

DESPORTO ESCOLAR | SEMANA NACIONAL DE

# FORMAÇÃO

VIANA DO CASTELO | 4/7 JULHO



<https://desportoescolar.dge.medu.pt>





Desporto Escolar



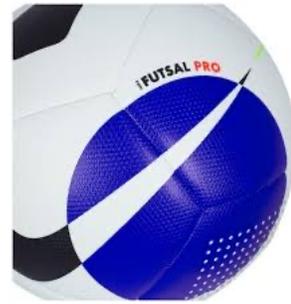
**FORMAÇÃO**

# FUNDAMENTOS DO JOGO



**FUTSAL**

ASPETOS METODOLÓGICOS NA APRENDIZAGEM  
DO JOGO DE FUTSAL



# Jogo de Futsal

PRINCÍPIOS

FUNDAMENTOS

AÇÕES



Desporto Es



## FUNDAMENTOS ORIENTADORES DE CADA PRINCÍPIO DE JOGO

O nível de perícia de um jogador é claramente definido pela capacidade que ele tem de **compreender o jogo**, de ler e decidir, mas igualmente pela capacidade de enquadrar **intencionalmente as ações**, o que depende fortemente do domínio dos **fundamentos do jogo**.



## FUNDAMENTOS OFENSIVOS

### PRINCIPIOS ESPECÍFICOS OFENSIVOS

#### PROGRESSÃO

Orientação corporal (apoios)

Domínio do campo visual

Lateralidade

Domínio espacial com bola em relação ao marcador direto

Virar o jogo (alterar a orientação do jogo)

