

# PLANO DE AÇÃO

## SELEÇÕES DISTRITAIS DE FUTSAL FEMININO





# As Seleções...

---

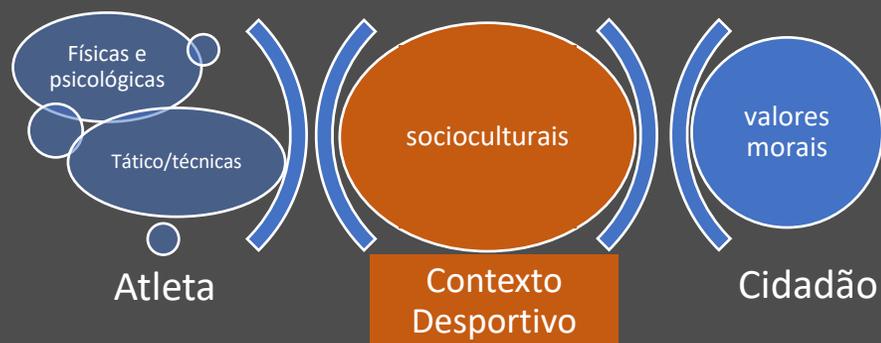
As seleções distritais integram-se no processo metódico, regular e sistemático de desenvolvimento qualitativo e quantitativo do Futsal português em que o seu enquadramento organizativo e competitivo visa, sobretudo, valorizar a atividade desenvolvida pelos Clubes e agentes que neles desenvolvem a sua atividade, desde aos treinadores, dirigentes e demais staff, e procura relevar a qualidade e trabalho evidenciado pelas suas atletas, constituindo uma etapa privilegiada da sua formação social e desportiva, com vista à sua eventual integração nas Seleções Nacionais de Portugal.

A definição de objetivos dentro do espaço Seleção Distrital é um primeiro passo fundamental para a definição de um conjunto de estratégias e conteúdos orientadores para a operacionalização do trabalho com cada uma das Seleções.



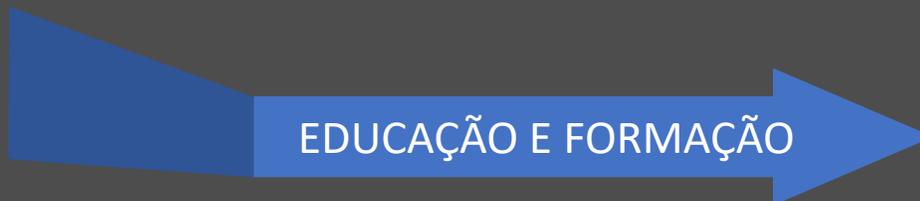
# OBJETIVOS

Para a presente época desportiva, o gabinete técnico estabeleceu os objetivos com base em 3 eixos estruturantes. O primeiro está relacionado com as preocupações educativas e formativas, o segundo com a construção dos alicerces consistentes ao nível das componentes do rendimento (tático/técnico, físico e psicológico), e o terceiro com o atingir de prestações desportivas que valorizem as atletas e permitam entrar no leque de opções futuras da Seleção Nacional de Futsal. Para o efeito, foram definidas as opções pedagógicas e metodológicas e as estratégias de intervenção subordinadas aos objetivos traçados com base numa **filosofia Transformacional**.

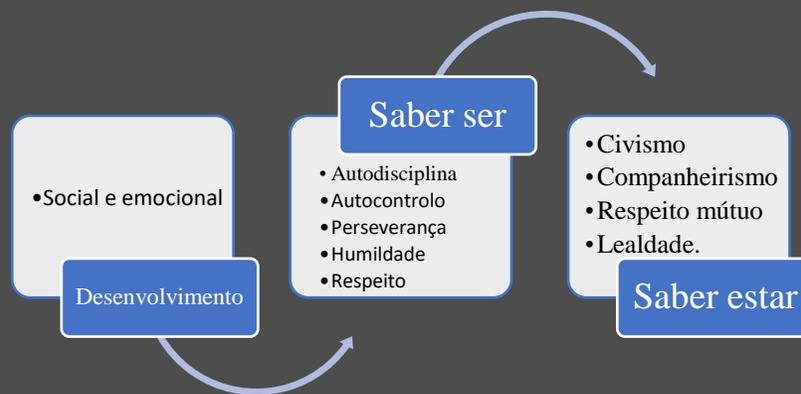




# OBJETIVOS



Procuraremos ao longo da época desportiva o desenvolvimento social e emocional promovendo a aquisição de valores caracterizadores do “saber ser” e “saber estar”.





