletivo da equipe.

Sobre isso, Da Cruz (2021), aponta uma possibilidade que pode se tornar uma melhor solução para tais situações, principalmente em equipes que contam apenas com um ou poucos responsáveis técnicos. A autora aponta a existência de treinamentos gerais com toda a equipe, (lançamentos diferentes, contra-ataques, cooperação geral da equipe etc.).

Em muitos casos, este formato pode também ser um facilitador para os profissionais que atuam sozinhos. Isto possibilita que durante o treinamento de toda a equipe exista um período em que a atenção seja voltada para o goleiro, mesmo quando não há um profissional especializado ou específico para essa função (DA CRUZ, 2021, p. 98)

O estudo de Da Cruz (2021), traz alguns números importantes para contribuir com o mesmo assunto, mesmo que com algumas opções de resposta um pouco diferentes. Analisando as informações de sua pesquisa, fica evidente que uma pequena maioria das equipes acaba contando com um profissional responsável pelas atividades específicas dos(as) goleiros(as), mesmo que acabe dividindo tempo e atenção com outras funções da equipe. E assim, só uma pequena minoria das equipes conta com um profissional que exerce os treinamentos específicos de goleiros(as) sem que tenha que dividir o tempo e a atenção com outras funções principais. Outro dado encontrado na pesquisa da autora mostra que 52,7% dos(as) respondentes afirmaram que a falta de um profissional especializado causava a ausência de treinamentos específicos para goleiros e goleiras na sua respectiva equipe.

Sobre esse ponto, Gomes (2011) destaca a importância da presença de um profissional especializado no treinamento de goleiros, considerando-o essencial para o desenvolvimento técnico e físico desses atletas. Tal profissional contribui significativamente para a formação esportiva ao oferecer treinamentos específicos e direcionados. Além disso, o autor ressalta a necessidade de um acompanhamento contínuo da evolução dos goleiros. Esse monitoramento permite intervenções pedagógicas mais eficazes. A atuação especializada favorece o desempenho esportivo e a consolidação de uma carreira consistente. Assim, o trabalho desse treinador torna-se um elemento-chave no processo de formação do atleta.

Nesse mesmo contexto, observa-se que os treinamentos específicos para goleiros nem sempre são realizados com a frequência necessária, o que pode comprometer a regularidade e a continuidade do processo de evolução dos(as) alunos(as)/atletas. Visto que a continuidade de um trabalho de longo prazo tende a trazer melhores resultados, se faz necessário que exista uma constância no número total de treinamentos semanais e no tempo de duração dessas respectivas atividades.

Conforme indicado no Gráfico 7 do presente estudo, uma parcela significativa dos(as) participantes da pesquisa relatou não seguir um cronograma fixo de treinos, enquanto outra parte mencionou realizar as atividades de forma isolada, sem a integração com o restante da equipe. Dados de uma outra pesquisa apontam que isso pode variar, o que indica que a região, o contexto do esporte e outros fatores têm influência sobre a frequência e o tempo de cada treinamento específico. Sobre isso, o estudo de Da Cruz, (2021. p. 95) traz: “no que diz respeito à estrutura do treinamento

específico, a maioria dos participantes relata que ocorre de 1 ou 2 vezes por semana (70,9%) e 4 majoritariamente a duração é de 25 a 60 minutos (73,9%).”

Tais condições, quando mantidas a longo prazo, tendem a dificultar o desenvolvimento técnico e tático dos (as) goleiros (as), impactando negativamente o desempenho coletivo da equipe. Isso ocorre porque, nessas situações, a curva de evolução dos jogadores de linha geralmente apresenta uma progressão mais constante e acentuada em comparação à dos (as) goleiros (as), gerando um descompasso no rendimento global do time.

Em poucos clubes se fazem atividades específicas na unidade de treinamento, também não é frequente ou rotina no Brasil a iniciativa de dedicar um dia de treinamento específico aos goleiros de todas as categorias juntas, do infantil ao adulto, juntamente com as goleiras. Essa é uma prática extremamente interessante, que oferece a possibilidade de integração do grupo, favorece a coesão das equipes e, principalmente, a troca de experiências, de informações; oportuniza a aprendizagem incidental e a aprendizagem via modelo (Greco, 2002, p. 13).