Fixar o defensor

#### COBERTURA OFENSIVA

Criar linhas de passe

Temporização ofensiva

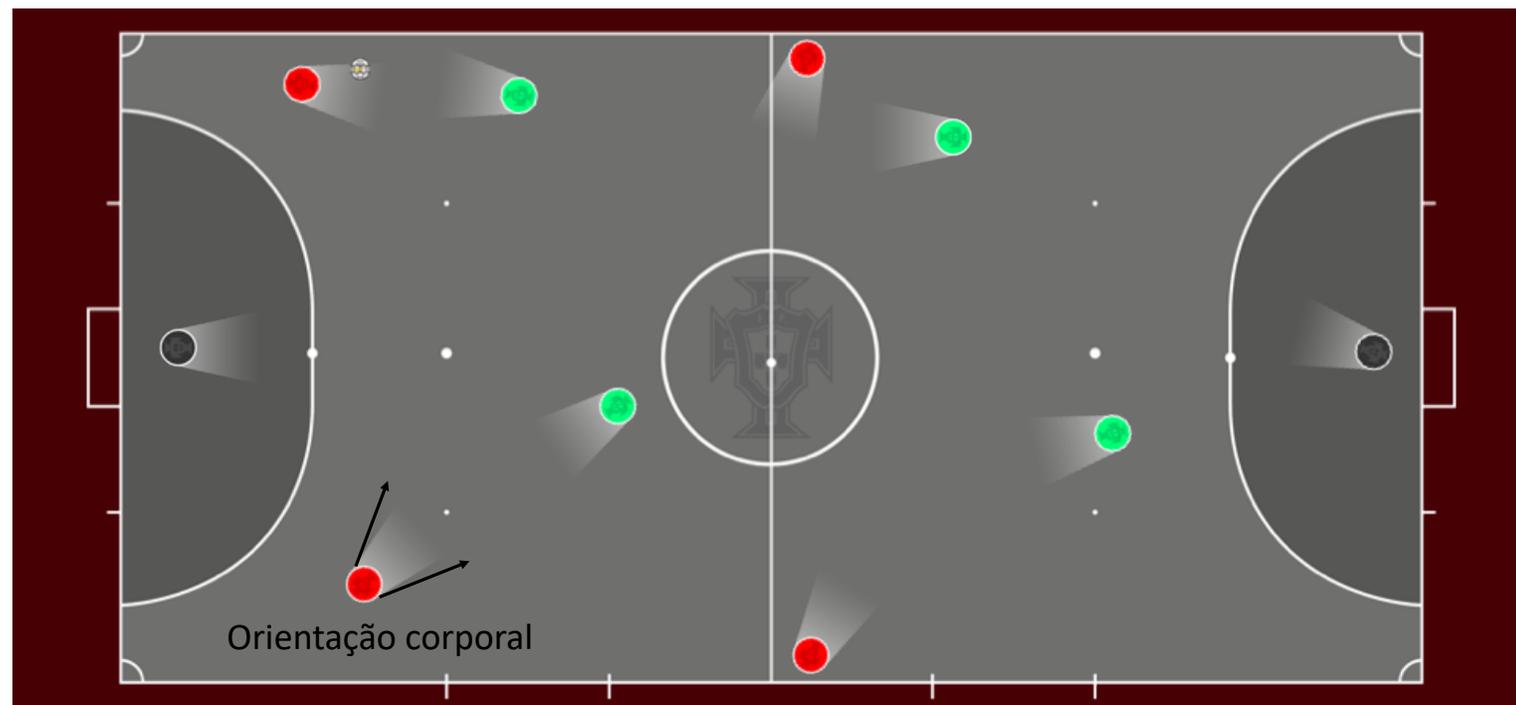
#### MOBILIDADE NO ESPAÇO

Desmarcação de rutura ou apoio

Criar espaço para aproveitar e ocupar - finta

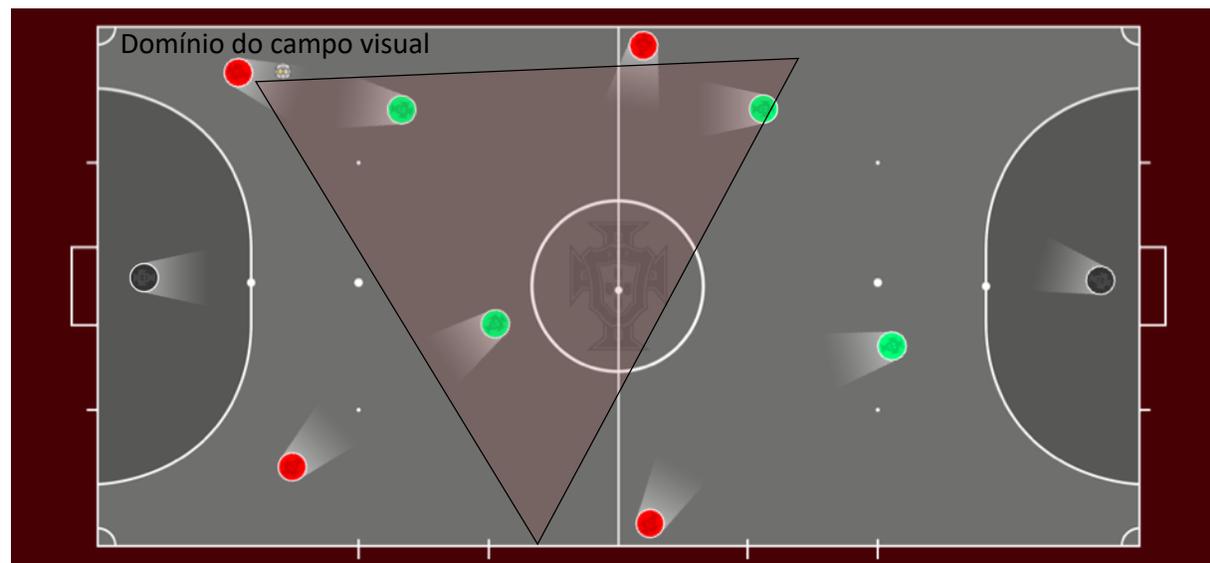
## PROGRESSÃO - Orientação Corporal (Apoios)

Orientar o corpo de forma adequada, em função da ação de jogo, melhora a perceção espaciotemporal da nossa posição em relação à bola, aos companheiros e aos adversários, permitindo-nos aumentar as opções táticas.



## PROGRESSÃO - Domínio do campo visual

Para ter uma melhor perceção daquilo que se passa à sua volta e melhorar a ação tática, o jogador deve ajustar o seu campo visual de modo a ter referências informacionais tendo por base a posição da bola, dos companheiros e dos adversários face ao local do campo onde se encontra e para onde pretende progredir. Em todas as situações de jogo, há que saber o que olhar, onde e como; ou seja, quanto «mais campo» conseguir ver, maiores serão as possibilidades de sucesso na execução da ação.



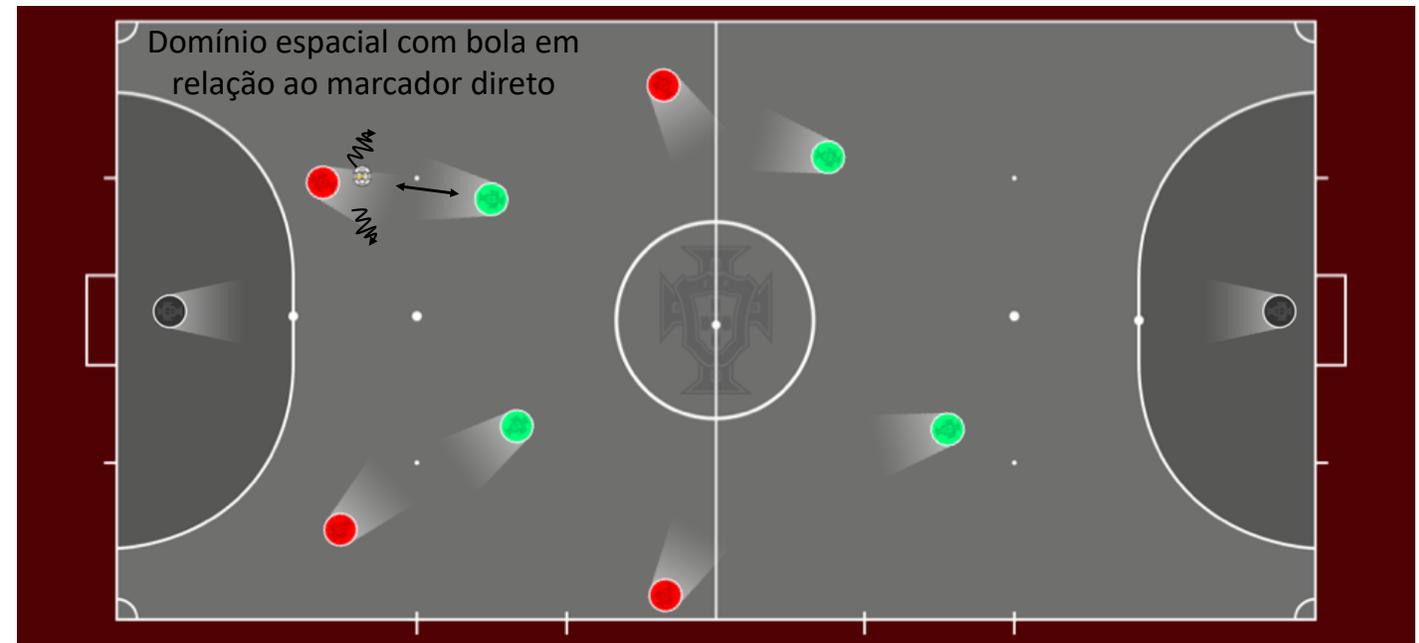
## PROGRESSÃO - Lateralidade

A palavra lateralidade significa ter predominância de um de dois dispositivos simétricos – neste caso, os membros inferiores. Aqui, o que pretendemos é exatamente o contrário: desenvolver uma não predominância ou, no mínimo, a capacidade de intervir com ambos os pés, orientando a bola para todos os planos, interior/exterior e anterior/posterior, e utilizando todas as superfícies, parte externa/interna e a planta do pé, de forma a dotar o jogador de mais recursos para o desenvolvimento da sua ação tática.