# Identidade e postura de Seleção Distrital...

...QUALIDADE...

...DETERMINADA E FOCADA...

...EMOCIONALMENTE ESTÁVEL...

...SENTIDO DE COMPROMISSO...

ENORME PRIVILÉGIO

ENORME RESPONSABILIDADE

Significa, por si só:

- a) Representar o distrito de Aveiro;
- b) Representar uma das maiores associações distritais do País;
- c) Representar todas as jogadoras que integraram o grupo mas não ficaram no seleção final;
- d) Representar todas as atletas que não foram selecionadas;
- e) Representar os clubes que se dedicam a mais e melhor formação;
- f) Ter a possibilidade de evoluir em contextos de superior exigência;
- g) Entrar no lote de atletas a observar pelas equipas técnicas da Seleção Nacional;

**Significa ser Aveiro...**

**Significa sentir Aveiro...**

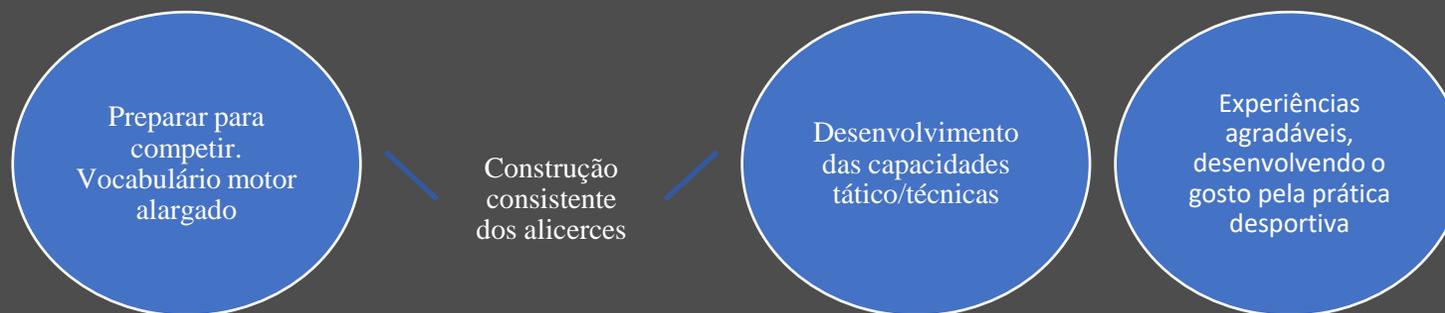




# OBJETIVOS



Sabendo que a especialização e o alto rendimento carece de alicerces consistentes, cuja construção começa a desenvolver-se nas faixas etárias consubstanciadas nas idades cronológicas das seleções em causa, será nosso propósito proporcionar a estas jovens futsalistas a vivência de experiências agradáveis e entusiasmantes e, simultaneamente, implementar um modelo de treino exigente visando a superação e a potencialização das sua capacidades tático/técnicas, fisiológicas e psicológicas.





# OBJETIVOS



Sendo a Associação de Futebol de Aveiro uma referência a nível nacional em que o seu desenvolvimento desportivo é sustentado pela qualidade, participação, inovação e pioneirismo, consideramos que o seu dinamismo deverá ser complementado com o atingir de prestações condizentes com a sua história. A AF Aveiro pretende melhorar as condições do passado e criar condições para proporcionar momentos de desenvolvimento competitivo de excelência às jovens atletas do distrito de Aveiro. Nesse sentido, foi estabelecida pelo gabinete técnico a participação no Torneio Interassociações Sub17 Feminino, tendo como objetivo atingir **prestações desportivas que valorizem, a nível pessoal e social, as atletas e permitam a entrada no leque de opções futuras da Seleção Nacional de Futsal Feminino.**

Por outro lado, pretende-se nas Seleções mais jovens (S15 e, eventualmente, S13) criar sinergias e condições para realizar jogos treino/torneios com Seleções congéneres, por forma a valorizar o espaço "Seleção" e permitir às atletas um **contexto de aprendizagem apelativo e desafiante.**



# OBJETIVO ESPAÇO SELEÇÃO

POTENCIAR A JOVEM JOGADORA AVEIRENSE!!





