

# METODOLOGIA DO ENSINO DO FUTEBOL E FUTSAL

AUTOR

JOSÉ VEIGA DE CARVALHO FILHO



# METODOLOGIA DO ENSINO DO FUTEBOL E FUTSAL

JOSÉ VEIGA DE CARVALHO FILHO

1ª EDIÇÃO

SESES

RIO DE JANEIRO 2017



**Estácio**

**Conselho editorial** ROBERTO PAES E LUCIANA VARGA

**Autor do original** JOSÉ VEIGA DE CARVALHO FILHO

**Projeto editorial** ROBERTO PAES

**Coordenação de produção** GISELE LIMA, PAULA R. DE A. MACHADO E ALINE KARINA RABELLO

**Projeto gráfico** PAULO VITOR BASTOS

**Diagramação** RAFAEL MORAES

**Revisão linguística** BERNARDO MONTEIRO

**Revisão de conteúdo** ALEXANDRE TRINDADE RAMOS

**Imagem de capa** VASILEV EVGENII | SHUTTERSTOCK.COM

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta obra pode ser reproduzida ou transmitida por quaisquer meios (eletrônico ou mecânico, incluindo fotocópia e gravação) ou arquivada em qualquer sistema ou banco de dados sem permissão escrita da Editora. Copyright SESES, 2017.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

C331M CARVALHO FILHO, JOSÉ VEIGA DE  
METODOLOGIA DO ENSINO DO FUTEBOL E FUTSAL / JOSÉ VEIGA DE  
CARVALHO FILHO.  
RIO DE JANEIRO : SESES, 2017.  
160 p.  
ISBN: 978-85-5548-495-7.

1. Futebol. 2. Futsal. 3. Metodologia. 4. Táticas.  
I. SESES. II. Estácio

CDD 796.334

Diretoria de Ensino — Fábrica de Conhecimento  
Rua do Bispo, 83, bloco F, Campus João Uchôa  
Rio Comprido — Rio de Janeiro — RJ — CEP 20261-063

# Sumário

Prefácio	7
----------	---

1. A origem e evolução	9
------------------------	---

A origem e evolução do futebol	10
O Futebol na antiguidade	10
O Futebol no Ocidente	12
A era moderna do Futebol	16
A evolução das regras do jogo	18
A criação da FIFA	22
O surgimento do Futebol no Brasil	23
A CBD e a criação da Confederação Brasileira de Futebol	25
Origem e evolução histórica do futsal	27
Brasil ou Uruguai?	27
A evolução do Futebol de Salão no Brasil e no continente Sul-Americano	27
A criação da FIFUSA e das competições internacionais	28
Surge o Futsal e sua expansão pelos diferentes continentes	28
A evolução do Futsal Feminino e a consolidação do Futsal no mundo	29

2. Regras do futebol e do futsal	35
----------------------------------	----

As primeiras regras do jogo de futebol	36
As leis do jogo no futebol atual	37
Regra 1: O campo de Jogo	38
Regra 2: A Bola	39
Regra 3: Os Jogadores	39
Regra 4: O Equipamento dos Jogadores	40
Regra 5: O Árbitro	41
Regra 6: Os Árbitros Assistentes (Os outros oficiais de arbitragem)	42
Regra 7: A duração do Jogo/Partida	43

Regra 8: Início e Reinício de Jogo	44
Regra 9: Bola em Jogo e Fora de Jogo	44
As regras do futsal	52
Regra 1: Quadra de Jogo	52
Regra 2: A Bola	53
Regra 3: Número de Jogadores	54
Regra 4: Equipamento dos Jogadores	55
Regra 5: Os Árbitros	55
Regra 6: 3o Árbitro/Anotador e Cronometrista	55
Regra 7: Duração da Partida	56
Regra 8: Bola de Saída	56
Regra 9: Bola em Jogo e Fora de Jogo	57

### 3. Elementos da técnica individual de atletas de futebol e futsal e seus diferentes métodos de ensino 63

Os elementos da técnica individual dos jogadores de futebol e futsal	64
Elementos da Técnica Individual dos Atletas de Linha	65
Elementos da Técnica Individual do Goleiro	74
Defesas Baixas e Altas	75
Métodos de ensino no futebol e futsal	78
Método Parcial	80
Método Global	81
Método da Confrontação	83
Método Recreativo	84

### 4. A tática no futebol e no futsal 87

Conceitos de tática	88
Conceitos de Sistema, Esquema, Tática e Estratégia de jogo	90
Sistemas de jogo no futebol e no futsal	91
A evolução dos sistemas de jogo no Futebol	91
O sistemas de jogo no Futsal	95
Táticas ofensivas no futebol e no futsal	97

Táticas ofensivas no Futebol	97
Táticas ofensivas no Futsal	101
Táticas defensivas no futebol e no futsal	106
Táticas defensivas no Futebol	106
Táticas defensivas no Futsal	111
As diferentes posições de jogadores no futebol e no futsal	116
As posições no Futebol	116
As posições no Futsal	119

## 5. Planejamento de ensino do futebol e no futsal 123

Planejamento: conceitos básicos	124
Planejamento em educação	126
Planejamento ou Plano?	126
A importância do Planejamento Participativo	127
Planejamento Educacional	128
Planejamento Escolar	128
Planejamento de Ensino	130
Planejamento esportivo	133
Periodização do Treinamento	134
Periodização Tática	138
A estrutura da sessão de treino	139
Meios e tipos de treinamento	140



## Prefácio

Prezados(as) alunos(as),

A proposta da disciplina Metodologia do Ensino do Futebol e Futsal é de apresentar diferentes aspectos dessas duas modalidades esportivas que estão entre as mais populares, se constituem em fenômenos socioculturais do país e são capazes de movimentar a vida de inúmeras pessoas ao redor do Brasil. Conhecido como “a paixão nacional”, o Futebol é um jogo que hoje mobiliza a emoção de diversas pessoas espalhadas pelo mundo. Já o Futsal é uma modalidade esportiva criada na América do Sul e, devido a suas facilidades (o menor número de jogadores e o tamanho menor do campo, por exemplo), é considerado o esporte mais praticado atualmente no Brasil, embora o Futebol de campo continue sendo o mais popular por aqui.

Apresentaremos, inicialmente, aspectos históricos relativos à evolução dessas duas modalidades no Brasil e no mundo. Logo em seguida, discorreremos sobre as regras oficiais de ambas, que, em certos pontos, se assemelham.

Na sequência, vamos focar os diferentes elementos da técnica individual dos jogadores de Futebol/Futsal, sejam de atletas de linha ou do goleiro.

No capítulo 4, vocês entrarão em contato com especificidades e importantes pontos que envolvem o processo de ensino e de aprendizagem das diferentes táticas relativas ao Futebol e Futsal.

Por fim, teceremos, no último capítulo, algumas considerações sobre planejamento, ressaltando sua importância e aplicabilidade tanto na esfera educacional quanto na esportiva.

Assim, esperamos que as temáticas aqui desenvolvidas e os conhecimentos adquiridos possam contribuir para a formação acadêmica do futuro professor, preparando-o para desenvolver práticas pedagógicas necessárias ao exercício competente e crítico da docência.

**Bons estudos!**





1

# A origem e evolução

# A origem e evolução

Neste primeiro capítulo, estudaremos a trajetória histórica do Futebol e do Futsal no Brasil e no mundo.

Vamos compreender como aconteceu a criação dessas duas modalidades esportivas e como as mesmas se desenvolveram no decorrer do tempo em diferentes populações e culturas.



## OBJETIVOS

- Compreender o contexto histórico do surgimento do Futebol e do Futsal;
- Identificar os diferentes períodos históricos do desenvolvimento do Futebol e do Futsal no Brasil e no mundo;
- Refletir sobre a evolução do Futebol e Futsal no Brasil e no mundo desde suas origens até os dias de hoje.

## A origem e evolução do futebol

Ao se estudar qualquer atividade humana, seja qual for o seu setor, parece ser fundamental o conhecimento histórico da mesma. A prática do futebol remonta desde a pré-história, podendo-se dizer que sofreu influências e foi praticado por quase todos os povos da terra.

Segundo Ramos (1984), “o homem das cavernas possuía o hábito de chutar um objeto arredondado, semelhante a uma bola”. (p. 25). Como resultante da evolução de jogos com bola, foi “praticado com uma bola de granito” (BORSARI, 1975, p. 11), teve conotações de competição selvagem e de servir como treinamento militar, já foi à guerra e brilhou entre a aristocracia e a nobreza. Atualmente, segundo Borsari (1975), “uma diversão que não perdeu o primitivo caráter de guerra controlada” (p. 11).

### O Futebol na antiguidade

Na antiguidade, as atividades físicas estavam mais ligadas à necessidade de sobrevivência e na expressão de costumes e culturas dos povos antigos. A caça, a pesca, as perseguições e fugas, as danças, entre outras, faziam parte do acervo

motor de nossos ancestrais. Na falta de uma bola de verdade, chutaram crânios, pinhas e pedras roliças, tornando-se assim os primeiros “praticantes do futebol”. Alguns registros históricos dessa época mostram grupos reunidos para “jogar”, utilizando-se de materiais rústicos e disponíveis no ambiente. Registros arqueológicos comprovam, também, que alguns jogos com bola eram praticados pelas civilizações centro-americanas, pelos gregos, orientais e indígenas. Esses jogos, muitas vezes, eram realizados em homenagem a divindades e terminavam com sacrifício de animais e humanos.

O **Tlachtli** e o **Pok a Tok** são considerados os precursores do futebol e do basquete devido a algumas características semelhantes a essas modalidades. Os mesmos eram praticados na América nas culturas Maia e Azteca.

O jogo propriamente dito era designado **Pok a Tok**; já **Tlachtli** era o campo ou quadra de jogo onde se disputavam as partidas. Era um jogo de bola bastante popular entre os astecas, em que as duas equipes adversárias se enfrentavam em um campo em forma de "T" maiúsculo. A bola, de borracha, era bastante pesada, só podia ser tocada e lançada com os joelhos ou os quadris. Os jogadores esforçavam-se para fazê-las passar entre dois anéis de pedra fixados nas muralhas laterais, mais ou menos como nas cestas de basquete.

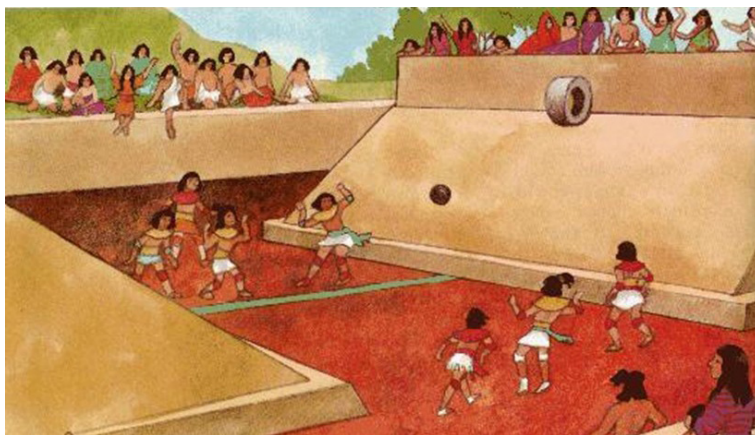


Figura 1.1 – O Pok a Tok

(Fonte: <[https://en.wikipedia.org/wiki/Mesoamerican\\_ballgame](https://en.wikipedia.org/wiki/Mesoamerican_ballgame)>)

Por volta de 3000 A.C. na China Antiga, militares formavam equipes para chutar os crânios dos soldados inimigos mortos durante as guerras. Com o tempo, as cabeças foram sendo substituídas por bolas de couro revestidas com cabelo.

O jogo, chamado de *Tsu chu*, era simples: em um campo de 14 m x 14 m, duas equipes de oito jogadores se enfrentavam passando a bola (22 cm de diâmetro) de pé em pé, sem deixá-la cair no chão, ao mesmo tempo em que procuravam levá-la para dentro de duas estacas fincadas no campo.

No Japão, praticado por integrantes da corte do imperador japonês, o *Kemari* era um jogo com características semelhantes ao *Tsu chu*. Era jogado por 16 jogadores (8 para cada equipe) que, sem contato físico, disputavam a posse de uma bola feita de fibras. Os bons jogadores tinham de ser exímios controladores de bola no ar. Era uma espécie de ritual. Nesse jogo não se contavam os pontos. Antes de começar a “partida”, era realizada uma celebração para abençoar a bola que simbolizava o Sol.



Figura 1.2 – O moderno Kemari

(Fonte: <<https://pt.wikipedia.org/wiki/Futebol#/media/File:Kemari>>)

## O Futebol no Ocidente

No mundo ocidental, na Antiguidade Clássica, os gregos praticavam jogos de bola chamados de *sphairomachia*. Eles integravam a educação atlética da juventude helênica. “Entre estes jogos, o mais semelhante ao futebol é o *Epyskiros*, no qual já uma linha de meta tinha de ser ultrapassada”, cita Fernández. (1974, p. 18)

Criado por volta do século I A.C., na Grécia, a primeira referência do *Epyskiros* vem de um livro escrito por Homero. Era uma modalidade disputada

em um terreno retangular por soldados gregos divididos em duas equipes. A bola do jogo, feita de bexiga de boi e cheia de areia ou terra, era jogada com os pés. O *Epyskiros* apresentava as seguintes características:

- O número de participantes era variável;
- A bola chamava-se **sphairomachia**;
- A bola deveria ser arremessada para que ultrapassasse uma linha de meta localizada ao fundo de cada lado do campo para contagem de pontos;
- As expressões usadas pelos participantes eram: bola longa, passe curto, para frente, mais alta e volte.

Os gregos possuíam ainda um outro jogo, o **Harpaston**, parecido com o futebol, cujo objetivo era fazer a bola transpor um espaço entre dois bastões, colocados a uma certa altura e ligados por um cordão, em que se usava uma bola de couro recheada de crina animal. Máximo e Porto (1968 apud FERNÁNDEZ, 1974, p. 15) menciona algumas características desse jogo:



Sabe-se, por exemplo, que havia jogadores mais lentos, quase parados, que ocupavam defensivamente a zona do campo perto da linha de meta, denominada **locus stantium**: eram os zagueiros da época. Outros atuavam mais à frente, em funções nitidamente ofensivas, jogando na **área praetervolantis et superiectae pilae**: seriam os atacantes. Um terceiro tipo de jogador, o **medicurrens** ficava sobre a linha divisória do campo. Poderia ser um protótipo dos nossos meias de ligação, já que tinha por objetivo fazer uma espécie de ponte entre a defesa e o ataque. Só que era uma espécie de homem neutro, jogando pelos dois times. (p. 18)



Esse mesmo jogo, os romanos incorporaram quando conquistaram a Grécia e latinizaram o nome para **Harpastum**. Era bastante praticado pelos soldados, pois estimulava a violência e combatividade dos mesmos. Também em Roma praticava-se um jogo de bola chamado Follis, no qual “golpeava-se uma bola de bexiga de boi, recoberta de couro com braço nu ou protegido por um braçal”. (BORSARI, 1975, p. 11) A cada conquista dos romanos, o **Harpastum** se proliferava.

Ainda não está comprovado, mas é possível que alguns legionários de Júlio César tenham levado o **Harpastum** às Ilhas Britânicas. Já outros pesquisadores afirmam ter sido o calcio ou florentinum harpastum levado à Inglaterra, em 1624, “por um cônsul britânico, que servia em Livorno, o qual, regressando às Ilhas, onde se fixara como professor em Eton, ali o introduzira”. (FERNÁNDEZ, 1974, p.18)

Semelhante ao **Harpastum**, o **Soule** era praticado na Idade Média por militares que se dividiam em duas equipes. Socos, pontapés, rasteiras e outros golpes violentos eram permitidos; relatos mostram a morte de alguns jogadores durante a partida. Cada equipe era formada por 27 jogadores divididos em grupos (corredores, dianteiros, sacadores e guarda-redes), havia indícios de sistemas e táticas e o objetivo do jogo era levar a bola da praça de uma cidade até a praça da cidade adversária.

Entre 58 a 51 A.C., Júlio César, na sua campanha contra os gauleses (antigos franceses), teria introduzido através de suas tropas o **Harpastum** romano em solo francês. Inicialmente era jogado pelos nobres e posteriormente pelo povo: a partir de sua prática, os franceses criaram o **Soule** na Normandia e o **Choule** na Picardia. As regras não eram uniformes, variavam de região para região e o jogo foi praticado por criaturas truculentas e vigorosas, dando origem à primeira fase de violência do futebol.

Considerado o pai do Futebol moderno, o **Calcio** foi criado em Florença. Era um jogo praticado na **Piazza della Signoria** por duas equipes que deveriam levar a bola (com as mãos ou com os pés) até dois postes que ficavam em dois cantos extremos dessa praça. Apesar de ter origem bélica, teve uma agressividade mais comedida em relação a como seria disputado na Inglaterra. Mesmo tendo seus jogadores o praticado com uma formação voltada para táticas de guerra, era também um esporte aristocrático, que se consistia em “cerimônias dos esponsais fidalgos de Florença”. (FERNÁNDEZ, 1974, p. 19)

Cada equipe era formada por 27 jogadores com posições fixas. Não eram permitidos socos e pontapés. O jogo era observado por 10 juízes. Hoje, o **Calcio Fiorentino**, como é conhecido, é uma festa anual que acontece em várias cidades da Itália. O Calcio, o futebol jogado em Florença, apresentava as seguintes características:

- O primeiro jogo foi realizado entre duas facções políticas;
- Cada equipe jogava com 27 jogadores;

- 
- An engraving of the Piazza della Croce in Florence, Italy, during a football match. The square is filled with players and spectators. In the background, the large, arched structure of the Santa Croce church is visible. The scene is framed by tall, multi-story buildings on both sides. The sky is cloudy. The caption at the bottom reads: "VEDUTA DELLA PIAZZA DI S.
- <sup>MA</sup>
- CROCE DELLA CITTÀ DI FIRENZE NEL ATTO DI PRINCIPIARE IL GIOCO DEL CALCIO &c." and the date "1863" is visible on the right.

(Fonte: <[https://pt.wikipedia.org/wiki/Futebol#/media/File:Calcio\\_fiorentino\\_1688.jpg](https://pt.wikipedia.org/wiki/Futebol#/media/File:Calcio_fiorentino_1688.jpg)>)

CAPÍTULO 1 ■ 15



No início do século XVIII, apesar das críticas e intervenções das autoridades, permanece inalterada na Inglaterra a tradição do **Mass Football** praticado na cidade de Chester durante a Shrovetide, na qual várias pessoas teriam de levar a bola de uma cidade às portas de uma outra cidade utilizando trancos e pontapés. Porém, Chester era apenas um exemplo.

A partir de 1700, o futebol, proibido na Inglaterra desde 1314, foi permitido na sua forma menos violenta, mudando sua feição em vários pontos do país. O futebol passa a ser praticado nas escolas por jovens de famílias ricas e aristocráticas e nas ruas pelo povo, sendo introduzidas regras próprias pelos seus praticantes nos diversos locais. No ano de 1801, o futebol foi jogado em um campo de 80 a 100 metros de comprimento, balizas com três pés de largura, de passes e dribles, muito semelhante ao jogo atual. O Mass Football morre com o nascimento do século XIX.

No século XIX, o futebol já era praticado na Inglaterra nas Universidades de Eton, Cambridge e Oxford, onde surgiram as primeiras tentativas de uniformização das regras universitárias. A proibição de colocar a mão na bola deveria ser a mais importante.

Em 1823, o futebol universitário possuía dois grandes grupos distintos. O primeiro, sitiado na Rugby School e liderado por William Webb Ellis, permitia o uso dos pés e das mãos indistintamente, enquanto, o segundo, encabeçado pela Universidade de Cambridge, considerava o uso das mãos um pecado. As regras do futebol no início do século XIX variavam muito. Surgiram inúmeras regras com os nomes dos colégios onde o jogo era praticado. Uma das tentativas de se estabelecer um código único foi a realização da Conferência de Cambridge, em 1848. Porém, os objetivos foram alcançados apenas parcialmente: a proibição do uso das mãos não era unanimidade. O caminho natural, graças à falta de acordo entre os dois grupos, foi o posterior surgimento de dois jogos distintos: o **Futebol** e o **Rugby**.

### A era moderna do Futebol

Em 26 de outubro de 1863, numa histórica reunião realizada à luz de velas na **Taberna Freemasons's**, em Great Queen Street, Londres, por iniciativa dos veteranos de Cambridge e incentivado pelo jornalista John D. Cartwright, onze clubes e escolas compareceram para debater as regras do esporte. Uns defendendo o jogo só com os pés, outros batendo-se por uma unificação de regras a partir dos fundamentos do Rugby. Os que eram pelo futebol, pura e simplesmente, estabeleceram suas leis, fundando a **The Football Association** e dando forma definitiva ao jogo que, mais tarde, se transformaria numa paixão universal. A data precisa da

fundação dessa associação em 1863 é variável entre os pesquisadores. Por exemplo: Borsari (1975), em 26 de outubro; Santos (1978), em 29 de outubro; Santos J.R. (1981), em 1 de dezembro; e, finalmente, Fernández (1974), em 8 de dezembro.



Figura 1.4 – **Taberna Fremasons's em Great Queen Street, Londres**

(Fonte:< <https://wikimedia.org/wikipedia>>)

Para Ramos (1984), a descoberta do futebol foi também um meio de despolitizar trabalhadores na década de 1860. Os burgueses aproveitaram a oportunidade e fomentaram o seu desenvolvimento. “O objetivo era bem claro. Eles precisavam manter os operários à margem da atividade política dentro de suas organizações de classe” (p. 26). Completa ainda:



Na Inglaterra, pátria do capitalismo internacional, nasceu o futebol como esporte de massa. Em 1863, a Associação de Futebol foi fundada, em Londres, para democratizá-lo. Antes disso, ele era um privilégio da juventude feudal e burguesa, liberada do trabalho físico. Ela o praticava nas escolas e universidades. (p. 26)



O futebol foi oficialmente codificado em 1º de dezembro daquele ano a partir de nove regras estabelecidas por Cambridge. Distribuídas em forma de livros e cartilhas por clubes, escolas e livrarias, elas procuravam difundir os ensinamentos

aos interessados em praticar o esporte. Privilegiar a técnica em detrimento do jogo violento talvez fosse o principal objetivo das cartilhas. As regras foram sendo sucessivamente modificadas e novos manuais passaram a ocupar o lugar das primitivas cartilhas. O pioneirismo na elaboração de publicações e de manuais aperfeiçoados tornaram a Inglaterra do século XX o país de melhor pesquisa no campo do futebol.

Depois de finalmente decidida em 1863 a proibição do uso das mãos, as regras foram se modificando com o passar dos anos. Toda essa evolução foi estudada por autores como Borsari (1975), Fernández (1974), Ramos (1984), J. R. Santos (1981) e Santos E. (1978).

### A evolução das regras do jogo

As principais alterações nas regras do Futebol ocorreram na seguinte sequência:

- 1865 - **As traves passam a ter uma fita entre elas** para delimitar a altura das balizas. O protótipo do travessão foi instituído apenas dez anos depois;
- 1866 - Os passes para frente foram legalizados desde que três adversários estivessem entre o recebedor e o gol: **nasce a regra do impedimento**. Além disso, pegar a bola com as mãos no ar passou a ser proibido, tornando cabeceios e recepções no peito comuns;
- 1868 - Apesar de marcarem presença desde 1867, o **árbitro e os bandeirinhas só foram oficializados em 1868**. Dez anos depois, o árbitro ganhou um apito, utilizado pela primeira vez em um jogo entre Nottingham Forest e Sheffield Norfolk. Em 1891, passou a poder apitar de dentro do campo;
- 1869 - **Nasce o tiro de meta**. Antes, a bola que saísse pela linha de fundo era do time que a pegasse primeiro, ganhando uma cobrança de falta;
- 1871 - Apenas um jogador passa a poder pegar a bola com as mãos. **Pela primeira vez, os goleiros são citados na regra**;
- 1872 - Os goleiros só podem pegar a bola com as mãos no próprio campo. Os escanteios são introduzidos. Determina-se, pela primeira vez, o tamanho da bola. **Foram realizados os primeiros jogos internacionais (países da comunidade britânica)**;

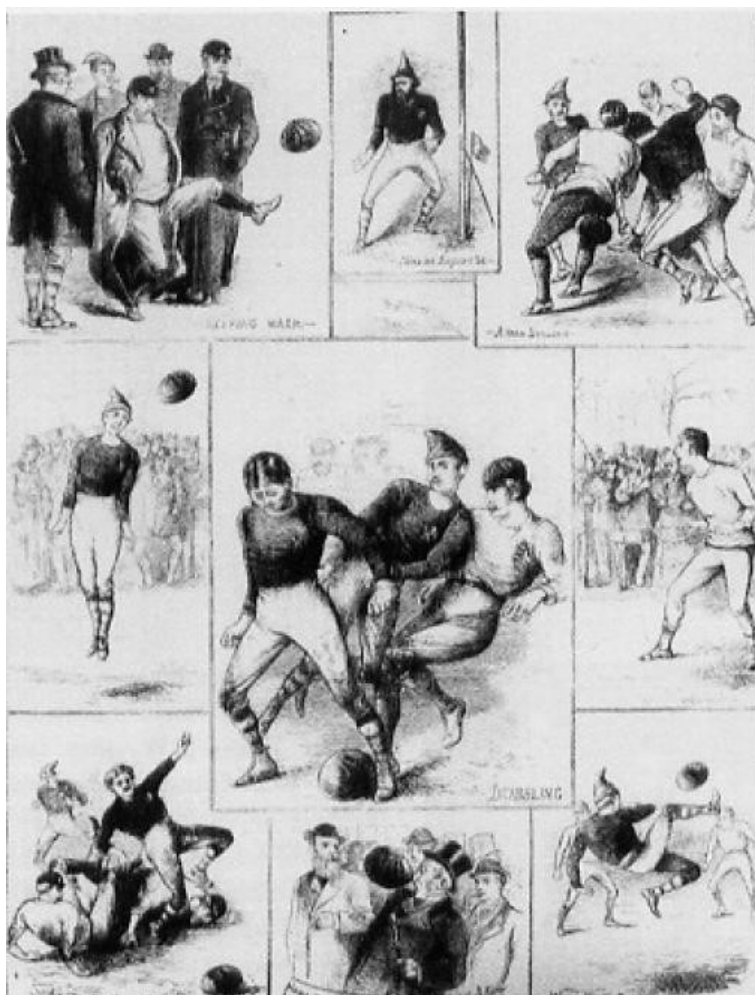


Figura 1.5 – Inglaterra e Escócia: primeira partida internacional (1872)

(Fonte: < <http://bit.ly/2pP6ckf>>)

- 1873 - Foi fundada a **Scottish Football Association**;
- 1874 - **Mudança de campo feita somente no intervalo de jogo**; antes, era feita a cada gol marcado;
- 1875 - A corda que unia os postes foi **substituída por uma barra transversal**, ainda a 2,44 metros do solo;
- 1877 - O **tempo de jogo** é fixado em **90 minutos**;
- 1878 - O **juiz passa a utilizar um apito** para anunciar suas decisões, e não mais a voz;

- 1880 - Criado na Inglaterra um órgão chamado *Football League*. Passo inicial para o surgimento do profissionalismo no futebol;
- 1882 - Surge o **lateral cobrado com as mãos**;
- 1886 - Inglaterra, Escócia, País de Gales e Irlanda fundam a *International Board*, órgão assessor da FIFA que até hoje regula as leis do jogo;
- 1890 - Aparecem as **redes nas balizas**;
- 1891 - **Os pênaltis são introduzidos**. Podem ser cobrados de qualquer posição a 12 jardas do gol. A criação se deu depois que um jogador espalmou uma bola no último minuto de um jogo da Copa da Inglaterra. Também naquele ano, um novo árbitro passou a entrar em campo e os dois que já existiam passaram a atuar como assistentes;
- 1892 - **Foram criados os acréscimos** depois que um goleiro chutou a bola para fora do campo a fim de evitar a cobrança do pênalti. Quando a bola foi devolvida, o tempo já tinha acabado;
- 1895 - **Os laterais passam a ser dos oponentes do time que tocou a bola por último**. Antes, era de quem pegasse a bola primeiro;
- 1898 - **As regras alcançam as 17 atuais**;
- 1902 - **As áreas foram criadas**;
- 1904 - **A lei da vantagem** passa a ser aplicada pelos árbitros;
- 1907 - Um jogador **não pode estar impedido no próprio campo**;
- 1912 - **Os goleiros têm suas ações com a mão delimitadas à própria área**. Além disso, eles precisam vestir uniformes diferentes aos dos companheiros;
- 1913 - **A distância mínima de 10 jardas** (9,15 m) para o posicionamento dos adversários nas cobranças de faltas passou a ser prevista nas regras;
- 1920 - Os jogadores **não podem estar em situação de impedimento ao se executar um arremesso lateral**;
- 1924 - **Os gols de escanteio são permitidos**. A Argentina anota o primeiro contra o Uruguai, o então campeão olímpico. Assim foi batizado o “gol olímpico”;
- 1925 - **A lei do impedimento passa a ser considerada a partir de dois jogadores** entre o receptor do passe e o gol, não mais três, e passa a ter nova redação: “Um jogador está fora de jogo se encontrar-se mais perto da linha de meta contrária que a bola no momento que essa é jogada”. Exceto:
  - Se o jogador atacante se encontra em sua própria metade do campo.
  - Se houver entre ele e a linha de meta contrária pelo menos dois jogadores adversários.
  - Se a bola foi jogada, em último momento, pelo adversário.
  - Se recebe a bola diretamente de um tiro de meta, escanteio ou arremesso;

- 1935 - **É testada a introdução de dois árbitros.** A ideia não dá certo e é abandonada;

- 1937 - **Surge a meia-lua**, que serve para delimitar a distância (as famosas 10 jardas ou 9,15 m) que os jogadores (tirando goleiro e cobrador) devem respeitar na hora do pênalti;

- 1938 - **A redação das regras é atualizada.** É conferida a forma atual das 17 regras;

- 1939 - Os **números na camisa se tornam obrigatórios**;

- 1951 - Permite-se a utilização da **bola branca**;

- 1958 - **Uma substituição é permitida, mas só em caso de lesão.** Doze anos depois, duas substituições passam a valer, mesmo que por razões táticas;

- 1970 - Os pênaltis passam a decidir jogos empatados. O sistema de **cartões é criado**, baseado nos semáforos de trânsito, na Copa de 1970;

- 1980 - **Agressões explícitas**, como cuspir no adversário, passaram a ser **consideradas conduta violenta**;

- 1987 - O árbitro recebeu **orientação formal para acrescentar a cada período de jogo alguns minutos para compensar paralisações**;

- 1990 - **Não há mais impedimento** se o jogador estiver **na mesma linha que o penúltimo adversário**;

- 1992 - Os **goleiros são proibidos de agarrar bolas recuadas por seus companheiros com os pés**;

- 1993 - **Criada a área técnica para os treinadores**, a morte súbita (golden goal) estreia no Mundial de Juniores da Austrália e o **goleiro não pode pegar com as mãos a bola recuada intencionalmente com os pés por um companheiro**;

- 1995 - **Três substituições são permitidas**; antes, eram apenas duas;

- 2004 - O **golden goal** (utilizado nas prorrogações dos jogos para definir um vencedor) deixa de ser utilizado;

- 2012 - Uso da tecnologia na linha do gol. Em fevereiro, a FIFA autorizou o uso de recursos tecnológicos para verificar se a bola entrou ou não no gol. Tal tecnologia já havia sido testada no Mundial de Clubes de 2012, mas não ocorreu nenhum lance em que fosse necessária a sua utilização. Cada confederação e federação deveriam ser livres para decidir sobre o uso da tecnologia. Utilizada na Copa das Confederações (2013) e na Copa do Mundo 2014;

- 2016 - A IFAB (*International Football Association Board*) redesenhou o livro das Regras para tornar sua aparência e seu conteúdo apropriados para o futebol no século XXI. Foram riscadas, por exemplo, um total de aproximadamente 10 mil palavras do regulamento anterior.

## A criação da FIFA

O final do século XIX e o início do século XX se caracterizaram pela busca do ordenamento das atividades do novo esporte, cujo objetivo era organizá-lo para controlar sua difusão e manutenção.

Foram criadas várias federações nacionais após o surgimento da **The Football Association**. A escocesa, irlandesa e holandesa, antes do início do século XX; a uruguaia e espanhola, em 1900 e 1902, respectivamente.