Um dos pontos de destaque revelados ao longo deste estudo refere-se à percepção dos(as) próprios(as) atletas sobre os fatores que, em sua opinião, necessitam de melhorias a fim de elevar a qualidade dos treinamentos específicos voltados aos goleiros e goleiras de handebol. A partir das respostas obtidas, tornou-se evidente que tais aspectos estão, de certa forma, interligados com a qualidade geral do processo de treinamento, impactando não apenas o desempenho individual dos(as) goleiros(as), mas também o rendimento coletivo das equipes.

O Gráfico 9 apresenta um panorama claro dessas demandas, evidenciando que uma parcela significativa das pessoas respondentes — mais precisamente 61% — apontou a necessidade de um aumento na carga horária destinada aos treinamentos específicos. Esse dado dialoga diretamente com os resultados obtidos nos Gráficos 5 e 7, os quais demonstram que, na maioria das vezes, os(as) atletas relataram dispor de pouco tempo para a realização dessas atividades e que os treinamentos ocorrem com baixa frequência ao longo da semana. Essa percepção está alinhada com o estudo de Da Cruz et al (2024), que identificou que 67% dos(as) professores(as) e treinadores(as) entrevistados(as) em sua pesquisa apontam a escassez de tempo como um dos principais entraves à implementação sistemática dos treinamentos específicos para goleiros e goleiras no handebol.

Além da questão temporal, o Gráfico 9 também evidenciou um certo grau de insatisfação por parte dos(as) participantes em relação aos materiais disponíveis para a execução das atividades voltadas a esses(as) atletas. Essa insatisfação é corroborada pelos dados do Gráfico 6, em que aproximadamente 40% dos(as) entrevistados(as) afirmaram contar com poucos materiais ou com materiais inadequados, o que compromete a qualidade da experiência de treinamento.

Essa carência pode ser explicada, em parte, pela necessidade de divisão dos recursos entre os atletas de linha e os goleiros, especialmente quando os treinamentos ocorrem de forma simultânea. Tal prática é confirmada pelo dado apresentado no Gráfico 7, que mostra que apenas 17,9% dos(as) participantes realizam atividades separadas do restante da equipe, uma prática recomendada por autores como Greco (2002), que aponta a possibilidade de sessões específicas e individualizadas para os goleiros.

Outro ponto relevante que emerge a partir da análise do Gráfico 9 refere-se à percepção, por parte de alguns(as) atletas, de que o nível de conhecimento técnico e/ou a qualidade do planejamento por parte dos(as) responsáveis pelos treinamentos específicos poderia ser melhorado. Esta observação encontra respaldo no estudo de Da Cruz et al (2024, p. 13), que destaca a limitação no acesso à formação continuada como um dos fatores determinantes para a baixa qualidade dos treinamentos. Segundo a autora, “[...] a atribuição à falta de conhecimento, o pouco acesso a cursos de formação e de material teórico somaram 43,7% de motivos para a inexistência de treinamento específico nestas equipes”.

Essa discussão retoma a problemática já abordada anteriormente neste trabalho, sobre os critérios que deveriam nortear a construção de um treinamento específico de qualidade para os(as) goleiros(as) de handebol. Além disso, evidencia-se mais uma vez a escassez de literatura acadêmica e técnica voltada a esse público, o que dificulta a consolidação de práticas mais estruturadas e fundamentadas.

Nesse sentido, torna-se pertinente discutir a necessidade de um maior investimento por parte das federações estaduais, da Confederação Brasileira de Handebol (CBHb) e da Federação Internacional de Handebol (IHF) na oferta de cursos, palestras, oficinas e outros eventos de formação voltados especificamente à preparação de profissionais para atuar com goleiros(as). Mais do que ofertar tais capacitações, é fundamental que se busque formas de facilitar o acesso a elas,

especialmente considerando a relevância crescente dessa função no cenário esportivo contemporâneo.