# OBJETIVO ESPAÇO SELEÇÃO

VALORIZAR O TRABALHO REALIZADO NOS CLUBES!!

REPRESENTATIVIDADE – reconhecer todos os projetos e todos os Clubes e procurar ter o máximo de representatividade nas convocatórias para a Seleção Distrital de Aveiro.

Aumentar a TAXA DE RETENÇÃO das Atletas na modalidade. Foi nesse intuito que se criaram espaços de Seleção para atletas S13 e S15, procurando possibilitar um espaço de reconhecimento e motivação para a continuidade da prática desportiva dentro da modalidade.



AF Aveiro – AF Viseu  
Jogo Treino com Seleção S15  
Pav. Mun. Alquerubim





# Regulamento Interno

---

1. O regulamento das Seleções Distritais da AF Aveiro constitui o documento orientador dos Jogadores e Clubes, sempre que tenham atletas convocados para representarem as Seleções Distritais da AF Aveiro (Futebol e Futsal), em Torneios e Jogos Oficiais ou Particulares.
2. Para efeito do presente regulamento consideram-se Seleções Distritais, todas as equipas de Futebol e Futsal existentes no seio da AF Aveiro, por estas criadas e compostas por praticantes Masculinos e Femininos.
3. Todos os Clubes e Jogadores que forem convocados para integrar qualquer Seleção da AF Aveiro, deverão ter prévio conhecimento do regulamento.
4. A responsabilidade técnica da condução das Seleções Distritais será exercida pelo Seleccionador Distrital.
5. A AF Aveiro enviará a cada Clube que ceda jogadores às Seleções a respetiva convocatória para os treinos ou jogos, sendo a mesma editada publicamente no *website* da AF Aveiro.



# Regulamento Interno

---

6. Todos os Clubes estão obrigados a prestar a sua colaboração às Seleções Distritais, quer no que diz respeito à cedência de praticantes, quer no que concerne à cedência de instalações desportivas, desde que não se verifique qualquer impedimento.
7. Os Clubes ou Dirigentes que aconselhem ou impeçam os jogadores de participar nos trabalhos das Seleções Distritais ficam sujeitos ao disposto no Regulamento Disciplinar.
8. Os jogadores devem comparecer nos locais de concentração para os Treinos ou Jogos, salvo em caso de impossibilidade, a qual deverá ser confirmada pelo Clube e aceite pela AF Aveiro.
9. Salvo autorização expressa do Diretor responsável pela comitiva, é vedado o contacto de qualquer jogador com empresários ou agentes, durante os períodos de trabalho ou concentrações das Seleções Distritais.
10. As jogadoras convocadas para as Seleções Distritais devem assumir que a sua conduta, tanto coletiva como individual, tem um especial significado e devem dar, em permanência, bons exemplos públicos de ordem disciplinar, ética e desportiva.
11. A AF Aveiro elaborará um calendário das datas das Provas Oficiais das Seleções Distritais, podendo o mesmo ser alterado, caso haja necessidade.



# Regulamento Interno

---

12. As provas da AF Aveiro, não serão interrompidas por motivo da realização de jogos das Seleções Distritais, que não estejam previstos, ficando, todavia, reservado aos Clubes que tenham mais de dois jogadores convocados para as Seleções Distritais, o direito de pedir o adiamento dos encontros que lhes tenham sido marcados para as datas em que, pelo efeito acima, se verifique a impossibilidade de poderem utilizar os aludidos jogadores.
13. A AF Aveiro suportará apenas as despesas de deslocações dos atletas, do local de concentração para os locais de jogos.
14. A competência disciplinar relativamente às infrações cometidas no âmbito dos trabalhos das Seleções Distritais nos estágios, treinos, deslocações e jogos, está cometida ao Conselho de Disciplina da AFA.
15. Os Diretores responsáveis pelas Comitivas dispõem de competência disciplinar/administrativa para afastar o praticante do seio da Delegação, sempre que este manifeste conduta contrária à ética de ordem desportiva, após comunicação ao Técnico responsável.
16. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela Direção da AF Aveiro.



