



SEMANA NACIONAL DE FORMAÇÃO

MOURA/SERPA

1/4 julho 2025



Desporto Escolar



EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO



terra forte
município



desportoescolar.dge.medu.pt



NÍVEIS DE DESEMPENHO



FUTSAL

ASPETOS METODOLÓGICOS NA APRENDIZAGEM
DO JOGO DE FUTSAL

ETAPAS DE FORMAÇÃO

DO JOGADOR
DE FUTSAL



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
DE FUTEBOL



FUTSAL

ASPETOS METODOLÓGICOS NA APRENDIZAGEM
DO JOGO DE FUTSAL

Alta Competição



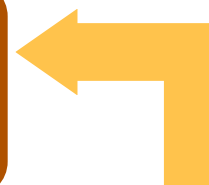
NÍVEL DE
ESPECIALIZAÇÃO



NÍVEL
INTERMÉDIO



NÍVEL
ELEMENTAR



NÍVEL BÁSICO

Início



(Braz e Guilherme, 2014)



Jogo
5x5

Jogo
3x3

ESCALÕES ETÁRIOS

Juniores "A" - Juniores - (sub 19 / sub 18)

Juniores "B" - Juvenis - (sub 17 / sub 16)

Juniores "C" - Iniciados - (sub 15 / sub 14)

Juniores "D" - Infantis - (sub 13 / sub 12)

Juniores "E" - Benjamins - (sub 11 / sub 10)

Juniores "F" - Traquinas - (sub 9 / sub 8)

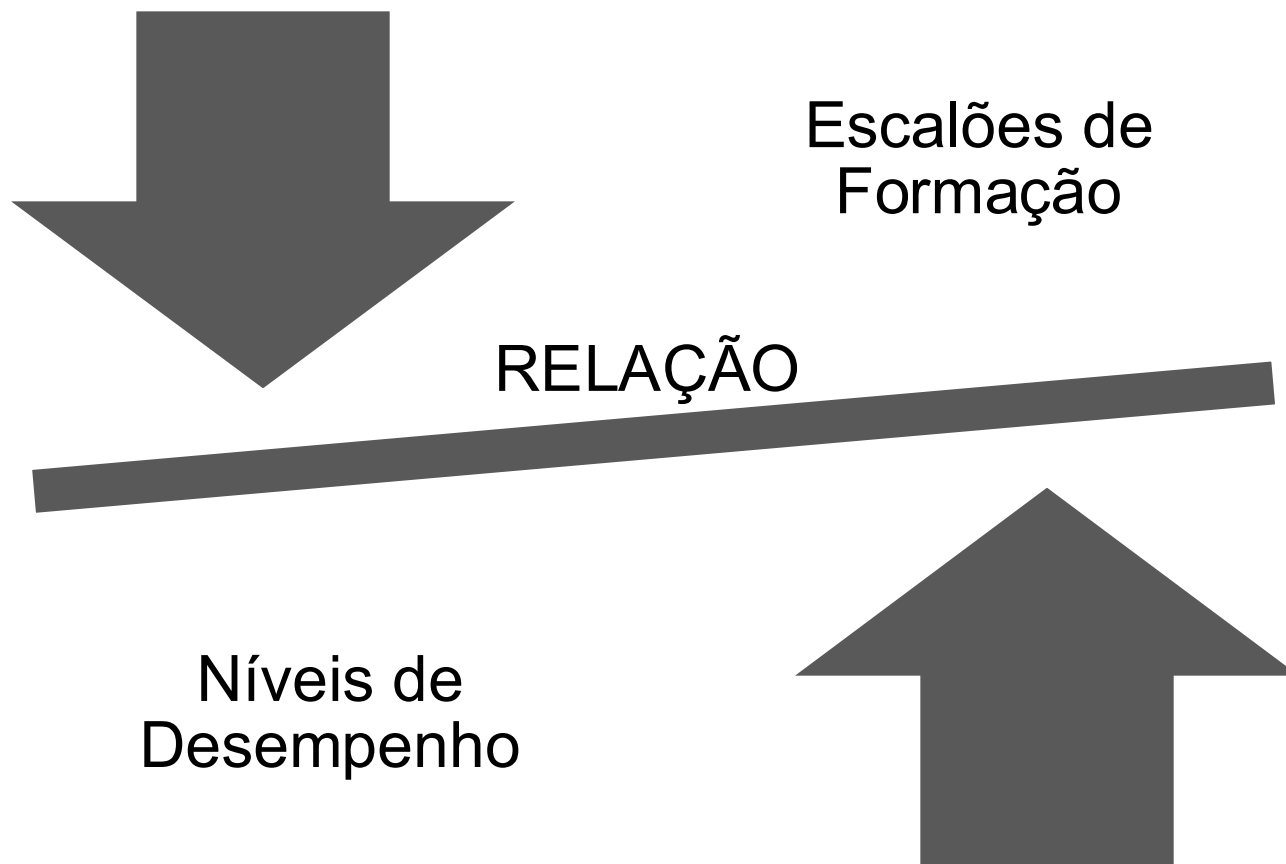
Juniores "G" - Petizes - (sub 7 / sub 6)