Por fim, o Gráfico 10 apresenta dados relevantes a respeito das percepções dos atletas participantes da pesquisa em relação aos aspectos que consideram mais importantes no que tange às necessidades gerais para o desenvolvimento de um(a) goleiro(a) de handebol. As respostas obtidas por meio do questionário aplicado revelaram uma expressiva concordância entre os respondentes quanto à importância de quatro dimensões fundamentais na formação desse(a) atleta específico(a): a preparação técnica, a preparação física, a preparação tática e a preparação psicológica.

Esses quatro pilares foram amplamente destacados pelos atletas como sendo indispensáveis para a construção de um(a) goleiro(a) de handebol eficiente, completo(a) e preparado(a) para atuar em alto nível competitivo. Tais resultados, portanto, reforçam e corroboram as discussões teóricas e os dados empíricos apresentados ao longo deste trabalho, evidenciando que essas áreas de preparação não devem ser negligenciadas, pois representam componentes centrais e interdependentes no processo formativo e de desempenho desse(a) profissional do esporte

No que diz respeito à importância atribuída a determinadas características e habilidades específicas para a atuação de goleiros(as) no handebol, destaca-se o estudo realizado por Nassuato (2017), o qual teve como objetivo investigar as percepções de crianças e adolescentes com idades entre 11 e 16 anos, todos participantes de um projeto de extensão universitária voltado para o ensino introdutório de handebol. Tal projeto foi desenvolvido nas dependências da Universidade Estadual Paulista (UNESP), no campus de Bauru, localizado no estado de São Paulo.

A pesquisa de Nassuato (2017) foi conduzida com indivíduos em fase de iniciação esportiva, proporcionando, assim, uma compreensão mais ampla sobre as concepções formadas durante os primeiros contatos com a prática do handebol. No decorrer da investigação, o autor aplicou um conjunto de perguntas aos alunos com o intuito de compreender quais aspectos eles julgavam essenciais para o bom desempenho de um(a) goleiro(a) da modalidade.

A partir da análise das respostas obtidas, foi possível identificar um consenso entre os participantes no que se refere à relevância de determinados elementos,

considerados por eles como fundamentais para o desempenho eficaz da função de goleiro(a) no contexto do handebol. É interessante perceber que, independentemente da idade, alunos/atletas acabam tendo entendimentos parecidos. Esses dados se mostram importantes, pois refletem a percepção inicial de jovens atletas sobre os requisitos essenciais para essa posição específica, o que pode contribuir para a formulação de estratégias pedagógicas mais eficazes no ensino da modalidade.

A partir da opinião dos participantes do estudo, o goleiro de handebol precisa de atenção e olhar o jogo em sua totalidade, ou seja, olhar a bola, a própria equipe e também os adversários. O goleiro pode tocar a bola com os joelhos e pés para realizar defesas (ao contrário do jogador de linha) e necessita saber aonde a bola irá através dos arremessos (leitura do braço do adversário). O goleiro não pode ter medo da bola e precisa conhecer as técnicas de defesas. Ele precisa estar em sincronia com sua equipe e conversar com seus companheiros para organizar a defesa e ainda, o goleiro precisa ter agilidade e saber das regras de handebol (NASSUATO, 2017, p. 47-48)

Conforme se pode constatar a partir da análise dos dados apresentados no Gráfico 10, bem como das informações obtidas por meio do estudo realizado por Nassuato (2017), é possível identificar uma notável convergência entre os fatores apontados por adultos com experiência prévia na modalidade e aqueles indicados por crianças e adolescentes em processo de iniciação esportiva. Ainda que as palavras utilizadas sejam diferentes, o que é compreensível em função das diferenças de maturidade cognitiva e vivência no esporte, observa-se que as ideias centrais expressas em ambos os contextos guardam semelhanças significativas no que diz respeito aos aspectos considerados fundamentais para a formação e o desenvolvimento de um(a) goleiro(a) de handebol.