# Formação das Seleções “Recrutamento”

A conceptualização do modelo de jogo irá suportar-se numa avaliação real das capacidades dos atletas, através de uma metodologia de observação, análise e reflexão, que será operacionalizada em duas fases:

## ***i) Proximidade com os clubes***

Proximidade com os coordenadores técnicos e treinadores dos clubes para apresentação dos procedimentos organizativos e técnicos do plano de ação e, simultaneamente, criação de um espaço de diálogo, onde os clubes possam apresentar as suas preocupações e algumas sugestões de melhoria (Setembro/Outubro)

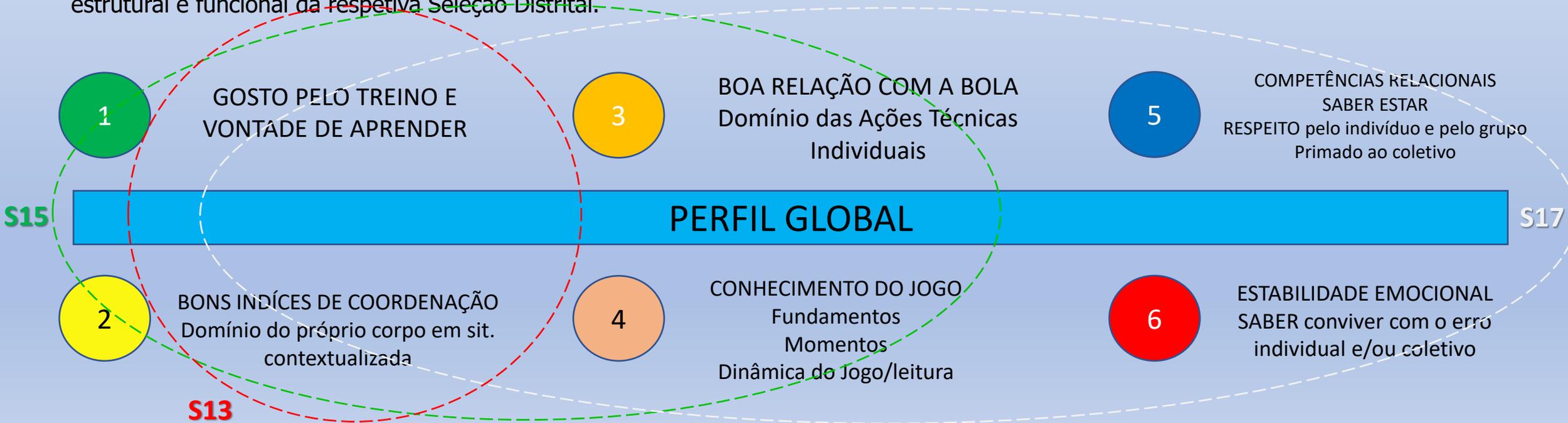
## ***ii) Observação e avaliação***

O distrito será dividido em duas zonas (norte e sul) em que a estrutura técnica da Associação de Futebol Aveiro através de observação direta (sempre que possível) irá analisar e avaliar as capacidades reais das atletas, tendo como referência o perfil de competências de natureza tático/técnica, física e psicológico definido pelo gabinete técnico.



# Perfil de Competências

Relativamente ao perfil de competências das atletas que procuramos recrutar para o contexto Seleção Distrital, referir que procuramos observar competências mais globais, e menos específicas por posição, dado o grande parte do leque de atletas a observar ser de escalões etários inferiores e entendermos estar num nível de desenvolvimento entre o básico e o elementar (número de atletas reduzido). No entanto, e de forma específica para o escalão S17 procuramos identificar competências mais específicas dentro da função e responsabilidade que têm no jogo da equipa que representam e que podem vir a revelar dentro da representação prévia de organização estrutural e funcional da respetiva Seleção Distrital.





# Perfil de Competências





# Perfil de Competências





# Perfil de Competências





# Perfil de Competências





# Modelo de Jogo – S17

---

Relativamente a este tópico referir que no nosso entendimento e tendo em conta o contexto das nossas Seleções Femininas, o Modelo de Jogo reveste-se de um conjunto de princípios de jogo específicos da equipa e que visam dar “corpo” ao jogar que pretendemos.

