

# RELATÓRIO ANUAL DE AULAS (2023)

## METODOLOGIA DOS TREINOS

### Resumo

<b>Ano</b>	2023
<b>Valências</b>	coordenação motora - agilidade - equilíbrio - socialização.
<b>Fundamentos</b>	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
<b>PASSE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● ambas pernas</li><li>● em movimento</li><li>● domínio toque passe</li><li>● com condução de bola</li><li>● passe com circuito</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Bola</li><li>● Cones</li><li>● Chapéu chinês</li></ul>	podendo ser adaptada conforme a necessidade
<b>AGILIDADE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>●Trabalhar equilíbrio e coordenação motora</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Escadinha de agilidade</li><li>● Cones</li><li>● Chapéu chinês</li></ul>	podendo ser adaptada conforme a necessidade
<b>FINALIZAÇÃO</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Diversificar os métodos de finalização;</li><li>● Cruzamentos e finalização</li><li>● Condução e finalização.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Bolas</li><li>● Cones</li></ul>	podendo ser adaptada conforme a necessidade
<b>COORDENAÇÃO MOTORA</b> Agilidade Equilíbrio	<ul style="list-style-type: none"><li>● Escada de Agilidade</li><li>● Chapeu chinês</li><li>● Bambole</li><li>● Cones</li></ul>	podendo ser adaptada conforme a necessidade
<b>TRABALHO EM GRUPO</b>	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.	





