

PLANO MENSAL

PROFESSOR: Vinicius Henrique de Sousa Martins

OFICINA: Futebol/Futsal

MÊS: MAIO/2021

<u>SEMANA</u>	<u>SEGUNDA</u>	<u>TERÇA</u>	<u>QUARTA</u>	<u>QUINTA</u>	<u>SEXTA</u>
1º Fundamento no futebol e futsal: Passe	(03/05) Férias	(04/05) Férias	(05/05) TELETRABALHO Pesquisa sobre o tema fundamento passe no futebol.	(06/05) Apresentação, entrega de materiais pedagógicos e lembrancinhas do dia das mães	(07/05) Atividades remotas google forms Entrega das atividades pedagógicas
2º Fundamento do futebol e futsal: domínio de bola com o pé	(10/05) TELETRABALHO Vídeo tema: uma partida de futebol.	(11/05) TELETRABALHO Planejamento Ligações para os pais	(12/05) TELETRABALHO Gravação, edição e postagem da vídeo aula.	(13/05) TELETRABALHO Reunião de equipe	(14/05) TELETRABALHO Relatório das atividades realizadas na semana Ligações para os pais
3º Fundamento do futebol e futsal: domínio de bola com a coxa	(17/05) TELETRABALHO Pesquisa sobre o tema proposto para a vídeo aula. Organização do	(18/05) TELETRABALHO Planejamento Evento: Dia Nacional do combate ao abuso e exploração sexual	(19/05) Gravação, edição e postagem da vídeo aula	(20/05) TELETRABALHO Relatório das atividades realizadas na semana	(21/05) Feedback Ligação para os pais
4º Fundamento do futebol e futsal: domínio de bola	(24/05) TELETRABALHO Pesquisa sobre o tema proposto para a vídeo aula	(25/05) TELETRABALHO Planejamento Ligação para os pais	(26/05) TELETRABALHO Gravação, edição e postagem da vídeo aula.	(27/05) TELETRABALHO Relatório das atividades da semana Estudo sobre futebol	(28/05) TELETRABALHO Feedback Ligação para os pais

com o peito				e futsal	
5º Fundamento do futebol e futsal: cabeceio	(31/05) TELETRABALHO Pesquisa sobre o tema proposto para a vídeo aula				

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR

Associação Paraíso – Projeto Mundo Novo - Eldorado		TC 04/2018
Professor: Vinicius Henrique de Sousa Martins		Oficina: Futebol/Futsal
Carga horária semanal: 40 horas		Semana de: 03/05/2021 à 07/05/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira 03/05	Férias	8h
Terça-feira 04/05	Férias	8h
Quarta-feira 05/05	Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Pesquisa em sites, livros e artigos científicos sobre o tema proposto para a vídeo aula. Seleção e leitura dos textos referentes ao tema escolhido para a vídeo aula. Produção de texto para a videoaula, busca de vídeos para serem utilizados na montagem da aula. 12h00 - 17h00 Planejamento das ações a serem realizadas para a videoaula. Gravação da vídeo aula Edição do vídeo, áudio e imagens presentes no vídeo para ser postado em rede social.	8h
Quinta-feira 06/05	08h00 - 17h00 Tivemos a apresentação com as crianças para o dia das mães. Foi realizada uma apresentação de música com os professores de violão e violino, juntamente com as crianças cantando. Houve também uma apresentação artística do professor de teatro, fazendo uma representação de um poema para as mães.	8h