Preparação Desportiva a Longo Prazo

(Cafruni, 2002; Ferreira, 2000; Balyi & Hamilton, 2004).

Alto
Rendim
ento

Iniciação



2014

OBJETIVO DO ESTUDO

- Clarificação de uma sequência de conteúdos a utilizar para a formação desportiva no futsal e a sua aplicação nos vários níveis de desempenho/escalões de formação.

ESCALÕES ETÁRIOS

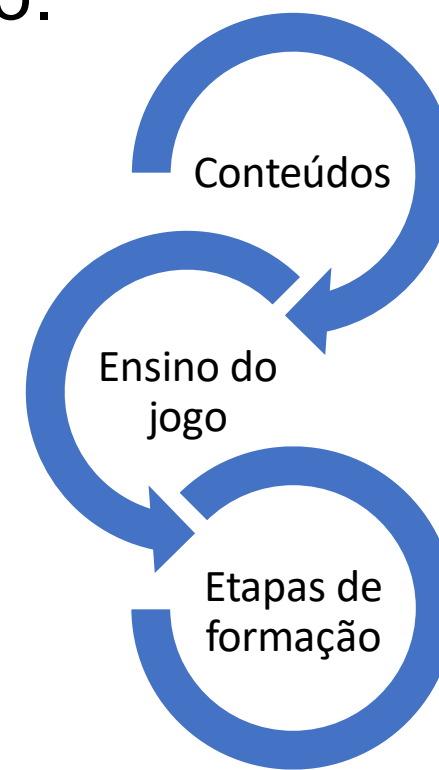
Juniores “A” - sub - 19

Juniores “B” - sub -17

Juniores “C” - sub -15

Juniores “D” - sub -13

Juniores “E” - sub -11





RELAÇÃO

ESCALÕES ETÁRIOS

Juniores "A" - sub 19

Juniores "B" - sub 17

Juniores "C" - sub 15

Juniores "D" - sub 13

Juniores "E" - sub -11

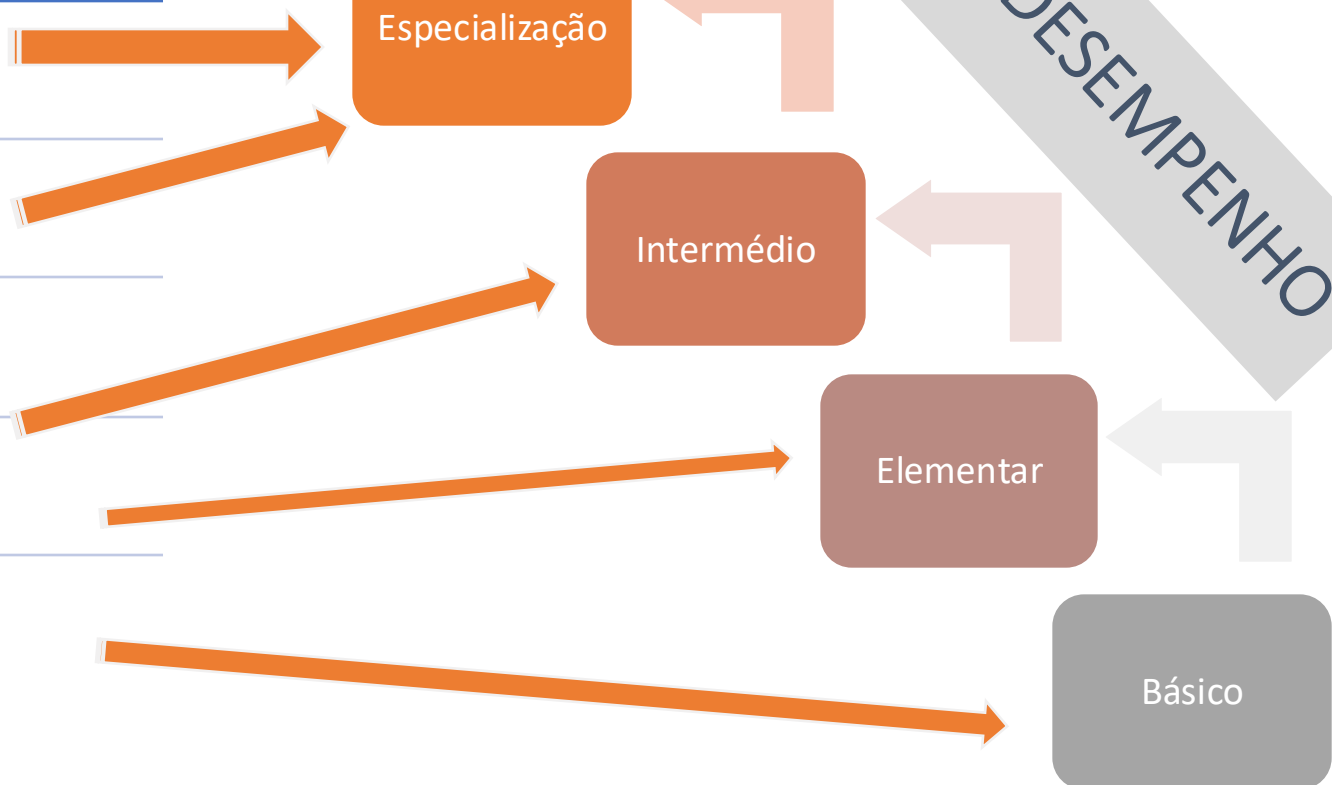
Especialização

Intermédio

Elementar

Básico

NÍVEIS DESEMPENHO



- Poderão existir alguns fatores que venham contribuir para a divergência “desta ideia”?



Qualidade do treino e da intervenção!!!





FUTSAL

ASPETOS METODOLÓGICOS NA APRENDIZAGEM
DO JOGO DE FUTSAL





- O ensino do jogo não deve estar dependente apenas do escalão etário considerado (idade do jogador), mas sim da **qualidade do jogo evidenciada** e do nível de conhecimento do jogo.

Para que se possa intervir de forma adequada, importa perceber o nível da equipa que treino, e fundamentalmente dos jogadores que fazem parte dessa equipa.