Tais elementos incluem, entre outros, a valorização de componentes como a preparação técnica, a preparação física, o desenvolvimento tático e o fortalecimento psicológico, todos amplamente reconhecidos como indispensáveis para a atuação eficiente nessa posição específica. Diante disso, torna-se evidente que os profissionais responsáveis pela elaboração, planejamento e execução dos treinamentos voltados a esses(as) atletas devem considerar, de forma criteriosa e integrada, essas diferentes perspectivas, uma vez que ambas oferecem subsídios relevantes para a construção de práticas pedagógicas mais completas, coerentes e adaptadas às reais necessidades dos(as) goleiros(as) da modalidade.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante todo o trabalho, se evidenciou a importância de três fatores principais: a figura do professor/treinador e a sua missão de buscar e transmitir com qualidade informações importantes, a figura do aluno/atleta e sua missão de se preparar bem e absorver tudo que for necessário de repertório de informações, e, por fim, o entendimento sobre as ações e as motivações necessárias para uma determinada ação, seja defensiva ou ofensiva. Por fim, é importante destacar que ainda permanecem algumas lacunas significativas que merecem atenção em futuras investigações.

No entanto, é fundamental ressaltar que a proposta não incluiu, em sua delimitação metodológica, uma análise aprofundada sobre a qualidade efetiva desses treinamentos ou sobre os resultados gerados a partir deles. Para que tais aspectos fossem devidamente avaliados, seria necessária a realização de uma pesquisa de maior abrangência e duração, com foco específico na mensuração de resultados, na aplicação de instrumentos avaliativos mais robustos e na observação sistemática dos efeitos dos treinamentos ao longo do tempo, por meio de uma metodologia rigorosamente fundamentada e acompanhada de análises periódicas.

Apesar dessas limitações, os achados obtidos ao longo deste trabalho oferecem uma contribuição relevante, ao fornecer uma nova perspectiva sobre a realidade dos treinamentos voltados para goleiros(as) de handebol na região estudada. Ao lançar luz sobre práticas que, muitas vezes, permanecem à margem das discussões acadêmicas e pedagógicas no esporte, espera-se que esta pesquisa possa servir como ponto de partida para o desenvolvimento de novos estudos que aprofundem o conhecimento nesta área.

Trata-se de um campo ainda pouco explorado, mas de grande importância para o avanço da modalidade, especialmente no que diz respeito à valorização e qualificação dos(as) atletas que ocupam essa posição específica dentro das equipes de handebol. Ainda assim, os dados coletados evidenciaram uma série de desafios enfrentados por profissionais e atletas que atuam nessa função tão específica e exigente dentro da modalidade.

Entre os principais pontos observados, destaca-se a ausência, em muitos casos, de um profissional devidamente capacitado e responsável exclusivamente pelo treinamento desses(as) atletas. Além disso, verificou-se que o tempo disponível para a realização das atividades, bem como a frequência dos treinamentos, nem sempre é suficiente para promover uma preparação adequada e progressiva. Outro fator limitante identificado diz respeito à escassez ou inadequação de materiais e recursos utilizados nos treinamentos, o que compromete diretamente a eficácia das práticas realizadas. Assim, torna-se urgente refletir sobre estratégias e políticas que possibilitem o suporte adequado a esses atletas, garantindo condições mais equitativas e eficazes de desenvolvimento esportivo.

Nesse sentido, torna-se pertinente discutir a necessidade de um maior investimento por parte das federações estaduais, da Confederação Brasileira de Handebol (CBHb) e da Federação Internacional de Handebol (IHF) na oferta de cursos, palestras, oficinas e outros eventos de formação voltados especificamente à preparação de profissionais para atuar com goleiros(as). Mais do que ofertar tais capacitações, é fundamental que se busque formas de facilitar o acesso a elas, especialmente considerando a relevância crescente dessa função no cenário esportivo contemporâneo.

Esses elementos, tomados em conjunto, indicam que ainda há uma série de fatores estruturais e metodológicos que precisam ser revistos e aprimorados para que a qualidade do trabalho desenvolvido com os(as) goleiros(as) de handebol possa, de fato, alcançar níveis mais elevados. Por outro lado, é igualmente importante reconhecer que, apesar das limitações enfrentadas, essas atividades estão acontecendo de maneira contínua, ainda que com ritmos, estruturas e abordagens distintas. Isso demonstra que há um movimento ativo em torno da formação e desenvolvimento desses(as) atletas, o que por si só já reforça a importância que deve ser atribuída à figura do(a) goleiro(a) no cenário esportivo atual.