	Os alunos presentes trabalharam na confecção de um cartão para as mães, que ao final da apresentação e entrega do cartão, puderam tirar fotos no ambiente decorado com os seus filhos. Paralelamente, tivemos a entrega das atividades pedagógicas aos alunos. Todas as atividades realizadas no dia de hoje foram seguindo as regras de distanciamento e utilização de máscaras e álcool em gel.	
Sexta-feira 07/05	08h00 - 11h00 Montagem, edição de texto e vídeo, perguntas de múltipla escolha para as atividades remotas online via google forms. Continuação da entrega das atividades pedagógicas e lembrancinhas do dia das mães. 12h00 - 17h00 Registro das atividades apresentadas durante a semana. Foi realizada uma pesquisa descritiva do assunto, utilizando os materiais encontrados. Foram utilizados smartphone e notebook com acesso à internet para pesquisa sobre o tema abordado e celular para filmagem e edição da videoaula apresentada. Continuação da entrega das atividades pedagógicas e lembrancinhas do dia das mães.	8h
Total de horas da semana		40h
ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR		
Associação Paraíso – Projeto Mundo Novo - Eldorado		TC 04/2018
Professor: Vinicius Henrique de Sousa Martins		Oficina: Futebol/Futsal
Carga horária semanal: 40 horas		Semana de: 10/05/2021 à 14/05/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira 10/05	Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Foi realizado um vídeo em forma de devolutiva com os alunos, sobre o tema: uma partida de futebol. Entrei em contato com os pais de alunos, para enviar vídeo dos seus filhos chutando a bola, com característica de um jogo de futebol entre as crianças. Após receber os vídeos desses alunos, tive a parte da edição e montagem do vídeo, para ser postado em rede social. 12h00 - 17h00 Pesquisa em sites, livros e artigos científicos sobre o tema proposto para a vídeoaula. Seleção e leitura dos textos referentes ao tema escolhido para a vídeoaula.	8h
Terça-feira 11/05	Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Produção de texto para a videoaula, busca de vídeos para serem utilizados na montagem da aula. Planejamento das ações a serem realizadas para a vídeoaula. 12h00 - 17h00 Ligações para os pais.	8h

	<p>Anthony Gabriel, falei com a mãe, ela falou que vai ajudar ele a fazer. Any Vitória não atende. Bryan Henrique, falei com o avô que passou o telefone da mãe. Ela falou que vai fazer a atividade ainda hoje a noite e pediu desculpas. Cristiano Rodrigo, não atende o telefone e não tem whatsapp. Danilo M. Mendonça, falei com a mãe Edilene. Ela disse que as atividades já foram feitas.</p>	
Quarta-feira 12/05	<p>Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Organização do espaço para realização da videoaula Gravação da videoaula 12h00 - 17h00 Edição da videoaula através de aplicativos de fotos e vídeos. Edição de áudio utilizado na videoaula Publicação do vídeo em rede social</p>	8h
Quinta-feira 13/05	<p>Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Reunião de equipe. Reunião realizada para debater assuntos relacionados a organização de um evento relacionado ao dia nacional do combate ao abuso e exploração sexual de crianças e adolescentes, realizado no dia 18/05. Foram discutidas ações para serem feitas para esse dia. Também para reforçar a importância de denunciar qualquer abuso e exploração. Para fazer uma campanha a ser realizada no projeto sobre o tema. Conversamos sobre ideias para se realizar no dia da campanha. Conscientizar as crianças sobre o tema. 12h00 - 17h00 Reunião de equipe Foi feita uma reunião para se atualizar das decisões referentes ao evento do dia nacional do combate ao abuso e exploração sexual de crianças e adolescentes. Decidimos que faremos nossa ação do lado de fora do projeto, para que haja uma abrangência maior e que mais pessoas sejam impactadas por essa ação tão importante. Faremos um painel com o logo da campanha, também colocaremos flores de cartolina, no espaço de fora do projeto, representando o logo da campanha. Serão entregues panfletos informativos sobre o tema e também teremos um carrinho de pipoca para distribuir para crianças e adultos que comparecerem ao nosso evento. Também foram discutidas questões referentes ao número de visualizações nos nossos vídeos postado em redes social.</p>	8h
Sexta-feira 14/05	<p>Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Registro das atividades apresentadas durante a semana. Foi realizada uma pesquisa descritiva do assunto, utilizando os materiais encontrados. Foram utilizados smartphone e notebook com acesso à internet para pesquisa sobre o tema</p>	8h