FUTSAL

ASPETOS METODOLÓGICOS NA APRENDIZAGEM
DO JOGO DE FUTSAL





CONHECIMENTO
DO JOGO



CONTEÚDOS



OBJETIVOS



EXERCÍCIOS

(Garganta e Pinto, 1994)



Desporto Escolar



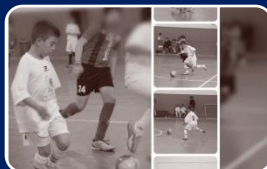
FUTSAL

ASPETOS METODOLÓGICOS NA APRENDIZAGEM
DO JOGO DE FUTSAL



Nível Básico – (+- Infantis B)????

- Capacidades coordenativas com e sem bola aplicadas em contextos básicos do jogo.



Nível Elementar – (+- Infantis A)????

- Entendimento do jogo enquanto projeto coletivo.



Nível Intermédio – (Iniciados)????

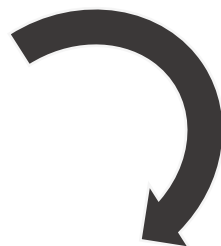
- Organização posicional e estrutural para as diferentes fases/momentos do jogo.



Nível de Especialização

- Organização e dinâmica coletiva para a variabilidade do jogo.

Nível Básico



CARACTERIZAÇÃO TÓPICOS

- O nível básico é manifestado, fundamentalmente, pelo rudimentar relacionamento com a bola;
- Grandes dificuldades na execução das ações técnicas individuais;
- A organização posicional e funcional não existe;
- Constante aglomeração dos diferentes jogadores em torno da bola;
- A bola não é só o objeto como também é o objetivo do jogo;
- A ausência de consciência do objetivo primeiro do jogo, a marcação de golos;
- Tudo funciona em torno do espaço físico da bola.



