

Habilidades técnicas

CAPÍTULO

Pablo Juan Greco
Gustavo De Conti Teixeira Costa
Camila de Sousa Teixeira
Carolina Drumond P. Carreiro
Fabíola de Araújo Cabral
Juliana C. de Abreu Teixeira
Karina Costa Alcântara
Livia Penido Alípio
Poliana Gonzaga Rocha

6.2.8 Observar os deslocamentos

ATIVIDADE 01

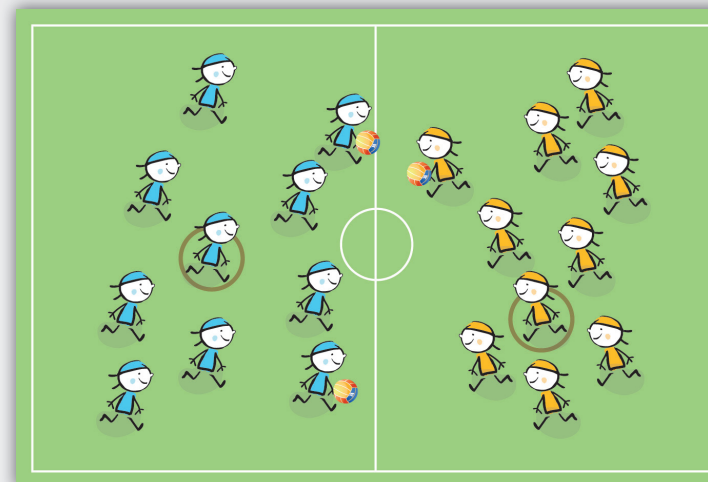
1. Nome do exercício:

Queimada de três elementos.

2. Objetivo: Arremessar ou passar a bola conforme os deslocamentos dos adversários e dos colegas observando os deslocamentos dos defensores.

3. Descrição: Divide-se o espaço de jogo em duas meia quadras. Reserva-se ainda um espaço nos fundos para os alunos que forem 'queimados'. Os times são formados, ocupando cada equipe uma das metades da quadra. Os elementos do jogo são: uma bola (utilizada para 'queimar' o adversário); duas outras bolas diferenciadas, uma para cada equipe, indicando que o possuidor das mesmas não pode ser queimado; e um arco em cada meia quadra, que também impede que o aluno que posicionado em seu interior seja 'queimado', sendo que arremessar a bola no mesmo seja o considerado queimado. Quando restar apenas dois alunos em uma das equipes, as bolas e os arcos não poderão ser utilizados como 'piques'. Do fundo da quadra, o aluno 'queimado' pode continuar tentando queimar a equipe adversária. A partida termina quando todos os alunos de uma equipe forem queimados.

4. Desenho



5. Materiais: Bolas e arcos.

ATIVIDADE 02

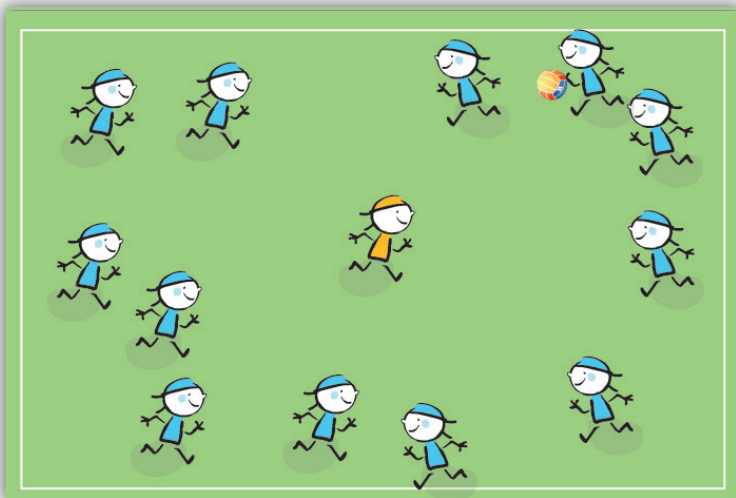
1. Nome do exercício:

Pegador sem-bola.