ASSOCIAÇÃO PARAÍSO

São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

	abordado e celular para filmagem e edição da videoaula apresentada. 12h00 - 17h00 Ligações para pais: Alice Pedroso, liguei e falei com o avô Carlos que passou o número da mãe Elisa que falou que está tudo ok está fazendo sim. Ana Carolina Saca Mota, o telefone não atende de jeito nenhum. Liguei 3 vezes. Ana Vitória Sacamota, não atende. Liguei 3 vezes. Angela Negro, falei com a mãe Jenifer. Ela falou que está no grupo e que vai colocar ela para fazer ainda hoje.	
Total de horas da semana		40h

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR

Associação Paraíso – Projeto Mundo Novo - Eldorado		TC 04/2018
Professor: Vinicius Henrique de Sousa Martins		Oficina: Futebol/Futsal
Carga horária semanal: 40 horas		Semana de: 17/05/2021 à 21/05/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas

Av: Mirassolândia nº 1775 - Bairro: Eldorado - CEP: 15045-000

Telefone: (17) 3363-4668 - São José do Rio Preto/SP

<p>Segunda-feira 17/05</p>	<p>Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Organização para o evento do dia nacional do combate ao abuso e exploração sexual de crianças e adolescentes. Fizemos os cartazes que serão usados durante o evento, que acontecerá no lado exterior do projeto. Também foi feito um painel com o logo dessa campanha. Além de flores na cor amarela e laranja que representam a campanha. 12h00 - 17h00 Demos continuidade ao trabalho feito pela manhã, na organização dos espaços e materiais que serão utilizados durante o evento. Pesquisa em sites, livros e artigos científicos sobre o tema proposto para a vídeoaula. Seleção e leitura dos textos referentes ao tema escolhido para a vídeoaula.</p>	<p>8h</p>
<p>Terça-feira 18/05</p>	<p>Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 No período da manhã ocorreu o evento sobre o dia nacional do combate ao abuso e exploração sexual de crianças e adolescentes. Para o evento colocamos do lado exterior do projeto o painel com o logo da campanha, além de uma faixa com um explicativo e o título do dia nacional do combate ao abuso e exploração sexual de crianças e adolescentes. Houve entrega de panfletos falando sobre o disque denúncia, além de entrega de pipoca para as crianças e adolescentes. Foi colocada música com o tema. 12h00 - 17h00 Produção de texto para a videoaula, busca de vídeos para serem utilizados na montagem da aula. Planejamento das ações a serem realizadas para a videoaula.</p>	<p>8h</p>
<p>Quarta-feira 19/05</p>	<p>08h00 - 11h00 Organização do espaço para realização da videoaula Gravação da videoaula 12h00 - 17h00 Edição da videoaula através de aplicativos de fotos e vídeos. Edição de áudio utilizado na videoaula Publicação do vídeo em rede social</p>	<p>8h</p>
<p>Quinta-feira 20/05</p>	<p>Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Registro das atividades apresentadas durante a semana. Foi realizada uma pesquisa descritiva do assunto, utilizando os materiais encontrados. Foram utilizados smartphone e notebook com acesso à internet para pesquisa sobre o tema abordado e celular para filmagem e edição da videoaula apresentada. 12h00 - 17h00 Registro das atividades realizadas de forma online. Conferido às respostas dos alunos nas atividades realizadas via google forms.</p>	<p>8h</p>