A consolidação das federações nacionais criou condições para o estabelecimento de um organismo internacional. As federações nacionais podiam reger suas próprias atividades futebolísticas, porém a realidade das competições internacionais gerou a ideia de criar um novo organismo para coordená-las.

Com o pretexto de celebrar em Paris um encontro internacional entre as seleções da França e Bélgica, chegaram à capital francesa delegados das federações da Bélgica, Dinamarca, Espanha, França, Holanda, Suécia e Suíça, que, depois de finalizado o jogo, decidiram trocar impressões sobre o controle dos encontros internacionais e suas normas. As discussões duraram cerca de sete semanas e finalizaram com a fundação da **FIFA** (*Fédération Internationale de Football Association*) em 21 de maio de 1904. Os delegados, conscientes que a ausência britânica tiraria a representatividade do novo organismo, dado que foi a nação que inventou o novo esporte e seguia tendo o futebol de maior qualidade, ofereceram a Presidência da **FIFA** às entidades do Reino Unido. Assim, a federação inglesa, que recebeu o convite, por considerá-la prematura ou simplesmente por desprezo por não ter sido convocada desde o princípio, não aceitou.

Somente em 1908 as quatro federações do Reino Unido solicitaram filiação à FIFA. Apesar da negativa inicial, em nome do princípio que estabelecia “uma nação, uma federação”, ingleses, escoceses, galeses e irlandeses foram admitidos na entidade no congresso celebrado em 1910. O Uruguai – bicampeão olímpico (1924/1928) – foi indicado para ter a honra e o privilégio de sediar a I Copa do Mundo, em 1930.

Atualmente, a **FIFA** conta com mais de duzentos países filiados (mais, portanto, que a própria Organização das Nações Unidas), emprega 250 milhões de pessoas e gera US\$ 250 bilhões por ano, representando, assim, a entidade desportiva mais importante do planeta.



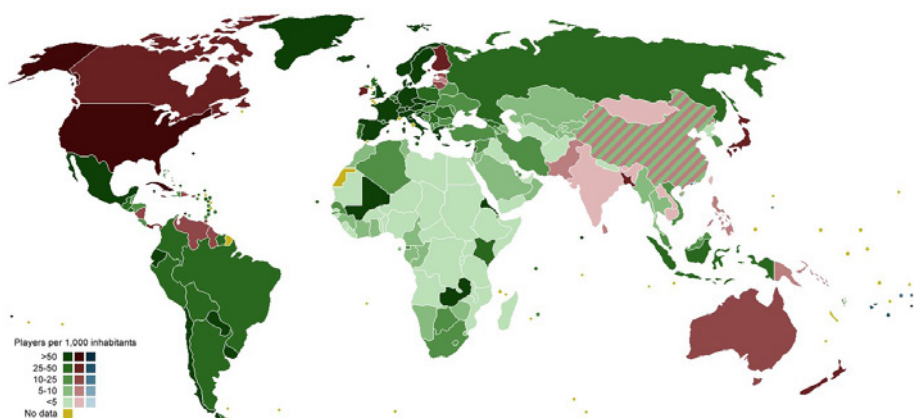


Figura 1.6 – Mapa comparativo da popularidade do futebol em nível mundial. Os países que são representados pela cor verde são os que possuem maior número de jogadores ativos para cada 1 000 habitantes  
(Fonte: < <http://bit.ly/2qArzCW> >)

## O surgimento do Futebol no Brasil

No Brasil, o futebol só chegou na segunda metade do século XIX. Em relação ao ano de sua chegada, há certas divergências. Algumas versões sustentam a ideia de que marinheiros ingleses e holandeses chegaram com uma bola no Rio de Janeiro, em 1872 (outros afirmam ter sido em 1874), e organizaram alguns jogos na praia da Glória. Porém, a versão mais aceita data de 1894: Charles Miller, paulista, filho de ingleses que estudava na Inglaterra, retornou ao Brasil com duas bolas. Borsari (1975) afirma que, além das duas bolas, o mesmo trouxe toda a indumentária para a prática do jogo.

No ano seguinte, já se realizavam os primeiros jogos no campo da Companhia de Aviação Paulista, na Várzea do Carmo. Porém, a 15 de abril de 1895, foi realizada a primeira partida de futebol no Brasil. Reuniram-se os operários da Companhia de Gás e os ferroviários da São Paulo Railway. A partida foi vencida pelos ferroviários por 4 x 2; segundo Borsari (1975, p. 13), o próprio Miller participou do jogo. Por outro lado, Mário Filho, citado por Fernández (1974), assinala que Charles Miller não se limitou a formar times. “Ele fundou também clubes e ligas como na Inglaterra” (p. 21).

Outros brasileiros divulgaram o futebol, que ganhou a preferência dos jovens sobre os outros esportes da época. Também Oscar Cox, no Rio de Janeiro, em



1897, trouxe uma bola da Suíça e veio desempenhar o mesmo papel, conforme cita Fernández (1974, p. 22). Ainda em 1895, surgiu o São Paulo Athletic Club. Com ele, vieram times, como: A. A. Mackenzie, S. C. Germânia, S. C. Internacional e o C. A. Paulistano, “que formavam a Liga Paulista de Futebol, em 1901”. (BORSARI, 1975, p. 13)

Para Ramos (1984):

“

Não existe dúvida sobre a realização da primeira partida oficial no Brasil. Esta aconteceu em 19 de julho de 1900, no Rio Grande do Sul. O Esporte Clube Rio Grande, o mais antigo do país, enfrentou a tripulação do navio inglês Nimble, ancorado no porto do Rio Grande. O resultado foi de 2 a 2. (p. 27)

”

Em 1902, em São Paulo, foi disputado o primeiro campeonato estadual. Porém, no Rio de Janeiro, há uma divergência em relação à data de fundação do primeiro clube de futebol. Santos (1981) e Fernández (1974) assinalam que o Fluminense F. C. foi fundado em 1902, enquanto Rodrigues (1986) afirma que o mesmo clube surgiu em 1894, aparecendo, a seguir, Botafogo F. R., América F. C. e Bangu A. C., tendo o C. R. Flamengo, desmembrando-se do Fluminense F. C., surgido em 1895.

“

Logo após a sua fundação, o Fluminense F. C. teve como treinador, por muitos anos, o Sr. F. C. Brown. O C. R. Flamengo contou com o Sr. Roberto Fowler. Esses dois estavam radicados no Brasil através da Associação Cristã de Moços do Rio de Janeiro (ACM), fundada em 1893. Eram ambos diplomados pelo Instituto de Educação Física de Chicago-EUA. (p. 3)

”

Apareceram também, nessa mesma época, o Fuss-Ball-Cub e o Grêmio Football Porto-alegrense, no Rio Grande do Sul, em 1903. E, em 1904, o Sport Club de Belo Horizonte.

Em 1906, disputava-se o primeiro campeonato carioca, enquanto “a seleção paulista jogava sua primeira partida internacional, contra a seleção da África do Sul. Perdeu de 6 a 0!”. (FERNÁNDEZ, 1974, p. 21) No entanto, somente em

1914, surgiu a Federação Brasileira de Sports, ano no qual o Brasil disputou o seu primeiro torneio internacional, a Copa Rocca. (BORSARI, 1975)

Durante muito tempo, o futebol no Brasil foi um esporte praticado pelas elites; tínhamos nos jovens ricos e de famílias conceituadas ou nos empregados de empresas, principalmente as inglesas, seus principais adeptos. O Fluminense, por exemplo, era constituído de estudantes ricos e de boas famílias, enquanto o Bangu era formado por mestres ingleses da Companhia Progresso Industriais do Brasil.

Na realidade, o que Charles Miller trouxe, em 1894, foi um esporte universitário e burguês, elegante e obediente a um código. Dessa maneira, Santos (1981) aborda:



Pelo menos nos dez anos seguintes, o futebol continuou um jogo inglês e de elite; os jogadores eram, na sua esmagadora maioria, técnicos industriais e engenheiros ingleses. Só se falava em field, full-back, inside-right, referee, linesman e por aí afora. Até 1930, se um jogador se machucasse, o ofensor só pedia desculpas sinceras se fosse em inglês; I am sorry. (p. 13)



### A CBD e a criação da Confederação Brasileira de Futebol

Por volta de 1910, o amadorismo ainda predominava no futebol brasileiro. Contudo, por necessidade de levantar campeonatos e temendo perder seus principais jogadores para a Europa, começaram a surgir, já em 1917, pequenos estímulos financeiros a alguns jogadores. Segundo Fernández (1974), em 1933, liderados pelo Fluminense, alguns clubes cariocas adotaram o regime profissional, fundando a Liga Carioca de Futebol.

No dia 8 de junho de 1914, oito entidades se reuniram para fundar a Federação Brasileira de Sports que, desde 1916, passou a ser chamada **Confederação Brasileira de Desportos**. A fundação da **CBD** foi decisiva para que o futebol e outros esportes pudessem difundir-se de maneira organizada, dentro de critérios disciplinares que lhe proporcionaram o imediato reconhecimento internacional, criando-lhe um campo até então inexistente para as competições e despertando nos jovens entusiasmo incomum pela sua prática. Sua fundação unificou a direção do futebol brasileiro e superou as desavenças entre paulistas, criadores da Federação Brasileira de Futebol, e cariocas.

Dessa forma, a **CBD** filiou-se à Confederação Sul-Americana de Futebol e obteve sua filiação provisória junto à FIFA em 29 de dezembro de 1917, sendo ela definitiva em 20 de maio de 1923. E, daí em diante, passou a ser um dos mais conhecidos, dos mais valorizados e dos mais respeitados praticantes do futebol do mundo. Por determinação do Ministério da Educação e Cultura, em 1979, a CBD é extinta, dando lugar a diversas confederações de diferentes modalidades esportivas. É criada, assim, a Confederação Brasileira de Futebol (CBF), conseguindo o futebol, assim, sua inteira autonomia no cenário esportivo nacional.



## LEITURA

O Futebol feminino ainda busca uma afirmação no Brasil e no mundo. Uma das maiores dificuldades ainda é o preconceito histórico/cultural em relação à mulher que pratica esportes. Para aprofundar os seus conhecimentos sobre essa temática, leia: *O futebol feminino: uma história de luta pelo reconhecimento social* (CAPRARO A.M. & CHAVES, A. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd111/o-futebol-feminino.htm>>). Nesse artigo, os autores relatam as dificuldades do início da prática do Futebol no Brasil que ainda estão bastante presentes nos dias de hoje.



Figura 1.7 – (Fonte: <<https://goo.gl/hOczMV>>)

## Origem e evolução histórica do futsal

### Brasil ou Uruguai?

A origem do Futsal tem duas versões sobre o seu surgimento, e, assim como em outros esportes, há divergências quanto à sua criação. Há uma, a mais aceita, que diz que o Futebol de Salão começou a ser praticado no Uruguai, por volta de 1930, por frequentadores da Associação Cristã de Moços (ACM), em Montevideu, no Uruguai. Nessa época, havia uma grande dificuldade em encontrar campos de futebol livres para se poder praticar; com isso, frequentadores dessa agremiação esportiva começaram a jogar as suas “peladas” nas quadras de basquete e hóquei. No início, jogavam-se com cinco, seis ou sete jogadores em cada equipe, mas logo foi definido o número de cinco jogadores para cada equipe, assim como as bolas de crina vegetal, serragem ou cortiça, que logo tiveram seu tamanho diminuído e peso aumentado. O Futebol de Salão passou a ser conhecido como “o esporte da bola pesada”.

As primeiras regras, adaptadas de outras modalidades, foram elaboradas pelo professor de Educação Física da ACM, Juan Carlos Ceriani, que começou a distribuí-las em um curso promovido na mesma instituição, com a presença de representantes de toda a América Latina (inclusive Brasil).

Na outra versão, defendida principalmente pelos brasileiros, amantes desse esporte, o Futebol de Salão foi inventado por volta de 1940 por pessoas que frequentavam a ACM brasileira, localizada em São Paulo, pelos mesmos motivos da versão uruguaia, ou seja, dificuldade em achar campos de futebol livres para poder jogar; por conta disso, as “peladas” começaram a ser realizadas em quadras. Para a versão brasileira, coube ao Brasil as primeiras regras, enquanto no Uruguai praticava-se apenas uma “pelada”.

### A evolução do Futebol de Salão no Brasil e no continente Sul-Americano

Até 1942, as regras já tinham sido distribuídas a todos os representantes na América do Sul. Na década de 40, no Brasil, através das ACMs (Rio e São Paulo), o Futebol de Salão se populariza, chegando a escolas e clubes recreativos. Curiosamente, houve um momento, nessa mesma década, que a sua prática chegou a ser proibida nas ACMs por conta da sua violência e indisciplina. São Paulo foi a única exceção.

A década de 50 foi marcada, no Futebol de Salão, pelo surgimento de diferentes federações regionais: a Federação Metropolitana de Futebol de Salão (RJ), em 1954, foi a pioneira; depois, vieram a Federação Paulista (1955), Gaúcha (1956), Cearense (1956) e Paranaense (1956). A Confederação Brasileira de Desportos (CBD), em 1958, oficializou a prática e uniformizou as regras do Futebol de Salão, tendo organizado também o primeiro campeonato brasileiro de seleções, com o Rio de Janeiro sagrando-se campeão em 1959.

Durante a década de 60, o Futebol de Salão expandia-se a pela América do Sul, principalmente após a criação da Confederação Sul-Americana de Futebol de Salão em Assunção, Paraguai, no ano de 1969. Com isso, inicia-se uma série de competições no continente de clubes e seleções. No Brasil, é criada a primeira competição de clubes; antes, só havia a de seleções estaduais, a Taça Brasil, em 1968.

### A criação da FIFUSA e das competições internacionais

Na década de 70, fundada no Rio de Janeiro (1971), surge a Federação Internacional de Futebol de Salão (FIFUSA) com 32 países participantes. Em 1979, com a extinção da CBD (Confederação Brasileira de Desportos), cria-se, então, a Confederação Brasileira de Futebol de Salão (CBFS) em Fortaleza, no Ceará. Nas décadas de 60 e 70, o Futebol de Salão, como desporto ordenado e regulamentado, expandia-se, principalmente pelo continente Sul-Americano.

Os primeiros contatos entre FIFA E FIFUSA surgiram, sem sucesso, também nos anos 70.

As primeiras competições internacionais no Futebol de Salão aconteceram nos anos 80. O primeiro campeonato pan-americano foi em 1980, no México. No entanto, a mais importante delas foi em 1982: o primeiro campeonato mundial (São Paulo, Brasil). O Brasil sagra-se campeão e o Paraguai é vice. Nesse mesmo período, a FIFUSA migra do Rio de Janeiro para São Paulo e, em 1983, autoriza a prática do Futebol de Salão feminino. Em 1985, é realizado o segundo Campeonato Mundial de Futsal (Espanha): Brasil campeão e Espanha vice. O terceiro campeonato mundial acontece na Austrália, em 1988, com o Paraguai conquistando o título, deixando o Brasil em segundo lugar.

### Surge o Futsal e sua expansão pelos diferentes continentes

No final de 1988, iniciam-se as negociações para que a FIFA encampasse a FIFUSA. Precisamente em 19 de janeiro de 1989, reúnem-se comissões dessas

entidades, iniciando a discussão sobre a unificação do Futebol de Salão e o Futebol de cinco (uma espécie de versão do Futebol de Salão criada pela FIFA). Em cinco de setembro de 1989, fica acertado, em Zurique (Suíça), que a FIFUSA se dissolveria e a FIFA ficaria responsável pelo Futsal. Com isso, após várias reuniões (ao longo de 1989), homologam-se a fusão FIFA/FIFUSA (23/11/1989, em São Paulo) e a transformação do nome Futebol de Salão para Futsal. Para a FIFA, o Futsal foi criado a partir da fusão do Futebol de cinco com o Futebol de Salão. Antes mesmo da consolidação dessa fusão, a Holanda, em 1989, sedia o quarto mundial e é vice diante do Brasil na final (o primeiro organizado pela FIFA).

Na década de 90, organizado pela FIFA, o Futsal se expande e cresce em vários continentes. O quinto mundial de seleções acontece em Hong Kong (1992): o título fica com o Brasil e os Estados Unidos, com o vice-campeonato. O quinto título brasileiro acontece em 1996, na Espanha, com os “donos da casa” ficando em segundo lugar. Nesse mesmo ano, é criada aquela competição que se tornou, até os dias de hoje, a mais importante do Brasil: a Liga Nacional de Futsal. Nesse momento, o Futsal torna-se o desporto mais praticado no Brasil, superando até mesmo o Futebol de Campo.

#### A evolução do Futsal Feminino e a consolidação do Futsal no mundo

Na década de 2000, o Futsal feminino, apesar de ter se reunido em 2001 pela primeira vez, faz com que a seleção brasileira de Futsal feminino ganhe espaço cada vez maior no Brasil e no mundo. Em terras brasileiras, a modalidade, entre as mulheres, além de ter campeonatos semelhantes ao masculino na Taça Brasil e no Campeonato Brasileiro de Seleções, desde 2005 realiza, todos os anos, a Liga Futsal Feminina.

A cada temporada, o que se vê é o crescimento do número de participantes nos campeonatos, o que eleva a qualidade técnica e o interesse do torcedor. Aos poucos, está havendo crescimento do investimento no Futsal feminino. O desenvolvimento da categoria entre as mulheres é uma aposta em todo o mundo, tanto que a Seleção Brasileira de Futsal feminina já é destaque internacional. A equipe brasileira é tetracampeã sul-americana (2005, 2007, 2009 e 2011) e hexacampeã mundial (edições de 2010, 2011, 2012, 2013 e 2014 e 2015). As jogadoras, assim como os homens, também ganharam o mundo: nos campeonatos dos Estados Unidos, da Europa e da Ásia, existem atletas brasileiras atuando.

No Futsal masculino, em 2000 (Guatemala), na sétima edição do mundial, a Espanha ganha o seu primeiro título, derrotando o Brasil na final. Através do

COB (Comitê Olímpico Brasileiro), em 2003, o Futsal é incluído nos Jogos Pan-Americanos de 2007 no Rio de Janeiro, com a seleção brasileira sagrando-se campeã. Ainda em 2003, a Federação Paulista lança um projeto em prol do Futsal chamado: “Eu quero Futsal Olímpico”. No ano de 2004, na China, a Espanha conquista o bicampeonato em final contra a Itália (pela primeira vez, o Brasil não disputa uma final de Campeonato Mundial). Em 2008, o Brasil torna-se hexacampeão mundial em final contra a Espanha. A competição é promovida no Brasil. Em 2012, mais um campeonato para o Brasil, tornando-se heptacampeão. A Espanha é vice. Na Copa do Mundo de 2016, pela segunda vez em sua história, o Brasil não participa de uma final, sendo eliminado pelo Irã na fase de oitavas. Nesse campeonato, a Argentina se sagra campeã, com a Rússia em segundo lugar.

Nos dois últimos campeonatos mundiais, houve a participação de 24 seleções, e hoje já são mais de 130 países filiados à FIFA, um número maior do que as nações pertencentes à ONU (Organização das Nações Unidas).



Figura 1.8 – Fonte: <<http://pt.freeimages.com/photo/soccer-earth>>.

AS COPAS DO MUNDO DE FUTSAL				
ANO	CAMPEÃO	VICE	LOCAL	ENTIDADE
1982	Brasil	Paraguai	Brasil	FIFUSA
1985	Brasil	Espanha	Espanha	FIFUSA
1988	Paraguai	Brasil	Austrália	FIFUSA
1989	Brasil	Holanda	Holanda	FIFA
1992	Brasil	EUA	Hong Kong (China)	FIFA
1996	Brasil	Espanha	Espanha	FIFA
2000	Espanha	Brasil	Guatemala	FIFA
2004	Espanha	Itália	Taipei (China)	FIFA
2008	Brasil	Espanha	Brasil	FIFA
2012	Brasil	Espanha	Tailândia	FIFA
2016	Argentina	Rússia	Colômbia	FIFA





## ATIVIDADE

- 1- Vimos que até os dias de hoje existe a dúvida sobre quem criou o Futsal (ou o Futebol de Salão de antigamente). Em qual versão você mais acredita? Procure em diferentes fontes sobre o assunto, através de um trabalho de pesquisa, e chegue às próprias conclusões sobre a temática.
- 2- Constatamos em nossa análise histórica sobre o Futsal que, mesmo com a sua imensa popularidade e o grande número de participantes, ele nunca foi incluído em um programa de Jogos Olímpicos. Leia mais sobre o assunto, busque mais informações e reflita sobre os motivos que levam a esse fato.
- 3- Releia o capítulo e relembre como o Futebol chegou ao Brasil. Após isso, faça uma reflexão por que o Futebol, em seu início aqui no país, era praticado apenas por uma parte elitizada da população.



## REFLEXÃO

A história de uma modalidade esportiva pode ser considerada parte da memória esportiva de uma nação, registrando apenas uma recordação esportiva, ou podendo tentar explicar por que algumas coisas mudam, enquanto outras permanecem iguais.

Se quisermos saber aonde o Futebol e o Futsal irão no futuro, é sempre interessante sabermos onde esteve. Essa relação vai proporcionar uma base para prospectarmos um possível progresso e as mudanças de duas das modalidades esportivas mais praticadas no planeta.

Para Vamplew (2013), “o esporte do passado moldou o esporte do presente, já que existe alguma herança nas regras, órgãos administrativos, estilos de jogadas, competições ou equipamentos”. No entanto, para o mesmo autor:



É importante enfatizar que o conhecimento histórico é sempre provisório. Tirando os “fatos esportivos”, que mostram quem ganhou o que, onde e de quanto, não há verdades absolutas na história do esporte. Historiadores tentam compreender o passado encontrando provas, interpretando-as e usando-as para chegar a conclusões plausíveis. Porém, deve-se reconhecer que a história do esporte é um terreno contestado, que pode ser encarado de diferentes perspectivas, a partir de vários questionamentos e interpretações. (VAMPLEW, 2013, p. 5)



Além disso, como sugere Hill (2011), “a história não pode ser separada dos historiadores, que têm uma relação pessoal com o tema, influenciada pela criação, educação e crenças políticas”.

---



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BORSARI, J. R. **Manual de educação física**. Futebol de campo. São Paulo: EPU, 1974.
- FERNÁNDEZ, M. C. O. **Futebol**: Fenômeno linguístico. Rio de Janeiro: Documentário, 1974.
- HILL, J. **Sport in history**: an introduction. Basingstoke: Palgrave Macmillan, 2011, p. 22.
- SANTOS, E. **Futebol**: Volume 1. Rio de Janeiro: UERJ, 1978.
- SANTOS, J. R. **História política do futebol brasileiro**. São Paulo: Brasiliense, 1981.
- RAMOS, R. **Futebol**: Ideologia e poder. Petrópolis: Vozes, 1984.
- RODRIGUES, M. A. **O treinador de futebol e o mercado de trabalho no Rio de Janeiro**: Uma abordagem dialética. Rio de Janeiro: UFRJ, 1986.
- VAMPLEW, W. História do esporte no cenário internacional: visão geral. In: **Revista Tempo**, v. 19, n. 34, p. 5-7, jan/jun 2013.
-



2

# **Regras do futebol e do futsal**

# Regras do futebol e do futsal

No segundo capítulo, vamos estudar como surgiram e evoluíram as regras do Futebol e do Futsal até os dias de hoje.

Tanto o Futebol quanto o Futsal possuem, atualmente, 17 regras que se assemelham em alguns aspectos. Sendo assim, apresentaremos um pouco daquilo que podemos considerar como sendo mais relevantes dessas 17 leis do jogo.



## OBJETIVOS

- Compreender a evolução histórica das regras no Futebol e no Futsal;
- Identificar e conhecer as 17 regras oficiais do Futebol e do Futsal.

### As primeiras regras do jogo de futebol

O Futebol possui 17 leis, todas estabelecidas pela ***International Football Association Board (IFAB)***, órgão subordinado à FIFA, que regulamenta as regras desse esporte. Ao longo dos anos, as mesmas sofreram algumas mudanças, apesar de, na sua grande maioria, elas não serem tão significativas assim.



Uma mudança interessante no passado, por exemplo, aconteceu em 1891. Até então o pênalti não existia. Ele foi sugerido por um irlandês, chamado William McCrum, e aprovado pela FIFA, depois que o zagueiro Hendry, do Notts County, evitou o gol do empate do Stoke City tirando com a mão uma bola em cima da linha. Era o último minuto da decisão da Copa da Inglaterra daquele ano, e a falta, cobrada a poucos centímetros do gol (como mandava a regra na época), deu em nada: o goleiro do Notts ficou postado na frente da bola e defendeu-a com facilidade. Ficou claro, ali, que mudanças eram necessárias. (UNZETE, 2017)



No entanto, por mais que tenham mudado e sido atualizadas as regras, a essência do jogo pouco mudou.

Contudo, um exemplo de uma regra testada e não aprovada foi a cobrança do arremesso lateral com os pés: o Mundial Sub-17 disputado no Japão em 1993.

Ninguém ficou a favor. A cobrança dos laterais com os pés praticamente eliminava o desenvolvimento do futebol no meio-de-campo (surgiriam muitos “chutões”).

A primeira versão das Regras do Jogo trazia definições genéricas sobre o futebol. Delimitava o tamanho do campo, as infrações e as saídas de jogo. Pregos e placas de ferro estavam vetados das chuteiras. E as maiores diferenças para o esporte atual estavam no impedimento e no uso das mãos. Qualquer jogador do mesmo time à frente da linha da bola estava impedido, o que tornava os passes em progressão impossíveis. Além disso, o goleiro não existia e qualquer jogador poderia agarrar a bola no alto, ganhando uma cobrança de tiro livre se fizesse isso.

Em 1865, a revista *Bells Life* publicou 14 regras formuladas em reunião da entidade em 26 de Outubro de 1863 que serviriam de base para a formulação das 17 regras atuais do futebol. Essa publicação trouxe mais duas alterações importantes na história do futebol: foram autorizados os passes para a frente e a regra do impedimento foi alterada, considerando os jogadores em posição legal desde que houvesse três adversários entre eles e a linha de gol.

O impedimento é a regra mais polêmica do futebol. Nos primórdios do futebol, os jogadores não tinham as posições definidas. Sendo assim, alguns se plantavam ao lado das balizas a fim de fazer o gol, fazendo com que a partida ficasse sem emoção, ao mesmo tempo em que deixava um vazio no campo. Por isso, foi necessária a criação de regras de futebol.

A partir de 1896, foi instituído que um atacante só poderia receber a bola se houvesse pela frente a presença de três zagueiros; se assim não fosse, era impedido de marcar o gol. Com essa nova lei, os times se obrigaram a adotar táticas relacionadas ao posicionamento dos jogadores em campo, visto que a partida não podia ser mais jogada de qualquer maneira.

Assim, os zagueiros passaram a avançar para que o atacante não recebesse a bola na presença de três zagueiros atrás.

Os estudiosos do esporte, então, viram uma falha e alteraram essa regra da seguinte forma: “Estaria impedido todo aquele que, do meio de campo para frente, não tivesse à sua frente pelo menos dois adversários”. Com isso, a marcação de gols foi facilitada e o jogo tornou-se mais atrativo para se observar e jogar.

## As leis do jogo no futebol atual

Como vimos no capítulo I, as regras do Futebol sofreram algumas alterações ao longo do tempo. No entanto, o Futebol é uma das modalidades esportivas que

menos sofreram modificações desde a criação da FIFA (*Fédération Internationale de Football Association*), instituição que dirige o desporto internacionalmente. As regras do Futebol que governam o jogo não são apenas de responsabilidade da FIFA: existe um comitê chamado *International Football Association Board* (IFAB) que discute e pondera sobre as leis do jogo. A seguir, veremos um resumo das 17 regras oficiais:

### Regra 1: O campo de Jogo

No futebol, o campo tem o formato retangular com superfície verde formada por grama natural ou artificial. O campo é composto de linhas brancas para demarcações: essas linhas delimitam áreas, como a área do gol e das laterais. Uma linha é atravessada de forma perpendicular ao centro das linhas laterais de modo a dividir o campo em duas partes iguais, e essa linha, chamada de linha de meio campo, marca o ponto onde o jogo deve começar e possui um círculo em seu centro. As traves do gol ficam nas duas laterais menores. Ainda existem quartos de círculo nos quatro vértices do campo, onde a bola será colocada para as cobranças de escanteio (tiro de canto).

Para partidas internacionais, pedem-se as seguintes medidas: comprimento (linha lateral): mínimo, 100 m; máximo, 110 m. Largura (linha de meta): mínima, 64 m; máxima, 75 m.

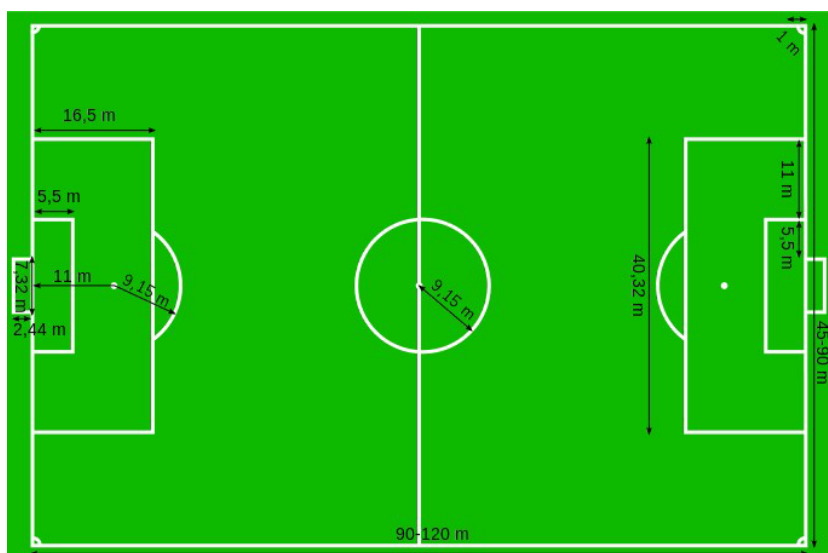


Figura 1.1 – (Fonte: < <https://goo.gl/Xr6zV6> >)

Já as dimensões do gol são: 7,32 m de comprimento de uma trave a outra e 2,44 m de altura do travessão ao solo.



### Regra 2: A Bola

Toda bola deverá:

- ser esférica;
- ser feita de material adequado;
- ter circunferência de 70 cm no máximo e de 68 cm no mínimo;
- pesar no máximo 450 g e no mínimo 410 g no começo do jogo;
- ter pressão equivalente a 0,6 – 1,1 atmosferas (600 – 1100 g/cm<sup>2</sup> ou 8.5 a 15.6 libras) ao nível do mar.

### Regra 3: Os Jogadores

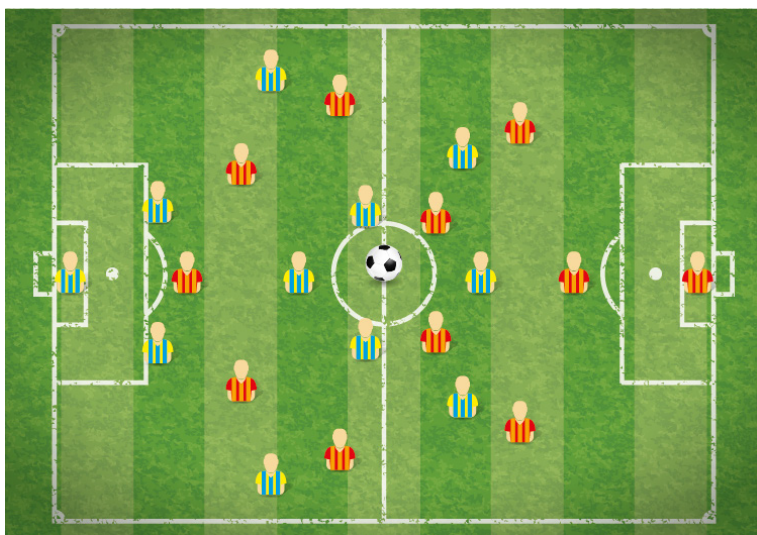
Uma partida será jogada por duas equipes, cada uma formada por no máximo onze jogadores, dos quais um jogará como goleiro. A partida não começará se uma das equipes tiver menos de sete jogadores. Poderão ser realizadas no máximo três substituições por equipe em qualquer partida de competição oficial organizada sob os auspícios da FIFA, das confederações ou das associações membro. O regulamento da competição deverá estipular quantos substitutos poderão ser relacionados, de três a doze, no máximo.



Em jogos de seleções nacionais “A”, podem ser feitas no máximo seis substituições. Em outros jogos, é possível utilizar um número maior de substituições, desde que:

- as equipes envolvidas cheguem a um acordo quanto ao número máximo de substituições;
- o árbitro seja informado antes do início do jogo.