2. Objetivo: Arremessar ou passar a bola conforme os deslocamentos dos adversários e dos colegas.

3. Descrição: A atividade será realizada em um espaço delimitado, no qual um aluno será escolhido para ser o pegador, enquanto os outros alunos deverão se esquivar do mesmo. Haverá uma ou mais bolas com os participantes, de forma que os alunos deverão trocar passes, e quem estiver com a posse da mesma não poderá ser pego. O aluno que for tocado pelo pegador, ou que permanecer em posse da bola por mais de 3 segundos, tornar-se-á o pegador.

4. Desenho



5. Materiais: Bolas.

ATIVIDADE 03

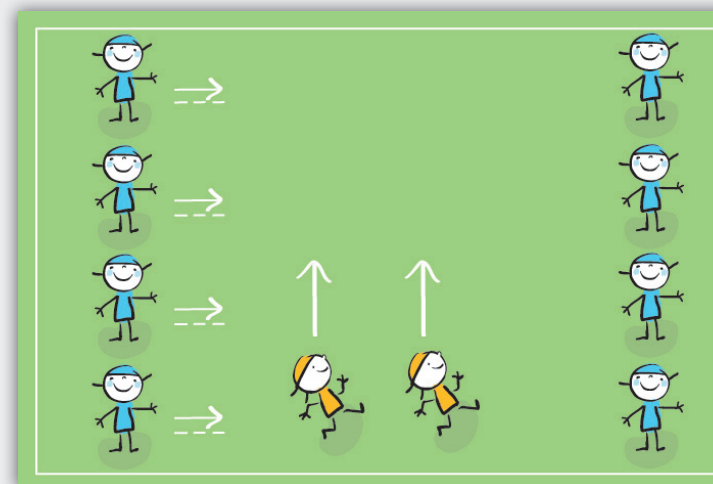
1. Nome do exercício:

Corredor polonês.

2. Objetivo: Passar a bola conforme os deslocamentos dos adversários e dos colegas.

3. Descrição: Formam-se duplas, com uma bola de futsal cada. Os alunos de cada uma das duplas devem realizar o maior número possível de passes rasteiros entre si. Concomitantemente, uma dupla deverá passar correndo no meio do corredor polonês, sem que a bola das demais duplas os toque.

4. Desenho



5. Materiais: Bolas de futsal ou iniciação.

ATIVIDADE 04

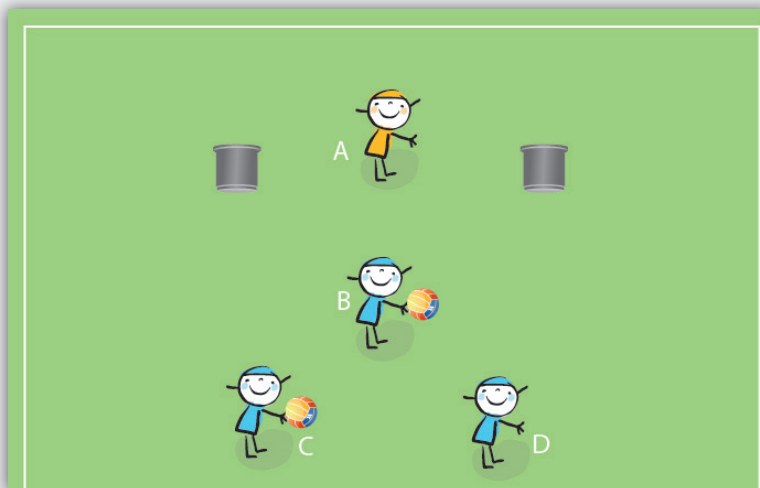
1. Nome do exercício:

Acerte o balde.

2. Objetivo: Arremessar ou passar a bola conforme os deslocamentos dos adversários e dos colegas.

3. Descrição: Haverá dois baldes no chão do espaço de jogo. O aluno A deverá ficar entre eles, de costas para o aluno B, que lançará, com as mãos, uma bola tentando acertar um dos baldes. Ao sinal, seja do professor ou do aluno que irá lançar a bola; o aluno A deverá virar e escolher um dos baldes para defender, sendo que o tempo para isso é muito curto. Ao mesmo tempo, o aluno C, que estará com outra bola, deverá trocar passes com o aluno D. Se o aluno A conseguir pegar a bola jogada pelo aluno B, ele tentará interceptar a troca de passes entre os alunos C e D.