Para além da análise dos dados empíricos, o presente estudo proporciona um acúmulo significativo de informações que podem servir como base de reflexão e orientação para professores, treinadores e demais profissionais envolvidos com a modalidade. A partir das lacunas identificadas, torna-se possível delinear estratégias mais eficazes para preencher tais brechas, promovendo, assim, uma melhoria gradual na qualidade dos treinamentos. Conseqüentemente, espera-se que tais avanços

repercutam positivamente não apenas no desempenho individual dos(as) goleiros(as), mas também no rendimento global das equipes, contribuindo para resultados mais expressivos em competições e para uma valorização ainda maior da posição.

Em um plano mais pessoal, foi uma grande honra dedicar este estudo a um tema que, para mim, carrega um profundo significado. Como alguém que vivencia diariamente o handebol e compartilha das experiências, desafios e conquistas inerentes à posição de goleiro(a), pude sentir na pele as diversas realidades aqui discutidas. Essa vivência prática foi determinante para a escolha do objeto de pesquisa e reforçou o compromisso com a produção de um trabalho que refletisse, com fidelidade e respeito, a importância dessa função.

O papel do(a) goleiro(a) é, sem dúvida, um dos mais desafiadores do esporte, exigindo não apenas habilidades técnicas e físicas, mas também elevado preparo mental e emocional. Suas conquistas e esforços merecem reconhecimento e atenção equiparados aos de qualquer outro atleta. Assim, esta pequena incursão acadêmica sobre o tema representa apenas a ponta do iceberg, sinalizando a necessidade de novos estudos e aprofundamentos que estejam à altura do nível técnico e da importância dos(as) goleiros(as) de handebol no Brasil e no mundo.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AL HUANG, Chungliang; LYNCH, Jerry. **O tao do esporte**. São Paulo: Editora Best Seller, 1992.

ALENCAR, Adriana Luz. **O goleiro de Handebol: Uma proposta de formação inicial para crianças de 12 a 14 anos**. Universidade Federal de Goiás, Faculdade De Educação Física e Dança, Goiânia - GO, Brasil, 2016.

ANDRADE, Maria Margarida de. **Introdução à metodologia do trabalho científico**. 10. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

BARROSO, André Luís Ruggiero; DARIDO, Suraya Cristina. O ensino do esporte e a dimensão do conteúdo: conceitual, procedimental e atitudinal. **Revista de Educação Física**, v. 20, n. 2, p. 281-289, 1 jul. 2009. DOI: 10.4025/reveducfis.v20i2.3884.

BERGIUS, R. Processos Cognitivos. In: DORSCH, Friedrich. (Org.). **Dicionário de psicologia**. 5ª edição. Barcelona. Espanha. Editora Herder. 1985

BRASIL. Ministério da Educação. **BNCC - Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2018.

CERVO, Amado; BERVIAN, Pedro Alcino; DA SILVA, Roberto. **Metodologia Científica**. 6. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007.

CHAGAS, Mauro Heleno. Teoria do treinamento específico da força (não só) para o goleiro de handebol. In: GRECO, Pablo Juan (org). **Caderno do goleiro de handebol**. Belo Horizonte: [s. n.], 2002b.

DA CRUZ, Julie Hellen de Barros. **Treinamento de goleiros de handebol: estudo descritivo em equipes nas categorias de base no Brasil**. Universidade Federal de Pelotas, Escola Superior de Educação Física, Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Pelotas - RS, Brasil, 2021.

DA CRUZ, Julie Hellen de Barros; MOTTA, Tamires Carvalho; DA SILVA, Rose Méri Santos; BERGMANN, Gustavo. Motivos para a inexistência de treinamento específico de goleiros de handebol no Brasil. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 27, 2024. DOI:10.5216/rpp.v27.79544.

D'ÁVILA, Ronaldo Castro; GRECO, Pablo Juan; MATIAS, Cristino Júlio Alves da Silva; JÚNIOR, Thomaz Francisco de Oliveira. Modelos de avaliação do comportamento técnico tático do goleiro de handebol. In: GRECO, Pablo Juan (org). **Caderno do goleiro de handebol**. Belo Horizonte: [s. n.], 2002.