Se o árbitro não for informado, ou se as equipes não chegarem a um acordo antes do início do jogo, não serão permitidas mais do que seis substituições.



#### Regra 4: O Equipamento dos Jogadores

O equipamento básico obrigatório de um jogador de futebol é composto das seguintes peças: agasalho ou camisa – caso seja usada roupa por baixo da camisa, as mangas dessa roupa deverão ter a cor principal das mangas da camisa ou do agasalho; calção – caso sejam usadas malhas térmicas interiores, curtas ou longas, essas deverão ter a cor principal dos calções; meiões – se forem usadas cintas adesivas ou outro material similar na parte externa, elas deverão ter a mesma cor que a parte das meias sobre a qual estiverem sendo usadas; caneleiras; e calçado.

As duas equipes usarão cores que as diferenciem entre si e também do árbitro e dos árbitros assistentes.

Cada goleiro usará cores que o diferencie dos demais jogadores, do árbitro e dos árbitros assistentes.

## Regra 5: O Árbitro

O árbitro de futebol tem a função de gerenciar o jogo, ou seja, através de seu tradicional apito, ele inicia partida, interrompe jogadas, marca faltas e comanda todo o jogo com a ajuda de seus assistentes.

O árbitro deve tomar as decisões do jogo com o máximo de sua capacidade, de acordo com as regras e o “espírito do jogo”, segundo sua opinião. Em razão disso, o árbitro possui poder discricionário para adotar as medidas adequadas para cumprir a essência das regras do jogo. As decisões do árbitro sobre os fatos relacionados com o jogo, incluindo se um gol deve ser ou não confirmado e sobre o resultado da partida, são finais. O árbitro não pode alterar uma decisão, ainda que se convença do erro, quer por entendimento próprio ou em razão da opinião de outro árbitro da partida, se já houver reiniciado o jogo ou se já houver saído de campo, após encerrar o primeiro tempo, a partida ou uma prorrogação. Se o árbitro ficar incapacitado momentaneamente, o jogo deve continuar sob a direção dos demais oficiais de arbitragem até que a bola fique fora de jogo.

Equipamento obrigatório:

- Apito(s);
- Relógio(s);
- Cartões vermelhos e amarelos;
- Bloco de notas (ou outro meio de registrar as ocorrências do jogo).

Os árbitros estão autorizados a usar:

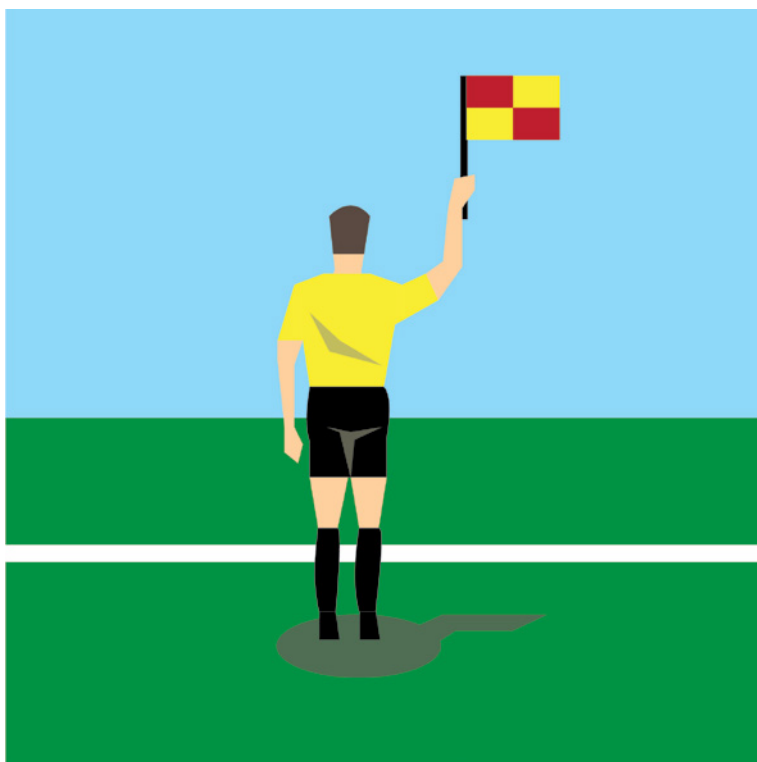
- Equipamento para comunicação entre os oficiais de arbitragem: dispositivos de vibração ou bandeiras eletrônicas e fones auriculares etc.;
- Sistemas eletrônicos de desempenho e monitorização ou equipamento de avaliação de rendimento físico;
- Spray.

Os árbitros e outros oficiais de arbitragem estão proibidos de usar joias ou qualquer outro equipamento eletrônico.

## Regra 6: Os Árbitros Assistentes (Os outros oficiais de arbitragem)

Podem ser nomeados para o jogo outros oficiais de arbitragem (dois árbitros assistentes, quarto árbitro, dois árbitros assistentes adicionais e árbitro assistente reserva). Esses oficiais ajudarão o árbitro a controlar o jogo de acordo com as regras, sendo a decisão final tomada sempre pelo árbitro. Os oficiais da equipe de arbitragem atuam sob a direção do árbitro.

Em caso de interferência indevida ou de conduta imprópria, o árbitro prescindirá de suas atividades e remeterá um relatório às autoridades competentes. À exceção do árbitro assistente de reserva, os demais prestam assistência ao árbitro nas situações de faltas e infrações em que tiverem melhor visão do que o árbitro, e devem remeter às autoridades competentes um relatório sobre qualquer conduta incorreta grave, e incidentes graves, que não hajam sido percebidos pelos demais oficiais de arbitragem. Devem informar o árbitro e os outros oficiais da equipe de arbitragem sobre qualquer relatório que elaborar.



Os dois árbitros assistentes terão, sempre submetidos à decisão do árbitro, o dever de indicar: quando a bola sair completamente do campo de jogo; a que equipe pertence o arremesso lateral ou se é tiro de canto ou de meta; quando deverá ser punido um jogador por estar em posição de impedimento; quando for solicitada uma substituição; quando ocorrer alguma infração ou outro incidente fora do campo visual do árbitro; quando forem cometidas infrações que eles possam ver melhor do que o árbitro (isso inclui, em certas circunstâncias, infrações cometidas dentro da área penal); e quando, nos tiros penais, o goleiro se adiantar além da linha de meta antes de a bola ser chutada e se a bola ultrapassar a linha de meta.

### Regra 7: A duração do Jogo/Partida

Uma partida de futebol é dividida em dois tempos de 45 minutos com um intervalo de 15 minutos entre eles.

Cada período deve ser acrescido do tempo perdido em razão de:

- substituições;
- avaliação de lesões ou transporte de jogadores para fora do campo de jogo;
- perdas de tempo;
- sanções disciplinares;
- paradas para hidratação ou por ordem médicas previstas no regulamento da competição;
- qualquer atraso significativo para o reinício do jogo (exemplo: celebração de gols). O quarto árbitro deve indicar o tempo adicional mínimo decidido pelo árbitro no final do último minuto de cada período de jogo. O tempo adicional pode ser aumentado pelo árbitro, mas não reduzido. O árbitro não pode compensar um erro de cronometragem ocorrido no primeiro período alterando a duração do segundo período.

Quando um tiro penal tiver de ser executado ou repetido, o tempo de jogo será prorrogado até que o tiro penal tenha sido executado.

## Regra 8: Início e Reinício de Jogo

O tiro de saída é uma forma de iniciar ou reiniciar o jogo:

- no começo da partida;
- depois de um gol ter sido marcado;
- no começo do segundo tempo da partida;
- no começo de cada tempo da prorrogação quando for o caso.

Os tiros livres (diretos e indiretos), pênaltis, arremessos laterais, tiros de meta e tiros de canto são também formas de reiniciar o jogo (regras 13 a 17). A bola ao chão é uma forma de reinício do jogo quando o árbitro o paralisa sem que haja previsão de seu reinício segundo uma das formas acima.

Um gol poderá ser marcado diretamente de um tiro de saída.



## Regra 9: Bola em Jogo e Fora de Jogo

A bola estará fora de jogo em uma partida de futebol quando:

- tiver ultrapassado totalmente a linha lateral ou de meta, seja por terra ou por ar;
- o jogo tiver sido paralisado pelo árbitro.

A bola estará em jogo em qualquer outro momento, inclusive quando:

- rebater nos postes de meta, travessão ou poste de bandeirinha de canto e permanecer no campo de jogo;
- rebater no árbitro ou em um árbitro assistente localizado dentro do campo de jogo.

### **Regra 10: Gol Marcado (Determinação do Resultado de um Jogo)**

Um gol será marcado quando a bola ultrapassar totalmente a linha de meta, entre os postes de meta e por baixo do travessão, desde que a equipe que marcou o gol não tenha cometido previamente nenhuma infração às Regras do Jogo.



A equipe que marcar maior número de gols durante a partida será a vencedora. Quando as duas equipes marcarem o mesmo número de gols ou não marcarem nenhum, o jogo terminará empatado. Se o regulamento da competição exigir que uma equipe seja declarada vencedora após um jogo ou após partidas de ida e volta que terminem empatadas, só são permitidos os seguintes critérios de desempate:

- regra de gols marcados fora de casa;
- prorrogação;
- tiros livres desde a marca penal.

## Regra 11: Impedimento

O fato de estar em uma posição de impedimento não constitui uma infração. Um jogador estará em posição de impedimento quando **se encontrar mais próximo da linha de meta adversária do que a bola e o penúltimo adversário**.

Um jogador não estará em posição de impedimento quando **se encontrar em sua própria metade de campo, ou estiver na mesma linha do penúltimo adversário, ou estiver na mesma linha dos dois últimos adversários**.

Não há infração de impedimento quando um jogador recebe a bola diretamente de um:

- tiro de meta;
- arremesso lateral;
- tiro de canto.

## Regra 12: Faltas e Incorreções

As faltas e incorreções serão sancionadas da seguinte maneira:

- Tiro livre direto;
- Tiro livre indireto;
- Tiro penal.

Os tiros livres indiretos e diretos e o pênalti só podem ser marcados por faltas e infrações cometidas quando a bola estiver em jogo.

Será concedido um tiro livre direto a favor da equipe adversária do jogador que praticar uma das seguintes ações consideradas pelo árbitro como imprudente, temerária ou com uso de força excessiva:

- fazer carga em um adversário;
- saltar sobre um adversário;
- dar ou tentar dar um pontapé em um adversário;
- empurrar um adversário;
- golpear ou tentar golpear (incluindo cabeçada) um adversário;
- dar uma entrada ou disputar a bola com um adversário;
- dar ou tentar dar um calço ou uma rasteira em um adversário.

Também será concedido um tiro livre direto se um jogador cometer uma das seguintes infrações:

- tocar deliberadamente a bola com as mãos (exceto o goleiro dentro da sua própria área penal);
- segurar (agarrar) um adversário;
- impedir o movimento de um adversário com contato;
- cuspir em um adversário.

Um tiro livre indireto será concedido à equipe adversária de um jogador que:

- jogar de maneira perigosa;
- impedir o movimento de um adversário sem qualquer contato;
- impedir o goleiro de jogar ou tentar jogar a bola com as mãos ou com os pés quando estiver em processo de colocação da bola em disputa;
- cometer qualquer outra infração não mencionada anteriormente nas regras pela qual o jogo seja interrompido para advertir ou expulsar um jogador.

Um tiro livre indireto será concedido à equipe adversária se o goleiro cometer uma das seguintes infrações dentro da própria área penal:

- manter a bola nas mãos durante mais de seis segundos antes de soltá-la;
- tocar a bola com as mãos depois de:
  - ter colocado a bola em disputa e antes de a bola ser tocada por outro jogador;
  - receber a bola passada deliberadamente com os pés por um companheiro;
  - receber a bola diretamente de um arremesso lateral efetuado pelo companheiro.

Existem circunstâncias diferentes em que um jogador deve ser advertido com cartão amarelo ou vermelho (expulsão) conforme a gravidade da infração cometida.

### **Regra 13: Tiros Livres**

Os tiros livres são dois: direto e indireto. São concedidos a favor da equipe adversária do jogador que cometer a falta ou infração.



Sinal de tiro livre indireto:

O árbitro indicará um tiro livre indireto levantando um braço acima da cabeça. Deverá manter o braço nessa posição até que o tiro seja executado e até que a bola toque em outro jogador ou saia do jogo.

A bola entra na meta:

- se a bola, na cobrança de um tiro livre direto, entrar diretamente na meta da equipe contrária, o gol deve ser confirmado;
- se a bola, na cobrança de um tiro livre indireto, entrar diretamente na meta da equipe contrária, será marcado um tiro de meta;
- se a bola, na cobrança de um tiro livre direto ou indireto, entrar diretamente na meta da própria equipe, será marcado um tiro de canto.

A bola:

- deve estar imóvel e o executante não pode voltar a tocá-la antes de a bola tocar em outro jogador;
- entra em jogo logo que seja tocada e se mova claramente, exceto no caso de um tiro livre a favor da equipe defensora desde sua área penal, quando a bola só entrará em jogo se sair diretamente dessa área penal.

Antes de a bola entrar em jogo, todos os adversários devem encontrar-se:

- pelo menos a 9,15 m da bola, a menos que se encontrem na própria linha de meta entre os postes de meta;
- fora da área penal nas cobranças de tiros livres a favor da equipe adversária dentro da própria área penal.

#### **Regra 14: Tiro Penal**

Um tiro penal (pênalti) será marcado se um jogador cometer uma infração punível com tiro livre direto dentro da própria área penal ou mesmo fora do campo de jogo em razão de uma saída de campo como parte do jogo.

Um gol poderá ser marcado diretamente de um tiro penal.

Será concedido tempo adicional para se executar um tiro penal ao final de cada tempo ou ao final dos tempos de uma prorrogação.

Na cobrança de tiro penal, a bola deve estar imóvel na marca penal, o executante do pênalti deve ser devidamente identificado e o goleiro deve permanecer sobre a linha de meta, de frente para o executante e entre os postes da meta, até a bola ser tocada. Todos os jogadores, fora o executante e o goleiro, devem encontrar-se:

- pelo menos a 9,15 m da marca penal;
- atrás da marca penal;
- dentro do campo de jogo;
- fora da área penal.

Após todos os jogadores ocuparem suas posições, de acordo com essa regra, o árbitro dará o sinal para que o pênalti seja executado. O executante do pênalti deve tocar a bola para frente; toques de calcanhar são permitidos desde que a bola se mova para frente. A bola entrará em jogo logo que seja tocada e se mova claramente. O executante não pode tocar na bola uma segunda vez antes que outro jogador a toque. O tiro penal só estará concluído quando a bola parar de se mover, sair de jogo ou quando o árbitro interromper o jogo por qualquer infração às regras.

### **Regra 15: Arremesso Lateral**

O arremesso lateral é uma forma de reiniciar o jogo. O arremesso lateral será concedido à equipe adversária do último jogador que tocar na bola antes de ela ultrapassar totalmente a linha lateral por terra ou ar.

Não pode ser marcado um gol diretamente de um arremesso lateral:

- se a bola entrar na meta adversária – será marcado o tiro de meta;
- se a bola entrar na meta do executante – será marcado tiro de canto.

No momento do arremesso lateral, o executante deve:

- estar de frente para o campo de jogo;
- ter parte de cada pé sobre a linha lateral ou no chão fora do campo de jogo;
- lançar a bola com as duas mãos vindo de trás e por sobre a cabeça desde o local por onde a bola saiu do campo de jogo.

Todos os adversários devem estar a pelo menos dois metros de distância do local onde o arremesso lateral será executado.

Se, após a bola entrar em jogo, o executante do arremesso tocar na bola antes de ela ser tocada por outro jogador, deve ser marcado um tiro livre indireto. Se o executante deliberadamente tocar a bola com a mão:

- deve ser marcado um tiro livre direto;
- deve ser marcado um tiro penal se a infração ocorrer na área penal do executante, a menos que ele seja o goleiro, pois nesse caso será marcado um tiro livre indireto.

### **Regra 16: Tiro de Meta**

O tiro de meta é uma forma de reiniciar o jogo.

Um tiro de meta será marcado quando a bola ultrapassar completamente a linha de meta, pelo chão ou pelo alto, depois de ser tocada por último em um jogador da equipe atacante, sem que um gol haja sido marcado. Um gol pode ser marcado diretamente de um tiro de meta, mas somente contra a equipe adversária; se bola tiver saído da área penal e entrar diretamente na meta do executante, será marcado um tiro de canto a favor da equipe adversária.

Procedimento:

- A bola deve estar imóvel e deve ser tocada de qualquer ponto da área de meta por um jogador da equipe defensora;
- A bola estará em jogo assim que sair diretamente da área penal;
- Os jogadores da equipe adversária devem encontrar-se fora da área penal até que a bola entre em jogo.

### **Regra 17: Tiro de Canto**

Um tiro de canto será marcado quando a bola ultrapassar completamente a linha de meta, pelo chão ou pelo alto, e tocado por último em um jogador da equipe defensora sem que um gol tenha sido marcado. Um gol pode ser marcado diretamente de um tiro de canto, mas somente contra a equipe adversária; se a bola entrar diretamente na meta do executante, será marcado tiro de canto a favor da equipe adversária.

### Procedimento:

- A bola deve ser colocada na área de canto mais próxima do local por onde a bola saiu pela linha de meta;
- A bola deve estar imóvel e deve ser tocada por um jogador da equipe atacante;
- A bola entrará em jogo assim que for tocada e se mover claramente; não necessita sair da área de canto;
- O poste da bandeira de canto não pode ser removido;
- Os jogadores da equipe adversária devem colocar-se pelo menos a 9,15 m da área de canto até que a bola entre em jogo.

Se, após a bola entrar em jogo, o executante toca na bola uma segunda vez antes que ela tenha sido tocada por outro jogador, será marcado um tiro livre indireto. Se o executante tocar deliberadamente a bola com as mãos:

- será marcado um tiro livre direto;
- será marcado um pênalti se a infração ocorrer dentro da área penal do executante, a menos que o executante seja o goleiro, pois, nesse caso, será marcado um tiro livre indireto.

Se um jogador, ao cobrar de forma correta um tiro de canto, tocar a bola intencionalmente em um adversário com objetivo de voltar a jogá-la, sem que o faça de modo imprudente, temerário ou com uso de força excessiva, o árbitro permitirá que o jogo continue.



## As regras do futsal

As primeiras regras do futebol de salão foram criadas pela FIFUSA, que organizava as competições da modalidade inicialmente, como vimos no capítulo 1. Mas, com o surgimento do Futsal sob a chancela da FIFA, alterações importantes foram realizadas.

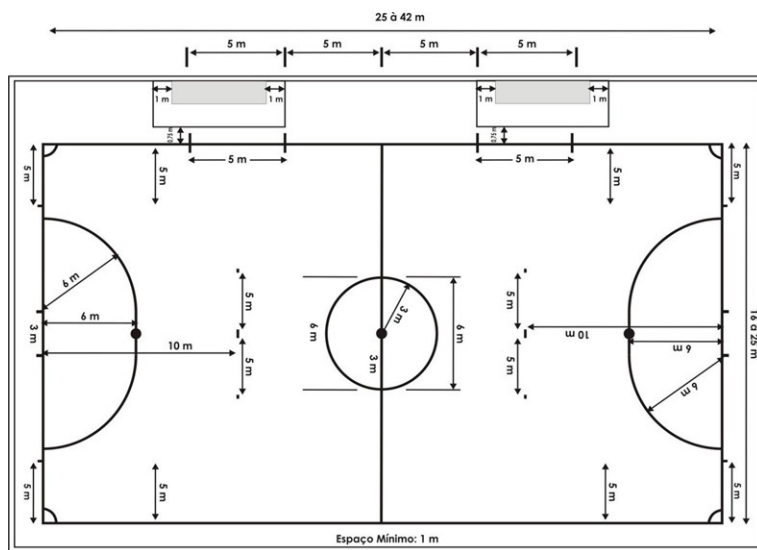
Atualmente, o Futsal possui o mesmo número de regra do Futebol, 17, com características equivalentes. Por exemplo, a regra número 1 no Futebol trata do campo de jogo; no Futsal, da quadra de jogo. A regra 2 de ambas as modalidades refere-se à bola, e assim por diante. Veremos na sequência os pontos principais sobre as regras do Futsal.

### Regra 1: Quadra de Jogo

Para as competições nacionais nas categorias masculinas adulto e Sub-20, a quadra de jogo terá medidas de no mínimo 38 metros de comprimento por 18 metros de largura, com área de escape de no mínimo 1,5 metro. No entanto, para as Ligas Futsal masculina e feminina, essas medidas serão definidas nos regulamentos das competições.

Para os certames nacionais nas categorias femininas adulto, Sub-20, Sub-17 e Sub-15, bem como nas categorias Sub-17 e Sub-15 masculinas, a quadra de jogo terá medidas de no mínimo 36 metros de comprimento por 18 metros de largura, com área de escape de no mínimo 1,5 metro.

Nas competições estaduais, as dimensões das quadras poderão ser regulamentadas pelas Federações locais. Já nas partidas internacionais a quadra de jogo deverá ter um comprimento mínimo de 38 metros e máximo de 42 metros, com a largura mínima de 20 metros e a máxima de 25 metros.



## Regra 2: A Bola

A bola será esférica. O invólucro será de couro macio ou de outro material aprovado e deverá seguir as seguintes medidas em função do gênero e da faixa etária envolvida, conforme exposto abaixo:

CATEGORIA	SEXO	PESO	CIRCUNFERÊNCIA
Adultas, Sub-20, Sub-17 e Sub-15	MASC/FEM	400g a 440g	62 cm a 64 cm
Sub-13	MASC/FEM	350g a 380g	55 cm a 59 cm
Sub-11 e Sub-09	MASC/FEM	300g a 330g	50 cm a 55 cm
Inferior ao Sub-09	MASC/FEM	250g a 280g	40 cm a 43 cm

### Regra 3: Número de Jogadores

Uma partida de Futsal será disputada entre duas equipes compostas, cada uma, por no máximo 5 (cinco) jogadores, um dos quais será o goleiro.

É vedado o início de uma partida se uma das equipes tiver menos de 3 (três) jogadores nem terá continuação ou prosseguimento se uma das equipes, ou ambas, ficar reduzida a menos de 3 (três) jogadores na quadra de jogo.

O número máximo de jogadores reservas para substituições em qualquer partida de uma competição oficial é de 9 (nove) jogadores. No entanto, o regulamento da competição poderá estipular quantos substitutos podem ser relacionados em súmula, sempre até o número máximo de nove atletas.

Será permitido um número indeterminado de substituições durante a partida.

As substituições poderão ser realizadas com a bola em jogo ou fora de jogo. Para substituir um jogador, devem ser observadas as seguintes condições ou disposições:

- O jogador deverá sair da quadra de jogo pela zona de substituição da própria equipe, salvo nos casos excepcionais previstos na regra;
- O jogador substituto não poderá entrar na quadra de jogo enquanto o jogador substituído não abandonar a quadra;
- O jogador substituto entrará na quadra de jogo pela zona de substituição da própria equipe;
- Uma substituição completa-se quando um substituto entra na quadra de jogo pela zona de substituição da própria equipe após entregar seu colete nas mãos do jogador substituído, exceto se esse tiver de sair da quadra de jogo por outro local autorizado por um dos árbitros, devendo, nesse caso, entregar o colete ao 3º árbitro/anotador;
- Nesse momento, o substituto passa a ser jogador e o substituído passa a ser reserva;
- O jogador substituído poderá voltar a participar da partida;
- Todos os jogadores reservas estarão submetidos à autoridade e jurisdição dos árbitros, sejam ou não chamados a participar da partida;
- Quando se prorroga uma partida para a execução de um tiro penal, um tiro do segundo ponto penal ou tiro livre direto sem barreira, não será permitido nenhuma substituição, exceto a do goleiro defensor.

## Regra 4: Equipamento dos Jogadores

Os jogadores não podem utilizar nenhum equipamento ou objeto que seja perigoso a eles ou aos demais jogadores, inclusive qualquer tipo de joia.

Como equipamento básico dos jogadores, temos camisa de manga curta ou manga longa; caso o jogador utilize camisas longas por baixo da camisa de mangas curta, elas deverão ser da cor predominante das mangas da camisa. Calção curto: se utilizarem short térmico deve ser da mesma cor do calção e não pode aparecer durante o jogo. O goleiro poderá usar calça de agasalho sem zíper.

As caneleiras deverão estar completamente cobertas pelos meiões e confeccionadas em material apropriado que ofereça proteção ao jogador (borracha, plástico, poliuretano ou material similar). O tênis deve ser confeccionado com lona, pelica ou couro macio, com solado e revestimento lateral de borracha ou material similar.

Se um jogador perde acidentalmente seu tênis e imediatamente após marca um gol, não existirá infração e o gol será válido.

## Regra 5: Os Árbitros

As partidas serão controladas por dois árbitros (árbitro principal e árbitro auxiliar), que terão plenos poderes para fazer cumprir as Regras de Jogo de Futsal.

O arbitro auxiliar deve estar preparado para substituir o árbitro principal em caso de necessidade, e, em caso de divergência com o árbitro principal, prevalecerá a decisão do árbitro principal.

Os árbitros poderão modificar uma decisão unicamente quando se derem conta de que tomaram uma decisão incorreta desde que não tenham reiniciado ou, dependendo do caso, terminado a partida.

## Regra 6: 3o Árbitro/Anotador e Cronometrista

No Futsal, o terceiro árbitro/anotador e o cronometrista exercerão suas funções numa mesa do lado de fora da quadra de jogo, próximo à linha divisória do meio da quadra, junto à zona de substituição. O terceiro árbitro/anotador e o cronometrista devem estar sempre atentos quando da substituição de jogadores e, quando verificarem infrações, devem comunicar aos árbitros.

O terceiro árbitro/anotador e cronometrista devem observar também as substituições feitas tentando ludibriar os adversários e a equipe de arbitragem e



informarem aos árbitros. Além disso, deve portar as plaquetas de pedidos de tempo técnico e de controle do tempo de expulsões.

O cronometrista avisa que o tempo terminou, e um dos árbitros encerra o jogo.

### Regra 7: Duração da Partida

O tempo de duração de uma partida será cronometrado, dividido em dois períodos iguais, tanto no masculino como no feminino, e com intervalo de até 15 (quinze) minutos para descanso entre os períodos. Considerando a menor resistência do organismo em formação e não se poder exigir de jogadores de reduzida idade um excessivo esforço físico, os tempos de duração das partidas serão os seguintes:

- Para a categoria Adulta, Sub-20 e Sub-17, serão de 40 (quarenta) minutos, divididos em dois tempos de 20 (vinte) minutos;
- Para a categoria Sub-15, serão de 30 (trinta) minutos, divididos em dois tempos de 15 (quinze) minutos;
- Para as outras categorias, faixas etárias menores, as entidades estaduais deverão determinar ou homologar a fixação de tempo especial de duração da partida.

Cada equipe terá direito a um minuto de tempo técnico em cada período de jogo.

### Regra 8: Bola de Saída

No início da partida, a escolha de lado ou saída de bola será decidida por meio de sorteio procedido pelo árbitro principal. A equipe vencedora do sorteio escolherá a meia quadra onde irá iniciar jogando, e a equipe perdedora terá o direito à bola de saída do jogo. Quando o jogo tiver tempo suplementar, deverá ser feito o mesmo procedimento.

O jogador que executar a saída de bola não poderá ter contato com a mesma enquanto ela não for jogada ou tocada por outro jogador.

Depois de consignado um gol, a partida recomeçará de maneira idêntica por um jogador da equipe que sofreu o gol.

Quando o jogador executante da bola de saída do 1º ou 2º períodos, ou na reposição de bola após sofrer um gol, não executar corretamente, deverá ser repreendido verbalmente e, na reincidência, penalizado com cartão amarelo.

Não será válido o gol consignado diretamente de bola de saída.

## Regra 9: Bola em Jogo e Fora de Jogo

Em uma partida de Futsal, podemos considerar que a bola estará fora de jogo quando:

- Atravessar completamente, quer pelo solo, quer pelo alto, as linhas laterais ou de meta;
  - A partida for interrompida pelo árbitro;
  - A bola bater no teto ou em equipamentos de outros desportos colocados nos limites da quadra de jogo. A partida será reiniciada com a cobrança de tiro lateral a favor da equipe adversária à do jogador que desferiu o chute, na direção e do lado onde a bola bateu;
  - A bola estará em jogo em todas as outras ocasiões, inclusive quando:
  - Bate em uma das traves ou travessão e permanece dentro da quadra de jogo; Toca nos árbitros colocados dentro da quadra de jogo;
- Enquanto não se adota uma decisão por suposta infração às regras do jogo.

## Regra 10: Contagem de Gols

No Futsal, se um jogador, ao cobrar um tiro de canto, tiro lateral ou tiro livre direto ou indireto, retardar a bola para a própria meta e ela penetrar diretamente, o gol não será válido: será tiro de canto. Se tocar em qualquer jogador, inclusive o goleiro, o gol será válido.

Se a bola arremessada com as mãos pelo goleiro penetrar diretamente na meta adversária, o gol não será válido: será cobrado um arremesso de meta.

Se, ao segurar ou arremessar a bola, estando ela em jogo, o goleiro permitir que a bola entre e ultrapasse inteiramente a própria linha de meta, entre os postes e sob o travessão de meta, o gol será válido.

Se a bola estiver indo na direção da meta ao término do 1º ou 2º período, ou ainda no término do período suplementar e o tempo terminar, os árbitros devem esperar o final da trajetória da bola para encerrar a partida.

## Regra 11: Impedimento

No livro oficial de regras, seja da FIFA, entidade que organiza o Futsal em nível internacional, ou da CBFS (Confederação Brasileira de Futsal), constam os seguintes dizeres: "Não existe impedimento no Futsal".

## **Regra 12: Faltas e Incorreções**

As faltas e incorreções serão penalizadas no Futsal com os chamados Tiro Livre Direto ou Tiro Livre Indireto em diferentes situações de jogo expostas na regra oficial da modalidade.

Será concedido, também, um tiro livre indireto em favor da equipe adversária quando o goleiro cometer uma das seguintes infrações:

- Controla a bola com as mãos dentro de sua área penal ou fica de posse em sua meia quadra de jogo por mais de 4 (quatro) segundos;
- Após haver tocado na bola em qualquer parte da quadra, volta a tocar nela em sua meia quadra quando jogada intencionalmente por um companheiro de equipe, sem que a bola tenha sido jogada ou tocada por um adversário;
- Toca ou controla a bola com suas mãos, dentro de sua área penal, depois que um jogador de sua equipe tenha passado a bola deliberadamente com o pé;
- Toca ou controla a bola com as mãos dentro de sua área penal, vinda diretamente de um tiro lateral, de canto, direto e indireto, cobrado por um companheiro;
- O ato de receber a bola de um companheiro na quadra adversária e conduzi-la para sua meia quadra será considerada como segunda devolução e deverá ser punida com tiro livre indireto. Na quadra de ataque, poderá receber normalmente a bola;
- Se o goleiro defender a bola parcialmente, não será considerado como primeiro toque e o companheiro poderá devolver ao goleiro, sem que tenha sido jogada ou tocada em um atleta adversário.

A equipe infratora será punida com a cobrança de um tiro livre indireto a ser executado pelo adversário no local onde ocorreu a infração se cometida fora da área penal do infrator. Se cometida dentro da área penal do infrator, o tiro livre indireto deverá ser executado sobre a linha da área penal, no ponto mais próximo do local onde ocorreu a infração. Essas faltas não são anotadas como acumulativas para a equipe e serão punidas com tiros livres indiretos durante toda a partida.

## **Regra 13: Tiros Livres**

Os tiros livres no Futsal podem ser diretos e indiretos.

Um dos árbitros sinalizará um tiro livre direto, levantando um dos braços na horizontal, indicando a direção em que deve ser cobrado, e o outro braço em

quarenta e cinco graus em direção à quadra de maneira que fique bem claro ao 3º árbitro/anotador e cronometrista que se trata de uma falta acumulativa.

Através do tiro livre direto, se pode consignar diretamente um gol contra a equipe que cometeu a infração. No entanto, se um jogador chuta a bola em direção à própria meta e a mesma entra nela diretamente, o gol não será válido. Será cobrado tiro de canto em favor da equipe adversária. Se a bola tocar em qualquer jogador, inclusive o goleiro, e entrar, o gol será válido.

A cobrança de um tiro penal deve ser feita da marca penal, cobrada obrigatoriamente para frente, com a bola entrando em jogo tão logo seja movimentada.

