

# NOVOS ASPECTOS DO VÔLEI FEMININO UFC

## IX Encontro de Experiências Estudantis

Ana Catarina de Moraes Oliveira, Ameliana Pereira Holanda, Wildner Lins de Souza

O time de voleibol feminino coordenado pela Universidade Federal do Ceará, subsiste com o intuito de por meio da aplicação de atividades esportivas influenciar na competitividade da equipe além de contribuir na melhora na qualidade de vida dos constituintes. Inicialmente formularam-se metas e objetivos como: efetuar treinos regulares ao longo do ano de 2016; aumentar o rendimento, aprimoramento de técnicas; participar dos eventos de voleibol proporcionados pela UFC; melhorar o entrosamento do time; estar entre as primeiras colocações em campeonatos nacionais; bem como alcançar o pódio nos campeonatos universitários, torneios municipais e intermunicipais. É perceptível que de 2011 à 2015 o time obteve resultados significativos como: segundo lugar no Torneio entre Federais(2011), primeiro lugar no Campeonato Cearense Adulto (2012), quinto lugares na fase Norte/Nordeste da liga do Desporto Universitário(2014 e 2015). O ano de 2016 marcou o voleibol feminino da UFC, pois este se encontra em significativa mudança provocada pela “reciclagem” do time, acarretada da entrada gradativa de novas garotas, que contribuíram para um melhor entrosamento nas relações entre os constituintes da equipe. Para atingir os objetivos, o time treina de 3 vezes por semana com duração de duas horas, em dias alternados aos treinamentos técnicos. As atletas realizam treinamento físico, orientados a partir de testes realizados na UFC, como: testes de resistência, medidas de dobras cutâneas e perimetrais. Diante destes resultados percebe-se uma melhora na estruturação da equipe, proporcionando elevação de rendimento esportivo e acadêmico. Vale ressaltar que a entrega do Complexo Esportivo de qualidade e dentro dos padrões proporcionou uma melhoria significativa das condições de treinamento, mas a falta de alguns equipamentos e a estruturação da equipe técnica são fatores que prejudicam o pleno alcance das metas almejadas

Palavras-chave: Aprimoramento. Rendimento. Renovação.