DOS REIS, Heloisa Helena Baldy. A Gênese do handebol: primeiras aproximações. In: GRECO, Pablo Juan; ROMERO, Juan J. Fernández (org). **Manual de handebol: da iniciação ao alto nível**. São Paulo: Phorte, 2012.

ESTERO, José Luis Arias. El portero de balonmano. **Rev Int Deportes Colect**, 2009;4:14-34.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Novo dicionário da língua portuguesa**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1987.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Novo dicionário da língua portuguesa**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1988.

GOMES, Fabiano Vieira. **A influência do treinamento de força nos níveis de impulsão horizontal e vertical em goleiros de futebol de campo na fase da adolescência**. RBFF - Revista Brasileira de Futsal e Futebol, v. 3, n. 7, p. 67-71, 2011.

GRECO, Pablo Juan. **Caderno do Goleiro de Handebol**. Belo Horizonte: [s. n.], 2002.

GRECO, Pablo Juan; NEVES, Luiz Antônio Ribeiro Soares das; MATIAS, Cristiano Júlio Alvas da Silva. Evolução técnico-tática do rendimento do goleiro de handebol. In: GRECO, Pablo Juan (org). **Caderno do goleiro de handebol**. Belo Horizonte:

[s. n.], 2002.

GRECO, Pablo Juan; ROMERO, Juan J. Fernández. **Manual de handebol: da iniciação ao alto nível**. São Paulo: Phorte, 2012.

GRECO, Pablo Juan; SILVA, Siomara A.; GRECO, Fernando Lucas. Identificação, caracterização e classificação do jogo de handebol. In: GRECO, Pablo Juan; ROMERO, Juan J. Fernández (org). **Manual de handebol: da iniciação ao alto nível**. São Paulo: Phorte, 2012.

GRECO, Pablo Juan; SILVA, Siomara; GRECO, Fernando Lucas. Técnica: Fundamentos técnicos-táticos do goleiro. In: GRECO, Pablo Juan; ROMERO, Juan J. Fernández (org). **Manual de handebol da iniciação ao alto nível**. São Paulo: Phorte, 2012c.

MENEZES, Rafael Pombo.; MORATO, Márcio Pereira; MARQUES, Renato Francisco Rodrigues. Estratégias de transição ofensiva e defensiva no handebol na perspectiva de treinadores experientes. **Revista de Educação Física**, v. 27, n. 1, p. e-2753, 28 de outubro de 2016.

MIRANDA, Renato. O medo, a coragem e a motivação no treinamento do goleiro de handebol. In: GRECO, Pablo Juan (org). **Caderno do goleiro de handebol**. Belo Horizonte: [s. n.], 2002.

MODOLO, Felipe; MENEZES, Rafael Pombo. Características para especialização do goleiro de handebol: indicadores a partir do discurso de treinadores brasileiros da categoria sub-16. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 28, 2025. DOI: 10.5216/rpp.v28.81225.

MODOLO, Felipe; MENEZES, Rafael Pombo. **Ações do goleiro de handebol em arremessos de longa e curta distância: opinião de treinadores do Estado de São Paulo**. Universidade de São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto, 2020.

NASSUATO, Lucas. **Compreendendo o Goleiro na iniciação esportiva em handebol**. Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Faculdade de Ciências de Bauru, Departamento de Educação Física, Bauru - SP, Brasil, 2017.

NOVOA, Ignacio Romero. **El portero de balonmano y las habilidades perceptivas: proposta 31 de entrenamiento en niños**. EBM-J Sport Sci, 2012;8:209-222.

OLIVEIRA, Maria Marly de. **Como Fazer Pesquisa Qualitativa**. 7. ed. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2018.

PAOLUCCI, Alexandre; LOPES, Rodrigo Paiva; GRECO, Pablo Juan. Aspectos fisiológicos do treinamento esportivo (não só) para o goleiro de handebol. In: GRECO, Pablo Juan (org). **Caderno do goleiro de handebol**. Belo Horizonte: [s. n.], 2002.

PASCUAL, Xavier; PEÑA, Rubén. **La toma de decisiones en porteros de balonmano**. Barcelona: Editorial INDE, 2006.

RADIC, Aleksandar. **Cognitive and perceptual-motor training for handball goalkeepers**. Zagreb: Croatian Sports Science Society, 2020.