Um tiro livre direto sem barreira deve ser cobrado para frente com intenção de chutar em direção à meta, não podendo a bola, em sua trajetória, ser tocada por outro jogador da sua equipe.

Na súmula do jogo, devem ser registradas as cinco primeiras faltas de tiro livre direto (faltas acumulativas) de cada equipe em cada período de jogo.

Se o jogador cometer uma falta para tiro direto da sexta falta em diante, na meia quadra adversária ou em sua meia quadra, no espaço que corresponde à linha do meio da quadra e a uma linha imaginária ligando as linhas laterais e passando pelo segundo ponto penal, essa cobrança deve ser da marca do segundo ponto penal.

Se o jogador cometer uma falta para tiro direto da sexta falta em diante, na sua meia quadra de jogo, no espaço que corresponde a uma linha imaginária ligando as linhas laterais e passando pelo segundo ponto penal até a linha de meta e fora da área penal, a equipe atacante decidirá se cobra do local onde ocorreu a infração ou na marca do segundo ponto penal.

#### **Regra 14: Tiro Penal**

Será concedido um tiro penal contra a equipe que cometer uma das infrações sancionadas com um tiro livre direto, dentro de sua área penal, quando a bola está em jogo. Poderá ser marcado um gol diretamente de tiro penal.

Será concedido tempo adicional para a execução de um tiro penal no final de cada período ou no final dos períodos do tempo suplementar.

O goleiro defensor deverá estar sobre a linha de meta, de frente para o executor do tiro e entre os postes de meta até que a bola esteja em jogo. Poderá movimentar-se lateralmente.

Os jogadores, exceto o executor do tiro, devem estar na superfície de jogo, fora da área penal, atrás do ponto penal e a uma distância mínima de cinco metros da bola.

## **Regra 15: Tiro Lateral**

O chamado tiro lateral será cobrado sempre que a bola atravessar inteiramente as linhas laterais, quer pelo solo, quer pelo alto, ou tocar no teto.

O retorno da bola à quadra de jogo dar-se-á com a movimentação da mesma, com o uso dos pés, sendo a bola colocada no local onde a mesma saiu, podendo ser jogada em qualquer direção, trabalho executado por um jogador adversário daquela equipe que tocou a bola por último.

O jogador, no momento em que executar o tiro lateral, deverá fazê-lo com uma parte de um dos pés sobre a linha lateral ou na parte externa da quadra de jogo. Não pode estar com o pé totalmente dentro da quadra.

O jogador que executar o tiro lateral não poderá tocar uma segunda vez na bola enquanto outro jogador não tocar na mesma. Se tocar com a mão, será penalizado com tiro direto, e se tocar com qualquer outra parte do corpo, será tiro indireto.

Se um jogador executar o tiro lateral contra a própria meta, e a bola tocar ou for tocada por qualquer jogador e penetrar na meta, o gol será válido. Se penetrar na meta diretamente, o gol não será válido. Será cobrado tiro de canto em favor da equipe adversária.

Se um jogador executar o tiro lateral contra a meta adversária, e a bola tocar ou for tocada por qualquer jogador e penetrar na meta, o gol será válido. Se penetrar na meta diretamente, o gol não será válido. Será cobrado arremesso de meta em favor da equipe adversária.

Na execução do tiro lateral, a bola deverá estar apoiada no solo, ser colocada na direção onde saiu, estar imóvel ou podendo mover-se levemente, colocada sobre a linha lateral ou no máximo 25 (vinte e cinco) centímetros para fora da linha.

## **Regra 16: Arremesso de Meta**

Será considerado no Futsal arremesso de meta sempre que a bola atravessar inteiramente a linha de meta pelo alto ou pelo solo, excluída a parte compreendida entre os postes e sob o travessão de meta, após ter sido tocada ou jogada pela última vez por jogador da equipe atacante.

A execução do arremesso de meta será realizada exclusivamente pelo goleiro, com o uso das mãos, de qualquer ponto da área penal. A bola somente estará em jogo quando ultrapassar inteiramente a linha demarcatória da área penal.

Quando da execução de um arremesso de meta, os jogadores da equipe adversária deverão estar colocados fora da área penal do goleiro executor. Se o goleiro lançar rapidamente a bola, poderá fazê-lo mesmo com jogadores adversários dentro da área penal, desde que não atrapalhem o lançamento.

### **Regra 17: Tiro de Canto**

No Futsal, se o jogador executar o tiro de canto com a bola fora do quadrante (área destinada a colocar a bola na hora da cobrança), o árbitro manda repetir a cobrança e reinicia a contagem dos quatro segundos a partir dos segundos que já tinham passado após a primeira autorização, até que seja cobrado corretamente ou ultrapasse os quatro segundos.

A bola estará em jogo assim que o tiro de canto for executado de acordo com essa regra e a bola movimentada, não necessitando sair do quadrante.

Poderá ser feito um gol diretamente de um tiro de canto somente contra a equipe adversária. Se um jogador executar o tiro de canto contra a meta da equipe adversária e a bola transpor inteiramente a linha de meta entre os postes de meta e sob o travessão, tocando ou não em qualquer jogador, o gol será válido.

Se um jogador chutar a bola contra a própria meta e a bola penetrar na mesma diretamente, o gol não será válido. O árbitro determinará que a partida seja reiniciada com a cobrança de tiro de canto a favor da equipe adversária. Se a bola tocar em qualquer jogador e penetrar na meta, o gol será válido.

Se um jogador demorar mais de 4 (quatro) segundos para executar o tiro de canto, o árbitro determinará a perda de posse de bola e a partida reiniciada com a cobrança de um arremesso de meta a favor da equipe adversária.

Se um jogador chutar a bola e tocar na mesma uma segunda vez antes de qualquer outro jogador, sua equipe será punida com a cobrança de um tiro livre indireto no exato lugar onde se encontrava a bola.



### **ATENÇÃO**

Para uma melhor compreensão das Leis do Jogo, tanto no Futebol e no Futsal, é recomendada a leitura de suas regras na íntegra. Estão disponíveis em:

Futebol - <http://www.cbf.com.br/arbitragem/regras-futebol-e-livros#.WKdvtjsrLIU>

Futsal - <http://www.cbfs.com.br/2015/futsal/regras/index.html>



## ATIVIDADE

1- No capítulo que estudamos, vimos que a FIFA é resistente no que diz respeito a uma mudança significativa nas regras do Futebol. Por que você acha que isso acontece? Procure em artigos, jornais e revistas mais sobre o assunto e elabore uma reflexão própria sobre o tema.

2- A partir das regras estudadas neste capítulo, você entende que mudanças poderiam acontecer nas leis do jogo para que o mesmo ficasse mais dinâmico e agradável de assistir? Que mudanças seriam essas? Elabore você mesmo as suas sugestões.



## REFLEXÃO

Há tempos, o Futebol e o Futsal praticados eram bem diferentes daqueles de hoje em dia. Para se ter uma ideia, no Futebol, os toques com a mão eram permitidos por qualquer jogador em campo. No Futsal, os gols eram permitidos dentro da área de meta. No Futebol, os goleiros não existiam nem tampouco o passe para frente. Esses, no Futsal, não podiam sair de suas respectivas áreas, mesmo se fosse para jogar com os pés. As balizas não eram delimitadas em sua altura no Futebol e eram as mesmas do hóquei sobre patins no Futsal.

As Regras do Jogo no Futebol não eram 17 como hoje, mas apenas 13 – o impedimento, o árbitro, o tempo e o pênalti foram introduzidos somente nos anos seguintes.

Hoje, o Futebol e o Futsal mudaram. Suas regras, em grande parte, se transformaram, mesmo que algumas delas se baseiem ainda nas leis criadas em 1882 pelo IFAB (International Football Association Board). Este capítulo nos faz pensar, principalmente em relação ao Futebol: por que não mudá-las?

Contudo, a maioria das pessoas com poder de decisão no esporte mais popular do planeta defende ainda a tese de que “em time que está ganhando não se mexe”. Assim, com medo de perder uma popularidade que jamais foi alcançada pelos esportes em constante mutação, o futebol prefere não mudar suas leis. Ou mudar muito pouco. Sendo assim, isso nos leva a refletir que o Futebol continua o mesmo: um esporte cujas regras evoluíram, mas bem lentamente.



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

UNZETE, C. **Futebol**: a regra não é clara. Disponível em: <<http://super.abril.com.br/saude/futebol-a-regra-nao-e-clara/>>. Acesso em: 15 fev. 2017.

# 3

**Elementos da técnica  
individual de atletas  
de futebol e futsal  
e seus diferentes  
métodos de ensino**



# Elementos da técnica individual de atletas de futebol e futsal e seus diferentes métodos de ensino

No terceiro capítulo, vamos analisar os elementos da técnica individual de um atleta de Futebol/Futsal que também podem ser chamados de fundamentos. Vamos dividi-los pelas duas posições mais distintas destas modalidades: goleiro e jogadores de linha. Esses elementos é que vão compor a chamada técnica individual desses atletas

Também vamos conhecer os diferentes métodos de ensino que podem ser aplicados no aprendizado dos diferentes elementos da técnica individual, suas vantagens e desvantagens.



## OBJETIVOS

- Conhecer os diferentes elementos da técnica individual dos atletas de linha e do goleiro no Futebol e no Futsal;
- Identificar, além de analisar as suas aplicabilidades, as diferentes propostas metodológicas para o processo de ensino-aprendizagem do Futebol/Futsal.

## Os elementos da técnica individual dos jogadores de futebol e futsal

A técnica de um atleta de Futebol/Futsal é composta por um conjunto de gestos e movimentos realizados durante uma partida e tem como base os chamados elementos da técnica individual (**fundamentos**, segundo alguns autores).

Atletas dessas duas modalidades podem ser classificados em função de suas características distintas:

- **Atletas de linha;**
- **Goleiro.**

Entre os principais elementos da técnica individual dos atletas de linha no Futebol/Futsal, temos:

- **Passe;**
- **Recepção;**
- **Condução;**
- **Drible;**
- **Chute;**
- **Marcação.**

Alguns autores incluem o cabeceio (ato de golpear com a cabeça, tendo diferentes funções dependendo do objetivo: ofensivo ou defensivo) e a desmarcação (deslocamento do atleta, sem a bola, dentro do espaço de jogo com a intenção de receber a bola e dar continuidade à jogada) como também elementos da técnica individual dos atletas de linha.

No entanto, percebe-se que o cabeceio não deve ser trabalhado como elemento da técnica individual de forma isolada, e sim em conjunto com alguns dos principais fundamentos (passe, recepção e finalizações/chutes).

### **Passe**

É a ação de enviar a bola diretamente a um companheiro ou a algum espaço dentro do campo/quadra de jogo. Pode ser considerado o fundamento mais importante do jogo. Pois, além de agilizar o mesmo, é a forma mais rápida e eficaz de chegar ao gol adversário, pois possibilita ações em conjunto e a progressão das jogadas. Ao errarmos um passe, entregaremos a bola ao adversário e, consequentemente, perderemos o controle do jogo, minimizando as chances de criarmos ações ofensivas.

Alguns aspectos devem ser considerados para a execução correta de um passe:

- Cabeça erguida;
- Braços ligeiramente afastados (auxilia o equilíbrio);
- Equilíbrio;
- Pé de apoio próximo à bola e lateralmente;

- Intenção ao tocar na bola (objetivo);
- Força (para a bola percorrer a distância objetivada).

## Classificação dos passes

Tanto no Futebol quanto no Futsal, os passes podem ser classificados:

- **Em relação à distância:**
  - ✓ Curto: para distâncias aproximadamente de até 4 metros;
  - ✓ Médio: distâncias entre 4 e 10 metros;
  - ✓ Longo: distâncias acima de 10 metros.



- **Em relação à trajetória da bola:**
  - ✓ Rasteiro;
  - ✓ Meia altura;
  - ✓ Parabólico;
  - ✓ Alto.
- **Em relação à forma de execução com os pés:**
  - ✓ Face ou bordo interno;
  - ✓ Face ou bordo externo;
  - ✓ Dorso;
  - ✓ Anterior ou bico;
  - ✓ Solado.

- **Em relação ao espaço de jogo:**

- ✓ Lateral;
- ✓ Diagonal;
- ✓ Paralelo.

- **Em relação à forma especial de execução (os chamados passes de habilidade):**

- ✓ Cabeça;
- ✓ Calcanhar;
- ✓ Cavado;
- ✓ Coxa;
- ✓ Letra;
- ✓ Ombro;
- ✓ Peito.



## **Recepção**

É considerada como a ação de interromper ou interceptar a trajetória de uma bola passada ou arremessada (nesse caso, pelo goleiro). Pode ser entendida como sinônimo de domínio ou controle. Contudo, domínio ou controle são ações que ocorrem após a bola ser recebida pelo atleta. Após receber a bola, o mesmo deve mantê-la sob controle ou domínio (rasteiro ou alto), preparando-se para a próxima ação.

Uma colocação correta dentro do campo/quadra de jogo facilita a chegada da bola. Além disso, quando se realiza uma boa recepção de bola, a velocidade do jogo é também facilitada.

## Classificação da recepção

- **Em relação à trajetória percorrida pela bola:**

- ✓ Rasteira (predominante, principalmente, no Futsal);
- ✓ Meia-altura;
- ✓ Parabólica;
- ✓ Alta.



- **Em relação à execução:**

- ✓ Nas recepções rasteiras: face interna, face externa e solado dos pés;
- ✓ Nas recepções à meia-altura: face interna e face externa dos pés e face anterior, interna e externa da coxa;
- ✓ Nas recepções parabólicas: cabeça, peito, coxa, dorso e solado dos pés;
- ✓ Nas recepções altas: cabeça e peito.



## Condução

Ação de progredir com a bola, andando ou correndo, por todos os espaços do campo/quadra de jogo. Propicia, durante o aprendizado, maior tempo de contato com a bola, facilita o controle e auxilia a realização do fundamento chute.

No entanto, durante o jogo de Futsal, especificamente, acontece em espaços curtos de tempo (em função das dimensões da quadra e da alta velocidade que muitas vezes procura se imprimir ao jogo através de passes).

Alguns aspectos devem ser considerados para uma condução de bola correta:

- Manter a bola próximo ao corpo e ao pé de condução;
- A cabeça deve estar erguida, possibilitando melhor visão do jogo;
- Ao conduzir, proteger a bola do adversário;
- Estar sempre em condições de passar, driblar, chutar ou tocar, dando sequência às ações de jogo ou mesmo manter a posse de bola;

- A noção do espaço de campo/quadra, além do equilíbrio e da coordenação de movimentos com a bola (coordenação especial), são também elementos importantes para uma condução de bola eficaz.



### **Classificação da condução**

- **Em relação à trajetória:**
  - ✓ Retilínea;
  - ✓ Sinuosa.
- **Em relação à execução com os pés (tanto em uma trajetória retilínea quanto sinuosa):**
  - ✓ Face ou bordo interno;
  - ✓ Face ou bordo externo;
  - ✓ Dorso;
  - ✓ Solado dos pés.

### **Drible**

É uma ação individual com a bola, visando a ludibriar um oponente, tentando ultrapassá-lo.

O drible exige do praticante:

- Velocidade de execução;
- Noção de espaço;



- Bom domínio de bola (próxima aos pés);
- Agilidade nos movimentos;
- Criatividade;
- Coordenação especial (com a bola) e equilíbrio.

### Classificação do drible

- **Em relação ao objetivo:**

- ✓ Ofensivo: tem como objetivo chegar à meta adversária;
- ✓ Defensivo: manter a posse de bola com a intenção de oferecer proteção defensiva.



- **Em relação à execução (tanto em uma trajetória retilínea quanto sinuosa):**

- ✓ Com os pés: parado ou em deslocamento (pode ser executado com ou sem bola);
- ✓ Com o corpo: parado ou em deslocamento.

Alguns autores atribuem ao chamado drible sem bola a mesma ação da chamada finta. Entretanto, podemos estabelecer diferenças: a **finta** é um movimento realizado sem a bola. Pode-se fintar com os pés, pernas, tronco, braços e até olhos (realiza-se um movimento qualquer e desloca-se no sentido contrário). A finta com o corpo pode: facilitar o recebimento de um passe (desmarcação), ajudar na execução de um drible e, até mesmo, auxiliar na marcação. Já no **drible sem bola**, o movimento é executado quando o atleta tem a posse de bola. No entanto, não utiliza a mesma para ludibriar o adversário: apenas realiza um movimento, que pode ser, principalmente, com os pés ou com todo o corpo.



## Chute

É a ação de impulsionar a bola com os pés visando a desviar ou dar trajetória à mesma, estando ela parada ou em movimento.

O chute pode ser ofensivo, quando o objetivo é a meta adversária, ou defensivo, para impedir ações ofensivas do oponente.

Possui grande semelhança com o fundamento passe, o que os diferencia é o objetivo e a força.



Alguns fatores são importantes para a execução correta do chute:

- Posicionamento dos pés (o que impulsiona a bola e o de apoio);
- Posição do joelho do pé de apoio (semifletido);
- Posição do corpo (levemente inclinado) – importante para o equilíbrio;
- Posição da cabeça e braços (também importante para o equilíbrio).

## Classificação do chute

- **Em relação à trajetória:**

- ✓ Rasteiro;
- ✓ Meia-altura;
- ✓ Alto.

- **Em relação ao tipo:**

- ✓ Simples;
- ✓ Bate-pronto;
- ✓ Voleio;
- ✓ Cobertura ou cavado.



- **Em relação à execução (dependente do tipo de chute):**

- ✓ Simples: anterior (bico), dorso, face interna e face externa dos pés;
- ✓ Bate-pronto: dorso, face interna, face externa e anterior dos pés;
- ✓ Voleio: dorso dos pés ou face interna;
- ✓ Cobertura ou cavado: ântero-superior do pé.

## **Marcação**

Ação de impedir que o adversário receba a bola ou que o mesmo progrida pelo espaço de jogo quando de posse dela (a marcação deve ser efetuada tanto sobre um atleta que está sem a bola quanto sobre aquele que tem a mesma).

Na ação de marcar individualmente, é importante que não se marque a bola após a ação de passe do oponente, e sim o seu deslocamento.

Se entendida como um elemento da técnica individual do atleta, pode ser dividida em três estágios:

- **Antecipação:** é a ação exercida para chegarmos à bola antes do adversário;
- **Aproximação:** o atleta procura aproximar-se de seu oponente, buscando equilíbrio adequado para exercer a ação de abordagem;
- **Abordagem:** quando o atleta estiver em posição de equilíbrio, ele deve abordar o oponente buscando obter a posse de bola ou desequilibrando a ação do passe adversário.



#### Elementos da Técnica Individual do Goleiro

Podemos apontar como os principais elementos da técnica individual do goleiro:

- Empunhadura;
- Defesas baixas e altas;
- Espalmar;
- Arremessos;
- Saída de gol.

## Empunhadura ou Pegada

Posicionamento básico das mãos que possibilita exercer as ações de defesa da bola quando chutada, passada ou arremessada nos diferentes planos.

Após a pegada, em qualquer circunstância, se possível, o goleiro deve proteger a bola usando uma parte do corpo como obstáculo seguinte.



### Defesas Baixas e Altas

- **Defesas Baixas:**

- ✓ Ações de defesa exercidas abaixo da linha da cintura, com a utilização das mãos ou qualquer outra parte do corpo;
- ✓ Fazem parte das defesas baixas: as caídas ou quedas laterais, encaixadas de bola e defesas com os pés.

- **Defesas Altas:**

- ✓ Ações de defesa exercidas com as mãos ou peito acima da linha da cintura;
- ✓ Fazem parte das defesas altas: defesa com deslocamento lateral, pontes (com ou sem mão trocada) e defesas com recursos (peito, barriga e cabeça).



## **Espalmar**

O espalmar ou espalmada é o toque com a palma da mão na bola, desviando-a da sua trajetória, em uma tentativa de defesa. Esse elemento da técnica individual do goleiro deve ser utilizado como um recurso para chutes muito fortes ou em bolas que apresentam alto risco para uma defesa com pegada.

A mão deve estar estendida para realizar o toque, que é feito normalmente para trás.

## **Arremessos**

O arremesso do goleiro é a ação de passar a bola com as mãos, visando a um companheiro ou um espaço livre dentro da quadra de jogo.

Para a execução de um bom arremesso, devemos considerar alguns aspectos, como:

- **Equilíbrio;**
- **Visão espacial;**
- **Precisão;**
- **Coordenação;**
- **Força.**



## Classificação dos arremessos

- **Em relação à distância:**
  - ✓ Curtos e médios: distância percorrida dentro do meio de quadra/campo defensivo;
  - ✓ Longos: distâncias próximas do meio campo no futebol ou além do meio da quadra de jogo no futsal.
- **Em relação à trajetória:**
  - ✓ Rasteiro;
  - ✓ Parabólico;
  - ✓ Oblíquo (de cima para baixo), muito utilizado no futsal.

## Saída de gol

São intervenções do goleiro dentro ou fora da sua área de meta, com o objetivo de impedir finalizações ou ações de ataque. Para isso, o goleiro pode utilizar qualquer parte de seu corpo ao tentar interceptar a bola do seu oponente.

A saída de gol pode também ser entendida como uma ação em que o goleiro participa das jogadas ofensivas de sua equipe.



Com a permissão nas regras do jogo, tanto no futsal quanto no futebol, para o goleiro atuar fora de sua área de meta, é imprescindível que ele desenvolva habilidades para atacar, efetuar coberturas, antecipações e executar com eficiência os diferentes elementos da técnica individual dos jogadores de linha.

Ao movimentar-se para frente, o goleiro procura fazer com que sua meta pareça menor para o atacante adversário: isso se chama fechar o ângulo, ou seja, tenta-se deixar poucas áreas abertas para finalizações dos atacantes. Quando o goleiro avança muito à frente, facilita a pegada do mesmo em caso de chutes fortes, mas não ajuda no caso do atacante tentar encobri-lo.



## Métodos de ensino no futebol e futsal

O conceito de método pode ser entendido como um caminho a ser seguido para se atingir um determinado fim, objetivo. O método ideal é aquele que motiva e estimula o aluno a aprender, sendo assim um elemento que facilite o processo de aprendizagem por parte dos alunos.

Os métodos escolhidos devem variar de acordo com os objetivos almejados. Seja qual for o objetivo, é preciso escolher o método correto. Dentro do processo ensino-aprendizagem, somente procedimentos de ensino adequados à capacidade e realidade do aluno é que o estimularão e proporcionarão prazer, alegria e motivação.

Atualmente, dois princípios ou eixos norteiam a metodologia do ensino dos jogos esportivos, incluindo o Futebol e o Futsal:

- **Analítico-sintético;**
- **Global-funcional.**

No eixo analítico-sintético, o processo ensino-aprendizagem é realizado em partes, em etapas, sendo baseado no ensino técnico e na repetição de movimentos.

A ênfase principal da aula está na execução perfeita de técnicas pré-estabelecidas. Para Greco (2001, p. 49), “o aluno conhece, em primeiro lugar, os componentes técnicos do jogo através da repetição de exercícios de cada fundamento técnico” (p. 78). Na medida em que o aluno domina melhor cada exercício, passa a praticar uma nova sequência.

O eixo é conhecido como “série de exercícios” que são regidos por princípios metodológicos, tais como: do conhecido ao desconhecido (das partes ao todo), do mais fácil para o mais difícil (diminuição gradativa da ajuda), do simples para o complexo, do mais lento para o mais rápido etc.

À medida que o aluno passa a dominar melhor cada exercício, passa-se a praticar uma nova sequência. Nesse princípio, corre-se o risco de usar o mesmo tipo de aula/treino para alunos/atletas com perfis diferentes, podendo causar danos para a formação dos mesmos. Os alunos, muitas vezes, se tornam exímios executores de exercícios, porém possuem pouca familiarização com reais situações de jogo.

Já no eixo global-funcional, a ideia principal é a formação de alunos capazes de resolver problemas dentro de situações reais de jogo.

A metodologia acontece de forma progressiva através de atividades lúdicas, jogos pré-desportivos (jogos com algumas alterações em suas regras, utilização de formas de jogo menos complexas cujas regras vão sendo introduzidas aos poucos) e reduzidos, fazendo com que o aluno aprenda a técnica da modalidade juntamente com conceitos táticos necessários para o desenvolvimento da capacidade de resolução de problemas ocorrentes durante o jogo.

Segundo Greco (2001), o princípio global-funcional caracteriza-se pela intenção de adequar toda complexidade do jogo esportivo através da apresentação de uma sequência de jogos recreativos acessíveis à faixa etária e à capacidade técnica do aluno iniciante. Para o mesmo autor, essa metodologia tem-se mostrado mais consistente se comparada à analítica, pois atende ao desejo de jogar dos alunos, e, consequentemente, eles ganham em motivação – e o processo ensino-aprendizagem é facilitado.

Partindo desses princípios metodológicos, o professor pode optar pelas seguintes concepções metodológicas de ensino dos jogos esportivos:



- **Parcial;**
- **Global;**
- **Confrontação;**
- **Recreativo.**

### Método Parcial

Segue princípios do eixo analítico-sintético. Utiliza a repetição de séries de exercícios para o domínio das técnicas consideradas como elementos básicos para a prática do jogo. Entende-se que o jogo é composto por partes que devem ser desenvolvidas separadamente devido à sua complexidade e à dificuldade da aprendizagem da técnica ideal.

Entre as vantagens do método, podemos citar:

- Possibilita o domínio e aprimoramento da técnica ou de um elemento da técnica individual, ou seja, cria oportunidades de um treinamento motor correto e profundo de elementos isolados do jogo;
- As correções são diretas, fáceis de serem aplicadas e podem, muitas vezes, ser bem compreendidas pelos alunos;
- O controle sobre progressos na aprendizagem é facilmente realizável;
- Dificilmente é criada uma situação de conflito entre os participantes;
- Permite trabalhar respeitando os limites e o ritmo de aprendizagem de cada aluno.



Temos, também, algumas desvantagens:

- Não sacia o desejo de jogar do aluno, principalmente o iniciante;
- Pode-se tornar uma aula pouco motivante para uns e com alto grau de exigência para outros;
- Muitas vezes o exercício realizado foge a uma situação concreta de jogo, o que faz o iniciante não estabelecer uma relação entre a tarefa realizada e sua utilização;
- Os alunos treinam habilidades individuais, mas, na maioria das vezes, não as treinam da forma como serão exigidas posteriormente no jogo;
- Sob a pressão do jogo competitivo, as destrezas aprendidas podem não funcionar;
- O relacionamento social é deficiente;
- Apenas padrões de movimentos estimulados pelo professor são oferecidos.

Para Dietrich (1984, p. 38), ao “aprender-se um jogo, a finalidade não é apenas aprender os elementos do jogo, como drible, chute a gol, mas aprender ao mesmo tempo quais situações se deve driblar e quando se deve dar o chute a gol. As experiências necessárias para tal são possíveis apenas no próprio jogo” (p. 53).

Greco (2001, p. 52) acredita que o método parcial apresenta como grande deficiência o treinamento segmentado das partes para se chegar ao todo. Perde-se a ideia do objetivo principal, apresentando-se como “conta-gotas” a situação real do jogo. Isso faz com que a utilização pura do método parcial para iniciação aos jogos esportivos coletivos seja descartada ou utilizada em menor escala. Essa metodologia traz mais prejuízos do que vantagens para os iniciantes.

### Método Global

Segue princípios do eixo global-funcional. Consiste na aprendizagem do jogo em si através de uma sequência de jogos adaptados. Parte-se de jogos mais simples, passando pelos mais complexos, até o jogo final. “Para chegar à prática do esporte, o aluno passará por vários jogos preparatórios”. (GRECO, 200, p. 60)

No método global, tem sido utilizado um processo de ensino que se chama “série de jogos”. Segundo Schneiderat (1994 apud GRECO, 2001), para assegurar o êxito do processo ensino-aprendizagem, alguns princípios devem ser respeitados:

- A divisão dos jogos não deve abranger muitas partes, de tal forma que o aluno consiga alcançar logo o jogo objetivado;

- As formas iniciais de jogos não devem ser mais difíceis que o jogo objetivo (cuidado com as regras);
- Os alunos aprendem de forma mais intensa com jogos e pequenos grupos, e em pequenos espaços.

Podemos apontar algumas vantagens desse método, tais como:

- Maior motivação por partes dos alunos;
- Prática constante (o que leva à vivência em situações reais de jogo);
- Possibilita desde cedo que o aprendiz comece a praticar o jogo;
- A técnica e a tática estão sempre juntas;
- Permite a participação de todos os elementos envolvidos, como o movimento, a reação, percepção, ritmo e outros.

Já como desvantagens, temos:

- Não permite a correção de movimentos, atendimentos e avaliações individuais;
- O aluno demora a perceber sua melhora nos elementos da técnica individual, o que pode provocar certo desestímulo;
- Não proporciona uma avaliação eficaz sobre desempenho do aluno.



## Método da Confrontação

Nesse método, “o jogo se aprende jogando”. Jogar o jogo em si com todas suas regras e formas é a principal maneira de aprender o jogo. Para Greco (2001, p. 75), o jogo não deve ser dividido em etapas ou tarefas a serem aprendidas, pois, se isso ocorrer, a ideia do todo deixaria de existir.

Como vantagens, temos:

- Proporciona uma grande socialização e motivação por parte dos praticantes, pois aproxima rapidamente do objetivo final a aprendizagem, que é a prática do jogo em si;
- Conhecimento da técnica do jogo e vivência do mesmo aprendidos ao mesmo tempo;
- Organização mais fácil das aulas por parte dos professores: segundo Greco (2001, p. 88), essa é a metodologia do “rola a bola”.

Já como desvantagens, podemos apontar:

- O número de variações é muito grande durante o jogo, o que faz com que o aluno não diferencie aquilo que é importante ou supérfluo;
- Pode existir uma perda de motivação dos menos aptos, pois o sucesso ocorre com menos frequência;
- Dificuldade de identificar erros técnicos e táticos;
- Nas situações de competição, podem surgir conflitos, muitas vezes em virtude da diferença de rendimento e dos níveis de interesse;
- Pode sobrecarregar a capacidade do aluno, pois muitas vezes as exigências da prática são muito complexas para iniciantes ou para os menos aptos;
- O prazer e a alegria de jogar são importantes, porém a satisfação é maior ao sentir sabe jogar. Quando se tem a sensação de que faz aquilo bem, a motivação é maior, o que leva a querer praticar cada vez mais.



### Método Recreativo

O método recreativo possui grande semelhança com o método global, pois utiliza muitas vezes séries de jogos com diferentes formas e que, dependendo do objetivo, permitem a aula/treinamento de uma maneira recreativa.

Alguns autores o consideram sinônimo do método global. Defendem que os alunos devem logo praticar o jogo que desejam aprender. A aprendizagem acontece através de pequenos jogos, jogos adaptados e com regras simplificadas.

O conceito recreativo do jogo esportivo destaca alguns valores dos métodos global e parcial, como a prática constante do jogo e sua construção através da seriação por partes de diferentes aspectos do jogo. Sendo assim, a utilização de pequenos jogos, muitas vezes, permite que possam ser realizadas as correções e o aperfeiçoamento de gestos técnicos.

De forma fracionada ou através de jogos, as atividades realizadas devem ter o caráter lúdico, graus de dificuldade adequados e serem prazerosas para o aluno.



## ATIVIDADE

1- Durante muito tempo, o futebol brasileiro se destacava e vencia os demais em virtude da habilidade e da criatividade, e não pela técnica. E você? O que você acha? Diante disso, procure diferenciar habilidade de técnica. Você entende que são dois conceitos distintos? Justifique

2- Aponte vantagens e desvantagens da utilização do método parcial em crianças na infância. (até 10/11 anos). Você entende que essa proposta metodológica deva ser completamente descartada nessa faixa de idade? Por quê? De que forma pode ser utilizada?

---



## REFLEXÃO

É bastante frequente, em treinamentos com equipes, escolas públicas ou privadas, e em escolinhas de iniciação esportiva, seja qual for a faixa etária envolvida, observar que alguns professores dedicam-se ao ensino-treinamento das técnicas, objetivando o aperfeiçoamento do gesto, procurando a performance do campeão. Isso não faz sentido, o rendimento não pode ser medido em função do campeão: a metodologia deve estar adequada às necessidades, aos interesses e à faixa de idade. Com isso, certos procedimentos metodológicos não são comuns a todos os alunos, não há método ideal nem infalível que possa ser aplicado a todos.

---



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DIETRICH, K. **Os Grandes Jogos** – Metodologia e Prática. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1984.