Objetivos dos Níveis de Desempenho – Nível Básico pode coincidir com (Escalão Sub 11- Benjamins)

Conteúdos

Aspetos coordenativos, de lateralidade e agilidade;
Relacionamento com a bola; (passe, receção condução de bola, remate, etc...)
Ações ofensivas sem bola (desmarcações)
Ações defensivas (marcação, desarme, interceção e posicionamento defensivo)

Princípios Ofensivos

Progressão;
Cobertura Ofensiva

TÁTICA INDIVIDUAL

Fundamentos Ofensivos

Progressão: Orientação corporal (apoios); Domínio do campo visual; Domínio espacial com bola em relação ao marcador direto; Lateralidade, Virar o jogo (inverter o sentido), fixar o defensor.
Cobertura Ofensiva: Criar linha de passe; Temporização ofensiva.

Princípios Defensivos

Contenção

TÁTICA INDIVIDUAL

Fundamentos Defensivos

Contenção: Posição Básica defensiva, Orientação corporal dos apoios, Domínio do Espaço; Pressão na bola; Temporização; Acompanhamento/deslocamentos defensivos.

Nível Básico



Dificuldades coordenativas



Dificuldades coordenativas





Orientação espaço temporal



Rep 30'' a 1'

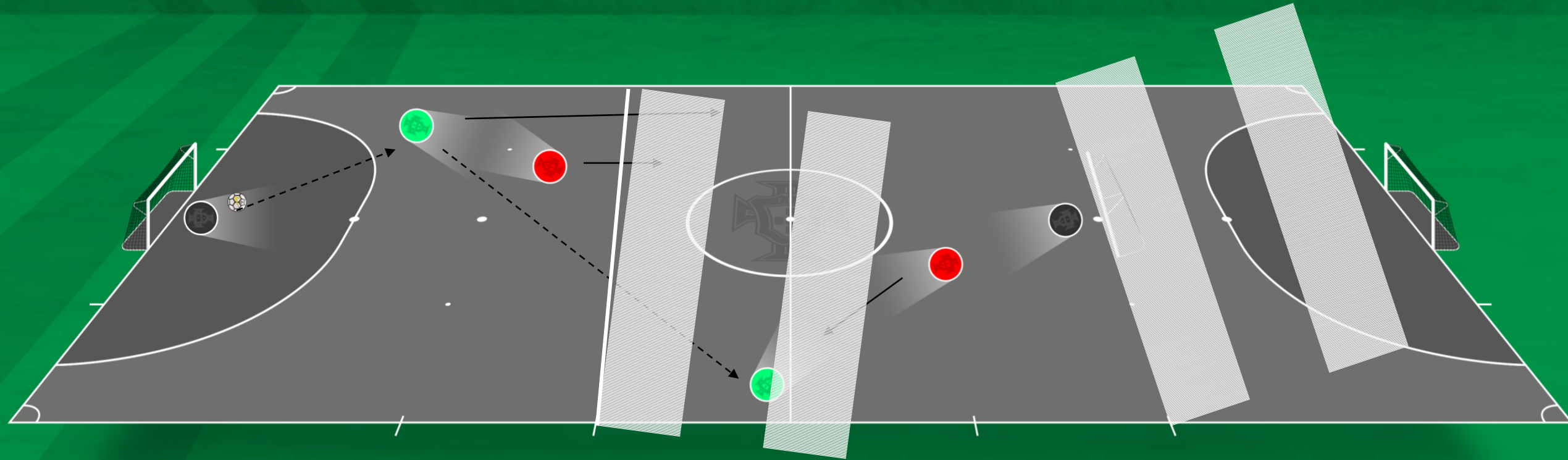
Objetivo: 1x1 ofensivo. Combinações duais.

Descrição: Jogo GR+2x2+GR em campo delimitado por duas zonas (defensiva (DF)/ofensiva (OF)). Sempre que haja passe para o colega da zona OF, se assim o desejar pode apoiar, sempre que o faça o defensor equilibra, 2x2. Gr pode colocar diretamente a bola na zona OF. Se o atacante da zona DF conseguir em progressão alcançar a zona OF, o defensor não pode defender (2x1+Gr)

Comportamentos desejados:

DEFESA - Vencer os duelos individuais defensivos impedindo a finalização com um adequado posicionamento defensivo. Defesa das combinações duais (evitar alinhamento defensivo).

ATAQUE - Progressão, estimular o 1x1, objetividade.