RODRÍGUEZ, José Manuel. **La preparación física del portero de balonmano**. Madrid: Federación Española de Balonmano, 2018.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. São Paulo: Cortez Editora, 2014.

SCHMIDT, Richard; WRISBERG, Craig **Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem voltada para o problema**. Porto Alegre: Artmed, 2001.

SOUSA, Duarte; SEQUEIRA, Pedro; HERNANDEZ-MENDO, Antonio. Análise da qualidade dos dados de um instrumento para observação do 2 vs 2 no andebol. **Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y del Deporte**, v. 9, n. 1, p. 173-190, 9 de Janeiro de 2014.

SUTER, H.; SPÄTE, Dietrich; ROMAN SECO, Juan de Díos. **Análisis y novedades de los XIV Campeonato del Mundo en Islandia 95**. Comunicación Técnica n. 155, R.F.E.B.M., Madrid. Espanha, 1996.

APÊNDICES

APÊNDICE A TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Pesquisa de Osman Ferreira de Alencar Júnior. **GOLEIRO DE HANDEBOL: BENEFÍCIOS DA PRESENÇA E DA QUALIDADE DE TREINAMENTOS ESPECÍFICOS PARA ATLETAS EM DIVERSAS REGIÕES.**

Responda de acordo com as suas vivências presentes ou do passado.

** Indica uma pergunta obrigatória*

1. TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE). *

Prezado/a, você está recebendo um convite para participar, como voluntário/a, da pesquisa denominada: **"GOLEIRO DE HANDEBOL: BENEFÍCIOS DA PRESENÇA E DA QUALIDADE DE TREINAMENTOS ESPECÍFICOS PARA ATLETAS EM DIVERSAS REGIÕES."**

O objetivo desse estudo é identificar e analisar os impactos que a presença e a qualidade de treinamentos específicos para goleiros pode causar aos atletas. Para isso será utilizado um questionário online, onde serão assinaladas as respostas de todos os participantes, de maneira anônima, com o intuito de entender e coletar informações importantes sobre a realização desses treinamentos.

Todas as respostas presentes no questionário serão essenciais na coleta de dados para que haja um aprofundamento sobre o assunto, dada a importância desse objeto nos contextos atuais do esporte. Assim, o ambiente, os materiais, os profissionais envolvidos e o tempo dedicado, são informações primordiais para o andamento da pesquisa.

A presente pesquisa se encontra amparada nas diretrizes estabelecidas pelas Resoluções do Conselho Nacional de Saúde (CNS) n° 466 de 2012 e n° 510 de 2016, bem como Carta Circular n° 1/2021-CONEP/SECNS/MS.

Sua participação nesta pesquisa consistirá em responder algumas perguntas em forma de múltipla escolha e algumas respostas descritivas, de forma online através do Google Forms.

As informações obtidas através dessa pesquisa serão confidenciais e asseguramos o sigilo sobre sua participação. Os dados serão utilizados de forma a impossibilitar sua identificação. O/a participante somente deverá responder ao formulário após ler e aceitar, por livre e espontânea vontade, o presente Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Dito isso, este TCLE deverá ser consentido para que o/a participante consiga prosseguir para as perguntas, tendo ficado claro que para prosseguir o/a participante consentiu com os termos e responderá de livre e espontânea vontade. Você não será remunerado, visto que sua participação nesta pesquisa é de caráter voluntário. caso decida desistir

da pesquisa você poderá interromper o questionário e sair do estudo a qualquer momento, sem nenhuma restrição ou punição.

Para qualquer tipo de esclarecimento sobre a pesquisa, entrar em contato com:

Pesquisador responsável: Osman Ferreira de Alencar Júnior

Email: osmanjunior@discente.ufg.br

Tel: (62) 993341361

Marcar apenas uma oval.

- Li e aceito todas as condições do TCLE acima descrito.
- Li e não aceito as condições do TCLR acima descrito

APÊNDICE B QUESTIONÁRIO

2. Em que contexto (s) do handebol você atua? *

Marque todas que se aplicam.

- Handebol universitário
- Handebol competitivo de base (até 21 anos)
- Handebol competitivo adulto
- Handebol master

3. Há quanto tempo você pratica handebol? *

Marcar apenas uma oval.