GRECO, J. P. (Org.). **Iniciação Esportiva Universal**. Belo Horizonte: UFMG, 2001.

---

4

## **A tática no futebol e no futsal**



# A tática no futebol e no futsal

Neste capítulo, teremos como foco a parte tática do Futebol e do Futsal.

Serão abordados diferentes componentes da tática do Futebol e do Futsal, sejam eles individuais ou coletivos. Os últimos são particularmente mais complexos, pois as ações dos indivíduos no conjunto solicitam estratégias dinâmicas da equipe que precisam ser ajustadas para contrapor às estratégias adotadas pela equipe adversária.

“A tática é representada pelas ações individuais e coletivas dos jogadores de uma equipe organizada e orientada por um plano de ações previamente estabelecido, considerando as características dos jogadores e sua função nas situações de ataque ou defesa, para solucionar as tarefas-problemas durante uma partida a fim de se obter êxito nos resultados dos jogos”. (GRECO, 2008, p. 58)



## OBJETIVOS

- Conhecer a evolução dos diferentes sistemas de jogo no Futebol e no Futsal;
- Compreender os conceitos de táticas ofensivas e defensivas no Futebol e no Futsal;
- Identificar e conhecer as diferentes posições dos jogadores no Futebol e no Futsal.

## Conceitos de tática

A palavra tática, de origem grega (taktiké), significa a arte de manobrar tropas. Pode muito bem ser empregada no Futebol e no Futsal com o sentido de como manobrar um time em campo ou quadra. A tática é a lógica, a racionalidade e o elemento inteligente do jogo no aspecto coletivo. É em torno da tática que os jogadores se integram para superar a performance do adversário.

A tática se refere à tomada de decisão, diz respeito ao “que fazer” e “como fazer” em uma determinada situação de jogo. No Futebol e no Futsal, as capacidades táticas e os processos cognitivos subjacentes à tomada de decisão são considerados requisitos essenciais para a excelência do desempenho esportivo.

Durante uma partida, surgem inúmeras situações cuja frequência, ordem cronológica e complexidade não podem ser previstas, exigindo uma elevada capacidade de adaptação e de resposta imediata por parte dos jogadores e das equipes a partir das noções de oposição presentes em cada fase de jogo. (GARGANTA, 1997)

Essas situações de oposição são tão evidentes no jogo de Futebol/Futsal que se pode perceber a tática pela organização espacial dos jogadores no campo/quadra face às circunstâncias da partida relativas às movimentações da bola e às alternativas de ação, tanto dos companheiros como dos adversários. (DUPRAT, 2007)

Essa forma de compreensão da tática confere um destaque especial para as movimentações e posicionamento no campo/quadra, deixando perceber a capacidade do jogador para ocupar e/ou criar espaços livres em função dos princípios táticos adequados para o momento.

A tática esportiva pode ser classificada em tática geral ou específica.

A tática geral abrange regras gerais, que são comuns a diversas modalidades esportivas. Já a tática específica se refere a regras específicas de uma determinada modalidade esportiva e deve ser adequadamente treinada.

Ainda em relação à tática, no Futebol/Futsal a mesma pode ser dividida em:

- **Tática individual** - Comportamento de um jogador que efetua uma ação com um objetivo determinado. A ação deverá ser a execução de uma técnica aplicada em cada situação de jogo com um objetivo definido. Exemplo: decisão de passar ou driblar;
- **Tática de grupo** - Ações de dois ou três jogadores, unindo e combinando um sequencial de técnicas individuais diferentes como meio para chegar a obter uma vantagem na situação de jogo. Exemplo: tabela, ultrapassagem, dobra;
- **Tática coletiva** - A sucessão simultânea de três ou mais jogadores, estabelecidos previamente, conforme um determinado plano de ação. Exemplo: Marcação pressão.



A tática coletiva no Futebol/Futsal também pode ser entendida como um conjunto de manobras ofensivas (táticas ofensivas) e defensivas (táticas defensivas) realizadas por uma equipe durante uma partida.

No Futebol/Futsal, a tática é mutável, definindo uma gama de estratégias previamente elaboradas, aplicadas de acordo as condições que envolvem a partida.

Com isso, independentemente de ser defensiva ou ofensiva, alguns fatores podem influenciar a tática a ser utilizada, tais como:

- Adversário (características físicas, técnicas, táticas etc.);
- Condição técnica, física e psicológica da sua equipe;
- Situações ocorridas durante a partida;
- Dimensões e qualidade do campo de jogo;
- Regulamento da competição;
- Regras e regulamento da competição;
- Sistemas de jogo.

### Conceitos de Sistema, Esquema, Tática e Estratégia de jogo

- **Sistema de jogo:**

Distribuição dos jogadores dentro do campo/quadra de jogo, retrata o posicionamento inicial dos jogadores (Ex.: 4x4x2, 3x5x2, 3x1x1 etc.). Esse pode ser alterado durante a partida em função dos diferentes esquemas.

- **Esquema de jogo:**

Variações do sistema de jogo previamente treinadas que poderão ser usadas durante a partida, com a intenção de surpreender o adversário no momento em que o treinador achar conveniente. Ex.: Em um sistema 4x5x1, com o adversário na posse da bola, coloca-se apenas um atacante à frente; no momento em que se recupera a posse de bola, a equipe se posiciona com 3 ou 4 mais adiantados.

- **Tática de jogo:**

São ações de ataque e defesa que se desenvolvem durante uma partida para surpreender ou contrapor as ações adversárias. Pode-se dizer que: distribuição dos jogadores em campo/quadra (sistema) + diferentes movimentações de uma equipe (esquema) = Tática de jogo.

- **Estratégia de jogo:**

Tem um sentido mais amplo, envolve todo o trabalho de preparação da equipe antes e durante uma partida. Ex.: antes de uma partida, o treinador, em seu plano de jogo, determina que estratégia utilizará: marcação sob pressão (linha 1). Se fizer um gol, marcar na linha 3. Nos últimos 10 minutos, voltar a marcar de forma mais intensa, com a intenção de surpreender o adversário.

## Sistemas de jogo no futebol e no futsal

### A evolução dos sistemas de jogo no Futebol

Podemos determinar a evolução dos sistemas de jogo no Futebol em função de uma ordem cronológica:

- **Sistema de jogo G-10 (1810-1863):** Podemos chamar esse período de pré-história tática ou ausência de tática. Todos atacavam. Essa época antecedeu a regulamentação do futebol pelos ingleses, em 1863. (UNZELTE, 2002) Não há certeza quando o futebol passou a ser jogado com 11 jogadores; contudo, as primeiras regras estabelecidas na Inglaterra (1863 - The Football Association) encerraram definitivamente o problema da padronização. Até 1860, o jogo era essencialmente ofensivo: só existia preocupação em marcar gols; assim, os jogadores se dispunham todos no ataque, deixando apenas o goleiro com responsabilidade defensiva;

- **Sistema de jogo 1-1-8 (1863-1870):** Ainda o ataque em massa; nos primeiros anos do futebol regulamentado, 1 beque (do inglês back, atrás), 1 homem de meio-de-campo e 8 atacantes. (UNZELTE, 2002) Para Santos (1979), nessa época, o jogo ainda era essencialmente ofensivo, mas já se começava a procurar equilibrar as linhas entre defesa e ataque.

- **Sistema de jogo 1-2-7 (1870-1871):** Por volta de 1870, surgem dois sistemas. O primeiro apresentava a formação com um goleiro, um defensor, dois meio-campistas e sete atacantes, e o segundo introduziu mais um defensor, reduzindo o número de atacantes para seis. Um dos atacantes do sistema anterior recuou para o meio-campo, reforçando o setor; além disso, mesmo com muitos atacantes à frente, não eram marcados gols em todas as oportunidades criadas, pois os atacantes menos capazes atrapalhavam os melhores atacantes. (LEAL, 2001)

- **Sistema de jogo 2-2-6 (1871-1880):** “Por ocasião dos primeiros amistosos contra a seleção inglesa, os escoceses começaram a se preocupar um pouco mais com

a defesa”, (UNZELTE, 2002) colocando, assim, mais um defensor. A Escócia a introduziu, mas o grande usuário dessa formação foi o clube inglês Sheffield, obrigando os rivais a utilizarem a mesma formação. Segundo Santos (1979), em 1873, com a fundação da “Scottish Football Association”, o jogo começou a ter maior ênfase no passe. Mas ele ainda era muito individual: marcava-se a bola, e não o jogador;

- **Sistema de jogo 2-3-5, sistema clássico ou piramidal (1880):** Criado em 1884, na Inglaterra, o Sistema Clássico surgiu pela necessidade de uma distribuição mais racional dos jogadores no campo de jogo. O primeiro clube a utilizar esse sistema foi o Nottingham Forest. Um atacante do 2-2-6 se transformou em médio, surgindo o 2-3-5: 2 zagueiros, 3 médios (médio-direito, médio-esquerdo e médio-centro) e 5 atacantes (2 pontas, direito e esquerdo, 2 meias, direito e esquerdo, mais 1 centroavante). O médio-centro tinha de ajudar a defesa e distribuir jogo para os atacantes. (UNZELTE, 2002) O ataque não tinha profundidade, as jogadas eram feitas para anular a tentativa adversária de colocá-los em impedimento. Os três atacantes centrais progrediam através de passes curtos ou utilizavam as rápidas investidas dos extremos que buscavam a linha de fundo para cruzar. Resumindo, o plano tático da época baseava-se praticamente na exploração da lei do impedimento. Prevalcia o valor individual e rudimentares conceitos de posição, diferentemente da ênfase ao jogo de equipe e aos planos táticos mais complexos do futebol atual. Para Petit e Capinussú (2004), esse foi o primeiro sistema de jogo em que houve o início do estudo científico do futebol, e ele teria sido criado pela Universidade de Cambridge;

- **Sistema de jogo WM (1925):** Temendo a perda da atratividade em função do reduzido número de gols, a FIFA resolve alterar a lei do impedimento em 1925, diminuindo de três para dois a quantidade de adversários que o jogador deveria ter entre si e a linha de fundo. Tal decisão revolucionou totalmente os conceitos táticos vigentes no futebol. Os ataques e defesas passaram por uma fase de adaptação às novas regras. As formas de ataque se modificaram, causando respostas no sistema defensivo. Surge, então, o Sistema WM, devido ao posicionamento do centroavante adversário que se colocou ofensivamente entre os dois jogadores de defesa (beque de espera e beque de frente);

Criado por Herbert Chapman, manager do Arsenal da Inglaterra, o sistema WM passou a adotar uma formação com três defensores, sendo que dois marcavam os pontas adversários, e o defensor do centro marcava o centroavante. Tinha como características:

- Apresentava um balanço numérico entre a defesa e o ataque;
- Permitia atacar e defender com sete jogadores;
- Os quatro jogadores de meio-campo eram responsáveis pela ligação entre a defesa e o ataque;
- O sistema era compacto e possuía superioridade numérica no meio-campo;
- Permitia que as equipes jogassem em contra-ataques com investidas rápidas pelas pontas, valorizando a força e a velocidade.

Finalizando o histórico do Sistema do Centromédio Defensivo, como o WM ficou conhecido na Inglaterra, cabe lembrar que o recuo do centromédio para compor a linha defensiva só se efetivou após muitos erros e desacertos – e se fez necessário devido à alteração realizada no posicionamento dos atacantes.

Em 1937, o húngaro Dori Krueschner trouxe o WM para o Brasil quando foi contratado pelo Flamengo. (UNZELTE, 2002) Para Petit e Capinussú (2004), o WM provavelmente é o sistema de jogo mais equilibrado na história do futebol apesar de hoje não ser mais utilizado.

Segundo Drubsky (2003), o WM começou a mostrar a importância do meio-campo no futebol com a presença de quatro homens no setor (quadrado mágico).

- **Sistema de jogo 4-2-4 (anos 50):** Oriundo do sistema WM, o 4-2-4 surgiu quando alguns treinadores resolveram adiantar um dos meias (ponta de lança), fazendo-o exercer a função de segundo centroavante. Foi, portanto, uma variação bastante polêmica do WM, pois o posicionamento do meia mais adiantado fixou um médio adversário, que possuía dupla função, na defesa, desfazendo a surpresa que causava a chegada desse homem no ataque.

Com o “ponta-de-lança” se fixando cada vez mais no ataque, as defesas começaram a recuar um médio para marcá-lo até esse médio se tornar definitivamente um 4º zagueiro. Na época, não se sabia se era o surgimento de um novo sistema, o 4-2-4, ou apenas a renovação do velho sistema clássico. (SANTOS, 1979)

Foi consagrado pela equipe do Santos Futebol Clube na década de 1950, quando contava com jogadores de ataque como Dorval, Pepe, Pelé e Coutinho, todos de elevado nível técnico e essencialmente ofensivos. Suas características principais foram:

- Sobrecarregava os jogadores do meio-campo, dificultando a passagem de defesa para o ataque;

- Era versátil, permitia algumas variações em sua formação.
- **Sistema de jogo 4-3-3 (anos 60):** Sistema utilizado pela seleção brasileira nas Copas de 58 e 62. Foi uma variante do sistema 4-2-4, quando um atacante recuava para compor o 3º homem do meio-campo. Esse papel foi desempenhado por Zagalo, ponta esquerda de Vicente Feola no Mundial de 1958. O 4-3-3 foi considerado uma grande evolução tática. O posicionamento dos jogadores demonstrava a preocupação de ocupar todos os espaços do campo. Com a evolução da preparação física, as esquematizações táticas foram ficando cada vez mais variadas, e os jogadores que desempenham mais de uma função começaram a aparecer. (DRUBSCKY, 2003)

- **Sistema de jogo 4-4-2 (anos 80):** Após a Copa do Mundo de 1962, os europeus aperfeiçoaram os métodos de marcação e coberturas, e os jogadores passaram a ter funções defensivas e ofensivas, não permitindo aos adversários tempo e espaço para jogar. Reforçaram o meio-campo com o recuo de um dos atacantes do 4-3-3 para se tornar o quarto homem do setor. Os dois atacantes restantes passaram a jogar em cima dos zagueiros adversários em bolas longas vindas de trás ou em cruzamentos laterais. (LEAL, 2001)

Após a Copa de 1990, observou-se uma tendência generalizada de alterar a formação defensiva, mexendo principalmente com a função do líbero. Talvez tenha havido um consenso de que, no futebol moderno, em que a polivalência é primordial, não poderíamos desperdiçar um homem somente com uma função defensiva. Dessa forma, o sistema 4-4-2 foi cada vez mais sendo utilizado na Europa (em particular, na Itália) e também no Brasil. O 4-4-2 pode ser utilizado com três desenhos básicos, em que o grande diferencial é o meio-campo, que pode atuar na forma de um “quadrado”, de um “losango” ou em “uma linha de 4”.

- **Sistema de jogo 3-5-2 (anos 90):** Na Itália, na década de 1970, surge o líbero como precursor do sistema 3-5-2, que visava à vantagem numérica na defesa. São 3 zagueiros, 5 no meio-campo e 2 atacantes. Dois dos meias que jogam nas extremidades são os alas, antigos laterais com funções mais ofensivas. No entanto, foi a Dinamarca que criou o 3-5-2. Em 1982, não se classificou para a Copa da Espanha porque tinha um grupo de classificação muito forte e os seus jogadores ainda não tinham muita experiência; em 1984, perdeu para a Espanha nas semifinais da Eurocopa; e, em 1986, conseguiu se classificar para a Copa do México, surpreendeu mas foi eliminada pela Espanha.

Um dos principais motivos da criação do 3-5-2 foi o fato de que a maioria das equipes que atuavam em um 4-4-2 jogava com dois atacantes bem centralizados,

o que criava dificuldades para os zagueiros, pois, na distribuição por zona na defesa, pegavam quase sempre os atacantes no um contra um, o que é uma grande desvantagem para quem está defendendo. No 3-5-2, os alas são essencialmente ofensivos e restringem as ações defensivas quando toda equipe volta para defender no próprio campo. Como no 4-4-2, as características dos volantes e meias, combinadas com as dos alas, são que dará a forma do sistema funcionar. Como variação do sistema 3-5-2 surge também, nesta década, o chamado 3-4-3.

- **Sistema de jogo 4-5-1 (anos 90):** Desde a criação do 4-4-2, surgiram sistemas de jogo que, a partir da década de 90, propõem maior aplicação na defesa, e, para uma maior compactação defensiva, surgem o 4-5-1 e o 4-6-0.

Uma evolução que segue a tendência de recuar atacantes para o meio-campo, reforçando esse setor, com o objetivo de manter o controle e domínio do jogo, além de criar espaços na frente para serem ocupados por jogadores vindos de trás e em velocidade.

### O sistemas de jogo no Futsal

- **Sistema de jogo 2-2**

É o sistema mais antigo no futsal (década de 1950). Consiste em ter, basicamente, dois atletas na quadra defensiva e dois na quadra ofensiva. Mais indicado para a iniciação tática por ser de fácil assimilação. No entanto, dependendo das circunstâncias, ainda é utilizado durante uma partida, independentemente do nível da equipe.

- **Sistema de jogo 2-1-1**

Como indicam os números, têm-se dois atletas posicionados na quadra defensiva, um no meio da quadra e outro na quadra ofensiva. Pode ser entendido como uma variação do sistema 2-2. No entanto, vale ressaltar que, quando o atleta posicionado no meio da quadra retorna para a quadra defensiva, fica caracterizado o sistema 3-1. Por ser de simples execução, é também indicado para as categorias de base menores. Nos dias de hoje, é muito utilizado em lances de saída do arremesso de meta ou do goleiro.

- **Sistema de jogo 1-2-1**

Consiste em ter um atleta posicionado mais defensivamente e centralizado (beque), dois atletas nas laterais da quadra (alas) e um no ataque (pivô). Possui pouca movimentação ofensiva (cada ala atua somente pelo seu lado, com a função de atacar e defender, e beque e pivô jogam mais fixos); no entanto, serviu de base para o atual sistema 3-1.



- **Sistema de jogo 3-1**

Sistema mais utilizado no futsal. Devido à sua distribuição dentro da quadra de jogo (três atletas posicionados na quadra defensiva e um na ofensiva), pode-se atacar e defender sempre com três elementos, o que proporciona um excelente balanço ofensivo-defensivo. Além disso, dentro dessa disposição de atletas, existem possibilidades múltiplas de manobras e jogadas ensaiadas.

Desse sistema surgiram as manobras ofensivas chamadas de rodízio de três (pela frente ou por trás/ala ou diagonal) e rodízio de quatro (pelas alas ou pelo meio).

As desvantagens desse sistema são: uma movimentação constante de difícil sincronismo e execução, o que proporciona um grande desgaste físico, e a necessidade de um bom nível técnico por parte dos atletas.

- **Sistema de jogo 4-0**

Considerado o sistema de jogo mais atual. Necessita de grandes espaços para ser executado. Com isso, é utilizado de forma mais eficaz em quadras com dimensões maiores (a cobertura por parte do adversário fica mais difícil).

Quatro atletas ficam posicionados em seu campo defensivo (em linha), esperando o momento certo para infiltrações na quadra de ataque, aproveitando o espaço deixado pelo adversário. Requer atletas hábeis e de grande movimentação.

Vantagens: utilizado quando a equipe está em vantagem no marcador (fortalece o sistema defensivo e propicia condições de uma saída rápida de contra-ataques).

Desvantagens: limita a possibilidade de “roubar” a bola próximo do gol adversário, o que propicia uma finalização imediata, proporciona espaços para a armção de jogadas do adversário e favorece os chutes de longa distância do mesmo. Além disso, pode-se criar hábitos defensivos na equipe.

- **Sistema de jogo goleiro-linha**

Muito utilizado quando uma equipe está em desvantagem no marcador. Muitas vezes o goleiro é substituído por um atleta de linha.

Vantagens: superioridade numérica em relação ao adversário e manutenção da posse de bola.

Desvantagens: desgaste físico e emocional do goleiro e defesa vulnerável.

## Táticas ofensivas no futebol e no futsal

### Táticas ofensivas no Futebol

#### Princípios táticos no Futebol

O jogo de futebol é uma sucessão de fases táticas, defensivas e ofensivas precedidas de fases de preparação para a defesa e o ataque.

Existem duas fases num jogo de futebol: ataque e defesa. Na fase defensiva, tenta-se neutralizar as ações dos oponentes a fim de garantir uma posição estável e se recuperar a posse de bola. Na fase ofensiva, pretende-se criar desordem no sistema defensivo oponente a fim de romper o equilíbrio defensivo adversário e marcar um gol.

Em outra análise, podemos dizer que existem três fases de jogo, sob o ponto de vista tático, em um jogo de futebol:

- A fase de construção de jogadas (momento ofensivo) caracteriza-se pelo ataque ou manutenção da posse de bola;
- A fase de recuperação (momento defensivo), que é a marcação e a tentativa de recuperar a posse de bola;
- A fase de transição (momento de reorganização), em que se perde ou recupera a posse de bola e há a necessidade de ocupar novos espaços em função da mudança.

Na literatura especializada em Futebol, têm-se utilizado diferentes denominações para mencionar e caracterizar os chamados princípios táticos de jogo.

São identificados como: princípios gerais, operacionais e fundamentais.

Os **princípios gerais** recebem essa denominação pelo fato de serem comuns às diferentes fases do jogo e aos outros princípios (operacionais e fundamentais), pautando-se em três conceitos advindos das relações espaciais e numéricas, entre os jogadores da equipe e os adversários, nas zonas de disputa pela bola. (GARGANTA; PINTO, 1994) São eles:

- Não permitir a inferioridade numérica;
- Evitar a igualdade numérica;
- Procurar criar a superioridade numérica.

Os **princípios operacionais** são, segundo Bayer (1994, p. 145), “as operações necessárias para tratar uma ou várias categorias de situações”. Logo, se relacionam a conceitos atitudinais para as duas fases do jogo, sendo:

**Na defesa:** anular as situações de finalização, recuperar a bola, impedir a progressão do adversário, proteger a baliza e reduzir o espaço de jogo adversário;

**No ataque:** conservar a bola, construir ações ofensivas, progredir pelo campo de jogo adversário, criar situações de finalização e finalizar a baliza adversária.

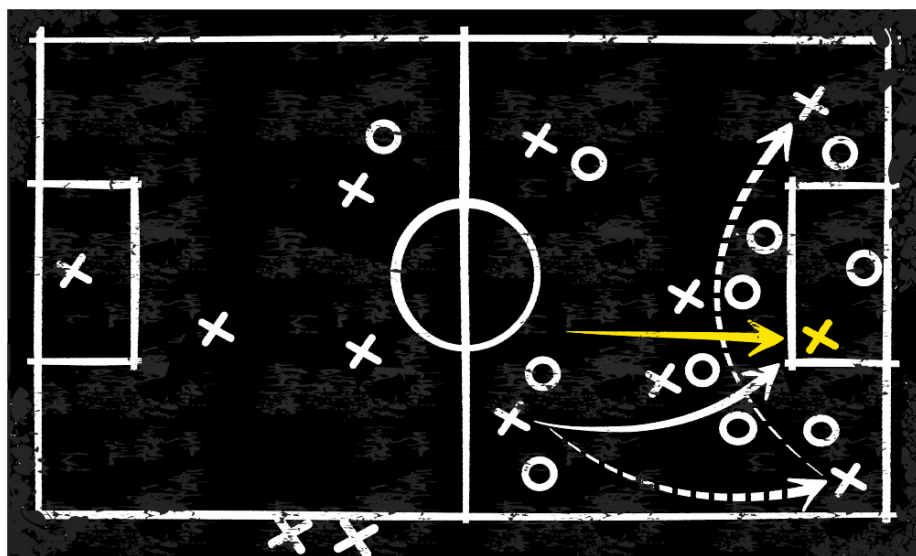
Já os **princípios fundamentais** representam um conjunto de regras de base que orientam as ações dos jogadores e da equipe nas duas fases do jogo (defesa e ataque) com o objetivo de criar desequilíbrios na organização da equipe adversária e estabilizar a organização da própria equipe. Na literatura, observam-se propostas com diferentes princípios, para cada fase de jogo, condizentes com os seus objetivos.

Os princípios fundamentais do jogo são a base de um sistema. A estratégia, o plano de jogo da equipe e a tática, além da tentativa de resolver problemas em um jogo, variam amplamente, mas estão sempre associados aos princípios do jogo.

Sempre que uma equipe joga bem, há certos pontos em comum que geralmente são notados – os princípios de jogo – que servem de critério de avaliação sobre os quais técnicos e jogadores podem fazer julgamentos válidos.

O emprego dos princípios fundamentais do jogo pode não tornar uma equipe tecnicamente fraca numa equipe campeã, mas certamente a tornará melhor.

De um modo geral, os princípios de ataque e defesa se complementam e têm alguns pontos em comum.



## **Princípios táticos fundamentais de ataque**

### **Apoio**

O apoio é fundamental na manutenção da posse de bola: o jogador com a posse da bola deve ter sempre a opção de companheiros em posição de apoio.

Quanto mais alternativas forem dadas para o jogador com posse de bola, melhor, procurando-se sempre o melhor ângulo para o passe. Deve-se procurar, também, a superioridade numérica – ter mais gente próxima à bola do que o adversário. É importante lembrar sempre que o maior responsável pelo passe é quem recebe e não quem passa. Cabe a quem receber o passe procurar sempre a melhor colocação ou o melhor ângulo. Enfim, estar desmarcado.

### **Profundidade**

No ataque, é importante que a equipe tenha, pelo menos, um jogador o mais adiantado possível, utilizando a profundidade do campo. Esse atacante deve sempre procurar ir para cima do último defensor e tentar levar ou empurrar a defesa para trás.

A profundidade é um princípio de ataque que deve levar em conta a “lei do impedimento”. A utilização da profundidade do campo faz com que a equipe adversária recue.

### **Abertura**

Tem o sentido de amplitude. A equipe usa toda a largura do campo nos três setores para dificultar a marcação. Jogar bem aberto, utilizando os corredores laterais, cria espaços e condições para penetrações frontais e diagonais. Força, por outro lado, o oponente a se abrir também. A utilização da largura do campo cria espaços para a penetração de atacantes e laterais.

### **Mobilidade**

Tem o sentido de movimentação. Ataques bem-sucedidos exigem movimentação inteligente, coordenação e timing (ritmo e sincronização). De um modo geral, o jogador que não se movimenta é facilmente marcado. Já aquele que se movimenta causa sempre enormes dificuldades para a defesa adversária e para o seu marcador direto, que é obrigado a se preocupar em manter controle sobre o atacante e a bola. A movimentação do atacante sempre traz vantagens: se for acompanhado, o atacante abre espaços; se não for acompanhado, ele recebe livre. Deve-se utilizar todo tipo de movimentação: corrida em diagonal, ultrapassagem

por trás da defesa, fintas sem bola, mudanças de direção e de ritmo etc. O objetivo é desorganizar a defesa contrária.

### **Penetração**

Tem o sentido de profundidade. O conceito de penetração é claro: utilizar infiltrações de um jogador entre os espaços existentes na defesa adversária. Envolve, também, receber a bola nas costas do oponente, isto é, atacar nos espaços atrás dos defensores. É importante, para que se concretize a penetração, que os jogadores saibam usar os espaços criados. Ela pode ser conseguida através de uma jogada individual, um drible, uma tabela, uma ultrapassagem ou uma combinação de passes curtos e longos.

### **Improvisação (Criatividade)**

No futebol de alto nível, nota-se claramente que as equipes vencedoras encontram um equilíbrio entre as jogadas treinadas e as de criatividade e espontâneas. Quando se tem jogadores criativos e habilidosos – e que tomam decisões –, os gols acontecem com mais frequência. Sistemas defensivos são feitos para enfrentar o previsível. Nenhum deles está preparado para lidar com o inesperado (criatividade), especialmente se vier junto com a habilidade técnica e velocidade de raciocínio (decisões rápidas). No campo, são os jogadores que tomam as decisões. Os princípios de ataque são apenas ferramentas que eles devem aprender como e quando usar. Tal princípio de ataque constitui-se, fundamentalmente, de mudanças de atitude e ações para ludibriar os adversários, buscando o inesperado e o incomum através de todos os recursos técnicos de seus jogadores. (PARREIRA, 2005)

Para Frisei (1999), as táticas ofensivas podem ser divididas em ações que, de certa forma, se assemelham com os princípios fundamentais de ataque:

- Desmarcar-se – ação que consiste em iludir o adversário;
- Ataques – tentativa de aproximação do gol adversário;
- Contra-ataques – recuperar a posse de bola e tentar chegar ao gol adversário o mais rápido possível;
- Ocupação do campo – distribuição planejada dos jogadores em campo com objetivo de encontrar um atacante livre;
- Marcação ofensiva – combate ao adversário em seu próprio campo;
- Apoios – ajuda ao companheiro que está com a bola para facilitar o recebimento de um passe;

- Trocas de orientação – mudança na trajetória da bola através de passes ou viradas de jogo;
- Imprimir velocidade ao jogo – ações rápidas e precisas;
- Permutas ofensivas – mudanças de posições dos atacantes, deslocamentos;
- Posse de bola e controle de jogo – troca de passes sem perder a bola;
- Variação do ritmo de jogo – mudanças na velocidade do jogo;
- Ocupação dos espaços livres – espaços livres são criados para ocupação e recebimento de um passe.

### Táticas ofensivas no Futsal

#### Princípios táticos no Futsal

O Futsal é uma modalidade classificada de esporte coletivo por possuir as seis invariantes atribuídas a esta categoria:

- Uma bola ou implemento similar;
- Um espaço de jogo;
- Adversários;
- Parceiros;
- Um alvo a atacar e outro para defender;
- Regras específicas.

Além dessas invariantes, essas modalidades apresentam princípios divididos em:

- **Princípios de ataque:**

- ✓ Conservação da posse de bola;
- ✓ Progressão em direção ao alvo adversário;
- ✓ Finalização buscando o gol ou o ponto.

- **Princípios de defesa:**

- ✓ Recuperação da bola;
- ✓ Impedimento da progressão da equipe adversária;
- ✓ Proteção do próprio alvo.

Em geral, esses princípios refletem uma preocupação de não permitir:

- A inferioridade numérica;
- Evitar a igualdade numérica;
- Procurar criar a superioridade numérica.



## CONEXÃO

### Jogar com a bola x Jogar sem bola

Ofensivamente, sem a bola, o jogador precisa se movimentar em busca de espaços para ele próprio e para seus companheiros, principalmente para o companheiro que porta a bola, tornando-se opção de passe e procurando oportunidades de finalização. Na defesa, todos precisam estar sintonizados para fechar os espaços adversários, mas também estarem atentos para cobrir os espaços deixados pelos companheiros que falharam em sua função, pois a defesa, assim como o ataque, é de missão coletiva.

### Táticas e manobras ofensivas no Futsal

Atacar no futsal se caracteriza pelo momento em que uma equipe recupera e procura manter a posse de bola, tentando chegar à meta adversária para consignar um gol. A evolução física e tática dos jogadores contribuiu para a diminuição dos espaços dentro da quadra de jogo, mesmo com as modificações na regra do jogo promovidas pela FIFA. Com isso, diferentes estratégias ofensivas devem ser intensamente trabalhadas no treinamento e utilizadas nos jogos com a intenção de marcar gols.

Para Santana (2004), as atitudes táticas elementares para um bom ataque são:

- **Fugir do campo visual do adversário:** Significa desmarcar-se para receber a bola. Isso exigirá do atacante a atitude de passar da linha de marcação do defensor, de modo a deixá-lo em dúvida ("O que mantenho no meu campo visual: a bola ou o atacante?") ou a induzi-lo para algum lugar "falso". Vale lembrar que, no Futsal, por conta do espaço reduzido, ninguém pode jogar parado. É preciso criar as chamadas linhas de passe;

- **Acelerar o passe:** Significa imprimir velocidade à bola. A velocidade do passe, associada à atitude de fugir do campo visual do marcador, tendem a desequilibrar a defesa adversária. Evidentemente que o passe deve ser, além de veloz, preciso;

- **Passar a bola para o espaço:** Significa passar a bola à frente do companheiro (no espaço vazio) para que ele a encontre. Isso exigirá de quem recebe a atitude de se projetar no espaço. Lançar a bola para o vazio (nas costas do marcador) faz com que se ganhe uma vantagem territorial importante para progredir no espaço e finalizar contra a meta adversária;

- **Investir no jogo direto:** Significa procurar um jogo de finalização, de chutes contra a meta adversária, vertical. As ações anteriores tendem a facilitar o jogo direto (pois facilitarão a posse da bola e a progressão na quadra) e evitar o chamado jogo indireto, burocrático. Porém atenção: o jogo direto exclui a ideia de se buscar o gol de "qualquer jeito", apressadamente e de forma desorganizada.