- **NÍVEL BÁSICO**

- **EXERCÍCIOS:**

- PROPOSTAS ELABORADAS PELOS FORMANDOS;
- APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO;
 - *Conteúdos prioritários?*

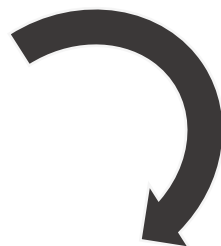




• NÍVEL ELEMENTAR



Nível Elementar



Conhecimento do jogo e seus objetivos

CARACTERIZAÇÃO TÓPICOS

- Ainda evidenciam frequentemente erros técnicos interrompendo as ações individuais e coletivas de jogo;
- Aparece uma organização posicional e funcional simples;
- A aglomeração em torno da bola deixa de ser tão evidente;
- As ações coletivas apenas são realizadas quando se reconhece que as individuais não terão possibilidades de êxito ou quando os benefícios são facilmente evidentes;
- Incorpora-se a diferenciação entre ter e não ter a posse da bola;
- Este nível caracteriza-se pelo início do entendimento do jogo, enquanto jogo coletivo.

Objetivos dos Níveis de Desempenho – Nível Elementar pode coincidir com (Escala Sub 13 - Infantis)

Conteúdos	Aspetos coordenativos, de lateralidade e agilidade; Relacionamento com a bola; Ações individuais ofensivas/defensivas sem bola; Diferenciação de comportamentos em virtude de se ter ou não a posse de bola; Privilegiar as estruturas 2x2	
Princípios Ofensivos	Progressão; Cobertura Ofensiva	TÁTICA GRUPAL (ações coletivas elementares, jogo a 2)
Fundamentos Ofensivos	Progressão: Orientação corporal (apoios); Domínio do campo visual; Domínio espacial com bola em relação ao marcador direto; Lateralidade, Virar o jogo (inverter o sentido), fixar o defensor. Cobertura Ofensiva: Criar linha de passe; Temporização ofensiva.	
Princípios Defensivos	Contenção Cobertura Defensiva	TÁTICA GRUPAL (ações coletivas elementares, jogo a 2)
Fundamentos Defensivos	Contenção: Posição Básica defensiva, Orientação corporal dos apoios, Domínio do Espaço; Pressão na bola; Temporização; Acompanhamento/deslocamentos defensivos. Cobertura Defensiva: Cooperação, Saltos de Marcação, Cortar linha de passe	



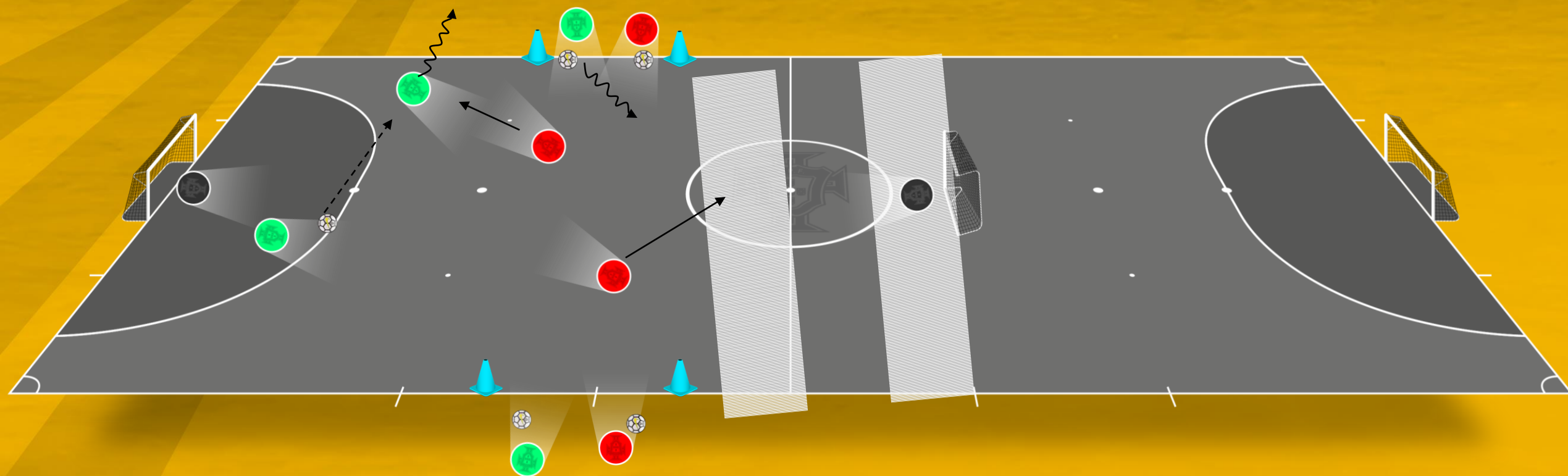
Objetivo: Cobertura defensiva

Descrição: Equipas de 4 jogadores. Jogo (Gr+2x2+Gr) com dois apoios exteriores com bola. Se um colega de equipa sair com a bola de jogo, entra o apoio com bola do mesmo lado.