4. Desenho



5. Materiais: Baldes e bolas.

ATIVIDADE 05

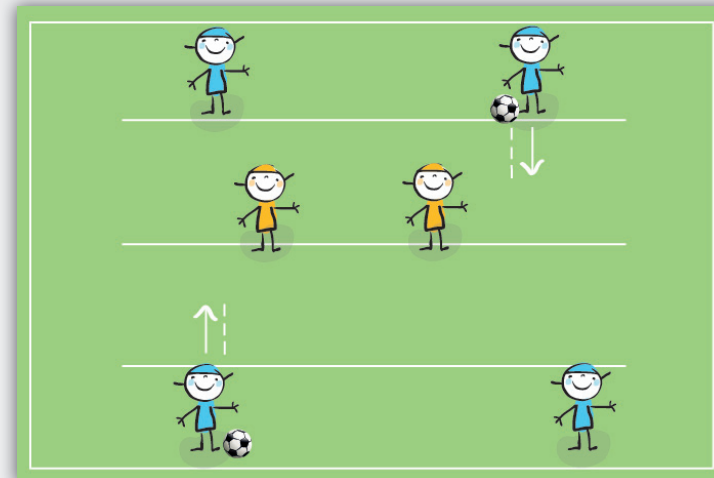
1. Nome do exercício:

Troque se puder.

2. Objetivo: Arremessar ou passar a bola conforme os deslocamentos dos adversários e dos colegas.

3. Descrição: O jogo precisará de três demarcações ao solo. Atrás da primeira marca estarão dois alunos do time A; na demarcação do meio ficarão dois alunos do time B; e na terceira ficarão dois alunos do time A. O time A deverá passar a bola de um lado para o outro, bem como os integrantes dessa equipe deverão trocar de espaço de jogo. Se o fizerem, o time A marca um ponto. A equipe B deve tocar a bola ou os adversários para marcarem um ponto.

4. Desenho



5. Materiais: Bolas.

ATIVIDADE 06

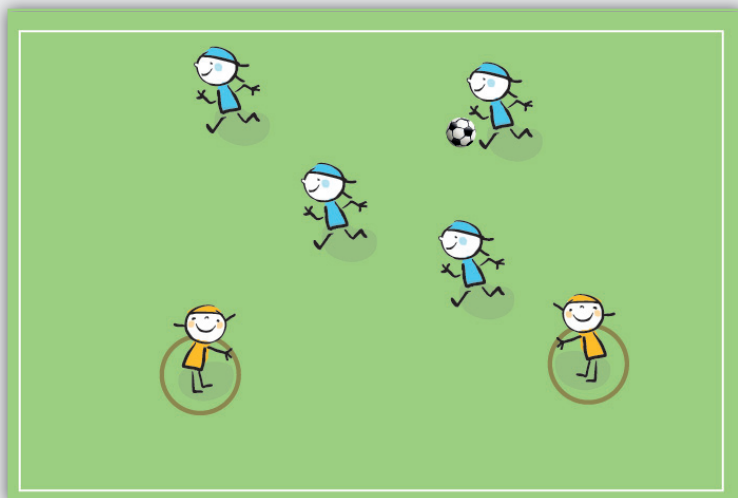
1. Nome do exercício:

Pique-pessoa-bola.

2. Objetivo: Arremessar ou passar a bola conforme os deslocamentos dos adversários e dos colegas.

3. Descrição: Quatro alunos irão trocar passes entre si, utilizando-se das mãos. Enquanto isso, dois outros alunos estarão sentados, cada um dentro de um arco disposto nas laterais do espaço. Ao sinal do professor, as pessoas sentadas irão se levantar e tentar pegar a pessoa que está com a bola. Caso isso ocorra, a pessoa que foi pega troca de lugar com a pessoa que a pegou.

4. Desenho



5. Materiais: Bolas e arcos.