ASSOCIAÇÃO PARAÍSO

São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

Sexta-feira 21/05	<p>08h00 - 11h00 Foi realizado o feedback das atividades realizadas durante a semana, através de comentários e conversas com pais e alunos no grupo dos pais pelo whatsapp. Também utilizamos comentários e curtidas realizadas em vídeos das atividades nas redes sociais. Tivemos gráficos com respostas das atividades online enviadas aos alunos através do google forms como forma de avaliação da aprendizagem durante esse período de atividades remotas.</p> <p>12h00 - 17h00 Ligação para os pais: Aluno Davi Sá. Falei com a Lucinéia, ela disse que estava no médico , mas falou que está acompanhando as atividades sim. Aluna Heloise Ferreira. Liguei e falei com a mãe, ela falou se puder enviar a atividade novamente ela agradece, pois estava com problema no celular. A atividade foi novamente enviada. Aluno Ildo Gabriel. Não atende, telefone fora de área de cobertura. Aluno Isaac Lael. Falei com a mãe Andréia, que disse que estava no trabalho e assim que chegar em casa vai verificar e ajudá - lo a fazer as atividades.</p>	8h
Total de horas da semana		40h



ASSOCIAÇÃO PARAÍSO

São José do Rio Preto - SP
Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR

Associação Paraíso – Projeto Mundo Novo - Eldorado		TC 04/2018
Professor: Vinicius Henrique de Sousa Martins		Oficina: Futebol/Futsal
Carga horária semanal: 40 horas		Semana de: 24/05/2021 à 28/05/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira 24/05	<p>Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Pesquisa em livros, sites, artigos científicos sobre o tema proposto para a videoaula Foi realizada uma pesquisa sobre o tema escolhido para a vídeo aula da semana. Procurando encontrar textos, artigos científicos e livros relacionados ao tema. 12h00 - 17h00 Foi feita a seleção dos textos encontrados sobre o tema. Após feita a seleção de quais textos serão utilizados, realizei a leitura desses textos, dando ênfase ao que utilizarei como base para o texto para formação da vídeo aula.</p>	8h
Terça-feira 25/05	<p>Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Realizei a produção do texto que será utilizado como base da vídeo aula. Além do planejamento e organização da vídeo aula. Escolha dos vídeos que serão utilizados na composição da vídeo aula. 12h00 - 17h00 Ligação para os pais: Aluna Isadora Rodrigues. Não consigo falar, o telefone não atende. Aluno João Murilo. Falei com a mãe, Mara. Ela disse que estava com problema no celular, mas que vai ajudar ele a fazer e se puder mandar para ela novamente a atividade ela agradece. A atividade foi novamente enviada. Aluno José Miguel. Atenderam e desligaram. Liguei novamente e não atendeu mais. Aluno Júlio César. O responsável disse que as atividades já foram feitas e enviadas. Aluno Kauê Oliveira. A mãe disse que vai olhar no grupo e vão fazer e enviar hoje sem falta.</p>	8h



ASSOCIAÇÃO PARAÍSO

São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

Quarta-feira 26/05	<p>Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Organização do espaço para realização da videoaula Gravação da videoaula 12h00 - 17h00 Edição da videoaula através de aplicativos de fotos e vídeos. Edição de áudio utilizado na videoaula Publicação do vídeo em rede social</p>	8h
Quinta-feira 27/05	<p>Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Registro das atividades apresentadas durante a semana. Foi realizada uma pesquisa descritiva do assunto, utilizando os materiais encontrados. Foram utilizados smartphone e notebook com acesso à internet para pesquisa sobre o tema abordado e celular para filmagem e edição da videoaula apresentada. 12h00 - 17h00 Estudo pedagógico sobre temas relacionados ao futebol e futsal. Foi realizado estudo de alguns temas voltados à oficina que eu realizo. Através de artigos acadêmicos e videoaulas sobre os assuntos de futebol e futsal.</p>	8h
Sexta-feira 28/05	<p>Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Foi realizado o feedback das atividades realizadas durante a semana, através de comentários e conversas com pais e alunos no grupo dos pais pelo whatsapp. Também utilizamos comentários e curtidas realizadas em vídeos das atividades nas redes sociais. Tivemos gráficos com respostas das atividades online enviadas aos alunos através do google forms como forma de avaliação da aprendizagem durante esse período de atividades remotas. 12h00 - 17h00 Ligação para os pais: Aluna Lavínia - liguei anteriormente e ninguém atendeu. Hoje liguei e falei que era do projeto, desligaram o telefone após isso. Aluna Laysla - falei com Angélica, que falou que ia verificar hoje no final da tarde. Aluna Ludmilla - falei com Michele, a tia que disse que ela está fazendo as atividades sim, tudo certinho. Aluno Luiz Felipe - falei com Celi a mãe que disse que ele está fazendo sim as atividades. Aluno Marcos - falei com a mãe, ela disse que ele está fazendo sim e que ela está no grupo e pega no pé dele tanto atividades da escola como as do projeto.</p>	8h
Total de horas da semana		40h