Comportamentos desejados:

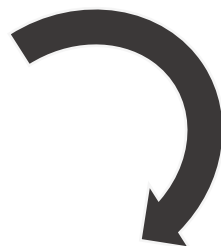
Cobertura da 2ª linha. Bola sempre pressionada, caso não seja possível deve ser feita pelo Gr.

Jogador que entra com a bola deve aproveitar a vantagem posicional ou numérica.



Nível Intermédio

Organização posicional e estrutural



CARACTERIZAÇÃO TÓPICOS

- A qualidade técnica dos jogadores já permite uma fluidez no jogo que lhes garante, com frequência, uma sequência de ações ininterrupta sem erros não provocados;
- Início da noção de organização posicional das diferentes fases do jogo;
- Ocupação equilibrada dos espaços;
- Os jogadores passam a ter consciência dos diferentes posicionamentos estruturais e das respectivas funções;
- A evolução do jogo passa pelo enquadramento coletivo que as ações individuais começam a assumir;
- O jogo passa definitivamente a ser entendido como um projeto coletivo em que as ações individuais visam o benefício da equipa.

Objetivos dos Níveis de Desempenho – Nível Intermédio pode coincidir com (Escala Sub 15 - Iniciados)

Conteúdos	Desenvolver as habilidades específicas do jogo; Trabalhar as ações técnicas individuais em contextos de organização coletiva; Articulação funcional na estrutura 1:3:1 (especial incidência); Superioridade e inferioridades numéricas; Trabalho específico do GR; Enfase aos tipos de jogo defensivos; Situações de bola paradas;
Princípios Ofensivos	Progressão; Cobertura Ofensiva; TÁTICA GRUPAL (ações coletivas elementares, jogo a 3) Mobilidade no Espaço
Fundamentos Ofensivos	Progressão: Orientação corporal (apoios); Domínio do campo visual; Domínio espacial com bola em relação ao marcador direto; Lateralidade, Virar o jogo (inverter o sentido), fixar o defensor. Cobertura Ofensiva: Criar linha de passe; Temporização ofensiva. Mobilidade no Espaço: Desmarcação de apoio e rutura, Criar para ocupar e aproveitar espaço - Fintas
Princípios Defensivos	Penetração; Cobertura Ofensiva; TÁTICA GRUPAL (ações coletivas elementares, jogo a 3) Equilíbrio no Espaço
Fundamentos Defensivos	Contenção: Posição Básica defensiva, Orientação corporal dos apoios, Domínio do Espaço; Pressão na bola; Temporização; Acompanhamento/deslocamentos defensivos. Cobertura Defensiva: Cooperação, Saltos de Marcação, Cortar linha de passe Equilíbrio no Espaço: Trocas, flutuação, retorno defensivo.