É um Modelo de Jogo simplificado, orientado numa perspetiva de ensino do jogo e dos seus fundamentos, priorizando um conjunto de objetivos para o quais orientamos todo o processo.



## PRINCIPIOS GERAIS

RECUSAR INFERIORIDADE NUMÉRICA

EVITAR A IGUALDADE

GARANTIR A SUPERIORIDADE

## FUNDAMENTOS DO JOGO

OFENSIVOS/DEFENSIVOS

CRITÉRIOS ÊXITO TT

## TOMADA DE DECISÃO

PERCEÇÃO-AÇÃO

CONHECIMENTO DO JOGO

## PRINCIPIOS ESPECÍFICOS

PROGRESSÃO/CONTENÇÃO

COBERTURA OFENSIVA/DEFENSIVA

MOBILIDADE/EQUILIBRIO

ESPAÇO/CONCENTRAÇÃO

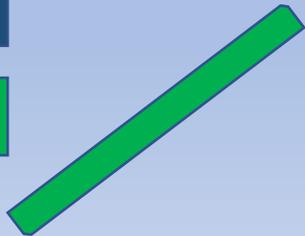
## ACÕES INDIVIDUAIS E COLETIVAS

OFENSIVAS E DEFENSIVAS

ELEMENTARES

## CAPACIDADES MOTORAS

CAPACIDADES COORDENATIVAS





## OBJETIVOS PRIMORDIAIS

NOÇÃO DE JOGO COLETIVO FORMAL – COM E SEM BOLA

DESENVOLVER CONCEITOS DE ESPAÇO LIVRE – CRIAÇÃO E OCUPAÇÃO – MOBILIDADE E CONTROLO

PRINCIPIOS DE JOGO ESPECIFICOS DE EQUIPA  
ESTRUTURAIS 3:1 E FUNCIONAIS Dinâmicas Coletivas

PRINCIPIOS DE JOGO ESPECIFICOS DE EQUIPA

DESENVOLVER CAPACIDADES PERCETIVAS EM SITUAÇÕES PRÓXIMAS DO JOGO – IDENTIFIQUEM POSSIBILIDADE DE AÇÃO EXPERIENCIADAS

TREINO ESPECÍFICO DE GUARDA-REDES



# FUNDAMENTOS DO JOGO – BASE DE SUPORTE AO DESENVOLVIMENTO

PRINCÍPIOS DO JOGO



## PROGRESSÃO

- ORIENTAÇÃO CORPORAL
- DOMÍNIO DA DISTÂNCIA AO DEFENSOR
- INVERSÃO (ALTERAR A ORIENTAÇÃO DO JOGO)
- FIXAR O DEFENSOR
- TEMPORIZAÇÃO OFENSIVA

## COB. OFENSIVA

- CRIAR LINHAS DE PASSE
- TEMPORIZAÇÃO OFENSIVA

## MOBILIDADE

- DESMARCAÇÃO DE RUTURA E APOIO
- CRIAR PARA OCUPAR E APROVEITAR ESPAÇO - FINTAS

## CONTENÇÃO

- MARCAÇÃO
- DOMÍNIO ESPAÇO
- PRESSÃO NA BOLA
- TEMPORIZAÇÃO

## COB. DEFENSIVA

- COOPERAÇÃO
- SALTOS DE MARCAÇÃO
- CORTAR LINHAS DE PASSE

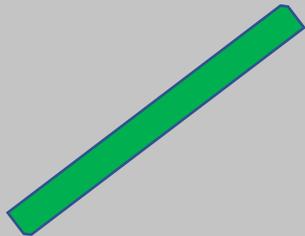
## EQUILÍBRIO

- TROCAS
- FLUTUAÇÃO
- RETORNO DEFENSIVO

TÁTICA EQUIPA

36m/40m

PRINCÍPIOS DO JOGO





# MODELO DE JOGO

Contexto Equipa - Objetivos

Concepção de Jogo do Treinador

Características das jogadoras

## Dimensão Tática

Organização Estrutural

Sistemas de Jogo

Adaptações individuais e coletivas

Dinâmica Funcional

Ataque

Transição A/D

Defesa

Transição D/A

S17

Sit. Estratégicas

Princípios do Modelo de Jogo

Esquemas Táticos

Acções Individuais

Acções Colectivas

Criatividade

S15

## Dimensão Técnica

Dimensão Física

Dimensão Psicológica



# Modelo de Jogo: Personalidade de equipa

Entendemos o Modelo de Jogo como uma **ideia coletiva de jogo**, suportada por princípios que se articulam entre si e que manifestam uma determinada identidade à equipa. A singularidade do escalão etário desta seleção, nomeadamente uma reduzida base de recrutamento, influencia o paradigma do modelo proposto para a seleção futsal sub17 feminina, a única com competição oficial.