ASSOCIAÇÃO PARAÍSO

São José do Rio Preto - SP
Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

ROTINA SEMANAL DO PROFESSOR

Associação Paraíso – Projeto Mundo Novo - Eldorado		TC 04/2018
Professor: Vinicius Henrique de Sousa Martins		Oficina: Futebol/Futsal
Carga horária semanal: 8 horas		Semana de: 31/05/2021
	Atividades desenvolvidas	Horas
Segunda-feira 31/05	Em regime de teletrabalho 08h00 - 11h00 Pesquisa em livros, sites, artigos científicos sobre o tema proposto para a videoaula Foi realizada uma pesquisa sobre o tema escolhido para a vídeo aula da semana. Procurando encontrar textos, artigos científicos e livros relacionados ao tema. 12h00 - 17h00 Foi feita a seleção dos textos encontrados sobre o tema. Após feita a seleção de quais textos serão utilizados, realizei a leitura desses textos, dando ênfase ao que utilizarei como base para o texto para formação da vídeo aula.	8h
Terça-feira ___/___		
Quarta-feira ___/___		

Av: Mirassolândia nº 1775 - Bairro: Eldorado - CEP: 15045-000

Telefone: (17) 3363-4668 - São José do Rio Preto/SP



**Projeto
Paraíso**

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO

São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

Quinta-feira ___/___		
Sexta-feira ___/___		
Total de horas da semana		8h

PLANO DE AULA

DATA: 05/05/2021 a 07/05/2021

PROFESSOR: Vinicius Henrique de Sousa Martins

OFICINA: Futebol/Futsal

TURMAS: I, II, III

TEMA: Fundamento do futebol e futsal: Passe

JUSTIFICATIVA:

O passe é o principal fundamento dos esportes coletivos. Aprender o passe é essencial para que o aluno possa desenvolver todas as atividades relacionadas ao jogo de futebol e futsal.

OBJETIVO GERAL:

O objetivo dessa aula é trazer aos alunos o fundamento passe no futebol, mostrar sua execução e sua importância para um jogo de futebol e futsal

PROCEDIMENTOS:

Pesquisa para a aula através de livros, artigos científicos e textos em sites específicos. Elaboração de texto e gravação de videoaulas.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Oi pessoal meu nome é Vinicius e eu sou professor de futebol e futsal aqui no Projeto Mundo Novo Paraíso. Na aula de hoje iremos falar sobre o fundamento passe no futebol e futsal.

O passe é um dos fundamentos mais importantes e mais utilizados em uma partida de futebol e futsal. Consiste basicamente em passar a bola para outro jogador, para realizá-lo é necessário ter visão de jogo e precisão para acertar a direção e a força para que seu passe não seja interceptado.

O passe pelo chão é o mais utilizado em uma partida de futebol e futsal, pelo chão a bola “corre” mais rápido e tem seu domínio mais fácil. Existe também o passe pelo alto que, apesar de demorar mais para alcançar seu objetivo e ser mais difícil o seu domínio, tem menos possibilidade de ser interceptado.

