

RELATÓRIO ANUAL DE AULAS (2023)

METODOLOGIA DOS TREINOS

Resumo

Ano	2023
Valências	coordenação motora - agilidade - equilíbrio - socialização.
Fundamentos	passé - finalização - condução - tático - físico

Materiais Necessários

● Bolas
● Cones
● Chapéu chinês
● Escadinha de agilidade
● Coletes
● Banboles
● Cavaletes

Objetivos de Aprendizagem

Ensinar os fundamentos do Futebol : passe, condução de bola, finalização, posicionamento dentro de campo.

Desenvolver a coordenação motora, agilidade e flexibilidade.

Trabalhar a socialização: Ensinar a trabalhar em equipe.

Esboço das Aulas

etapas	materiais	Observações
alongamento	20 minutos	
aquecimento	5 voltas e volta do campo ou 15 minutos	podendo ser adaptada
PASSE <ul style="list-style-type: none">● ambas pernas● em movimento● domínio toque passe● com condução de bola● passe com circuito	<ul style="list-style-type: none">● Bola● Cones● Chapéu chinês	podendo ser adaptada conforme a necessidade
AGILIDADE <ul style="list-style-type: none">●Trabalhar equilíbrio e coordenação motora	<ul style="list-style-type: none">● Escadinha de agilidade● Cones● Chapéu chinês	podendo ser adaptada conforme a necessidade
FINALIZAÇÃO <ul style="list-style-type: none">● Diversificar os métodos de finalização;● Cruzamentos e finalização● Condução e finalização.	<ul style="list-style-type: none">● Bolas● Cones	podendo ser adaptada conforme a necessidade
COORDENAÇÃO MOTORA Agilidade Equilíbrio	<ul style="list-style-type: none">● Escada de Agilidade● Chapeu chinês● Bambole● Cones	podendo ser adaptada conforme a necessidade
TRABALHO EM GRUPO	1 vez por mês é feito oficinas e acompanhamento com a psicóloga, tanto na parte da manhã quanto na parte da tarde, nos dois polos, no campo do União, e no campo do Gaspareense. Segue imagens em anexo a baixo.	