## **Manobras ofensivas no Futsal**

No futsal, as chamadas táticas ofensivas podem ser entendidas como um conjunto de manobras ou ações ofensivas realizadas por uma equipe durante a mesma partida. As diferentes manobras ou movimentações ofensivas no futsal ocorrem quando uma equipe está com a posse de bola e, geralmente, são originadas a partir de um sistema de jogo ou do chamado padrão de jogo ou de movimentação.

Atualmente, a maioria dos treinadores busca trabalhar nas suas equipes uma mecânica de jogo (padrão de movimentação) que possibilite, a partir disso, uma série de alternativas para que se possa ludibriar o sistema defensivo da equipe adversária.

- **Mecânica ou padrão de jogo ou movimentação**

Movimentações repetitivas que uma equipe executa, com a posse de bola, dentro de cada sistema de jogo. A partir delas, cria-se uma série de manobras para tentar superar o sistema defensivo do adversário. Um padrão de jogo bem organizado faz com que a equipe mantenha a posse de bola. No entanto, é necessário um tempo grande de treinamento para executar essa mecânica com eficiência.

### **Principais objetivos:**

- ✓ Melhor posicionamento dos atletas para execução de uma manobra ensaiada;
- ✓ Manter a troca de passes em determinadas zonas da quadra com segurança, sem perder a posse de bola;
- ✓ Deslocamentos em zonas da quadra que permitam um equilíbrio ofensivo e defensivo;
- ✓ Abrir espaços na quadra para uma possível infiltração;



✓ Possibilitar, através das diferentes movimentações, uma saída da marcação adversária.

### **Padrões básicos:**

✓ **Padrão Circular ou Redondo:** é caracterizado pela movimentação circular dos atletas (sentido horário ou anti-horário). Muito utilizado para tirar da defesa um bom marcador e posicionar na quadra adversária um atleta com deficiências na marcação;

✓ **Padrão Rotativo:** tem como base o sistema 3-1 (com rodízio de três, por trás ou pela frente, ou quatro, pelas alas ou pelo meio);

✓ **Padrão com goleiro-linha:** consiste na troca de passes entre os atletas de linha e o goleiro. É indicado para se obter superioridade numérica diante do adversário ou para manter a posse de bola.

### **• Manobras ofensivas básicas**

São considerados movimentos ofensivos dinâmicos básicos no Futsal:

✓ **Paralela:** trajetória da bola ou do atleta paralela à linha lateral da quadra de jogo;

✓ **Diagonal:** bola ou atleta (ou ambos) realizam um deslocamento diagonal em relação às linhas laterais da quadra;

✓ **Ginga ou Vai e volta:** o atleta passa a bola para o companheiro, desloca-se como se fosse progredir para frente com a intenção de receber a mesma e retorna ao lugar de origem;

✓ **Troca de direção:** antes de correr em um determinado sentido, deve ameaçar para o sentido contrário;

✓ **Rodízio de 3:** pelas alas (por trás) ou diagonal (pela frente): beque e alas realizam trocas de posições;

✓ **Rodízio de 4:** pelas alas ou pelo meio: beque, alas e pivô realizam trocas de posições;

✓ **Triângulos ofensivos:** um atleta de posse de bola e pelo menos dois dando a opção para o passe;

✓ **Bloqueio:** atleta sem a bola bloqueia o adversário para facilitar a movimentação do companheiro;

✓ **Bloqueio móvel:** após realizar o bloqueio, o atleta se apresenta para receber a bola do seu companheiro, sendo mais uma opção de jogada;

✓ **Contra-ataque:** saída rápida da defesa para o ataque. Sempre que recuperar a posse de bola, a equipe deve avançar rapidamente para tentar obter vantagem

numérica antes que a defesa adversária se recupere. Pode ser direto (goleiro-atleta de linha/atleta de linha avança diretamente até o gol após recuperar a posse de bola) ou indireto (após recuperar a posse de bola, há troca de passes até a conclusão a gol);

- ✓ **Com o goleiro:** através de arremesso de jogo ou de meta;
- ✓ **Manobras ou jogadas ensaiadas:** preestabelecidas pelo técnico com o objetivo de chegar ao gol adversário com mais facilidade.

Diferentes movimentações ofensivas podem ocorrer, além de forma dinâmica, também de maneira estática (as chamadas jogadas de bola parada). As principais delas são:

- ✓ Tiro de saída;
- ✓ Tiro lateral;
- ✓ Tiro de canto;
- ✓ Faltas;
- ✓ Tiros livres indiretos ou diretos.



## Táticas defensivas no futebol e no futsal

### Táticas defensivas no Futebol

Há duas fases num jogo de futebol: ataque e defesa. Na defensiva, tenta-se neutralizar as ações dos oponentes a fim de se garantir uma posição estável e recuperar a posse de bola. As táticas defensivas no Futebol podem ser entendidas como um conjunto de manobras ou movimentações cujo objetivo é recuperar a posse da bola e evitar o gol adversário. As táticas defensivas são todas as táticas que visam a manter inviolada a própria baliza, evitando riscos, perigos e gols. Pode-se dizer que, em um jogo de futebol, as equipes têm como objetivo fazer gols e impedir que o adversário marque gols. Para fazer gols, é preciso atacar; para não tomá-los, defender. “A defesa começa quando termina o ataque, e vice-versa.” (LEAL, 2001, p. 81)

São princípios básicos de defesa: recuperação da bola, impedimento da progressão da equipe adversária e proteção do próprio alvo. Defender é a arte de fechar espaços. O maior ou menor êxito na missão de defender irá depender da observação e aplicação de certos princípios básicos.

### Princípios táticos fundamentais de defesa

- **Pressão na bola:**

Um dos princípios de defesa mais importantes. Encostar rapidamente no adversário para evitar que saia a jogada ou que a bola seja passada adiante, ganhando-se tempo para reorganizar a equipe defensivamente. A ideia básica é diminuir o tempo e o espaço dos adversários, impedindo-os de jogar ou, pelo menos, retardando a organização do ataque.

Ela começa assim que a bola é perdida, e o objetivo é só um: recuperar posse de bola, impedindo que o adversário jogue, faça um passe para frente ou organize um contra-ataque. A pressão deve continuar até que a bola seja recuperada. (PARREIRA, 2005)

- **Recuperação:**

Assim que se perde a posse de bola, todos os jogadores devem reassumir (recuperar) o posicionamento defensivo, procurando se posicionar atrás da linha da bola e do oponente, aproximando-se para fazer a linha de cobertura.

O objetivo é ter toda a equipe posicionada entre a bola e a linha de gol, cobrindo os espaços atrás dos companheiros envolvidos na jogada. Esse princípio de defesa está diretamente ligado ao retardamento, pois o jogador mais próximo sai para dar o combate ao adversário que está com a posse da bola, dando tempo para que seus companheiros reassumam suas posições.

- **Retardamento/Contenção:**

Atraso deliberado do contra-ataque adversário, tirando espaços, evitando o passe à frente e proporcionando tempo suficiente para recompor, reorganizar e compactar a defesa. Quando a bola for perdida, o jogador que estiver mais próximo deverá de imediato marcar o jogador com posse de bola que iniciará o contra-ataque.

- **Compactação:**

Entende-se por compactação a redução dos espaços vazios para o adversário jogar. Deve ocorrer mediante o posicionamento, mais junto possível, dos jogadores nos setores do campo (defesa, meio de campo e ataque).

- **Cobertura:**

Cobertura é o posicionamento de prontidão para ajudar o companheiro envolvido na jogada, em que se divide a atenção entre a bola e o oponente, criando uma linha imaginária e de referência, que vai da bola ao meio do gol. O jogador realizando a cobertura deve sempre se aproximar do companheiro envolvido na jogada e nunca se posicionar na mesma linha dele, mas sempre em diagonal, para que os dois não sejam batidos em uma mesma jogada.

- **Equilíbrio numérico:**

A defesa deve procurar se manter, no mínimo, em equilíbrio numérico com o ataque. O melhor mesmo seria estar em superioridade numérica.

- **Controle:**

Em conformidade com o método de marcação adotado, cada jogador deve manter vigilância cerrada sobre aquele a quem cabe marcar, bem como do setor sob sua responsabilidade. É importante estar atento para que, a qualquer momento, seja possível tentar o desarme. Quanto mais perto de sua baliza, maior o controle a ser exercido.

Segundo Frisselli (1999), as táticas defensivas podem ser divididas em ações que se assemelham com os princípios fundamentais de defesa:

- **Vigilância** - observação e movimentação dos jogadores de defesa em detrimento à movimentação dos adversários;
- **Marcação** - ação de se aproximar dos adversários com objetivo de roubar a bola ou impedir uma ação ofensiva;
- **Desarme** - ação realizada por um defensor que visa a apoderar-se da bola que está de posse do adversário;
- **Carga** - ação física, sem bola, realizada pelo defensor no intuito de disputar a posse de bola, deslocando ou desequilibrando, de forma geral, o seu oponente;
- **Antecipação** - capacidade de ultrapassar seu adversário direto, ganhando a posse da bola antes que o mesmo a receba;
- **Interceptação** - ação na qual se impede que a posse de bola passada por um adversário chegue ao seu destino, interrompendo a trajetória (atleta não busca em primeiro plano ter controle da bola);
- **Quebra de ritmo** - são ações lentas realizadas com esperteza, durante o jogo, para obtenção de vantagem da equipe que a realiza;
- **Cobertura** - ação tática que consiste em colocar-se em posição de ajuda a um companheiro que pode ser driblado ou ultrapassado pelo adversário com a posse de bola;
- **Troca de marcação** - ação realizada pelo jogador driblado ou ultrapassado por um adversário, ocupando rapidamente a posição deixada pelo companheiro que saiu na sua cobertura;
- **Retorno defensivo** - movimentos de retrocesso dos jogadores que perderam a posse da bola para ocupar rapidamente suas posições defensivas.

### **Classificação da marcação**

Marcar consiste em impedir que o adversário jogue livremente, dificultando ou impedindo que ele efetue suas ações de ataque com sucesso. Leal (2001) define que marcar é diferente de desarmar: marcar é impedir a progressão do adversário, e desarmar é o ato de recuperar a posse de bola, sendo uma conquista de uma marcação bem executada. Pode-se dizer ainda que a marcação é passiva ou ativa (quando se parte para o desarme).

A marcação pode ser classificada quanto a:

- **Tipos de marcação:**

- ✓ **Marcação individual ou homem a homem:** O que importa é o jogador a ser marcado, pouco ou nada importando em que zona do campo ou onde a bola esteja. Nesse tipo, deve-se ter atenção ao elevado número de faltas que pode proporcionar, e que deve ser usado por tempo limitado, em virtude do prejuízo tático e físico que causa à equipe. As principais vantagens desse tipo de marcação são a facilidade de instrução e a definição imediata das responsabilidades;

- ✓ **Marcação por zona ou setor:** É aquela em que um ou mais jogadores ficam com a tarefa de marcar os jogadores adversários num determinado setor do campo. Requer sincronismo para que o plano de marcação funcione com sucesso. É o tipo de marcação mais utilizado e preferido dos técnicos, pois, com ela, a equipe fica mais bem postada em campo e oferece espaços controlados de jogo para os adversários, além de ser menos desgastante e facilitar os sistemas de cobertura;

- ✓ **Marcação mista:** A marcação mista é a combinação das duas anteriores, sendo considerada a mais utilizada e eficiente atualmente. Drubsky (2003) não vê, no futebol moderno, uma equipe que marque apenas por zona ou individualmente. Portanto, marcação mista seria qual postura o jogador deve ter na hora de marcar quando guardar a posição ou quando acompanhar o adversário até o término da jogada; por isso, o jogador, para marcar bem, depende muito da ideia tática de jogo do seu treinador. Outra dinâmica da marcação mista seria que parte da equipe marca por zona, enquanto alguns jogadores marcam individualmente.

- **Zonas ou linhas de marcação:**

- ✓ **Marcação o campo todo ou linha 1:** Começa-se a marcar perto da área adversária, é a chamada marcação alta. Deve-se ter atenção à compactação da equipe a fim de não permitir espaços de penetração adversária entre os setores da equipe;

- ✓ **Marcação na intermediária adversária ou linha 2:** A equipe deixa o adversário jogar, mais ou menos livremente, desde que não avance da própria intermediária. Para Drubsky (2003), as vantagens de se marcar a partir da intermediária adversária são: a inibição da saída de jogo do adversário demonstra agressividade de quem marca e mantém o adversário acuado em seu terreno de jogo. Uma desvantagem importante: as bolas longas dos defensores adversários podem chegar facilmente ao ataque. (LEAL, 2001) A recuperação de bola nesse

setor pode propiciar grande perigo ao adversário, uma vez que se está marcando no campo dele. Sua grande função é dificultar a organização ofensiva adversária;

✓ **Marcação no meio-campo ou linha 3:** Constitui no primeiro combate ao adversário ser efetuado pelos atacantes sobre a linha do meio-campo. As vantagens desse tipo de marcação são: oferece espaços reduzidos ao adversário para jogar, exige menor desgaste físico, é mais seguro defensivamente e adequado para jogar em contra-ataque. Como desvantagens, traz o adversário para perto da própria baliza, os atacantes ficam muito longe da baliza adversária e permite ao adversário domínio territorial e de posse de bola. Há uma tendência de as equipes comecem a marcar a partir desse setor, considerando ser mais fácil a retomada da posse de bola nessa zona do campo, pois compacta mais a equipe;

✓ **Marcação na própria intermediária ou linha 4:** Forma mais defensiva de se marcar o adversário. Durante a partida, pode ocorrer por opção da equipe em recuar no campo ou por imposição do jogo adversário. Permite que a defesa fique extremamente compactada, mas proporciona uma grande pressão adversária. É utilizada para garantir resultados em final de partida ou, por exemplo, quando a equipe está em inferioridade numérica. A principal desvantagem é dar ao adversário controle total do jogo: não se pode errar, pois está defendendo-se muito perto da baliza. Além disso, exige um nível de resistência psicológica alto, já que a pressão adversária torna-se forte e constante.

- **Intensidade da marcação:**

✓ **Marcação pressão:** Consiste em, mal o adversário tenha a bola, que já seja pressionado por algum jogador. É um tipo de marcação que causa muito desgaste físico e necessita de muita solidariedade da equipe. Quanto maior a área do campo a se marcar por pressão, maior é o espaço que o adversário pode ter caso a marcação falhe. Drubscky (2003) considera que a maioria das equipes utiliza esse tipo de marcação a partir da linha do meio-campo, pois a equipe está mais agrupada; assim, o desgaste é menor e as possibilidades de se tomar a bola são maiores;

✓ **Marcação meia-pressão:** Consiste em marcar o adversário a certa distância na tentativa de dificultá-lo e induzi-lo ao erro, tirando proveito num segundo momento. A marcação meia-pressão é muito utilizada na saída de bola do adversário, pois o desgaste físico é menor que o da marcação por pressão, e um erro do adversário nessa zona do campo pode ocasionar boas oportunidades ofensivas para a equipe. Uma variação dessa marcação pode ser chamada de pressão no homem

da bola, em que somente o jogador que detém a posse da bola é pressionado por seu adversário;

✓ **Marcação plantada ou de espera:** Consiste em esperar o adversário e dar a ele a iniciativa de jogo, apenas preenchendo os espaços do campo e esperando um erro para iniciar um contra-ataque. É a marcação em que os jogadores da defesa marcam seus adversários um pouco mais distantes. Está intimamente ligada à marcação a partir da própria intermediária, pois marcar com essa postura em posições mais avançadas descompactaria a equipe e concederia espaços ao adversário que poderiam ser fatais. Para Drubscky (2003), esse tipo de marcação pode ser usado por opção tática, para manter o placar sem correr riscos, poupar energias e como argumento para criar situações de contra-ataque.

### Táticas defensivas no Futsal

Historicamente, a cada novidade ofensiva surge uma ação defensiva no Futsal para tentar neutralizar ou minimizar a iniciativa dos ataques. Isso sugere, muitas vezes, um predomínio das defesas em relação aos ataques na maior parte do jogo. A afirmação de que o melhor ataque começa por uma boa defesa é positiva, segundo Voser (2004), à medida que as principais situações ofensivas derivam de um erro do adversário e de bolas roubadas na marcação, originando, assim, um perigoso contra-ataque.

Para Santana (2004), são atitudes básicas para defender:

- **Marcar, sempre que possível, atrás da linha da bola:**

Essa é uma linha imaginária que passa sobre a bola em sentido perpendicular à quadra (de uma lateral à outra). Lembre-se: quem está atrás da linha da bola ocupa espaços preciosos que seriam ocupados pelo adversário.

- **Manter o adversário no campo visual:**

Para tanto, quem marca deverá optar por acompanhar o adversário, e não em manter o olhar na bola. Evidentemente que, se for possível manter ambos (e o adversário) no campo visual, melhor. Mas isso nem sempre acontecerá. Lembre-se: quem faz o gol é o jogador adversário; logo, ele é quem deve ser marcado.



- **Retorno defensivo:**

Significa que os jogadores devem voltar para defender, ocupando a meia-quadra de defesa antes do adversário. Lembre-se: o retorno defensivo agrupa os jogadores e esses podem proteger a meta.

- **Realizar coberturas:**

Significa que se deve prestar atenção em quem se marca mas também nos outros jogadores adversários; quem marca deve estar disponível para abandonar o seu marcador quando necessário. Lembre-se: os jogadores, quando defendem, devem ajudar uns aos outros.



## **Manobras defensivas no Futsal**

Uma manobra defensiva pode ser entendida como a disposição ou movimentação dos jogadores, individual ou coletivamente, dentro da quadra de jogo com a intenção de impedir ações ofensivas dos adversários contra a própria meta. As movimentações defensivas individuais podem ser trabalhadas quando exercitamos o elemento da técnica individual marcação. As manobras defensivas podem ser realizadas de forma dinâmica (bola em jogo) ou estática (marcação em faltas, tiros de canto, tiros laterais e bola de saída).

Nos movimentos defensivos individuais, o atleta deve considerar alguns aspectos como:

- ✓ Pressionar o adversário de posse de bola a fim de diminuir espaços para ele jogar;
- ✓ A atenção maior deve estar sobre o adversário, e não a bola (no entanto, sempre que possível, jogador e bola devem estar sempre no campo visual);
- ✓ Oferecer ao adversário as alas, nunca o centro da quadra. Deve existir sempre a preocupação de “fechar o meio da quadra”;
- ✓ Abordar o adversário somente equilibrado e, em determinadas circunstâncias, manter uma pequena distância para não ser driblado com facilidade, poder acompanhá-lo na sequência de uma jogada e evitar bloqueios;
- ✓ Estudar o oponente para detectar pontos fortes e fracos;
- ✓ Posicionar-se sempre atrás da linha da bola;
- ✓ Não se posicionar em linha, sempre em diagonal (importante para realizar coberturas e o fechamento do meio da quadra);
- ✓ Executar, no momento adequado, as chamadas dobras de marcação (as dobras de marcação acontecem quando dois atletas impõem, de forma simultânea, a marcação ao adversário que tem a posse de bola).

### Sistemas de defesa no Futsal

Semelhante ao Futebol, é o posicionamento da equipe dentro da quadra de jogo quando estiver sem a posse de bola. Esse posicionamento de movimentações defensivas coletivas está relacionado a tipos de marcação e linhas de marcação.

#### • Tipos de marcação:

✓ **Marcação Individual ou Homem a Homem:** Tipo de marcação em que cada jogador acompanha o seu oponente por toda a quadra de jogo. Muito utilizada na iniciação por ser de fácil assimilação, porém requer um ótimo condicionamento físico para sua execução. Pode ser utilizada contra equipes de pouca condição técnica com a intenção de recuperar rapidamente a posse de bola e usufruir dessa melhor qualidade, porém pode comprometer o sistema de cobertura defensiva caso um atleta da equipe executante da marcação seja driblado. Pontos positivos: diminui a opção do passe, forçando o erro adversário; maior desgaste físico dos adversários pela necessidade de maior movimentação em busca de espaços; dificulta o chute de longa distância; reduz o tempo de posse de bola do

adversário; diminui o tempo de reação do adversário para refletir sobre a jogada. Pontos negativos: grande desgaste físico dos defensores, proporcional à movimentação dos atacantes; abre o meio da quadra, facilitando lançamentos, infiltrações e "bolas nas costas"; dá maiores possibilidades de vantagem numérica ao adversário na ocorrência de um drible, dificultando a recuperação e a cobertura;

✓ **Marcação por zona ou setor:** Nesse tipo de marcação, cada atleta ocupa uma determinada zona/setor, independentemente das movimentações dos adversários. Possui um grau de dificuldade maior na sua execução, pois exige um melhor sincronismo por parte da equipe executante; por isso, deverá ser intensamente treinado e orientado pelo técnico, sendo utilizada com cautela em equipes iniciantes. Facilita o sistema de cobertura defensiva, com cada atleta ocupando espaços programados e procurando não deixar o companheiro desprotegido. A marcação por zona é caracterizada, principalmente, pelo posicionamento à meia-quadra, sempre atrás da linha da bola; pelas constantes trocas de marcações; e pela espera do erro adversário para roubar a bola e contra-atacar. Pontos positivos: facilita a cobertura e a recuperação no caso do drible; menor desgaste físico dos defensores; proporciona perigosos contra-ataques; impossibilita as "bolas nas costas"; fecha o meio de quadra. Pontos negativos: possibilita o chute de longa distância e encobre parcialmente a visão do goleiro; aumenta o tempo de posse de bola do adversário.

- **Tipos de marcação por zona:**

✓ **Losango:** Um atleta se posiciona mais à frente e outro mais defensivamente, ambos centralizados. Entre eles, outros dois lateralmente. Pode ser utilizada para marcar o adversário que utiliza um sistema com a utilização do "goleiro-linha";

✓ **Quadrado:** Dois atletas se posicionam, um ao lado do outro, mais à frente, e dois mais defensivamente. Também utilizada para marcar o "goleiro-linha";

✓ **Funil ou "Y":** Nesse esquema, dois atletas se posicionam mais à frente: um mais centralizado, dando cobertura a eles; e outro mais defensivamente, como uma espécie de líbero;

✓ **Triângulo:** Recomendável quando uma equipe tem um atleta expulso e fica reduzida a três jogadores de linha. O triângulo pode ter um atleta posicionado mais à frente e outros dois mais atrás, forçando assim os adversários a chutarem de longa distância ou atacar pelas alas. O triângulo também pode ser invertido, com dois atletas se posicionando mais à frente e outro mais atrás, exercendo cobertura defensiva;

✓ **Marcação mista:** Nesse tipo de marcação, ocorre uma variação entre a marcação por zona e a individual. Há uma troca de marcação em determinados setores da quadra. Proporciona pouco desgaste físico. Exige muita concentração e sincronismo na movimentação dos atletas e é muito utilizada por equipes de alto nível.

Voser (2004) ressalta que existem situações em que a defesa pode se comportar de maneira passiva ou ativa. Passiva quando o atleta tem a atitude de não roubar a bola, apenas observa e cerca a movimentação do adversário.

Contudo, na forma ativa, o objetivo é desarmar o mais rápido possível o adversário, pressionando sempre e o induzindo ao erro.

Nas duas situações descritas, a atitude tomada pode acontecer tanto na quadra ofensiva quanto na defensiva.

- **Linhas de marcação**

- ✓ **Linha 1 – Marcação pressão**

Nessa linha, o time pressiona o adversário às vezes antes mesmo de o goleiro soltar a bola, forçando-o a lançar a bola. Em outros casos, é permitido que o adversário solte a primeira bola na defesa, e, então, a equipe sobe, efetuando a pressão nele. O ataque fica mais fácil uma vez que se consiga roubar a bola nessa zona da quadra. A linha 1 é recomendada quando o adversário é muito inferior ao seu ou quando se nota alguma deficiência em algum jogador na equipe adversária, seja no passe ou domínio. Esse tipo de postura também é utilizada quando o placar é adverso e falta pouco tempo para acabar o jogo.

- ✓ **Linha 2 – Marcação pressão parcial**

Essa linha (também conhecida como meia pressão) fica um pouco mais atrás da linha 1. A marcação fica um pouco mais à frente do círculo central, atenta para roubar a bola. Nessa situação, seu time permite que o adversário toque a bola, porém sem deixá-lo progredir em quadra, pois sua equipe permanece compacta, fazendo as flutuações necessárias de forma a dificultar ao máximo que o adversário ultrapasse sua linha de marcação. O termo meia pressão é dado a esse caso porque, conforme o adversário progride contra sua linha de marcação, sua equipe avança, atacando a bola da mesma forma como faria na linha 1.

### ✓ **Linha 3 – Marcação meio de quadra**

O objetivo nessa linha é esperar o adversário, induzindo-o a errar e criar condições de contra-ataque. A partir da linha 3, a referência de ataque da equipe passa a ser o contra-ataque, pois, a partir dessa linha, passamos a considerar o adversário de nível igual ou superior à nossa equipe. Essa consciência faz com que posicionemos os nossos atletas em meia quadra para que, quanto menos espaço deixarmos para o adversário, mais difícil será ele progredir com a bola até a nossa meta.

### ✓ **Linha 4 - Marcação na própria quadra**

Essa linha exige uma marcação bem recuada e é utilizada por muito poucas equipes hoje em dia. Nela, temos a extrema convicção de que o adversário é muito superior ou que a equipe esteja inferiorizada numericamente, e isso faz com que haja recuo dos atletas para marcar quase que em frente da área defensiva, trazendo o adversário realmente para cima e apostando basicamente nos contra-ataques para surpreender. Quanto mais compacto o seu time estiver dentro de quadra, mais o adversário terá dificuldade de chutar a gol.

Na linha 4, predomina a paciência, e se não der para conseguir o contra-ataque, o objetivo será de, no mínimo, destruir a jogada adversária.

## As diferentes posições de jogadores no futebol e no futsal

### As posições no Futebol

O posicionamento dos atletas no futebol determina sua função no campo de jogo e vem, normalmente, associado ao sistema tático e às ações de ataque e defesa utilizadas por uma equipe. Sendo assim, cresce a importância do conhecimento das características de cada uma delas para melhoria do rendimento tático, físico e técnico de uma equipe.

O componente tático no futebol tem passado por transformações significativas, principalmente no que diz respeito à forma de as equipes jogarem. Muitos sistemas táticos, pouco utilizados em outras épocas, ganharam destaque nos últimos anos, o que provocou o surgimento de novas denominações para as posições no campo de jogo que também devem ser identificadas e caracterizadas.

Paoli (2007) classifica as posições de acordo com o setor do campo em que são mais atuantes:

- No setor de **defesa**, cinco posições são básicas: goleiro, zagueiros, laterais, alas e líbero;
- No setor de **meio-campo**, quatro posições compõem o setor: volantes, meias de armação, meias de contenção e meias atacantes;
- No **ataque**, duas posições: os atacantes que jogam mais fixos na área, como referência, e os atacantes que atuam mais pelas pontas e/ou pelas laterais do campo.

De forma geral, as posições táticas dos jogadores de futebol são compreendidas da seguinte maneira:



- **Goleiro:**

É aquele que, através do uso de todo o seu corpo, inclusive as mãos, tem por função impedir que a bola entre no gol. Nos dias de hoje, o goleiro não deve estar apto apenas a tratar a bola com as mãos: um diferencial para os goleiros é saber jogar com os pés quando a bola lhe for recuada ou quando, numa situação do jogo, ele precisa sair da área penal para interceptar bolas lançadas nas costas da defesa. Outra característica importante é a capacidade de fazer a leitura do jogo, pois assiste à partida de frente.

- **Zagueiros:**

São os jogadores defensivos que se posicionam mais ao centro da retaguarda. O líbero é o jogador que, na maioria das vezes, se posiciona como o último homem defensivo, mas que, em determinados momentos do jogo, aparece como um elemento surpresa no ataque. Tecnicamente, eles devem ter boa capacidade em passes curtos para manter a posse de bola e para passá-la para jogadores mais criativos. A questão do cabeceio e tempo de bola é fundamental para os zagueiros, pois muitas vezes são exigidos em bolas aéreas. Com relação ao desarme e à antecipação, devem ser precisos, pois, geralmente, são responsáveis pelo último combate aos jogadores adversários.

- **Laterais:**

São os jogadores defensivos que jogam pelas laterais do campo. Os ALAS atuam na mesma posição que os laterais, só se diferem pelas características ofensivas que assumem no decorrer do jogo. Os laterais são jogadores que tentam aliar boa resistência e velocidade, uma vez que têm a missão de defender e apoiar os jogadores à sua frente por uma das faixas laterais de todo o campo. Têm, muitas vezes, função semelhante à de um zagueiro, realizando coberturas defensivas.

- **Volantes:**

Funcionam como os responsáveis pela marcação dos principais e mais criativos meias adversários, anulando as jogadas ofensivas contra sua equipe, e como distribuidores do jogo de contra-ataque. De uma maneira geral, os volantes são jogadores que se posicionam à frente da linha de zagueiros, protegendo a entrada da área, recuperando a bola e fazendo a ligação entre a defesa e o meio-campo, bem como realizando coberturas defensivas. É um jogador que precisa saber efetuar com muita qualidade a inversão de bola para o lado oposto de onde veio a jogada, demonstrando assim excelente leitura de jogo e raciocínio rápido.

- **Meio-campistas:**

São os jogadores que têm por função armar as jogadas ofensivas do time, mas atualmente também atuam ajudando na marcação. O principal elemento de diferenciação entre os sistemas táticos é o meio-campo, ou seja, como está composto e sua dinâmica, tanto defendendo quanto atacando. Nos dias de hoje, possuem nomes diversos face à função que exercem dentro de campo: meia de contenção, meia de armação, meia extremado e meia atacante.

- **Atacantes:**

São aqueles que têm como objetivo marcar os gols, tendo características predominantemente ofensivas. Há aqueles que atuam mais pelos lados do campo, os chamados ponteiros (ou atacantes de beirada ou de lado).

Há também o atacante recuado, também conhecido por segundo atacante: é o atacante que se movimenta mais, normalmente abrindo para as beiradas do campo ou buscando jogo atrás para puxar a marcação ou quando os espaços no setor de ataque estão reduzidos. O atacante de área, também conhecido como atacante centralizado, ou até mesmo popularmente chamado de centroavante, é o jogador que recebe a função de finalizar as jogadas, isto é, marcar os gols.

Na definição de uma tática de jogo (seja ofensiva ou defensiva) adotada para uma equipe, é crucial também que sejam definidas as funções dos atletas no campo de jogo. Observa-se que um jogador no setor defensivo, de armação ou ofensivo pode cumprir diferentes funções, cada qual com sua especificidade. Ressalta-se que, em uma partida de futebol, os jogadores cumprem funções defensivas e ofensivas nos respectivos setores do campo (defesa, armação e ataque), e a posição escolhida para um atleta deve se enquadrar à condição técnica, tática, física e psicológica do mesmo, compatível com as necessidades da equipe e suas possibilidades.

## As posições no Futsal

- **Goleiro:**

Deve saber defender debaixo da meta, ter um excelente arremesso e jogar com a bola nos pés (principalmente nos fundamentos recepção, passe e chute). Pode-se, muitas vezes, ter goleiros com características diferentes: um que saiba atuar bem como um elemento de linha e outro mais eficiente sob o gol. Todo goleiro precisa ter liderança e equilíbrio emocional. Em relação a qualidades físicas, deve possuir, principalmente, agilidade, tempo de movimento (braços e pernas) e força explosiva (membros superiores e inferiores).



- **Fixo ou beque:**

Tem basicamente função defensiva, porém deve possuir mobilidade e saber também, no momento exato, participar de manobras ofensivas (organizando e também finalizando a meta). Podem-se ter também dois beques na equipe, cada qual com características mais marcantes (ofensivas ou defensivas). Ter qualidade no passe, saber marcar, possuir sentido de cobertura, excelente desarme e poder de recuperação também são características importantes do beque no Futsal.



- **Alas:**

São os principais responsáveis pela construção das jogadas. Normalmente, são os atletas com as melhores qualidades técnicas da equipe, principalmente nos elementos passe e drible (o que facilita os aspectos ofensivos). No entanto, devem possuir um bom sentido de recuperação e cobertura. Em relação às qualidades físicas, devem possuir, entre outras, agilidade e velocidade. Em determinadas circunstâncias táticas do jogo, é importante possuir alas que saibam trabalhar com a perna esquerda.