O passe pode ser rasteiro, de meia altura ou parabólico (que é mais utilizado em lançamentos longos ou cruzamentos). Em relação à distância pode ser curto, médio ou longo. Quanto à sua execução, pode ser feito com a parte interna do pé, parte externa do pé, sola do pé, calcanhar, bico do pé, com o peito, cabeça, ombro ou coxa.

Bom pessoal, essa foi nossa aula sobre o fundamento passe no futebol e futsal. Pratiquem esse fundamento, pois ele é muito importante para o jogo de futebol e futsal. Espero que tenham gostado do vídeo. Deixe seu like e compartilhe esse vídeo e até a próxima aula!

LINK DA AULA POSTADA:

<https://www.youtube.com/watch?v=Wbx9SyluIW0>

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

Av. Mirassolândia nº 1775 - Bairro: Eldorado - CEP: 15045-000

Telefone: (17) 3363-4668 - São José do Rio Preto/SP

DARONCO, L. S. E.; FLÔRES, F. S. **Fundamentos técnicos: a base do futsal**. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd163/fundamentos-tecnicos-a-base-do-futsal.htm>. Acesso em: 05 de maio de 2021.

FUNDAMENTOS DO FUTEBOL: PASSE. **Portão educação**, 2015. Disponível em: <https://siteantigo.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/educacao-fisica/fundamentos-do-futebol-o-passe/60673>. Acesso em: 05 de maio de 2021.

PASSE NO FUTSAL. **Futline**, 2021. Disponível em: <https://futline.com.br/o-passe-no-futsal/>. Acesso em: 05 de maio de 2021.

TENROLLER, Carlos A. **Futsal: Ensino e Prática**. Ed. Ulbra, 2004.

VOSER, Rogério da Cunha. **Iniciação ao futsal, abordagem recreativa**. 3ª ed. Canoas, 2004.

PLANO DE AULA

DATA: 10/05/2021 a 14/05/2021

PROFESSOR: Vinicius Henrique de Sousa Martins

OFICINA: Futebol/Futsal

TURMAS: I, II, III

Av: Mirassolândia nº 1775 - Bairro: Eldorado - CEP: 15045-000

Telefone: (17) 3363-4668 - São José do Rio Preto/SP

TEMA: Fundamento do futebol e futsal: domínio de bola com o pé

JUSTIFICATIVA:

O domínio de bola com os pés é um fundamento muito importante para o jogo de futebol/futsal. Aprender sobre esse fundamento é importante para a construção individual e coletiva do jogo por parte dos alunos.

OBJETIVO GERAL:

O objetivo dessa aula é trazer aos alunos o fundamento domínio de bola com o pé no futebol e futsal, mostrar sua execução e sua importância para um jogo de futebol e futsal

PROCEDIMENTOS:

Pesquisa para a aula através de livros, artigos científicos e textos em sites específicos. Elaboração de texto e gravação de videoaulas.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Oi pessoal meu nome é Vinicius e eu sou professor de futebol e futsal aqui no Projeto Mundo Novo Paraíso. Na aula de hoje iremos falar sobre o domínio de bola com o pé, no futebol e futsal.

O domínio de bola é o fundamento que traz a habilidade de receber a bola no futebol e futsal. Ele pode ser feito com os pés, coxa, peito ou mesmo a cabeça. Hoje iremos aprender sobre o domínio de bola com o pé.

Este fundamento tem como principal função mostrar a habilidade que o atleta tem em amortecer a bola na sua recepção, sobretudo, conservando-a próxima de si, mantendo-a sob controle, evitando que o adversário aproveite de sua falha e fique com a posse de bola.

Neste fundamento seu corpo deverá ficar na posição para que se possa realizar a recepção da bola, posicionando-se de forma que possa ficar de frente para a trajetória da bola, observando que a bola poderá vir de diversas formas, alta, média ou baixa, assim o jogador deverá ter a plena consciência de qual parte do corpo irá realizar o domínio, visto que seu corpo será equilibrado de acordo com o tipo de recepção que se efetuará, observando sempre que no jogo deverá ter a continuidade da jogada, que se deseja realizar.