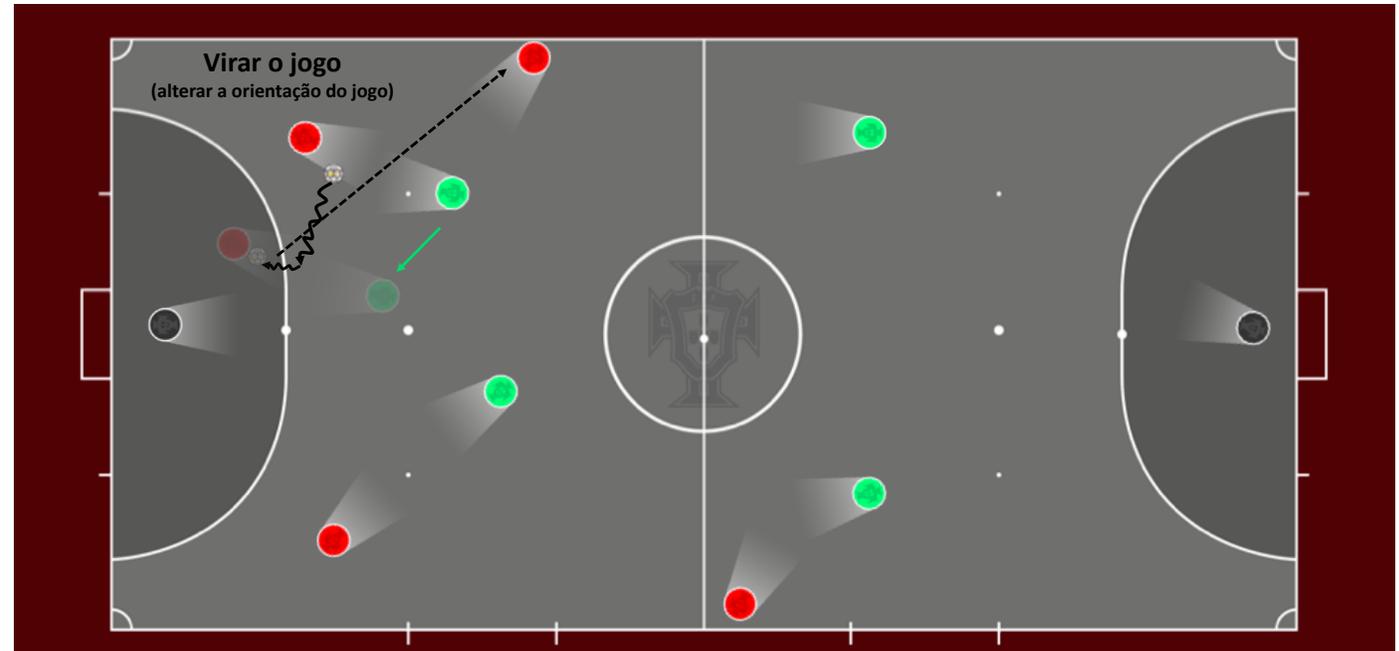
## PROGRESSÃO - Domínio espacial com bola em relação ao marcador direto

Distância que existe entre o portador da bola e o defensor direto, bem como a perceção do espaço-tempo que lhe poderá estar associada de modo a não comprometer a opção tática mais adequada.



## PROGRESSÃO - Virar o jogo; alterar a orientação do jogo

A variação da orientação corporal através do domínio da bola e do controlo orientado face à orientação do jogo permite ao portador da bola ganhar espaço de segurança ao defensor direto para passar a um companheiro ou progredir em condução.



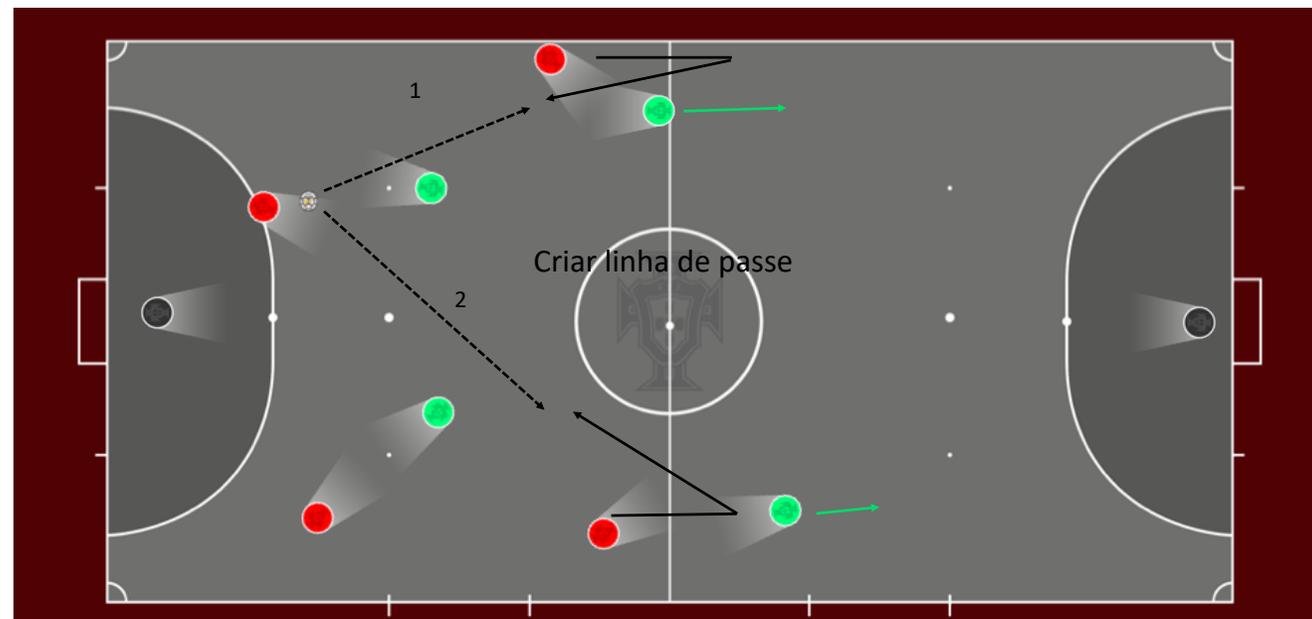
## PROGRESSÃO - Fixar o defensor

É a capacidade de o portador da bola invadir o espaço de jogo de um defensor de modo a diminuir as possibilidades de ação deste e a aumentar as possibilidades de ação no ataque.



