
Proposta de metodologia de treinamento da Escola de Futsal UFOP

Nascimento, A.G.S.⁽¹⁾;Moreira, R.L.⁽²⁾

(2)Graduando em Educação Física, Universidade Federal de Ouro Preto.

(3)Servidor Público no Centro Desportivo da Universidade Federal de Ouro Preto

INTRODUÇÃO: A Escola de Futsal da UFOP é um projeto de extensão do CEDUFOP que trabalha utilizando jogos lúdicos e exercícios baseados na percepção, análise e decisão do jogador para propiciar melhor entendimento do jogo de Futsal aos seus alunos.

OBJETIVOS: O objetivo do projeto é promover a formação de crianças e jovens ouropretanos dos 5 aos 17 anos, proporcionando uma evolução gradual do entendimento do jogo de Futsal de acordo com a especificidade de cada faixa etária.

MÉTODOLOGIA: A metodologia aplicada nos treinos ocorre nas seguintes subdivisões: faixa etária de 05 aos 08 anos, onde o Futsal é desenvolvido através de jogos e brincadeiras populares, com o jogo (5x5) acontecendo de forma livre orientada. Na faixa etária dos 09 aos 11 anos, começa-se a trabalhar o jogo partindo dos sistemas 1-2-1 e 2-2, além de informações iniciais de rodízio e bolas paradas. A partir da faixa etária dos 12 aos 14 anos e dos 15 aos 17 anos, os sistemas trabalhados são o 2-2, 3-1 e 4-0, com situações mais elaboradas de rodízio, bolas paradas e Goleiro-linha, sempre buscando ampliar a capacidade de perceber-analisar-decidir.

RESULTADOS: Os alunos são questionados em todos os treinos sobre os exercícios desenvolvidos, trazendo feedback constante do que é realizado. A evolução do entendimento sobre o jogo de Futsal em si é notada nos treinamentos, jogos realizados e participações em campeonatos. Além disso, as turmas encontram-se com preenchimento total das vagas, demonstrando o real interesse e aceitação da proposta metodológica -por pais e alunos- caracterizada nos treinamentos.

CONCLUSÃO: Com a adoção de uma metodologia de trabalho voltada à percepção e entendimento do jogo e adaptada à especificidade de cada faixa etária, a Escola de Futsal da UFOP têm conseguido desenvolver em seus jogadores maior inteligência de jogo, refletida diretamente na evolução dos treinamentos e jogos.

PALAVRAS-CHAVE: Futsal; Metodologia-de-treino; Formação.

Agradecimentos: PROEX, CEDUFOP