- **Pivô:**

Principal responsável pelas jogadas na quadra ofensiva (distribuição e finalização), além de abrir espaços para alas e beque. Precisa ter boa recepção e excelente chute, ser criativo, saber jogar de costas para o gol adversário e girar para os dois lados. Podem-se ter pivôs com características distintas: o chamado pivô de referência e o pivô de movimentação. Em relação a qualidades físicas: agilidade, velocidade e força (pivô de referência).

A partir do conhecimento das características dos atletas de uma equipe é que se pode estabelecer o método de treinamento, a tática a ser empreendida, as diferentes manobras a serem ensaiadas e realizadas e o sistema de jogo a ser utilizado.

Apesar disso, muitas vezes é precipitado definir quais virtudes ou qualidades os jogadores devem reunir para jogar nas diferentes posições. Logo, a sugestão é a de que se construa na iniciação, dos 7 aos 12 anos, e na especialização, a partir dos 13/14 anos, o conhecimento para jogar nas diferentes posições.



## ATIVIDADE

- 1- Neste capítulo, pudemos perceber a importância dos aspectos táticos para equipes de Futebol e Futsal. O que você considera mais importante para uma equipe de Futebol/Futsal? A parte técnica ou tática? Pesquise sobre essa questão e construa uma reflexão fundamentada sobre o assunto.
- 2- O ensino e o desenvolvimento da tática requerem uma grande capacidade intelectual do atleta? Você concorda com essa afirmativa? Por quê? O treinamento da tática deve ser prioridade na formação esportiva na infância? Em que momento da etapa de formação de um atleta de Futebol/Futsal a tática deve ser enfatizada? Procure em artigos e livros mais sobre o assunto e elabore uma reflexão própria sobre essas questões.



## REFLEXÃO

O Futebol, assim como o Futsal, no decorrer dos anos, atingiu grande evolução; com isso, um alto nível de performance passou a ser cada vez mais exigido. Sendo assim, a necessidade de estudos, principalmente científicos, a respeito da modalidade passou a ser uma consequência natural. Muitos ainda os consideram esportes em que a sorte ou o aproveitamento das chances são fatores determinantes para o resultado das partidas. Ainda um número grande de treinadores insiste em utilizar treinamentos mais conservadores. Contudo, é preciso que essa forma empírica venha ceder lugar a interpretações fundamentadas cientificamente.

“A evolução do futebol caracteriza-se por uma alta exigência física, técnica e psicológica, além do aspecto tático que vem se constituindo num fator decisivo para a obtenção de sucesso de uma equipe.” (FERNANDES, 1994)

“O futebol moderno requer que os jogadores estejam em constantes deslocamentos, estando com ou sem a posse de bola, e esse aumento considerável de suas funções lhes rendeu inclusive a denominação de jogadores ‘universais’.” (GODIK, 1996)

Isso transformou a preparação tática específica dessas modalidades numa área de crescente interesse. Isso demonstra a necessidade de estudos nessa área, pois esse componente, apesar de ser considerado por Garganta (1996) fundamental para garantir maior rendimento no Futebol/Futsal, ainda é pouco investigado.



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BALBINO, H. **Jogos desportivos coletivos e os estímulos das inteligências múltiplas.** – Campinas: UNICAMP, 2001.
- BAYER, C. **O ensino dos desportos colectivos.** Lisboa: Dinalivro, 1994.
- DRUBSCKY, R. **O universo tático do futebol** – Escola brasileira. Belo Horizonte: Editora Health, 2003.
- DUPRAT, E. **Enseigner le football en milieu scolaire (collèges, lycées) et au club.** Paris: Editions ACTIO, 2007.
- FERNANDES, J. L. A preparação tática. In: **Futebol: ciência, arte ou sorte: treinamento para profissionais.** São Paulo: EPU, 1994, p. 77-96.
- FILGUEIRA F. M.; GRECO P. J. Futebol: um estudo sobre a capacidade tática no processo de ensino-aprendizagem-treinamento. In: **Revista Brasileira de Futebol**, Jul-Dez. 2008, p. 53-65.
- FRISSELLI, A.; Mantovani, M. **Futebol: Teoria e Prática.** São Paulo: Phorte, 1999.
- GARGANTA, J.; MARQUES, A.; MAIA, J. Acerca da Investigação dos Fatores do Rendimento em Futebol. In: **Revista Paulista de Educação Física**, 10 (2), jul./dez. 1996, p. 146-158.
- GARGANTA, J. **Modelação tática do jogo de futebol** – estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento. Porto: Universidade do Porto, 1997.
- GARGANTA, J.; PINTO, J. O ensino do futebol. In: Graça, A., Oliveira, J. (Ed.). **O ensino dos jogos desportivos Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto**, v. 1. Porto: Rainho & Neves Lda, 1994.
- GODIK, M. A. Atividade competitiva dos futebolistas. In: **Futebol: preparação dos futebolistas de alto nível.** Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport, 1996, p. 13-46.
- LEAL, J. C. **Futebol: Arte e Ofício.** Rio de Janeiro: Sprint, 2001.
- PAOLI P. B. **Os Estilos de Futebol e os Processos de Seleção e Detecção de Talentos.** Rio de Janeiro: Universidade Gama Filho, 2007.
- PARREIRA, C. A. **Evolução Tática e Estratégias de Jogo.** Rio de Janeiro: Escola Brasileira de Futebol, 2005.
- PETIT, J. R.; CAPINUSSÚ, J. M. **Futebol: Técnica, Tática e Administração.** Rio de Janeiro: Shape, 2004.
- SANTANA, W. C. **Futsal: apontamentos pedagógicos na iniciação e na especialização.** Campinas: Autores Associados, 2004.
- SANTOS, E. **Caderno técnico-didático futebol.** Brasília: Ministério da Educação e Cultura- Secretaria de Educação Física e Desportos, 1979.
- UNZELTE, C. **O livro de ouro do futebol.** São Paulo: Ediouro, 2002.
- VOSER, R. **Futsal: princípios técnicos e táticos.** Canoas: Ulbra, 2004.

# 5

## **Planejamento de ensino do futebol e no futsal**

# Planejamento de ensino do futebol e no futsal

Neste capítulo, estudaremos sobre o planejamento no Futebol e no Futsal.

Seja no âmbito escolar ou no treinamento esportivo, se você deseja alcançar um objetivo de forma rápida e eficiente, o melhor recurso é planejar. Quando fazemos isso, obtemos mais clareza e visão para a tomada de diferentes decisões. Ao realizar um planejamento, mesmo que simplificado, a chance de alcançar objetivos é muito mais efetiva.

Vamos abordar os diferentes tipos de planejamento em educação em relação, principalmente, a suas abrangências: educacional, escolar e de ensino. Na esfera esportiva, vamos perceber o quanto o ato de planejar é igualmente importante, ressaltando o conceito de periodização. Além de uma estrutura de aula, veremos, também, como se configura uma sessão de treino no Futebol/Futsal. Por fim, vamos entender que uma boa análise de diferentes fatores, na escolha de meios e tipos de treinamento, nos leva a alcançar nossas metas de forma rápida e eficiente.



O planejamento não diz respeito às decisões futuras, mas às implicações futuras de decisões presentes.

Peter Drucker



## OBJETIVOS

- Definir e conceituar o planejamento em suas diversas possibilidades de organização e funções no contexto educacional e no treinamento esportivo;
- Compreender e refletir sobre a importância do planejamento para a organização do trabalho docente bem como para o treinamento esportivo.

## Planejamento: conceitos básicos

### Qual a importância de um planejamento?

O planejamento é importante em todos os setores da atividade humana. A esperança de realizar uma viagem, a compra de um carro ou uma casa, entre outros, são sonhos que, muitas vezes, ficam adiados por muito tempo devido ao

planejamento não ser realizado de forma correta, principalmente se não foi “passado para o papel”. Por mais que seja possível “planejar de cabeça” em um ambiente profissional, seja como funcionário, empresário, professor, gestor, técnico esportivo, líder ou empreendedor, de alguma forma, realizar um bom planejamento “no papel” pode proporcionar resultados fantásticos para a consecução dos objetivos estabelecidos com economia de tempo e eficiência na ação.

### **Afinal, o que é planejamento?**

Pode ser considerado como sendo uma previsão metódica de uma ação a ser desencadeada, é a racionalização dos meios para atingir os fins. Não é algo pronto, imutável e definitivo (deve ser sempre flexível), tampouco algo como uma fórmula mágica que soluciona ou muda a problemática a ser resolvida.

Planejamento requer que se pense no futuro. Composto de várias etapas interdependentes, as quais, através de seu conjunto, possibilitam à pessoa ou ao grupo de pessoas atingirem os seus objetivos. Diante de um problema, procuramos refletir para decidir quais as melhores alternativas de ação para alcançar determinados objetivos a partir de certa realidade.

O trabalho planejado é importante e necessário porque:

- Evita a improvisação;
- Ajuda a prever e superar dificuldades;
- Contribui para a consecução dos objetivos estabelecidos com economia de tempo e eficiência na ação.



## Planejamento em educação

No campo da educação e do ensino, há vários tipos de planejamento que podem variar de acordo com o seu grau de abrangência. O planejamento em educação pode ocorrer em diferentes níveis, desde os sistemas de ensino (planejamento educacional), passando pelas unidades educativas (planejamento escolar), até o trabalho do professor no cotidiano da sala de aula (planejamento de ensino).

A própria legislação nos indica alguns desses níveis de planejamento. A LDB (Lei nº 9.394/96), em seu artigo 9º, estabelece que uma das incumbências da União é elaborar o Plano Nacional de Educação (PNE). Essa mesma atribuição é estabelecida para os estados e municípios ao constituírem seus sistemas de ensino (artigos 10º e 11º). Também os estabelecimentos de ensino têm como uma de suas tarefas “elaborar e executar sua proposta pedagógica” (art. 12º), assim como aos docentes é atribuída, entre outras funções, “participar da elaboração da proposta pedagógica do estabelecimento de ensino; elaborar e cumprir plano de trabalho, segundo a proposta pedagógica do estabelecimento de ensino” (art. 13º).

### Planejamento ou Plano?

O planejamento pode ser definido como “um processo mental que envolve análise, reflexão, previsão”. (HAYDT, 2006) Sendo assim, observamos que o planejamento contempla aspectos, como: análise de uma dada realidade, reflexão sobre as condições dessa realidade e a previsão de formas alternativas de ação para superar dificuldades e/ou alcançar os objetivos esperados. Isso significa que um planejamento se constitui num processo contínuo.

O resultado desse processo pode dar origem a um plano, que pode ser definido como o resumo inicial das ideias resultantes do processo mental de planejar, podendo configurar-se ou não sob a forma escrita. (HAYDT, 2006)

Resumindo: o planejamento é um processo mental contínuo que supõe análise, reflexão e previsão; já o plano é o resultado, o produto final desse mesmo planejamento.

Como características de um bom plano, podemos citar:

- Coerência e unidade;
- Continuidade e sequência;
- Flexibilidade;
- Objetividade e funcionalidade;
- Clareza e precisão.

## A importância do Planejamento Participativo

Na trajetória da educação brasileira, em muitos momentos e experiências, o planejamento assumiu uma função essencialmente burocrática e de controle do trabalho alheio tanto no âmbito da organização dos sistemas de ensino quanto no interior de nossas escolas. Pensar no planejamento em educação, numa perspectiva de gestão democrática, implica redefinir sua função e sua forma de desenvolvimento e de organização na perspectiva do **planejamento participativo**. Em contraposição aos modelos burocratizados de planejamento, que se sustentam na divisão do trabalho, na fragmentação da ação educativa e em concepções de caráter predominantemente instrumental e técnico do planejamento, a gestão democrática da educação e o planejamento participativo implicam o fortalecimento dos processos e das práticas participativas e coletivas de organização da educação e da escola. Nessa perspectiva, o planejamento assume, portanto, a função de mediador e articulador do trabalho coletivo na educação em seus diferentes níveis, que se integram e se articulam por meio do planejamento participativo. (SOARES, 2017)





## Planejamento Educacional

Segundo Haydt (2006), o planejamento educacional é um processo e, como tal, é ativo e dinâmico, pois, ao envolver algumas operações mentais, tais como análise, reflexão, previsão, seleção, definição, estruturação e organização, resulta na elaboração escrita de um plano educacional. Sendo assim, o plano educacional pode ser definido como o resultado dessas operações mentais de planejamento, originando assim um esboço das conclusões desse processo, não sendo, portanto, algo fechado e definitivo. É dever da escola, partindo de sua realidade, das necessidades e possibilidades, estruturar e organizar os seus planos para atender o seu público-alvo.

O planejamento educacional consiste na tomada de decisões sobre educação no conjunto do desenvolvimento geral do país e em uma proposição de objetivos a longo prazo que definam uma política e uma filosofia de educação na aplicação da análise ao processo de desenvolvimento da educação, buscando torná-lo mais eficiente e possível de responder com maior precisão às necessidades e objetivos da sociedade.

Para Turra (1999):



Constitui a abordagem racional e científica dos problemas da educação, envolvendo o aprimoramento gradual de conceitos e meios de análise, visando a estudar a eficiência e a produtividade do sistema educacional, em seus múltiplos aspectos.



## Planejamento Escolar

Trata-se de um modelo que se baseia na formulação de objetivos educacionais a partir de orientações dos órgãos oficiais. No entanto, a escola não deve executar simplesmente aquilo prescrito por estes.

Em relação aos currículos oficiais, a escola deve interpretá-los e operacionalizá-los, adaptando-os às situações concretas, selecionando as experiências que mais poderão contribuir para que alunos, famílias e comunidades alcancem seus objetivos.

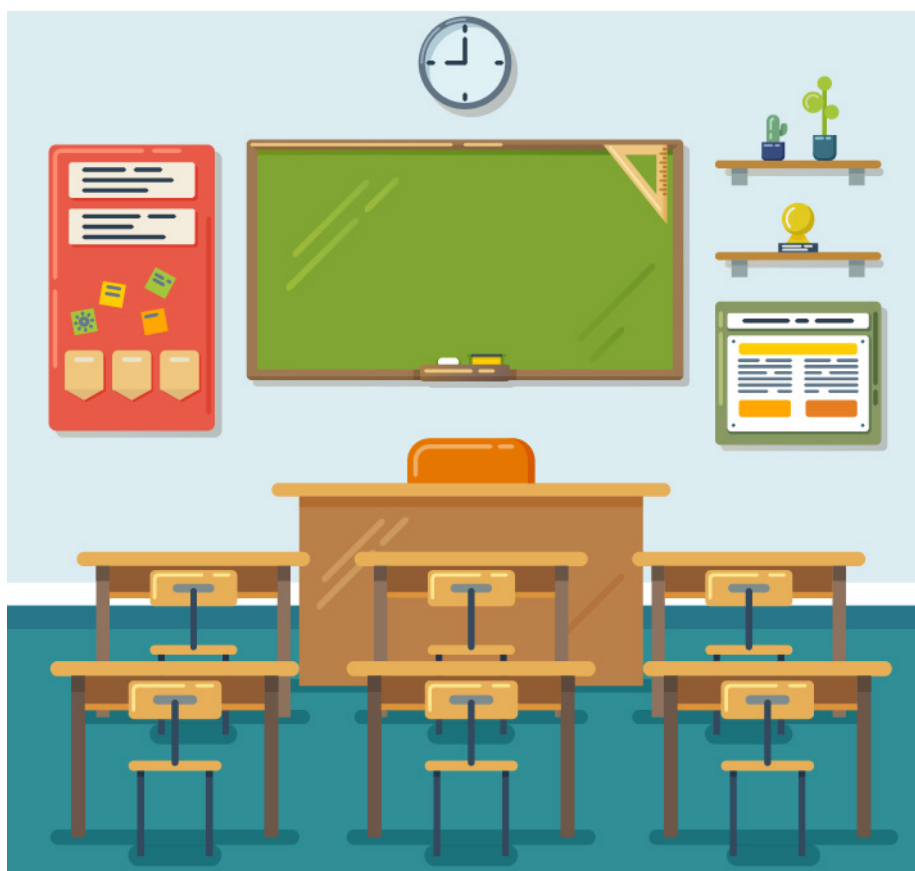
Para o bom funcionamento de uma escola, deve haver um planejamento geral das atividades (previsão de objetivos e ações) que serão desenvolvidas tanto pelos profissionais que irão exercer as atividades pedagógicas quanto por aqueles que irão desenvolver ações administrativas. (HAYDT, 2006)

O processo de tomada de decisões do planejamento escolar deve contar com a participação de toda a comunidade escolar (professor, funcionários, pais, alunos, entre outros), pois resultará em um plano de ensino que deverá ser executado por toda a equipe escolar (importância do planejamento participativo). Assim, o planejamento escolar é um processo de decisão sobre a atuação concreta dos professores no cotidiano de seu trabalho pedagógico, envolvendo ações e situações em constantes interações entre professor e alunos e entre os próprios alunos.

O planejamento escolar também pode ser caracterizado pela elaboração de seu **Projeto Político-Pedagógico**. Em sua definição, materializam-se os diferentes momentos do planejamento: a definição de um marco referencial, a elaboração de um diagnóstico e a proposição de uma programação com vistas à implementação das ações necessárias à realização de uma prática pedagógica crítica e reflexiva.

A concepção de planejamento escolar sustentada na ideia de **Projeto Político-Pedagógico** emergiu, no Brasil, a partir da crítica ao modelo de planejamento técnico-burocrático que predominou por aqui durante muitos anos. Para se contrapor a essa concepção tecnicista, sem negar, porém, a necessidade do planejamento, é que se passa a disseminar a necessidade de elaboração do **Projeto Político-Pedagógico** como forma de democratizar o planejamento na escola, incorporando o princípio da participação. (SOARES, 2017)

O Projeto Pedagógico é compreendido como um documento que orienta os docentes no planejamento específico de sua disciplina de modo a concretizar uma política educacional vigente na instituição escolar. Todo projeto pedagógico possui uma dimensão política. Para Veiga (2007), o Projeto Pedagógico "é político no sentido de compromisso com a formação do cidadão para um tipo de sociedade. [...] e pedagógico no sentido de definir as ações educativas e as características necessárias às escolas de cumprirem seus propósitos e sua intencionalidade".



## Planejamento de Ensino

Também chamado de planejamento didático, torna-se mais específico e alicerçado nas linhas de ação da escola (planejamento escolar). Indica a atividade direcional, metódica e sistemática que será empreendida pelo professor junto a seus alunos em busca de propósitos definidos e consiste em traduzir em termos mais concretos, o que se fará na sala de aula para conduzir os educandos a alcançar os objetivos propostos.

Segundo Turra (1999), planejamento de ensino é:



O processo de tomada de decisões bem informadas que visam à racionalização das atividades do professor e do aluno, na situação ensino-aprendizagem, possibilitando melhores resultados e, em consequência, maior produtividade.



No plano didático, o ato de planejar é constituído por um processo que permite ao professor prever formas de agir e organizar a ação didática. Essas operações mentais, segundo Haydt (2006), são:

- analisar as características dos alunos em questão (suas aspirações, necessidades e possibilidades);
- estabelecer os objetivos educacionais considerados mais adequados para os alunos em questão;
- selecionar e organizar os conteúdos a serem assimilados, distribuindo-os de acordo com o tempo disponível para seu desenvolvimento;
- prever e organizar os procedimentos do professor, bem como as atividades e experiências de construção do conhecimento consideradas mais adequadas para atingir os objetivos pretendidos;
- prever e selecionar os recursos de ensino mais adequados para estimular a participação dos alunos nas atividades de aprendizagem;
- prever os procedimentos de avaliação mais condizentes com os objetivos propostos.

Durante o período letivo, o professor pode organizar três tipos de planejamento que, por ordem de abrangência, chamamos de:

• **Planejamento de Curso:** delinear globalmente toda a ação a ser empreendida. Para Haydt (2006), é a previsão dos conhecimentos e das atividades que serão desenvolvidas com uma determinada turma ao longo de um semestre ou durante o ano letivo. Para esse processo de previsão, deve-se considerar a complexidade desses conhecimentos e dessas atividades mediante a série e/ou ano escolar, a partir da faixa etária dos alunos, bem como de suas condições de aprendizagem. Esse mesmo plano segue critérios como:

- ✓ Levantar dados sobre as condições dos alunos, fazendo uma sondagem inicial;
- ✓ Propor objetivos gerais e definir objetivos específicos a serem atingidos durante o período letivo estipulado;
- ✓ Indicar conteúdos a serem desenvolvidos durante o período;
- ✓ Estabelecer as atividades e procedimentos de ensino e aprendizagem adequados aos objetivos e conteúdos a serem utilizados;
- ✓ Selecionar e indicar recursos a serem utilizados;
- ✓ Escolher e determinar as formas de avaliação mais coerentes com os objetivos definidos e os conteúdos a serem desenvolvidos.

O resultado do processo de planejamento da ação docente é o chamado planodidático.

- **Planejamento de Unidade ou Capítulo:** disciplinar partes da ação pretendida no planejamento global (de curso). Esse planejamento refere-se à organização das aulas a partir da reunião de assuntos que se relacionam, se interligam, constituindo-se em processo significativo em que as inter-relações acontecem. É previsão dos conteúdos que serão desenvolvidos, das atividades e dos materiais didáticos que serão utilizados.

Segundo Haydt (2006), esse planejamento é estabelecido em três etapas:

- ✓ **Apresentação:** nesse momento, o professor conhece seus alunos, visando a identificar seus interesses e conhecimentos prévios, relacionando-os ao tema do capítulo. Pode utilizar, nessa etapa, diferentes atividades, tais como: diálogos com a classe, aula expositiva para introduzir um tema, entre outros;

- ✓ **Desenvolvimento:** momento em que o professor organiza e apresenta situações de ensino-aprendizagem para estimular a participação ativa dos alunos, visando a atingir os objetivos desejados (conhecimentos, habilidades, atitudes). Entre as atividades utilizadas nessa etapa, destacamos: solução de problemas, projetos, estudo de textos, trabalho em grupo, entre outras;

- ✓ **Integração:** nesse momento, os alunos são orientados a realizar uma síntese (resumo) dos conhecimentos trabalhados durante o desenvolvimento do capítulo. Para isso, geralmente, as atividades que o professor solicita aos alunos são explicações orais ou por escrito em que os alunos descrevem os aspectos mais importantes do capítulo e/ou matéria (conteúdo) desenvolvido; (HAYDT, 2006)

- **Planejamento de Aula:** especificar as realizações diárias para a concretização dos planos anteriores gerados pelos seus respectivos planejamentos. Trata-se da organização sequencial de tudo que será desenvolvido pelo professor durante o período escolar diário; envolve a ordenação da dinâmica de ensino-aprendizagem, as relações de interação entre professor e o aluno. Na elaboração do plano de aula, devem-se levar em conta as características dos alunos e partir dos conhecimentos prévios que os mesmos possuem em relação aos temas que serão desenvolvidos. (CASTRO, 2015)

De uma forma geral, a estrutura de um planejamento de aula deve conter:

- ✓ **Dados de identificação do professor e da escola Instituição:** professor(a), duração da atividade, ano, conteúdo(s) e disciplinas envolvidas;
- ✓ **Objetivos:** geral (amplos e abrangentes; observáveis a longo prazo) e específicos (são concretos e delimitados; observáveis a médio e a curto prazo);
- ✓ **Metodologia(s):** Estudo, seleção e organização de procedimentos para desenvolver o processo ensino-aprendizagem;
- ✓ **Recursos:** Utilizados para despertar o interesse, estimular discussões e debates que auxiliem o professor e o aluno na interação do processo ensino-aprendizagem;
- ✓ **Avaliação:** Seleção de instrumento(s) e meios para avaliar adequadamente os objetivos educacionais, considerando as condições intelectuais, emocionais e as habilidades intelectuais dos alunos;
- ✓ **Bibliografia:** É importante informar as referências bibliográficas utilizadas na elaboração do planejamento.

Ainda segundo Haydt (2006), o resultado do processo de planejamento da ação docente é o plano didático, o qual geralmente assume a forma de um documento escrito, pois é o registro de previsão das atividades dos professores e dos alunos. É sempre importante que o professor registre por escrito as previsões de suas atividades, pois, quando fica apenas no plano mental (das ideias), corre o risco de se perder ao executar o que planejou, podendo, assim, esquecer os procedimentos previstos. Descreve, também, a necessidade de o professor escrever o próprio plano, entendendo que o plano feito por outros deve apenas servir como fonte de ideias, e não copiados na íntegra.

Também é importante lembrar que o plano é um instrumento referencial, um roteiro, cabendo ao professor que o esboçou enriquecê-lo com suas habilidades e criatividade. (CASTRO, 2015)

## Planejamento esportivo

Quais seriam os melhores métodos de treinamento utilizados no planejamento de treinadores de Futebol ou Futsal atualmente? Os mais indicados por categoria? Qual trabalhar primeiro? Existe uma sequência lógica? Como definir qual método a ser utilizado?

Assim como na educação, o planejamento é fundamental no desporto, seja no alto rendimento ou em categorias formativas.

Essas são questões que deveriam levar o treinador refletir na hora de planejar seus treinamentos, pois dessa forma estaria consciente do que, como e por que estará fazendo, não simplesmente aplicando exercícios para os atletas de forma não elaborada. Cada categoria possui sua peculiaridade em relação aos conteúdos trabalhados. Quando se fala em formação, trabalho de base ou projeção de atletas, não podemos ignorar certos conteúdos físicos, técnicos e táticos.

### Periodização do Treinamento

Um importante conceito no planejamento esportivo é o de **periodização**. Atualmente, em quase todos os esportes divide-se o ano de treinamento em vários períodos e ciclos com o objetivo específico de alcançar um alto rendimento por meio de uma preparação sistemática. (BARBANTI, 1997) Dessa necessidade de organizar o processo de treinamento em ciclos, fases, períodos, surgiu o termo **periodização**.

De acordo com Silva (1998), **periodização** significa a divisão da temporada de preparação em períodos e etapas de treino com objetivos, orientações e características particulares, o que implica a definição de procedimentos e orientações de treinos específicos. A periodização, portanto, constitui-se numa das etapas mais importantes do **planejamento do treino**, uma vez que influi de forma decisiva na organização e estruturação do treino.

A grande importância da periodização do treinamento desportivo está na possibilidade de controle do processo da forma esportiva do atleta. De modo geral, a forma esportiva é uma unidade harmoniosa de todos os aspectos (componentes) de uma ótima capacidade do atleta: físicos, psíquicos, técnicos e táticos.

Somente a presença de todos esses componentes permite afirmar que ele se encontra em boa forma. Seguindo essa concepção, o treinador procura, pela aplicação de cargas de treino adequadas, conduzir as várias etapas da forma do atleta, buscando fazer coincidir o período de resultados elevados com a época das grandes competições.

Nesse sentido, a periodização do treinamento desportivo procura organizar e orientar o processo de preparação de modo que a ocorrência da forma aconteça por ocasião da competição ou das competições mais importantes da temporada. Assim, o treino para obedecer ao ciclo da forma deve ser dividido em três períodos: **preparação, competição e transição**, que correspondem às três fases da forma, respectivamente, aquisição, manutenção e perda temporária.

- O **período de preparação**, dividido em fase básica e fase específica, corresponde à fase em que o atleta adquire os pressupostos da forma, desenvolvendo, portanto, as condições necessárias a uma boa participação esportiva;
- O **período de competição** é aquele em que o atleta, encontrando-se em forma, está apto para produzir os melhores resultados;
- Já o **período de transição** destina-se a administrar a queda da forma como condição necessária à aquisição de uma nova forma em condições mais elevadas.

Em relação, ainda, ao tipo de periodização utilizada, Matveiev (1986) destaca os ciclos semestrais e anuais. Para os esportes de elevada exigência de resistência, sugere-se a periodização simples (ciclo anual), que busca apenas um período de resultados elevados; para os esportes de força e velocidade, os ciclos semestrais (periodização dupla), ou seja, com mais de um período de resultados elevados. Existe, além dessas, a periodização tripla, que é usada para atletas jovens em formação e que não têm ainda uma estrutura rígida. (BARBANTI, 1997) De acordo com a proposta clássica de Matveiev (1986), de forma aproximada, pode-se indicar os seguintes limites para os ciclos que caracterizam a periodização do treinamento desportivo:

**Período preparatório:** de três a quatro meses (principalmente nos ciclos semestrais) e até cinco a sete meses nos ciclos anuais;

**Período competitivo:** de 1,5 a dois meses, podendo se estender até quatro ou cinco meses;

**Período de transição:** de três a quatro semanas até seis semanas.

Na maioria das modalidades e para atletas de categorias diversas, os limites racionais dos períodos do treino podem ser escolhidos entre os valores propostos por Matveiev (1986), desde que, segundo o referido autor, haja condições suficientes para variar o planejamento do treino.

De maneira geral, o período preparatório mais longo é observado no caso do treino de corredores de fundo e especialistas do pentatlo ou do decatlo. Por sua vez, o período competitivo mais longo é típico das modalidades que envolvem os jogos coletivos. No período competitivo dos jogos coletivos, como no caso do Futebol e do Futsal, a forma esportiva de todo o grupo pode ser conservada por mais tempo que a forma individual mediante a sistemática rotação dos jogadores.



Ainda dentro da estrutura de preparação do atleta, segundo Zakharov & Gomes (1992), convém destacar os quatro níveis de organização:

- **Macrociclo;**
- **Mesociclo;**
- **Microciclo;**
- **Sessão de treinamento.**

O **macrociclo**, dentro da periodização do treinamento desportivo, engloba o período preparatório, o período competitivo e o período de transição. É a soma de todas as unidades de treinamento necessárias para elevar o nível de treinamento do atleta. (BARBANTI, 1997)

Já o **mesociclo** representa o elemento da estrutura de preparação do atleta e inclui uma série de **microciclos**, que, por sua vez, representam o elemento de estrutura de preparação do atleta, o qual inclui uma série de sessões de treinamento ou competições orientadas para a solução das tarefas de um dado macrociclo. (ZAKHAROV; GOMES, 1992)

Por fim, encontra-se a **sessão de treinamento**, que é a menor unidade na organização do processo de treinamento. (BARBANTI, 1997) Para Zakharov & Gomes (1992), a sessão de treinamento é o elemento integral de partida da estrutura de preparação do atleta e representa um sistema de exercícios que visa à solução das tarefas de um dado macrociclo da preparação do atleta.

De acordo com Silva (1995), a tradicional teoria da periodização do treino, direcionada para um quadro competitivo restrito e concentrado, por vezes não encontra respaldo na realidade do desporto moderno nem responde às exigências do seu quadro competitivo em virtude das várias competições importantes que acontecem no decorrer de toda a temporada esportiva.

A utilização de uma ou de outra estrutura de periodização do treinamento desportivo depende, basicamente, do esporte cujo treinamento se pretende planejar e, conseqüentemente, alcançar a forma esportiva, isto é, se o esporte é coletivo ou individual; se predominam características de força ou resistência, ou, então, uma forma combinada de ambas as capacidades, além da preocupação com o tempo disponível para a preparação do atleta, assim como a duração do período competitivo a que o atleta será submetido (calendário de competição).

Seja qual for a estrutura de treinamento escolhida, essa deverá ter como objetivo provocar adaptações no organismo do atleta para que obtenha a forma esportiva exatamente no momento ou nos momentos mais importantes do calendário competitivo.

Atualmente existem diferentes conceitos sobre o treino e a sua periodização. No entanto, em sua grande maioria, todos partiram da proposta do russo L.P. Matveiev, apesar de ser muito contestado. Para Barbanti (1997):

“

A maioria das propostas de periodização do treino desportivo foram elaboradas e experimentadas em situações e realidades distintas, e todas elas, nas especificidades em que foram aplicadas, apresentaram resultados positivos e em alguns casos até superiores à periodização tradicional. No entanto, ainda carecem de maior diversificação em termos experimentais, para que lhes seja garantida a necessária consistência e o indispensável respaldo prático para aplicações mais genéricas.

”

O modelo a ser utilizado (**Pendular, Modular, Blocos, Bondarchuck, Prolongado Estado de Rendimento de Bompa, Sinos Estruturais, Cargas Seletivas, Integrado, ATR**, entre outros) depende de diferentes fatores: a modalidade, individual ou coletiva, capacidades físicas predominantes (ex.: força, resistência, misto), disponibilidade do atleta para treinar e o calendário de competições.