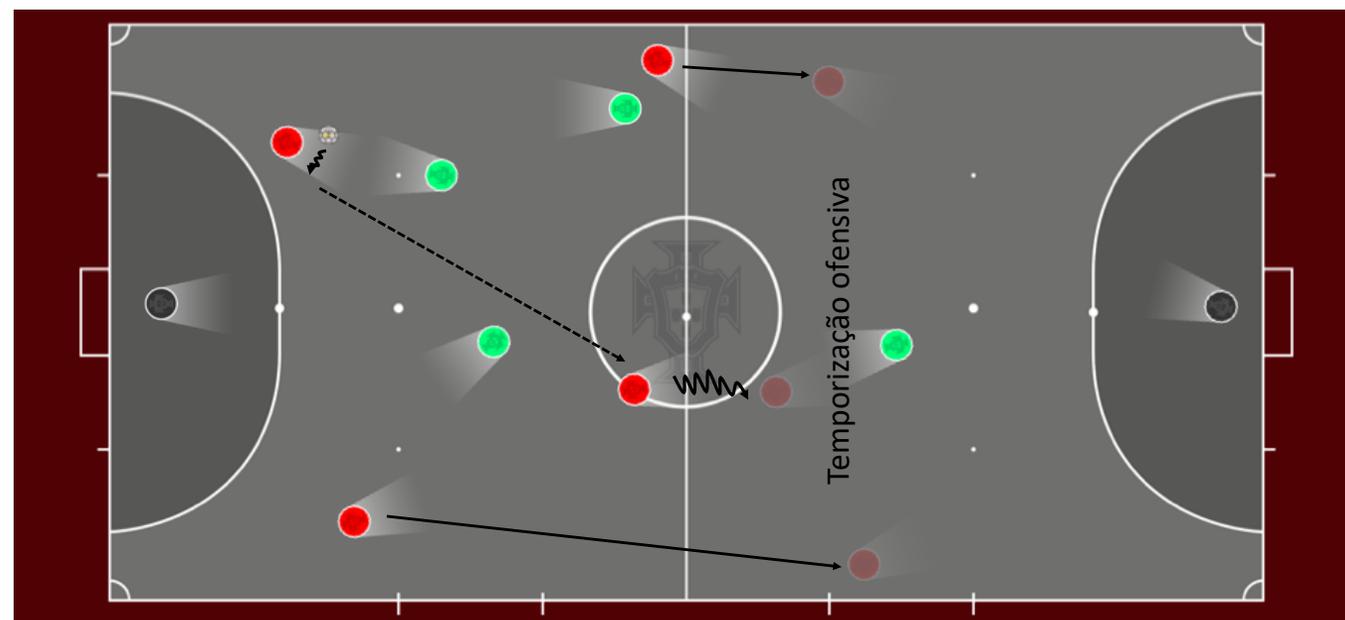
## COBERTURA OFENSIVA - Criar linhas de passe

Ações sem bola realizadas pelos atacantes de modo a criar opções de passe ao portador, podendo haver ou não deslocamento.



## COBERTURA OFENSIVA - Temporização ofensiva

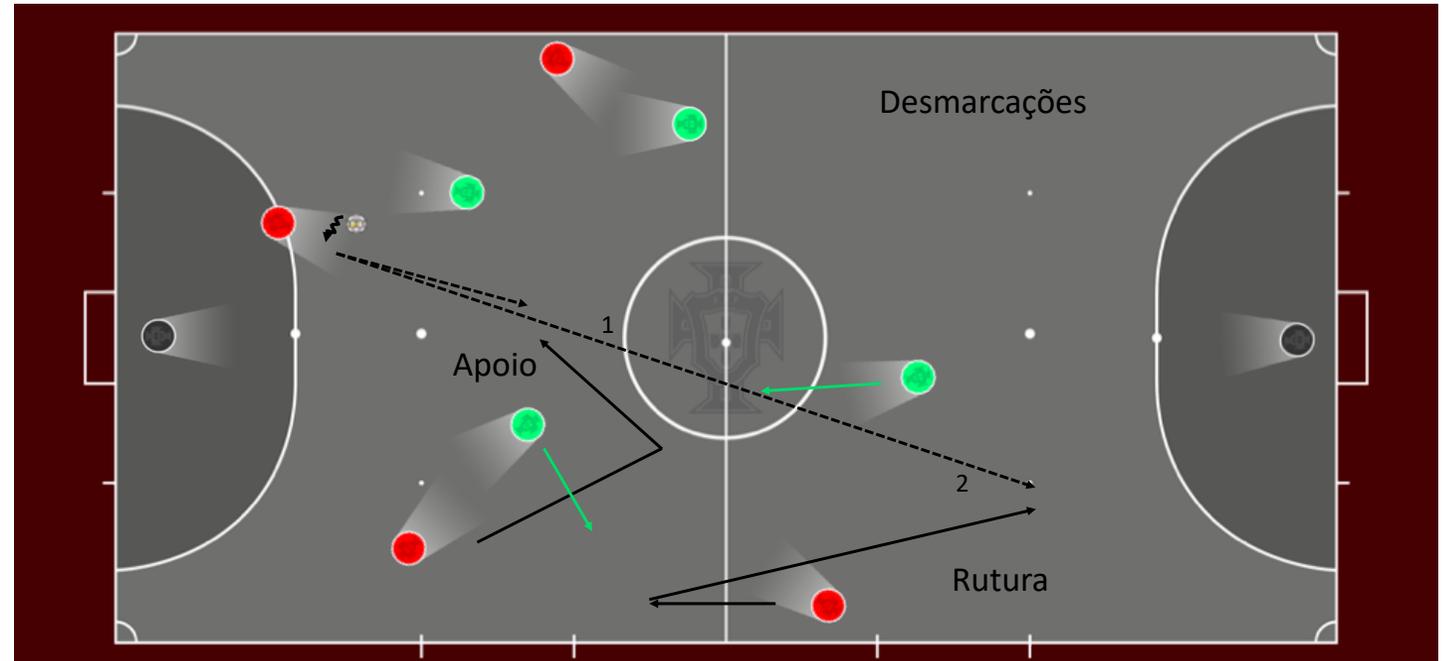
Variação  
(aumento/diminuição)  
na velocidade de  
aproximação e fixação  
do defensor de modo a  
possibilitar a criação de  
vantagem numérica ou  
espacial pelos  
companheiros de  
equipa.