Como a maioria dos passes são feitos pelo chão, o domínio com os pés é bastante trabalhado. Existe o que se chama de “controle da bola”, que é a capacidade de manter a bola. Com os pés também existem maneiras diferentes para dominar a bola, podendo ser com o peito do pé, com a parte interna do pé, com a parte externa do pé e com a sola do pé.

Bom pessoal, essa foi nossa aula sobre o domínio de bola com o pé. Espero que tenham gostado. Deixe seu like, compartilhe esse vídeo e até a próxima aula.

LINK DA AULA POSTADA:

<https://www.youtube.com/watch?v=9h2G0R9sFfY>

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

FUNDAMENTOS DO FUTSAL. **Futline**. Disponível em: <https://futline.com.br/fundamentos-do-futsal/>. Acesso em: 10 de maio de 2021.

MARTINS, Paulo Sérgio. PAGANELLA, Marco Aurélio. **Futebol e seus fundamentos**. Ed. Ícone, 2013.

Av. Mirassolândia nº 1775 - Bairro: Eldorado - CEP: 15045-000

Telefone: (17) 3363-4668 - São José do Rio Preto/SP

TENROLLER, Carlos A. **Futsal: Ensino e Prática**. Ed. Ulbra, 2004.

VOSER, Rogério da Cunha. **Iniciação ao futsal, abordagem recreativa**. 3ª ed. Canoas, 2004.

PLANO DE AULA

DATA: 17/05/2021 a 21/05/2021

PROFESSOR: Vinicius Henrique de Sousa Martins

OFICINA: Futebol/Futsal

TURMAS: I, II, III

TEMA: Fundamento do futebol e futsal: domínio de bola com a coxa

JUSTIFICATIVA:

O fundamento domínio da bola no futebol e futsal é um elemento de muita importância para a prática do jogo. Por o futebol e futsal serem esportes de uso primordial com os pés, quando a bola está no alto encontrasse uma maior dificuldade para o seu domínio e a evolução no jogo, sendo assim importante a transmissão desse contexto para os alunos

OBJETIVO GERAL:

O objetivo dessa aula é trazer aos alunos o fundamento domínio de bola com a coxa no futebol e futsal, mostrar sua execução e sua importância para um jogo de futebol e futsal.

PROCEDIMENTOS:

Pesquisa para a aula através de livros, artigos científicos e textos em sites específicos. Elaboração de texto e gravação de videoaulas.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Oi pessoal meu nome é Vinicius e eu sou professor de futebol e futsal aqui no Projeto Mundo Novo Paraíso. Na aula de hoje iremos falar sobre o domínio de bola com a coxa, no futebol e no futsal.

O domínio serve para amortecer a bola antes de dar seguimento no lance. Pode acontecer com a parte interna do pé, dorso do pé, coxa e peitoral. O domínio é importante porque o jogo é imprevisível: a bola pode vir alta, baixa, forte, fraca... A importância de um bom domínio é dar a oportunidade para o atleta controlar o jogo novamente.

No domínio de bola com a coxa, se a bola vem pelo alto numa altura em que não é possível pará-la nem com o pé, nem com o peito, podemos dominá-la com a superfície da coxa. Portanto, o atleta deverá estar de frente para a bola, peso do corpo sobre a perna de apoio, perna de recepção à frente e flexionada de encontro à trajetória da bola que chega; no momento do contato, deve-se, então, baixá-la de acordo com a velocidade da bola.

Aqui é importante ter o controle no domínio e já colocar a bola em jogo. O jogador que recebe a bola fica sempre em posição de expectativa. Quando a bola chegar, é importante dominar para mantê-la perto de você e já direcionar para um passe na sequência.

Bom pessoal, essa foi nossa aula sobre o domínio de bola com a coxa. Espero que tenham gostado. Deixe seu like, compartilhe esse vídeo e até a próxima aula.