minutos

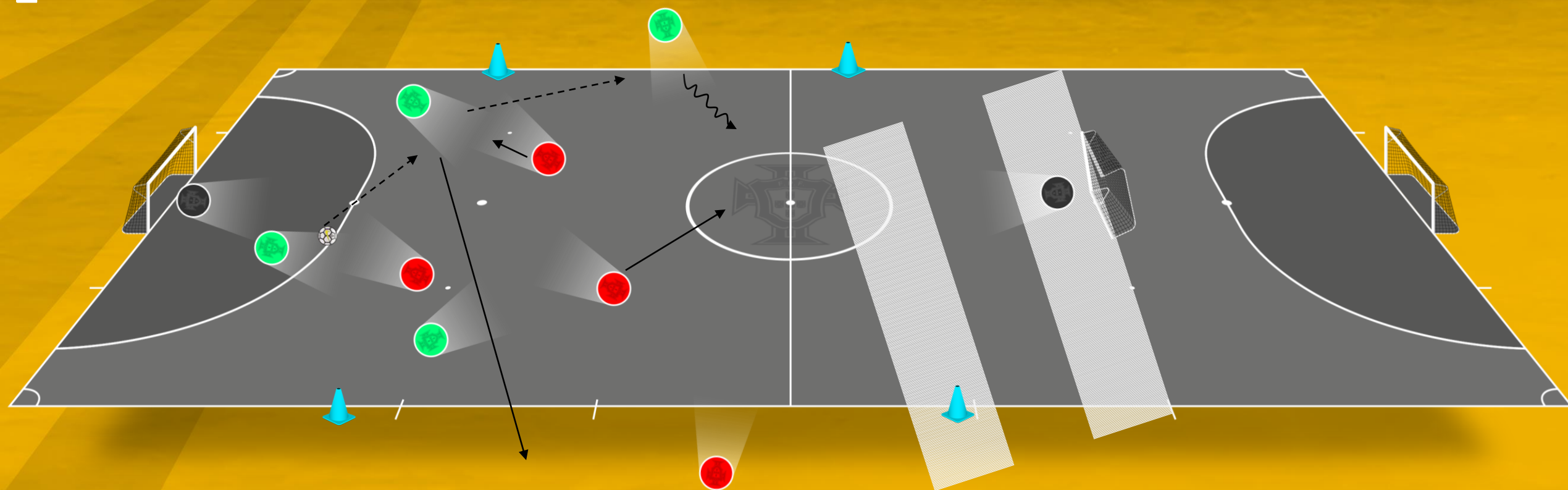
Objetivo: Cobertura e equilíbrio defensivo.

Descrição: Equipas de 4 jogadores. Jogo (Gr+3x3+Gr) com um apoio lateral em 30 x20. O apoio ao receber a bola entra em jogo. Quem faz o passe sai para o lado contrário. Preocupação do jogador defensor da 2ª linha fazer a cobertura.

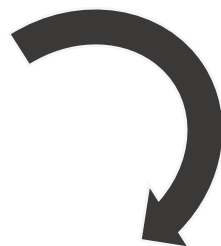
Comportamentos desejados:

Posicionamento defensivo. 2ª linha a reagir às coberturas (perceber a orientação do jogo).

Troca quando houver pressão na bola.



Nível Especialização



CARACTERIZAÇÃO TÓPICOS

- O jogo torna-se realmente coletivo e com todos os pressupostos necessários para que se possa partir para jogares com organização estrutural e funcional complexa;
- Qualidade técnica contextualizada numa organização estrutural e funcional suportado por numa dinâmica colectiva que emerge de padrões comportamentais referenciais;
- Neste nível de jogo os praticantes já evidenciam simultaneamente duas características importantes: grande mobilidade e equilíbrio posicional permanente (ataque e defesa);
- O equilíbrio posicional acontece porque os jogadores já são capazes de diferenciar e assumir as distintas posições e as respetivas funções, tanto a atacar como a defender.

Objetivos dos Níveis de Desempenho – Nível Especialização pode coincidir com - (Escala Sub 17 - 19 Juvenis e Juniores)

Conteúdos

Jogo organizado e dinâmico;
Tarefas e funções dos jogadores nas várias posições;
Nível de jogo com maior complexidade.
O trabalho específico do GR é fundamental, bem como as situações de bola parada;
Adaptabilidade em função da forma de jogar do adversário;
Início do trabalho das situações de risco 5x4+GR.

Princípios Ofensivos

Progressão; Cobertura Ofensiva; Mobilidade no Espaço

Fundamentos Ofensivos

Progressão: Orientação corporal (apoios); Domínio do campo visual; Domínio espacial com bola em relação ao marcador direto; Lateralidade, Virar o jogo (inverter o sentido), fixar o defensor.
Cobertura Ofensiva: Criar linha de passe; Temporização ofensiva.
Mobilidade no Espaço: Desmarcação de apoio e rutura, Criar para ocupar e aproveitar espaço - Fintas

Princípios Defensivos

Contenção; Cobertura Defensiva; Equilíbrio no Espaço

Fundamentos Defensivos

Contenção: Posição Básica defensiva, Orientação corporal dos apoios, Domínio do Espaço; Pressão na bola; Temporização; Acompanhamento/deslocamentos defensivos.
Cobertura Defensiva: Cooperação, Saltos de Marcação, Cortar linha de passe
Equilíbrio no Espaço: Trocas, flutuação, retorno defensivo.