## MOBILIDADE NO ESPAÇO - Desmarcação de rutura ou apoio

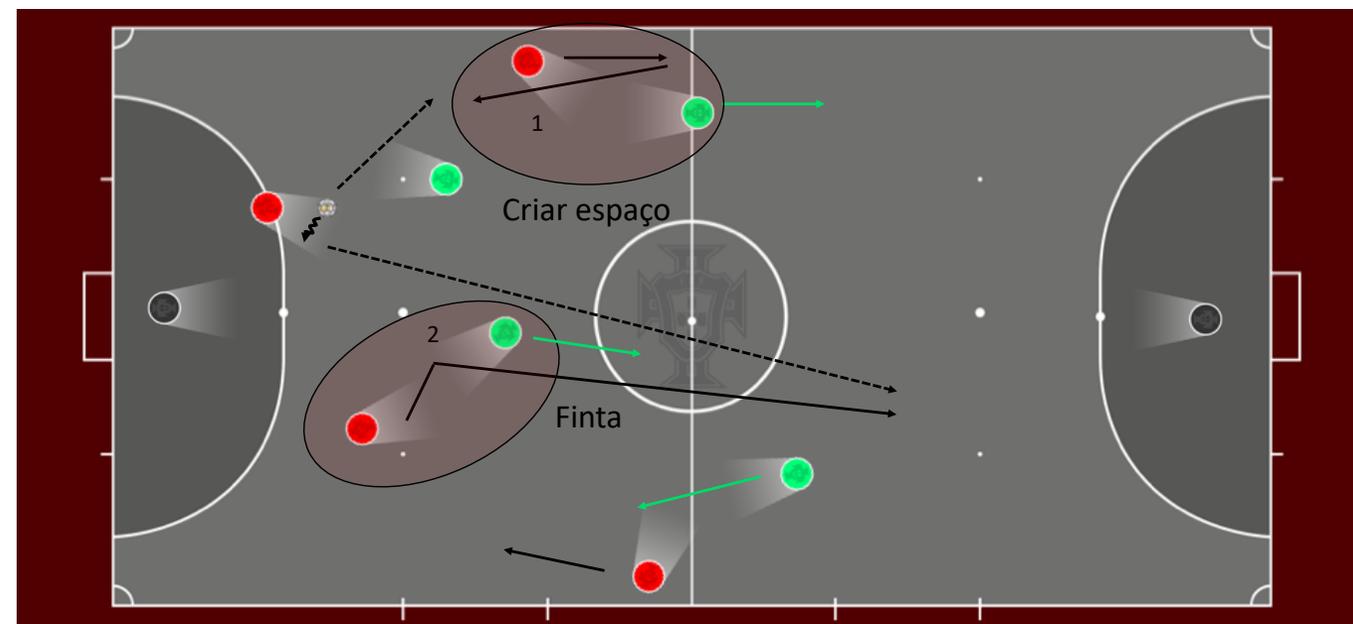
Deslocamentos de aproximação ou afastamento ao portador da bola que se realizam para sair da vigilância do adversário e criar linhas de passe para progressão ou apoio.

As desmarcações são de **apoio** quando se trata de ajudar o colega que está com a posse de bola a ter opções de passe permanentes, e de **rutura** quando se procura o espaço que permite a progressão para a baliza adversária.



## MOBILIDADE NO ESPAÇO - Criar espaço para aproveitar e ocupar - finta

Deslocamentos ou movimentos com o corpo visando iludir o oponente direto, de forma que este inicie um deslocamento que favoreça o atacante em relação à ação posterior a realizar.



**FUNDAMENTOS DEFENSIVOS**

**PRINCIPIOS ESPECÍFICOS DEFENSIVOS**

**CONTENÇÃO**

Posição básica defensiva

Orientação corporal (apoios)

Domínio do espaço

Pressão na bola

Temporização

Acompanhamento/deslocamentos defensivos

**COBERTURA DEFENSIVA**

Cooperação (ajudas, coberturas)

Saltos de marcação

Cortar linhas de passe

**EQUILÍBRIO NO ESPAÇO**

Trocas

Retorno defensivo

Flutuação

## CONTENÇÃO - Posição básica defensiva

Posição de prontidão para a ação definida pela relação entre o posicionamento dos apoios e o centro de gravidade do defensor. O defensor deverá adotar uma postura defensiva que lhe permita realizar deslocamentos nos diferentes planos e direções de forma rápida e ajustada às exigências do contexto.



## CONTENÇÃO - Orientação dos apoios

Posição do corpo e dos apoios tendo como referências a bola, a baliza, os adversários e os companheiros de equipa. A orientação corporal dos apoios deverá condicionar a ação ofensiva do adversário, limitando o espaço que tem para progressão através da variação do seu ângulo de aproximação.



## CONTENÇÃO - Domínio do espaço (jogador com bola e sem bola e espaço defensivo)

Distância equilibrada que o defensor mantém para o adversário portador da bola, bem como a percepção do espaço/tempo que lhe poderá estar associado, de modo a não permitir que seja ultrapassado.



## CONTENÇÃO - Pressão na bola (redução do espaço, orientação defensiva)

Diminuição brusca da distância do defensor para o portador da bola de modo a limitar o espaço que este tem e a condicionar a sua iniciativa.