Este caracteriza-se pelo foco no **processo defensivo** da equipa (assimilação dos princípios de organização defensiva) e ao cumprimento dos fundamentos do jogo priorizados, procurando evitar desequilíbrios no bloco da equipa, defendendo de forma compacta e determinada.

O modelo pressupõe um forte domínio dos comportamentos solicitados para os **momentos transitórios**, nomeadamente a reação à perda e a recuperação da posse de bola, procurando comportamentos individuais e coletivos adequados ao contexto situacional do jogo, de modo a aproveitar eventuais desequilíbrios na estrutura defensiva adversária e/ou situações de superioridade em zonas favoráveis do campo.

Em termos de **organização ofensiva** não descuremos o caráter formativo que o ambiente "seleção" encerra, e o modelo pressupõe uma organização estrutural em 3:1 e uma organização funcional com variabilidade de circulações e combinações táticas associadas, privilegiando os princípios específicos do jogo e as características das jogadoras que constituem o núcleo da seleção.





# Modelo de Jogo: Personalidade de equipa

Para que o desenvolvimento desportivo do atleta seja otimizado é necessário organizar o processo de treino de uma forma sistemática, no sentido de possibilitar ao atleta a vivência de situações de aprendizagem, devidamente estruturadas concorrentes para a sua formação.

## ***i) Gerais***

As nossas preocupações ao nível dos comportamentos gerais estarão relacionadas com a ocupação racional do espaço de jogo, com a assimilação e cumprimento com os fundamentos ofensivos e defensivos do Futsal, com análise da situação e definição de janelas de oportunidade em função do contexto de jogo, aliando um forte compromisso e capacidade de superação em prol do grupo.





# Modelo de Jogo: Personalidade de equipa

## *ii) específicos do processo ofensivo/defensivo*

“As ações específicas de futsal só são rentabilizadas quando exercitadas em ambientes contextualizados de jogo”

Após a recuperação da posse de bola, a atitude ofensiva é alicerçada numa exploração do espaço de jogo em largura e profundidade através de rápidas ações ofensivas de cobertura, apoio e rutura proporcionando ao portador da bola o maior número de soluções táticas, obedecendo a uma linguagem comum estabelecida pelo cumprimento dos específicos do ataque, Penetração, Cobertura ofensiva, Mobilidade e Espaço. As ações defensivas são organizadas em função do objectivo prioritário que é a defesa da baliza, através de uma postura coletiva e sempre agressiva relativamente ao portador da bola, cumprindo os princípios específicos da defesa, Contenção; Cobertura defensiva; Concentração e Equilíbrio.





## Método de jogo da seleção feminina "Sub17"...

### i) Defensivo

#### Defesa Mista

Este tipo de defesa expressa-se pela síntese dos métodos zona e individual, em que cada jogador é responsável por uma zona do campo marcando individualmente os adversários que nela penetrem. No entanto, a sua intervenção não se confina apenas à sua zona. Uma vez iniciada a marcação ao portador da bola, este deve ser acompanhado para onde quer se desloque, só o deixando quando o atacante se desfizer da bola ou um outro defesa assumir as funções de contenção.

## Sistema tático da seleção feminina "Sub17"...

O sistema, preconizado pelo gabinete técnico, para esta seleção "Sub17" assentará numa organização estrutural em sistema tático 1:3:1



## Método de jogo da seleção feminina "Sub17"...

### ii) Ofensivo

#### Ataque organizado (posicional)

Sempre que após a recuperação da posse de bola, não for possível utilizar um eventual desequilíbrio defensivo da equipa adversária, devemos procurar um abrandamento relativo das ações ofensivas construindo o processo ofensivo dentro de uma dinâmica funcional do 1:3:1 procurando controlar o ritmo de jogo, garantindo linhas de passe válidas ao portador, assegurando soluções e decisões táticas seguras através do cumprimento dos Princípios de Jogo Específicos da Equipa. A eficácia do Processo Ofensivo será tanto maior quanto conseguirmos orientar as ações ofensivas sem e com bola para a criação e aproveitamento de espaços livres "dentro" da estrutura defensiva contrária ou garantir situações de superioridade numérica em zonas favoráveis para a criação de situações de finalização.