- 10 anos ou mais
- Entre 5 e 9 anos
- Entre 1 e 4 anos
- Menos de 1 ano

4. Em que naipes você atua? *

Marcar apenas uma oval.

Feminino

Masculino

5. Qual a sua média de treinos semanais, no geral? *

Marcar apenas uma oval.

5 ou mais vezes na semana

3 a 4 vezes na semana

1 a 2 vezes na semana

1 vez a cada 15 dias

Menos que 1 vez a cada 15 dias

6. Considerando passado e presente, você participa ou já participou de treinamentos específicos direcionados para goleiros/as?

Marcar apenas uma oval.

Sim *Pular para a pergunta 8*

Não *Pular para a pergunta 7*

Para o caso do/a participante que respondeu "NÃO" na pergunta anterior.

-
-
7. O que você considera que causou ou motivou a ausência desses treinamentos?

Marque todas que se aplicam.

- Ausência de tempo
- Ausência de profissional ou pessoa para realizá-los
- Ausência de materiais
- Ausência de espaços ou ambientes adequados
- Não sei responder

Para o caso do/a participante que respondeu "SIM" na pergunta anterior.

Se você respondeu "Não" pode pular essa parte.

8. Em qual local você realiza/realizava os treinamentos específicos para goleiro/a?

Marque todas que se aplicam.

- Clube (sesi, sesc, etc.)
- Universidade
- Escola, Colégio
- Programa público de esporte (municipal, estadual, federal)
- Ambiente privado (condomínios, casa própria)
- Ginásios ou quadras públicas
- Outros

9. Qual a frequência que ocorrem esses treinamentos?

Marcar apenas uma oval.

- Em todos os treinos da minha equipe
- Em um ou outro treino da minha equipe.
- Raramente ocorrem.
- Ocorrem, mas de maneira separada da equipe.

10. Quando ocorrem, quanto tempo é direcionado para realização dessas atividades?

Marcar apenas uma oval.

- 1 hora ou mais
- De 30 a 59 minutos
- De 10 a 29 minutos
- Menos de 10 minutos

11. Durante essas práticas, quem fica responsável pelo planejamento/realização?

Marcar apenas uma oval.

- O próprio professor/treinador
- Um auxiliar
- Um profissional de fora da equipe
- Os próprios goleiros
- Outra pessoa

12. Os materiais e o ambiente destinados proporcionam boa qualidade para os treinamentos?

Marcar apenas uma oval.

- Sim, são os mesmos da equipe
- Sim, mas em quantidade reduzida
- Não, são diferentes dos da equipe
- Não, são bem limitados
- Outras situações

13. Você considera que os treinamentos específicos para goleiros/as contribuem e/ou contribuíram no seu desempenho?

Marcar apenas uma oval.

- Sim, contribuíram muito
- Sim, contribuíram parcialmente
- Não, pois não são suficientes
- Não, pois não tem qualidade suficiente
- Nada mudou com esses treinamentos
- Outras situações

14. Existe algo que você gostaria que melhorasse no planejamento e/ou na execução desses treinamentos?

Marque todas que se aplicam.

- Não, desse jeito está ótimo
- Sim, mais tempo
- Sim, mais materiais
- Sim, melhor planejamento
- Sim, melhor conhecimento do ministrante.
- Sim, um espaço melhor
- Outras situações

Questões gerais para os/as participantes.

15. Qual(is) é(são) o(s) maior(es) desafio(s) para um/a goleiro/a de handebol na sua opinião? *

Marque todas que se aplicam.

- Posicionamento
- Tempo de reação
- Leitura dos atacantes
- Capacidade física
- Controle mental
- Agilidade/velocidade
- Outras variáveis além destas

16. Você considera que todos estes fatores acima citados podem ser desenvolvidos através de treinamentos específicos para goleiros de Handebol? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim, todos
- Sim, alguns
- Não, o treinamento não é suficiente
- Outras possibilidades além destas

17. Se existe algum outro detalhe, esclarecimento ou explicação que deseja adicionar sobre qualquer resposta, por favor, sinta-se à vontade para utilizar este espaço.