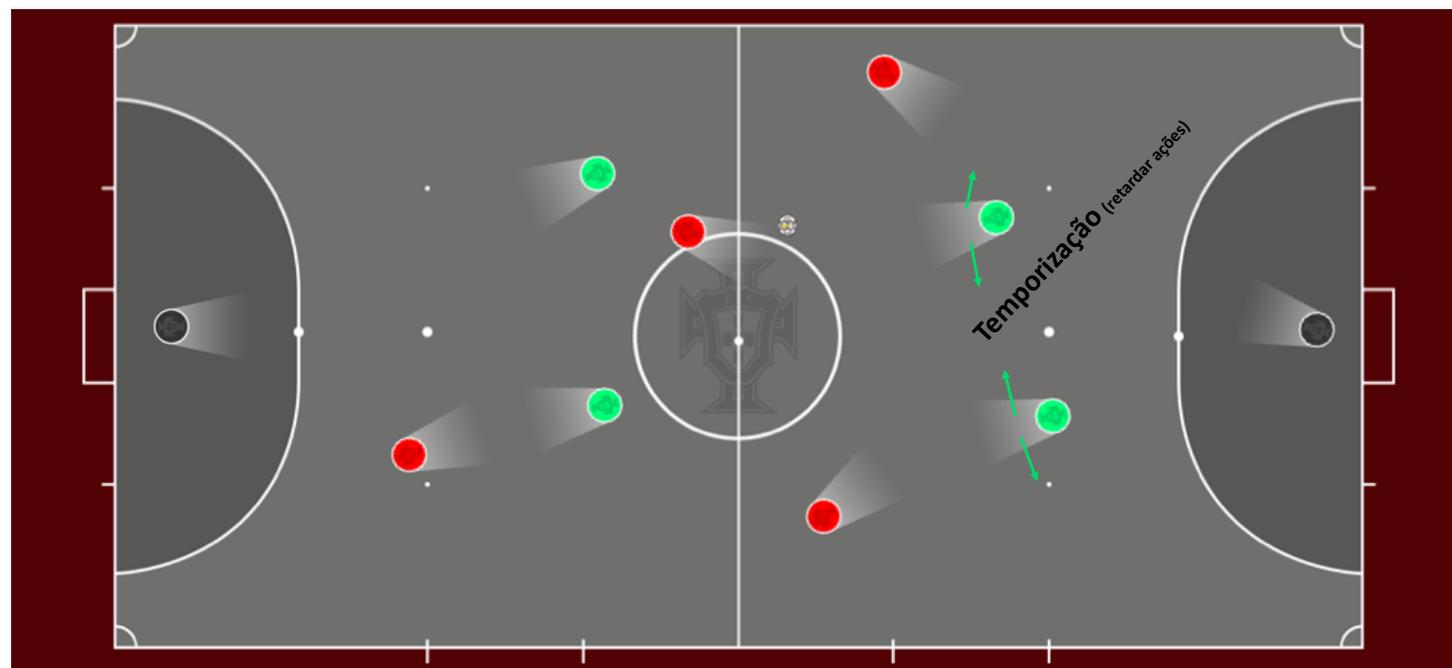
O defensor deve ter em consideração os seguintes aspetos:

- Redução do espaço defensivo na trajetória do passe;
- Posição básica defensiva a adotar no momento da pressão (diminuir o espaço de ação do adversário);
- Orientação defensiva com o intuito de condicionar o adversário, diminuindo-lhe o espaço e as linhas de passe.



## CONTENÇÃO - Temporização

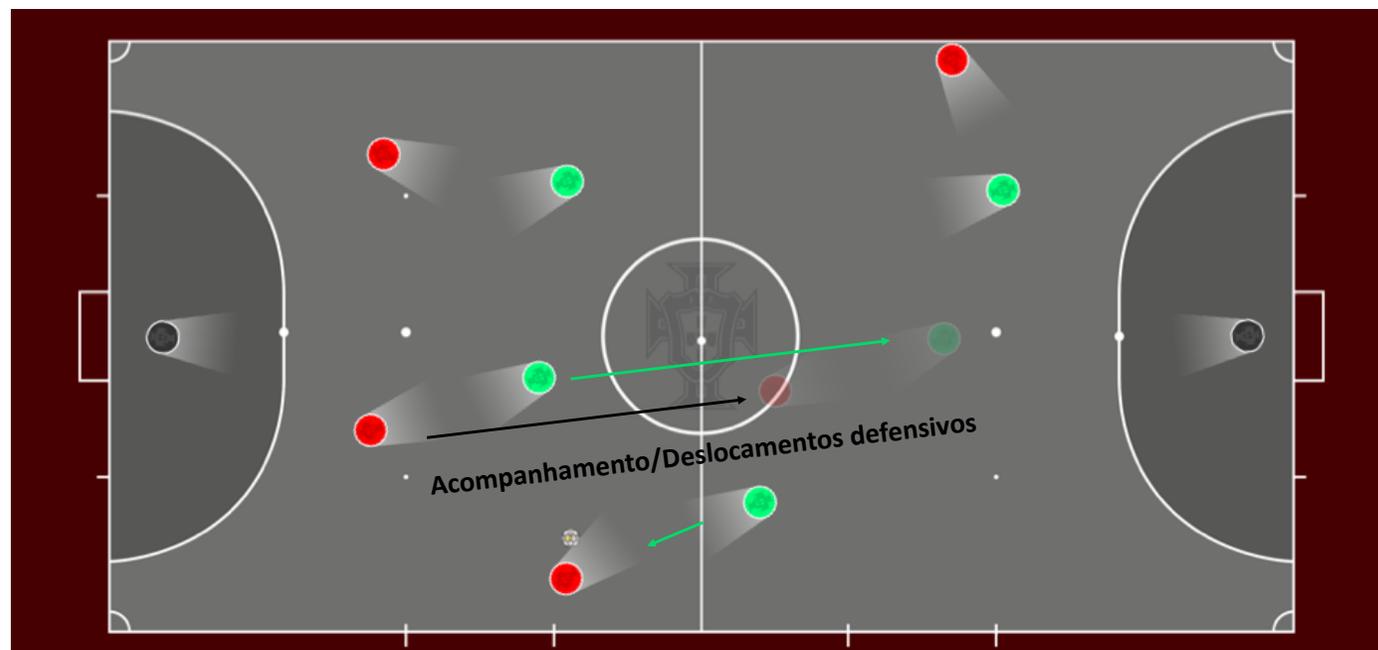
Ação de manutenção do equilíbrio defensivo com o portador da bola ou com os atacantes mais próximos, não permitindo a fixação do defensor, para potenciar a recuperação defensiva dos restantes colegas.