# Comportamentos Técnico-Táticos Específicos

## Princípios e subprincípios ofensivos e defensivos

### a) Ofensivos

No momento da recuperação da posse, não conseguindo sair em transição explorando uma eventual vantagem numérica e/ou espacial, a equipa transita rapidamente de uma posição de bloco compacto e com linhas defensivas próximas para uma orientação de comportamentos individuais e coletivos de forma a garantir largura e profundidade no jogo, proporcionando soluções de saída da bola da zona de pressão e criando condições em termos espaço temporais para organização do processo ofensivo. É importante que no processo ofensivo se criem soluções ao portador, nomeadamente com a criação de 3 linhas de passe válidas e seguras.

São princípios de jogo específicos da Equipa (Identidade/Compromisso Coletivo):

- Pivô descai, preferencialmente, para a lado da bola;
- Sempre que a bola entra no pivô tem de haver entrada sem bola (apoio direto – cara; apoio indirecto – desmarcação) e 1/2 coberturas;
- Explorar apoio de meio ou apoio em profundidade;
- Evitar sobrepor linhas de passe – “saídas sem bola”;
- Explorar capacidade da jogadora que atua como pivô para ganhar vantagem posicional perante o adversário;
- Exploração de situações 1x1 e 2x1 ofensivo na ala contrária ao posicionamento do pivô.





# Comportamentos Técnico-Táticos Específicos

## b) Defensivos

No momento em que a perda da posse ocorre, e não conseguimos na reação recuperar a posse de bola, a equipa transita de uma posição mais larga, ampla (ocupação dos 3 corredores), para uma posição mais curta, com todos os seus atletas mais próximos, promovendo coberturas defensivas, concentração e equilíbrio permanente entre si. Independentemente da linha de marcação onde esta reorganização defensiva aconteça (ou que o processo tenha o seu início), é fundamental defender de forma compacta e, salvo raras exceções, com todas as jogadoras atrás da linha da bola.

São princípios de jogo específicos da Equipa:

- Pressão no portador da bola (contenção agressiva/proximidade);
- Condicionar/tirar jogo interior do adversário;
- Pressionar/condicionar linhas de passe mais próximas;
- Coberturas defensivas constantes;
- Aumentar índices de agressividade no portador e linhas de passe próximas em função de determinados indicadores coletivos (de pressão);
- Nunca marcar o corredor contrário quando a bola se encontra numa ala;
- Jogadores dos corredores laterais marcados sob vigilância, quando a bola se encontra no corredor central – alternância de proximidade ao adversário em função do sentido do ataque;
- Coordenação/solidariedade coletiva;
- Trocas defensivas por princípio (entrada pelas costas, sobreposições, troca ala-pivô) – iniciativa e reajuste; ou por comunicação do colega da cobertura – leitura);





# Comportamentos Técnico-Táticos Específicos

## c) Momentos transitórios ofensivos/defensivos

Os momentos de jogo – transição ataque-defesa e defesa-ataque, revelam-se na atitude comportamental que a equipa manifesta nos momentos logo após a perda ou a recuperação da posse de bola. Quando desta reação coletiva surge uma situação de superioridade numérica e/ou espacial e o jogo transita para uma situação de ataque rápido/contra-ataque, entramos naquilo que chamamos **momentos transitórios**, que em função da sua natureza (ofensivo ou defensivo) vão exigir da equipa determinados comportamentos individuais e coletivos. Estes comportamentos estão associados ao Modelo de Jogo da equipa em situações específicas de jogo, nomeadamente aos momentos transitórios que resultam em situações de 1x0 + GR, 2x0 + GR, 2x1 + GR, 3x2 + GR, Gr + 0x1, GR + 0x2, GR + 1x2 e GR + 2x3.