LINK DA AULA POSTADA:

<https://www.youtube.com/watch?v=mpYOP3wGQv4>

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

FUNDAMENTOS DO FUTSAL. **Futline**. Disponível em: <https://futline.com.br/fundamentos-do-futsal/>. Acesso em: 17 de maio de 2021.

MARTINS, Paulo Sérgio. PAGANELLA, Marco Aurélio. **Futebol e seus fundamentos**. Ed. Ícone, 2013.

TENROLLER, Carlos A. **Futsal: Ensino e Prática**. Ed. Ulbra, 2004.

VOSER, Rogério da Cunha. **Iniciação ao futsal, abordagem recreativa**. 3ª ed. Canoas, 2004.

PLANO DE AULA

DATA: 24/05/2021 a 28/05/2021

PROFESSOR: Vinicius Henrique de Sousa Martins

OFICINA: Futebol/Futsal

TURMAS: I, II, III

TEMA: Fundamento do futebol e futsal: Domínio de bola com o peito

JUSTIFICATIVA:

O fundamento domínio da bola no futebol e futsal é um elemento de muita importância para a prática do jogo. Por o futebol e futsal serem esportes de uso primordial com os pés, quando a bola está no alto encontra-se uma maior dificuldade para o seu domínio e a evolução no jogo, sendo assim importante a transmissão desse contexto para os alunos.

OBJETIVO GERAL:

O objetivo da aula é trazer ao conhecimento dos alunos o fundamento domínio de bola no peito.

PROCEDIMENTOS:

Pesquisa para a aula através de livros, artigos científicos e textos em sites específicos. Elaboração de texto e gravação de videoaulas.

ROTEIRO VÍDEO AULA:

Oi pessoal meu nome é Vinicius e eu sou professor de futebol e futsal aqui no Projeto Mundo Novo Paraíso. Na aula de hoje iremos falar sobre o domínio de bola com o peito.

O domínio no futebol e futsal pode acontecer de forma rasteira, quando o passe é pelo chão e o domínio acontece com os pés, pode ser a meia altura que normalmente é recepcionado com a coxa e parabólica, que é o famoso lançamento, que pode ser recepcionado de cabeça, peito ou coxa.

Utilizamos o domínio de bola com o peito quando a bola vem pelo alto em parábola ou em linha reta. Nesses casos a recepção com o peito é a mais recomendada, devido à grande superfície de contato. No momento de recepcionar a bola no peito, procuramos inspirar (murchar no peito) para que a bola amorteça e deslize ao longo do corpo até chegar aos pés e destes ao solo. Devemos procurar a posição mais favorável para executar o movimento. Podemos utilizar a recepção de peito para executarmos até um drible. Esse fundamento requer grande habilidade para se realizar o trabalho de maneira satisfatória. O tronco tem importância fundamental; dependendo da circunstância de jogo ele pode ficar inclinado para frente, para trás ou de lado.

Bom pessoal, essa foi nossa aula sobre o domínio de bola com o peito. Espero que vocês tenham gostado. Deixe seu like, compartilhe esse vídeo, se inscreva no canal. E até a próxima!

LINK DA AULA POSTADA:

<https://www.youtube.com/watch?v=qU4AkxEsF90>

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:

FUNDAMENTOS DO FUTSAL. **Futline**. Disponível em: <https://futline.com.br/fundamentos-do-futsal/>. Acesso em: 24 de maio de 2021.

MARTINS, Paulo Sérgio. PAGANELLA, Marco Aurélio. **Futebol e seus fundamentos**. Ed. Ícone, 2013.

TENROLLER, Carlos A. **Futsal: Ensino e Prática**. Ed. Ulbra, 2004.

VOSER, Rogério da Cunha. **Iniciação ao futsal, abordagem recreativa**. 3ª ed. Canoas, 2004.