## CONTENÇÃO - Acompanhamento / deslocamentos defensivos

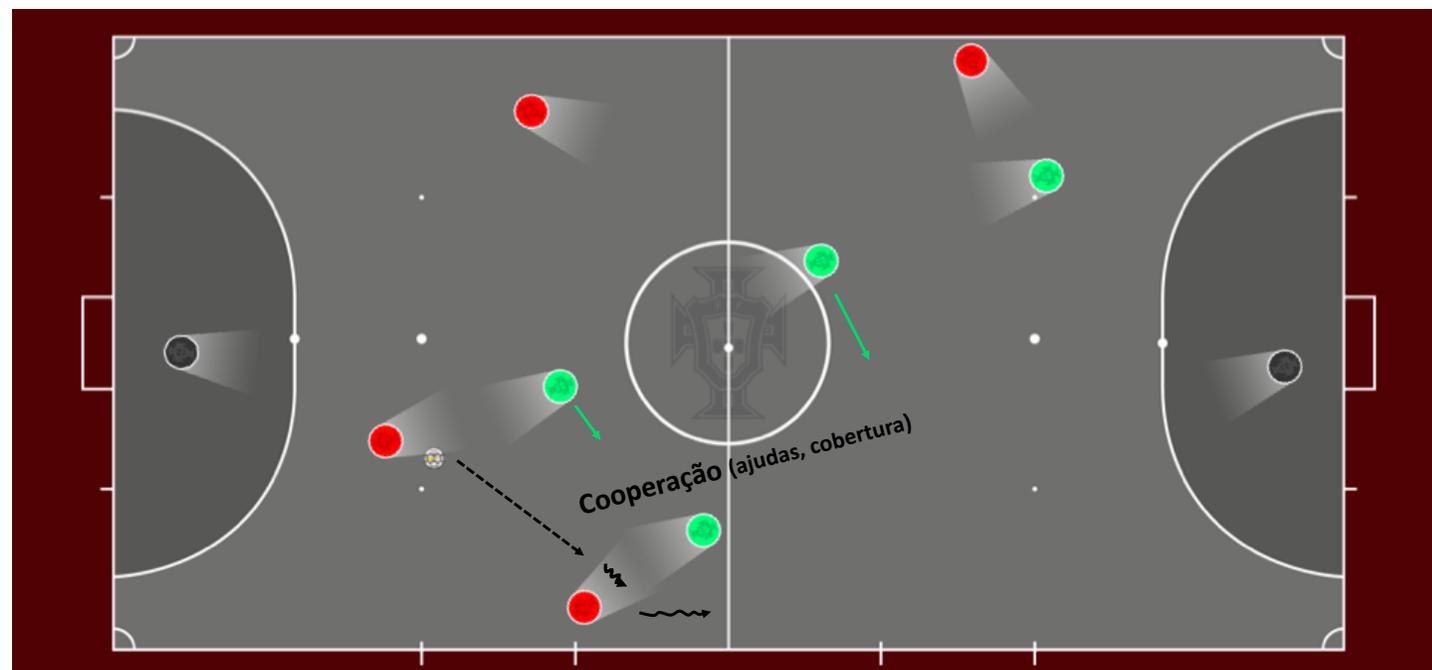
Orientação nos deslocamentos defensivos em função da trajetória do adversário direto, tendo por base a posição da bola e a baliza.

Preferencialmente, o deslocamento do defensor deverá ser realizado de modo que consiga visualizar a bola, o adversário direto sem bola que se está a movimentar e os restantes adversários e colegas (dominar par e bola).



## COBERTURA DEFENSIVA - Cooperação (ajudas e coberturas)

Ajuste no posicionamento em relação ao defensor direto do portador da bola no sentido de diminuir o espaço disponível para progressão, ou de evitar a progressão do atacante caso o defensor direto seja ultrapassado.



## COBERTURA DEFENSIVA - Salto de marcação (seguir a bola)

Troca de marcação entre dois defensores, definida pela particularidade de um dos jogadores deixar de marcar o adversário direto e seguir a trajetória da bola. Um salto de marcação tem como principal objetivo uma pressão mais eficaz e rápida sobre o portador da bola.



## COBERTURA DEFENSIVA - Cortar linhas de passe (passador ou recetor)

Ações realizadas pelos defensores de modo a retirar opções de passe ao portador da bola ou a condicioná-lo na receção, de modo a restringir-lhe a ação pela diminuição do espaço e tempo de que dispõe.