## d) Esquemas Táticos

Devido à especificidade própria da modalidade Futsal (proximidade das balizas, dimensões do campo, jogo de transições) estes são momentos do jogo muitas vezes decisivos para o resultado final, tal a necessidade da defesa estar 100% concentrada pois o mínimo erro pode resultar em golo para o adversário. O conhecimento e o treino dos ET são fundamentais para tirar partido deste momento específico do jogo, pois pretende-se tirar partido dos pontos fracos do tipo de defesa apresentado e dos espaços que poderão ser criados para a entrada da bola. Por outro lado, defensivamente procuraremos tirar partido de uma ocupação racional dos espaços possíveis de finalização perto da nossa baliza, tentando não ser surpreendidos com bolas aéreas ou possíveis bloqueios a algum defensor.

São Princípios Ofensivos/Defensivos Específicos da Equipa nos esquemas táticos:

- ✓ Perceção de distâncias – baliza, bola, colegas e adversários;
- ✓ Comunicação atempada e perceptível (leitura do comportamento/posicionamento dos adversários);
- ✓ Temporização;
- ✓ Posicionamento rápido e rigor na procura das ações definidas;
- ✓ Noção de bloqueio/desfasamento;





# Comportamentos Técnico-Táticos Específicos

## c) Situações Estratégicas

Estas situações são derivadas de uma eventual expulsão de uma jogadora ou na substituição da Guarda-Redes por uma sexta jogadora de campo. Estas situações de superioridade numérica são difíceis de defender e permitem criar situações de finalização favoráveis a quem ataca. Por outro lado, o 5x4 + Gr ofensivo tem algum risco associado por não existir GR e é necessário muito critério das jogadoras que o realizam. No contexto Seleção, entendemos que a utilização destas sit. Estratégicas, não sendo conteúdos prioritários (muito mais do que os resultados, temos objetivos formativos), são conteúdos que são incluídos no plano de desenvolvimento desportivo da Seleção S17, na perspetiva de dotar as atletas dos princípios fundamentais das situações estratégicas relacionadas com a gestão do risco/segurança das ações técnicas e dinâmicas funcionais no contexto JOGO. Qualquer das situações – 5x4 + GR, Gr + 4x5, 4x3 + GR e GR + 3x4, estimula a capacidade de concentração das atletas, no sentido de analisar o comportamento adversário e iniciar a compreensão às adaptações estratégicas necessárias.





# Processo de Treino S17

31

O planeamento das seleções foi baseado na ideia de um futuro a atingir através de uma sistematização dos conteúdos, de modo a garantir evoluções quantitativas e qualitativas do perfil de rendimento dos jogadores e das respetivas seleções nos torneios interassociações organizados pela FPF e/ou Torneios particulares organizados em parceria com Associações Congéneres.

## *Periodização do treino da seleção feminina "Sub17"...*

O conceito de periodização está inerente à análise contextual da Seleção Feminina Sub17 Futsal:

- Cerca de 12 treinos da Seleção Distrital Futsal Feminino até momento do Interassociações (Fev/Mar);
- Recrutamento – número reduzido de jogadoras da categoria S16 e S17, o que baixa a média de idades e experiência competitiva das potenciais atletas de seleção.

O número de treinos disponíveis para preparação do Torneio Interassociações, bem como a reduzida base de recrutamento para esta Seleção, o que por si só limita a escolha de atletas dentro do perfil de rendimento pretendido, leva-nos a considerar uma orientação conceito-metodológica baseada em pressupostos de ensino-aprendizagem dos conceitos de jogo e dinâmica ecológica, com o recursos a exercícios específicos e representativos do jogo de Futsal. Assim, consideramos que não fará sentido dividir a época desportiva (Novembro a Fevereiro...) em períodos mas definir no tempo a aquisição de comportamentos táticos (princípios e subprincípios) inerentes ao "jogar" que pretendemos (específica) com o subjacente envolvimento das dimensões técnica, física e psicológica. O Treino terá de ser considerado enquanto um processo Ensino-Aprendizagem, em que a dimensão Tática (Modelo de Jogo) deve assumir a coordenação e a modelação do processo operacional do treino.



# Processo de Treino S17





Contacto para eventuais dúvidas e/ou proposta de observação/recrutamento:

[andre.sapata@afaveiro.pt](mailto:andre.sapata@afaveiro.pt)