Nível Especialização



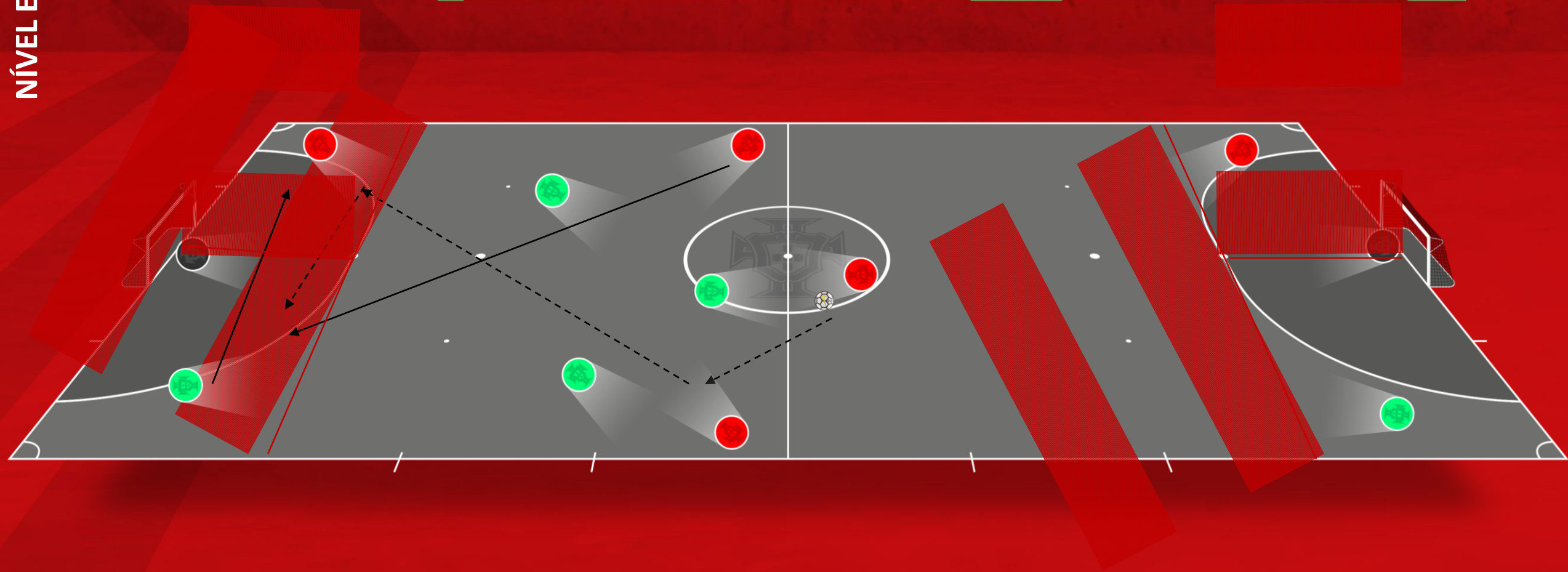
minutos

Objetivo: Acompanhar cortes.

Descrição: Equipas de 4 jogadores. Jogo Gr+3x3+Gr + pivô + defensor (que estão em zona delimitada 10m) em 40x20 . Pode-se finalizar sem a bola ir ao pivô. Se a bola entrar no pivô este pode finalizar ou assistir. Defensor só entra no espaço do pivô após este receber a bola.

Comportamentos desejados:

Coordenação defensiva coletiva. Troca nas sobreposições, tirar linha de passe em profundidade, impedir progressão, nunca perder costas, individualizar sempre que a bola entre no pivô.



Proposta de Formação

- Apesar da proposta de correspondência entre os escalões de formação institucionalizados pela FPF e os níveis de desempenho do jogador de futsal, e considerando que o ensino do jogo não estará dependente do escalão etário considerado, mas sim, do conhecimento do jogo evidenciado pelos atletas, consideramos que a apresentação de uma proposta de formação para o futsal se deve *referenciar em função dos níveis de desempenho e não dos escalões etários.*



Considerações Finais

- O ensino do jogo em função dos níveis de desempenho e não dos escalões etários.
- A qualidade do treino/exercício adaptado ao nível dos atletas;
- Dentro do mesmo escalão etário existem atletas com níveis de desempenho diferentes;
- Ensinar o jogo pelo jogo numa perspetiva de complexidade crescente.