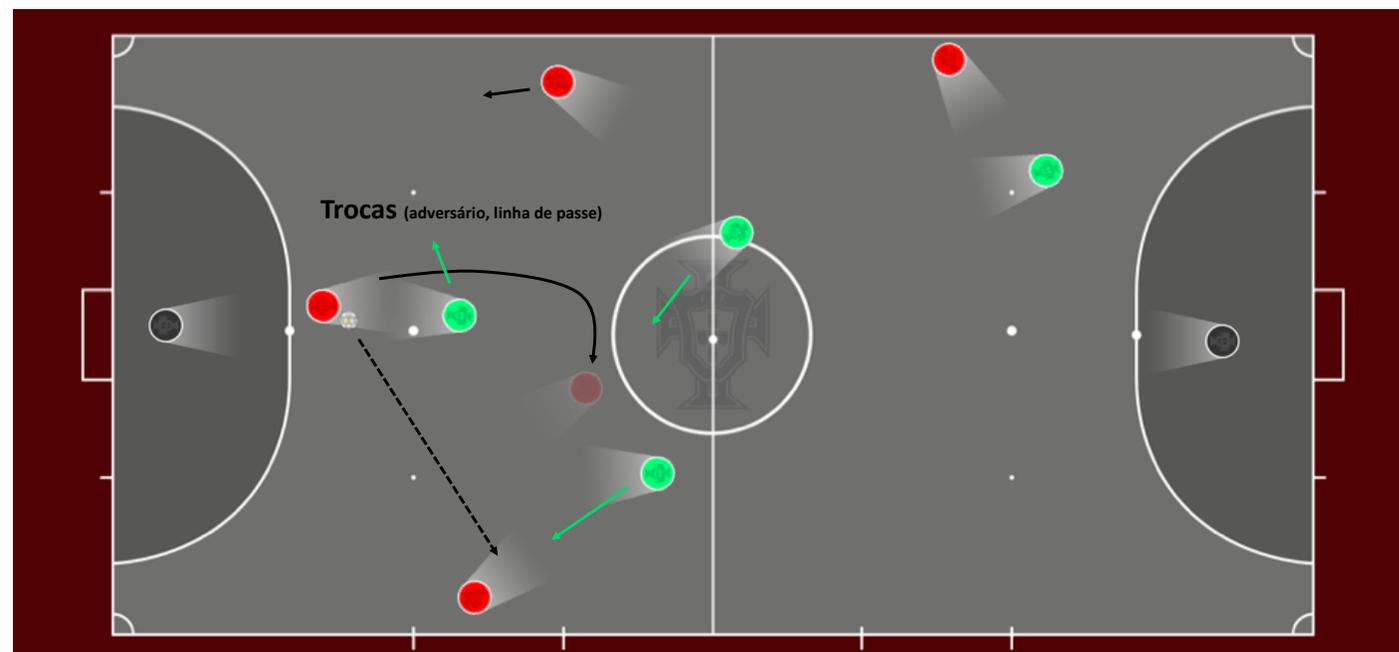
As ações para cortar linhas de passe podem realizar-se:

- Em relação ao portador da bola (orientação do jogo, pressão e domínio do espaço);
- Na receção da bola – pressionar a trajetória da bola.



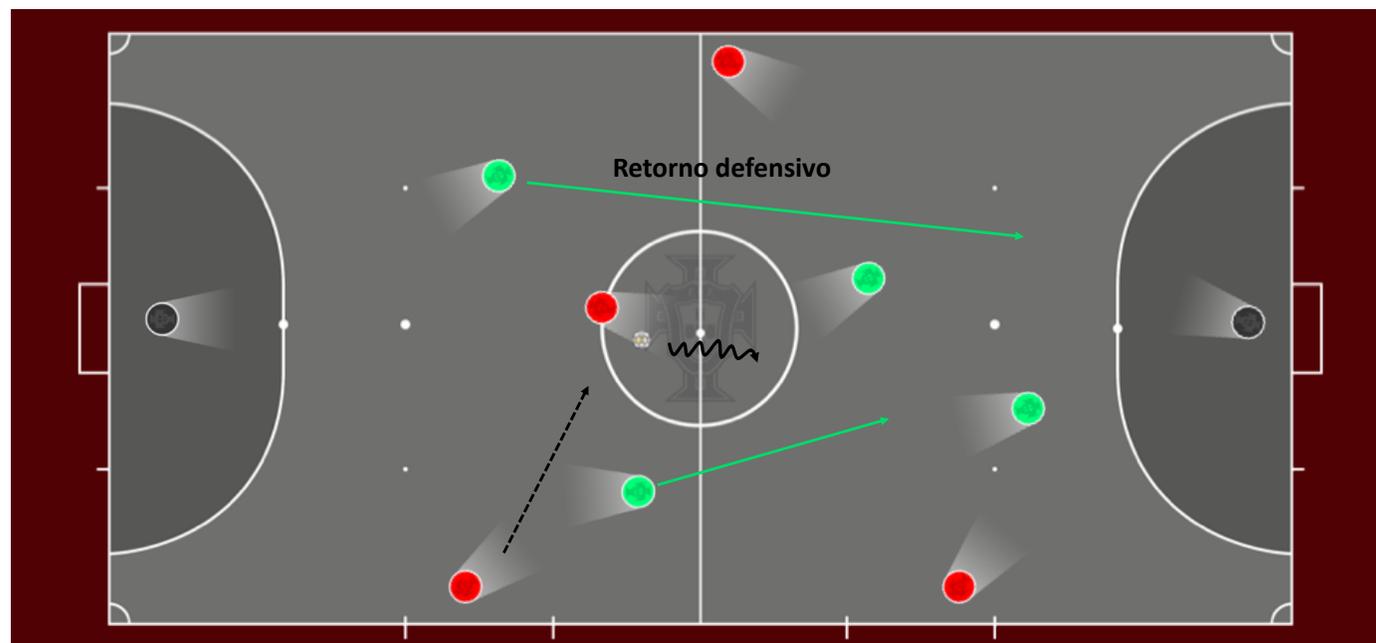
## EQUILÍBRIO NO ESPAÇO - Trocas

Troca de marcação entre dois jogadores de linhas defensivas diferentes, mantendo a altura destas e condicionando o espaço defensivo. Uma troca tem como principal objetivo limitar a ação da equipa atacante através da manutenção das linhas defensivas e pressão sobre as linhas de passe, com o intuito de interceptar a bola e limitar a progressão do adversário.



## EQUILÍBRIO NO ESPAÇO - Retorno defensivo

Ação de voltar à defesa após a perda da bola, normalmente em zonas próximas da baliza adversária ou quando o oponente consegue jogar entre linhas, no sentido de manter o equilíbrio defensivo tendo como referência a posição da bola e da baliza.







## • QUESTÕES?

**jorge.braz@fpf.pt**

**jose.mendes@fpf.pt**