O modelo clássico de Matveiev ainda tem sido bastante utilizado, principalmente em esportes individuais (atletismo, natação etc.). O modelo de treino estrutural está voltado para desportos que recorrem frequentemente à força explosiva. Nos modelos de Verchoshanskij (por blocos) e Bondarchuck, há características para desportos de força, halterofilismo e lançamentos, por exemplo. Já o modelo de Bompa aplica-se a modalidades que exigem potência e velocidade em detrimento dos que focam a resistência. Os modelos de cargas seletivas e o modelo integrado surgem para atender às necessidades dos desportos coletivos. (ALVES, 2010)

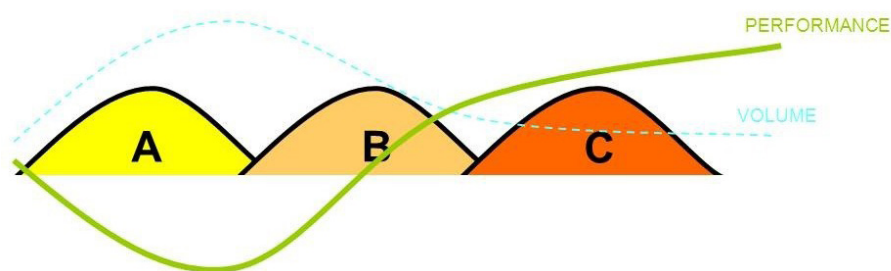


Figura 1.1 – (Fonte: <<https://stock.adobe.com>>)

Atualmente, em esportes como o Futebol e o Futsal temos a chamada **periodização tática**. A grande preocupação nessa periodização é o jogo, com ênfase em treinos situacionais e em situações de jogo, com o treino físico inserido no mesmo.

Essa forma de periodizar é contrária aos modelos tradicionais em que as prioridades do treino são outras, em que os aspectos físicos, técnicos, táticos e psicológicos possuem sessões particulares de trabalho, sendo, em alguns momentos, “integrados” em treinamentos físico-técnicos ou técnico-táticos, que, apesar da presença da bola, não possuem como objetivo central a melhora da qualidade do jogo.

A **Periodização Tática** (PT) tem como referência o **Modelo de Jogo Adotado** (MJA), e, com isso, os outros aspectos devem estar presentes sempre nas sessões de treinos, pois sem eles o jogo de alta qualidade torna-se fora de questão.

A tática é pensada como aspecto central da construção do treino de forma que as outras capacidades sejam desenvolvidas por consequência, de maneira contextualizada e identificada com a matriz de jogo proposta. Nas sessões de treino, são desenvolvidos exercícios que construam e potencializem a forma de jogar. Dentro da **Periodização Tática**, não faz sentido um mesociclo apoiado em microciclos que tenham em sua estrutura perspectivas praticamente idênticas pautadas ou na variação de volumes de carga, ou de prioridades físicas, ou nas pendências fisiológicas. Na perspectiva do **MJA**, “o microciclo segue uma progressão complexa relacionada ao processo e compreensão da lógica do jogo e ao modelo de jogo a se jogar”. (CARVALHAL, 2003)

Tendo surgido em Portugal, através de alguns treinadores de Futebol, essa nova proposta metodológica emerge como um novo modelo de periodização para os esportes coletivos, respeitando suas características – e, nesse caso, aprofundado nas particularidades e complexidades do futebol. Traz uma alternativa para a periodização tradicional que tem, em grande parte de seus idealizadores, origem em esportes individuais ou com um curto período competitivo. Para Carvalho (2003), a periodização tática:

“

Parte do pressuposto de que esportes coletivos, como o futebol nesse caso, com longos períodos de competição necessitam de regularidade competitiva, não tendo nos “picos de forma” esse objetivo atingido. Os picos do Modelo de Jogo tornam-se as metas a serem buscadas e que, pelos constantes processos de construção do mesmo, proporciona um desenvolvimento contínuo.

”

Os objetivos previamente definidos pelo treinador só poderão vir a ser alcançados através da vivência prática de um conjunto de exercícios corretamente inter-relacionados e organizados em diferentes sessões de treino, os quais se distribuem racionalmente ao longo de cada semana e de toda a época desportiva.

Cada sessão de treino tem duração variável e deve conter três partes distintas:

- **Parte preparatória, inicial ou aquecimento;**
- **Parte principal ou fundamental;**
- **Parte final ou de volta à calma.**

✓ **Parte preparatória, inicial ou aquecimento:**

É indispensável e constituído por um conjunto de exercícios que têm por objetivo preparar o atleta para os esforços maiores que a seguir irão realizar-se e evitar o risco de lesões. Duração entre 15 e 20 minutos.

O aquecimento deve ser progressivo e deve iniciar-se com uma intensidade fraca que aumentará gradualmente à medida que as diferentes estruturas do organismo se adaptem ao esforço. Evita-se, assim, o perigo de uma lesão ou de uma grande fadiga inicial. Deve conter duas partes distintas, mas complementares: o aquecimento geral e aquecimento específico. Pode ser também de jogo ou treino.

✓ **Parte principal ou fundamental:**

Tem essa designação por ser nessa parte que se concretizam os objetivos previstos para a sessão de treino. Eles devem ser corretamente escolhidos e colocados adequadamente na estrutura organizativa da parte fundamental da sessão de treino. As outras duas partes (aquecimento e retorno à calma) são condicionadas e determinadas pelo conteúdo dela. O aperfeiçoamento da técnica, da velocidade de deslocamento ou da velocidade de reação deverá ser trabalhado logo a seguir ao aquecimento, isto é, sem fadiga. Na sequência, força e resistência.

✓ **Parte final ou de volta à calma:**

Durante um jogo ou uma sessão de treino, há uma grande ativação de diferentes funções orgânicas e, por vezes, surge um estado de fadiga mais ou menos acentuado. Uma passagem súbita para uma situação de repouso não é conveniente e poderá comprometer o processo de recuperação. Se o aquecimento prepara

gradual e progressivamente os atletas para o esforço que a seguir vão desenvolver, essa fase procura que o organismo transite gradualmente para a situação de repouso. Devem ser realizados exercícios de fraca e regressiva intensidade.

## Meios e tipos de treinamento

### Meios de treinamento

São todos os meios auxiliares que servem para o desenvolvimento das capacidades de rendimento do desporto a ser trabalhado, como no Futebol e no Futsal. Nos meios de treinamento, utilizamos exercícios que podem ser classificados em, basicamente, quatro grupos:

- **Exercícios de preparação geral**- objetiva o desenvolvimento funcional geral do atleta, é desenvolvido no início da preparação.

Ex.: volume de corridas realizadas em diferentes intensidades, elementos de ginástica e preparação específica.

- **Exercícios de preparação auxiliar**- ações motoras destinadas à preparação do atleta com o objetivo de estimular a preparação específica.

Ex.: sala de musculação, piscina.

- **Exercícios de preparação específica**- maior volume de exercícios de treinamento dos atletas qualificados. Intensidade, estrutura e duração assemelham-se às exigências de competição.

Ex.: aperfeiçoamento da performance técnica.

- **Exercícios de competição**- exercícios idênticos ou muito parecidos às atividades competitivas.

Ex.: aperfeiçoamento das manobras e táticas, jogos amistosos.

### Tipos de treinamento

Quanto aos diferentes tipos de treinamento no Futebol e no Futsal, podemos apontar como principais: o Treinamento físico, o Treinamento técnico e o Treinamento tático.

## Treinamento Físico

Denominam-se treino ou treinamento físico os conteúdos aplicados para o desenvolvimento das qualidades ou capacidades físicas dos futebolistas.

O Futebol e o Futsal são modalidades desenvolvidas de forma coletiva que possuem características particulares e têm sido foco de pesquisadores que buscam conhecer aspectos, como distância percorrida, capacidades físicas envolvidas, metabolismo predominante na produção de energia para atletas, entre outros.

O jogador ideal de Futebol/Futsal deve ter boa compreensão tática, ser tecnicamente hábil, mentalmente forte, se relacionar satisfatoriamente com os companheiros de equipe e ter elevada capacidade física. O Futebol de campo e também o Futsal são modalidades complexas, que exigem do atleta o desenvolvimento de capacidades físicas.

Para caracterizar o futebol, pode-se dizer que é uma modalidade desportiva, que, em termos metabólicos, utiliza fontes energéticas distintas e, do ponto de vista fisiológico, possui características muito particulares, pois os esforços exigidos são de intensidades diversas. (SANTOS, 2001) Consiste em uma modalidade na qual os atletas realizam esforços de alta intensidade e curta duração (assim como no Futsal), com períodos de baixo esforço e duração variada. Gomes (2002) aponta que o Futebol, na esfera competitiva, é uma modalidade caracterizada por esforços intermitentes realizados em velocidade, com grande volume de ações motoras em que se exige capacidade aeróbica e anaeróbica.



Em relação às capacidades ou qualidades físicas, algumas são importantes para o desempenho do atleta de Futebol/Futsal e estão diretamente ligadas às ações específicas realizadas durante a partida. Entre essas qualidades, estão a força, a velocidade, a resistência e as subdivisões das mesmas. Para Lopes (2005), em modalidades intermitentes como Futebol e no Futsal, é importante se ter um bom rendimento em todas as capacidades físicas, e não um desempenho excepcional em só uma delas.

Para Gomes (2002), além da força e da resistência especial, o atleta de Futebol necessita de velocidade para realização de movimentos técnicos exigidos pela modalidade. Entende-se velocidade como a capacidade de movimentar parte do corpo ou se deslocar num certo espaço no menor período de tempo. (BARBANTI, 1997)

Possuir a habilidade de mudar de direção com precisão e rapidez é uma característica necessária para os atletas de modalidades esportivas coletivas, como o Futebol e o Futsal. Os momentos mais importantes e decisivos das partidas são dependentes de ações rápidas que fazem da velocidade uma das mais importantes e decisivas capacidades físicas no atleta de Futebol. (LOPES, 2005)

Muitas ações realizadas no Futebol, assim como no Futsal, utilizam força e explosão, tais como mudanças de direção, saltos, chutes, entre outras. A potência de saída para realização de tais ações está relacionada à força dos músculos envolvidos nos movimentos. (REILLY; BANGSBO; FRANKS, 2000) Para eles, momentos cruciais de uma partida de Futebol e de Futsal, e que contribuem diretamente para a vitória, como roubadas de bola, arremates, passes para o gol e o próprio gol, são dependentes de atividades anaeróbicas (exercícios de alta intensidade e curta duração, com ou sem produção de ácido láctico).

Stolen et al (2005) também ressaltam a importância das ações anaeróbicas e que elas decidem uma partida. Para realizar um bom sprint, saltar, realizar disputas de bola com sucesso, a produção anaeróbica de energia é determinante. Em função da realização constante de esforços curtos e intensos, a potência anaeróbica representa uma importante capacidade para o futebolista assim como para atletas de Futsal.

Para Campeiz (2004), o jogo de Futebol exige que o atleta realize ações curtas e intensas, o que faz do sistema anaeróbico um importante fator na velocidade de deslocamento do futebolista, pois tal via de produção energética converte rapidamente a energia química em energia mecânica.

Assim, nas modalidades com características intermitentes, como o Futebol/Futsal, a contribuição da energia anaeróbica é muito importante para se ter bom rendimento no jogo, pois, sempre que exigidas ações decisivas e ligadas mais

intimamente à potência anaeróbica, como acelerações, frenagens, mudanças de direção, fintas, dribles e roubadas de bola, esse atleta estará pronto para um desempenho de alta performance. Além disso, bons níveis de condicionamento aeróbico são requeridos para retardar a fadiga em futebolistas e fazer com que eles possam suportar toda a partida.

## **Treinamento Técnico**

Trata-se da aprendizagem, do desenvolvimento e do aperfeiçoamento dos elementos da técnica individual (fundamentos) do Futebol/Futsal.

No Futebol/Futsal, como em qualquer outra modalidade esportiva, existem fundamentos elementares que formam a base da ação técnica dos praticantes. Esses fundamentos, que constituem o suporte do Futebol/Futsal, devem ser aprendidos e treinados para uma boa execução durante a prática desportiva.

Os treinadores devem utilizar o treinamento técnico como integrante do processo de planejamento em todas as categorias, visto que estão trabalhando com formação de atletas e que a parte técnica é o componente mais contemplado se analisarmos os conteúdos trabalhados em termos percentuais.

Para Barbanti (1997), esse treinamento tem por objetivo aprender a técnica esportiva de forma racional. É um processo a longo prazo e sem interrupções, devendo a mesma ser sempre aperfeiçoada.

Paoli (2003) destaca que três são os métodos para o treinamento técnico: **Treinamento técnico-analítico, Técnico-situacional e Técnico em forma de jogo.**

O treinamento **técnico analítico** é o método pelo qual os jogadores automatizam, compreendem e fixam um gesto específico.

O método analítico tem como vantagens a facilitação da correção e automatização do gesto técnico, por estar isolado das variáveis do jogo, e como grande desvantagem a desmotivação e descontextualização.

No método analítico, permite-se corrigir com mais detalhe o gesto técnico, podendo o isolar se necessário do contexto do jogo. Esse mesmo método se sustenta a partir da fragmentação dos vários fatores do ensino para serem exercitados em separado e, posteriormente, serem integrados à situação de jogo.

Durante muito tempo, principalmente aqui no Brasil, a execução do gesto técnico foi considerada o elemento principal e básico para um bom desempenho na prática de uma atividade esportiva. Em função disso, passamos a utilizar metodologias de ensino-aprendizagem centradas na técnica individual, partindo do



princípio de que a soma das partes resultaria no todo, ou seja, no desempenho ótimo da modalidade.

Essa estratégia de ensino parte do pressuposto de que a execução de uma determinada técnica, de forma analítica, possibilitaria uma transferência eficaz para as situações de jogo.

O treinamento **técnico-situacional** é o método em que o jogador executa a ação motora do fundamento em situação real de jogo.

O método situacional prepara para uma situação específica do jogo, porém não amplia o repertório motor e cognitivo do indivíduo como no técnico analítico. Contudo, é motivador e contextualizado com o jogo, aumentando o repertório motor e trabalhando de forma integrada com os componentes do jogo.

Para Greco (2001):



O método situacional se compõe de jogadas básicas extraídas de situações padrões de jogo. Estas situações de jogo podem, às vezes, não abranger a ideia total do jogo, porém elas têm o elemento central do mesmo. As grandes vantagens desse método de ensino se baseiam na proximidade das ações e situações apresentadas com as situações reais do jogo competitivo formal. Assim também na possibilidade de que o aluno conheça o jogo em suas diferentes fases e planos, conforme estruturas típicas do mesmo, inter-relacionando sempre suas capacidades técnicas, táticas e cognitivas na busca de soluções para as tarefas-problemas que a situação padrão demanda.



Já o **treinamento técnico em forma de jogo** é caracterizado como o jogo em si ou adaptado, sendo um componente importante do aprendizado, pois está associado a dispositivos capazes de trazer mais motivação e produtividade aos treinos.

O Futebol/Futsal é um esporte coletivo, mas, às vezes, ainda é tratado como esporte individual em que os atletas passam pelo aprendizado de forma analítica da técnica, separando-a do jogo. É importante que, desde o começo do processo de ensino, os jogadores entendam uma gama de princípios que começam na maneira com que eles se relacionam com a bola, com seus companheiros de equipe, até como ocupam o espaço de jogo. Com isso, como vimos no capítulo III, é importante que deixemos que esse modelo analítico de ensino prevaleça e passemos a ensinar o futebol de forma sistêmica, privilegiando o jogo e suas ações. (GARGANTA, 1998)

Um treino técnico que segue o eixo analítico-sintético consiste em atividades que trabalham, primordialmente, o aspecto técnico de seus atletas e evolui pelos sistemas de jogo e treinos posicionais. Começando pelo mais simples, que são as atividades específicas de cada técnica relacionada ao jogo (passe, recepção, condução, drible, chute e marcação), em que são feitas correções de gestos motores pré-estabelecidos e da técnica específica.

No entanto, desde as categorias de base até o profissional, os atletas devem ser levados a entender o jogo como um todo. Assim, os exercícios técnicos deixam de ser feitos de forma analítica e entram os exercícios ou combinações voltados para situações reais de jogo. Logo, os atletas acabam percebendo sua função no jogo muito mais rapidamente. A maioria dos treinos deve consistir em minijogos que remetam diretamente a situações de jogo específicas.

Dessa forma, para Paoli (2003):



O treinamento técnico se faz muito importante pelo fato de que os jogadores de esportes coletivos devem ter desenvolvidas sua percepção e decisão, mas depois ele precisa executar eficazmente a ação e para isso necessita da técnica, mas não da técnica descontextualizada. Para o êxito da execução da ação, além de uma boa escolha, é preciso o domínio do gesto técnico a ser executado, pois a técnica é o meio para se chegar ao objetivo do jogo. Percebe-se então que a técnica é a solução motora para os problemas impostos pelo jogo.



O treinamento da técnica deve estar contextualizado com a tática. Os treinadores devem entender que essa contextualização é essencial na construção dos treinamentos e metodologia de trabalho, estando a parte técnica associada à parte tática, e que esse processo de treinamento pode ser efetuado através de treinos situacionais e, principalmente, em forma de jogo.

Segundo Mesquita (2000), para que ocorra a transposição das habilidades técnicas para o jogo, o aluno deve vivenciar, desde o início da aprendizagem, algumas progressões que evidenciem as situações de jogo. As tarefas devem ser realizadas de forma que integrem a estrutura e funcionalidade do mesmo, dando sentido à aprendizagem. Para o mesmo autor, as habilidades técnicas estariam condicionadas às características do jogo. “Nos esportes coletivos, as situações de jogo se modificam a cada ataque, fazendo com que as habilidades técnicas estejam sujeitas a variações de ritmo, intensidade e amplitude”. (MESQUITA, 2000)

Não podemos considerar o ensino do gesto técnico como sendo o fim de um processo, mas sim um artifício que o praticante tem para conseguir o objetivo final, que é jogar. Naveiras (1994) entende que, para a técnica adquirir um significado esportivo, a mesma deve cumprir uma função específica dentro do jogo ou modalidade esportiva.

Dessa forma, o método analítico é interessante porque proporciona correções pontuais do gesto motor, mas precisamos atentar para o fato de que apenas ele não faz com que o indivíduo consiga solucionar os problemas do jogo em função da sua falta de contextualização e proximidade com o mesmo.



### Treinamento Tático

É a repetição sistemática e constante de uma forma de jogar coletiva previamente definida para criação ou anulação de situações que levem perigo de gol. É considerado um exercício complexo. Algumas situações podem influir na situação de jogo – e, desde que conhecidas antes, devem ser treinadas.

O Futebol, e também o Futsal, tem passado por uma evolução nas últimas décadas em todos os componentes do treinamento esportivo e, especificamente, no componente tático, o que torna necessário uma abordagem mais ampla no que se refere às suas metodologias de treinamento.

Ao abordarmos a aprendizagem e o treinamento da tática, devemos entender que esse componente deve passar por um processo de treinamento metodológico semelhante ao condicionamento físico e técnico.

Para Greco (2001):



É necessária uma programação consciente, metódica, progressiva e planejada de fatores a desenvolver a capacidade de percepção, antecipação e tomada de decisão, assim como da análise de resultado da ação ou gesto empregado e na tomada de consciência (nova percepção), que são pilares básicos nos quais se estrutura, projeta e realiza um treinamento moderno.



Segundo Paoli (2000), para que o atleta obtenha êxito em sua ação tática, é necessário que ele seja capaz de regular seu comportamento e suas decisões através do sistema cognitivo. O componente tático no Futebol/Futsal tem um significado cada vez mais decisivo para a obtenção de objetivos eficazes nas competições, sendo considerado como um dos fatores mais amplos e ricos quando se pretende alcançar índices positivos de forma objetiva. Nessa linha de pensamento, os métodos a serem utilizados tornam-se fundamentais para o sucesso do trabalho tático.

Para Libâneo (2002), método de ensino é a ação do professor, ao dirigir e estimular o processo de ensino em função da aprendizagem dos alunos, quando utiliza intencionalmente um conjunto de ações, passos, condições externas e procedimentos. Entendemos que método é a forma como se desenvolve a prática do ensino. Pelos métodos adotados, então, pode-se esperar um determinado resultado do processo de ensino. Os métodos de ensino supõem maneiras organizadas e sistemáticas de possibilitar e criar ambientes que, de modo eficiente e científico, levem a resultados favoráveis. Também indicam regras e propõem um procedimento. Para obter o aumento da retenção do conhecimento, é necessário, além da prática, colocar os atletas em discussão sobre o que foi passado para eles em determinado treino. Com isso, os atletas não figuram apenas como “robôs”, recebendo ordens a todo o momento e repetindo movimentos estereotipados, e passam a entender o jogo e suas variáveis, assim como os objetivos dos treinamentos.

Entre os métodos utilizados no treinamento tático, temos:

- **Treinamento das Ações Táticas Específicas:**

São as variáveis que fragmentam o jogo de futebol, trabalhando então as saídas de bola por baixo e por cima; as viradas de jogo e ou circulação da bola; manobras a partir do meio campo; as triangulações e ultrapassagens pelo meio e nas laterais do campo; as jogadas de bola parada, como escanteio, faltas de curta, média e longa distância, laterais; contra-ataque; e a transição ofensiva e defensiva.

- **Treinamento Tático Posicional:**

Treinamento que orienta o posicionamento correto dos atletas em campo, com e sem bola, procurando orientá-los quanto à ocupação dos devidos espaços no campo de jogo de forma equilibrada nos diferentes setores, zonas e lados.

- **Treinamento Tático em Forma de Jogo:**

É a prática daquilo que exatamente o treinador deseja trabalhar com os atletas, constituindo-se nas inter-relações dos fatores do jogo: espaço, tempo, situação, cooperação, adversário, oposição e bola, prioritariamente em campo reduzido, delimitado e com zonas divididas, utilizando nenhum gol, um gol, dois gols e/ou mais gols; em igualdade, superioridade ou inferioridade numérica; podendo utilizar duas ou mais equipes; com alternativa de comportamento e com jogadores neutros.

Assim como no treinamento técnico, quando se fala em formação do jovem atleta, os exercícios em forma de jogo contribuem bastante para seu desenvolvimento, pois neles, segundo Paoli (2003), “são permitidos aos atletas maiores tomadas de decisão e aumentam a capacidade de perceber e antecipar as ações dos adversários”.

Esse método permite a repetição de determinados momentos do jogo de maneira que cada jogador em particular terá maior contato com a bola e se encontrará envolvido mais vezes na resolução de um desafio tático.



- **Treinamento Tático-Coletivo:**

Fornece suporte ao técnico nas correções dos erros e desenvolvimento visando ao jogo, dando ênfase no posicionamento e nas funções de cada jogador, no encaixe de marcação à postura tática do adversário e no desempenho de uma estrutura tática na equipe com vista a compromissos futuros.

Como recursos para o treinamento coletivo, são criadas regras para desenvolver alguns aspectos táticos específicos, como: limitar o número de toques na bola por jogador, delimitar áreas de chutes a gol, limitar o número de passes permitidos em determinados setores do campo, aumentar o número de jogadores na equipe suplente para aprimorar o poder de marcação dos titulares, distribuir tarefas táticas para as distintas estruturas da equipe, delimitando zonas de atuação ou não, reduzir as dimensões do campo e reduzir o número de jogadores da equipe titular. (PAOLI, 2003)

- **Técnico Situacional:**

Esse método, como já visto anteriormente, para Paoli (2003), visa a colocar o jogador para executar os fundamentos técnicos extraíndo uma situação do jogo de futebol a fim de desenvolver capacidades técnicas em movimentações táticas pré-determinadas. Isso ajudará o jogador a definir em qual momento ele fará uso de determinado fundamento e como irá utilizá-lo. Como o próprio nome já diz, é um método de treinamento técnico, mas, dentro desse método, existem características táticas. Segundo o autor, é difícil encontrar na literatura algo que reforce o técnico situacional como método de treinamento tático. No entanto, o método pode sim ser aliado ao planejamento tático, dependendo do objetivo do exercício, pois o mesmo irá trazer um padrão de movimentação dos jogadores que deverá ser executado durante a partida, ou seja, movimentações táticas.

Paoli (2003) sugere que a nomenclatura ideal para esse método seria **Treinamento Tático-Situacional**, quando o objetivo principal é trabalhar a parte tática e Treinamento, e **Técnico-Situacional**, quando o foco do trabalho é a parte técnica, ou seja, existem métodos que exigem maior capacidade cognitiva dos atletas para serem trabalhados.

Entre os processos cognitivos nos esportes coletivos, estão a percepção, internalização, decisão, ação e no controle das jogadas. Assim, podemos perceber que a capacidade cognitiva é um instrumento importante que auxilia o processo de entendimento e interação, tanto interna quanto externa, de cada indivíduo nas atividades propostas. Sendo assim, é importante que o treinador conheça o nível cognitivo dos atletas antes de eles aderirem a um determinado método de treinamento.

Filgueira (2008) reforça essa ideia ao afirmar que o professor deve estar atento “ao desenvolvimento dos processos cognitivos necessários à compreensão do jogo, aplicando meios de integração das ações técnico-táticas nas suas atividades para capacitar os jogadores com êxito para as exigências do jogo”.

Segundo Greco (2001), “as capacidades táticas estão em direta relação de interdependência e em interação com as capacidades cognitivas, técnicas e físicas”. Por exemplo, se o treinador propõe um trabalho em que os atletas não possuem capacidade física ou técnica para desenvolvê-lo, o treinamento acaba sendo prejudicado e o objetivo esperado acaba não sendo atingido.

Dentro de uma sequência didática dos métodos de treinamento tático, não se deve colocar um exercício com um grau de complexidade muito alto sem antes fazer uma avaliação dos aspectos técnicos, táticos, físicos e cognitivos daqueles envolvidos no treinamento. Em qualquer processo de ensino-aprendizagem, não se parte do complexo para o simples, pois, assim, seria como ensinar primeiro uma criança a correr para depois ensiná-la a andar.

O professor/treinador deve adequar os diferentes métodos de treinamento tático de acordo com a capacidade cognitiva, técnica e física dos envolvidos. Atletas iniciantes precisam de um treinamento que lhes garanta uma boa base técnica, de modo que a sua velocidade de ação não seja composta apenas pela velocidade e capacidade de reação, mas, principalmente, pela perspicácia em reconhecer a situação presente e a resolução mais adequada. Assim, é fundamental para o atleta de Futebol/Futsal vivenciar o máximo de experiências possíveis em treinamentos ou durante os jogos.

Cada método tem sua particularidade e traz benefícios para a equipe. A escolha de determinado método irá depender da ideia de jogo do treinador (modelo de jogo) e, conseqüentemente, de uma análise dos fatores que cercam sua equipe, como capacidades físicas, cognitivas, técnicas e psicológicas. Uma boa análise desses fatores e a criatividade do treinador para elaboração dos treinamentos em todas as dimensões (técnica, tática, física e psicológica) darão condições para que seus atletas tenham o crescimento necessário para atingir os objetivos finais.



## ATIVIDADE

1- Durante os diferentes períodos de estágio, é importante que vocês observem a organização dos diversos planejamentos feitos pelos professores, bem como se atentem para os conteúdos que o PPP (Projeto Político-Pedagógico) da instituição escolar aponta. Você se lembra de analisar algum? Lembra-se de que tipo era? Eram coerentes com a proposta da escola? Qual a sua importância para um trabalho pedagógico consistente na escola?

2- Descreva a importância de um planejamento participativo para o sucesso de todo o processo de ensino-aprendizagem.

3- Quais seriam os métodos de treinamento técnico utilizados no planejamento de treinadores de futebol atualmente? Os mais indicados por categoria? Qual trabalhar primeiro? Existe uma sequência lógica? Como definir qual método a ser utilizado?

4- Compare os diferentes métodos de treinamento da tática no Futebol/Futsal e aponte em que circunstâncias os mesmos podem ser utilizados.

5- O ensino e o desenvolvimento da tática requerem uma grande capacidade intelectual do atleta? Você concorda com essa afirmativa? Por quê? O treinamento da tática deve ser prioridade na formação esportiva na infância? Em que momento da etapa de formação de um atleta de Futebol/Futsal a tática deve ser enfatizada? Procure em artigos e livros mais sobre o assunto e elabore uma reflexão própria sobre essas questões.



## REFLEXÃO

Este capítulo nos faz pensar sobre a importância do ato de planejar. Planejar, em sentido amplo, é um processo que "visa a dar respostas a um problema, estabelecendo fins e meios que apontem para sua superação, de modo a atingir objetivos antes previstos, pensando e prevendo necessariamente o futuro". (PADILHA, 2001) No entanto, deve-se considerar as condições do presente, as experiências do passado, os aspectos contextuais e os pressupostos filosófico, cultural, econômico e político de quem planeja e com quem se planeja. Planejar é uma atividade que está dentro da educação ou do esporte, visto que ela tem como características básicas: evitar a improvisação, prever o futuro, estabelecer caminhos que possam nortear mais apropriadamente a execução da ação socioeducativa, prever o acompanhamento e a avaliação da própria ação.



Não prever é já lamentar

Leonardo da Vinci







## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVES, J. Modelos de periodização. In: **EFDeportes.com**, n. 148.. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/>>. Acesso em: 20 mar. 2017.
- BARBANTI, V. J. **Teoria e prática do treinamento esportivo**. São Paulo: Edgard Blücher, 1997.
- BAYER, C. **O ensino dos desportos colectivos**. Lisboa: Dinalivro, 1994.
- CAMPEIZ, J. M., **Estudo da alteração de variáveis anaeróbias e da composição corporal em atletas profissionais durante um macrociclo de treinamento**. Campinas: Universidade Estadual de Campinas, 2001.
- CARVALHAL, C. **Periodização tática**. A coerência entre o exercício de treino e o modelo de jogo adotado. Lisboa: FMH, 2003.
- FILGUEIRA, F. M.; GRECO, P. J. **Futebol**: um estudo sobre a capacidade tática no processo de ensino aprendizagem-treinamento. Viçosa: Revista Brasileira de Futebol, 2008.
- GARGANTA, J. O ensino dos jogos desportivos coletivos. Perspectivas e tendências. In: **Movimento**, ano 4, v. 1, n. 8. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, jan./jun.1998, p. 19-26.
- GOMES, A. C. **Treinamento desportivo**: estrutura e periodização. São Paulo: Artmed, 2002.
- GRECO P. J.; BENDA R. N. **Iniciação Esportiva Universal**: da aprendizagem motora ao treinamento técnico. Belo Horizonte: UFMG, 2001.
- HAYDT, R. C. C. **Curso de Didática Geral**. São Paulo: Ática, 2006.
- LIBÂNEO, J. C. **Didática**. São Paulo: Cortez, 2002.
- LOPES, C. R. **Análise das capacidades de resistência, força e velocidade na periodização de modalidades intermitentes**. Campinas: Universidade Estadual de Campinas, 2005.
- MATVEIEV, L. P. **Fundamentos do treino desportivo**. Lisboa: Livros Horizontes, 1986.
- MESQUITA, I. **Pedagogia do treino**. A formação em jogos desportivos coletivos. Lisboa: Livros Horizonte, 2000.
- NAVEIRAS, P. **Bases para una articulación pedagogica-didáctica en la iniciación deportiva infantil**. Buenos Aires: Stadium, 1994, p. 11-16.
- PADILHA, R. P. **Planejamento dialógico**: como construir o projeto político-pedagógico da escola. São Paulo: Cortez, 2001.
- PAOLI, P. B. et al. **Fundamentos Técnicos do Futebol**. Viçosa: Canal Quatro, 2003.
- REILLY T.; BANGSBO J.; FRANKS, A. Anthropometric and physiological predispositions for elite soccer. In: **Journal of Sports Sciences**, v. 18, 2000, p. 669-683.
- SANTOS, P. J.; SOARES, J. M. Capacidade aeróbia em futebolistas de elite em função da posição específica no jogo. In: **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 1, n. 2, 2001, p. 7-12.
- SILVA, F. M. **Para uma nova teoria da periodização do treino** - Um estudo do atletismo português de meio-fundo e fundo. -Porto: Universidade do Porto, 1995.

SILVA, F. M. Planejamento e periodização do treinamento desportivo: mudanças e perspectivas. In: **Treinamento desportivo: reflexões e experiências**. João Pessoa: Editora Universitária, 1998, p. 29-47.

SOARES, M. **Planejamento e Práticas da Gestão Escolar**. Disponível em: <<https://goo.gl/u8AjSU>>.

Acesso em: 10 abr. 2017.

STOLEN T. et al. **Physiology of soccer: an update** Sports Medicine, v. 35, n. 6, 2005, p. 501-536.

TURRA, D. **Planejamento de Ensino e Avaliação**. Porto Alegre: Sagra, 1999.

VEIGA, Ilma Passos Alencastro (coord.). **Repensando a didática**. Campinas: Papirus, 2007.

ZAKHAROV, A.; GOMES, A.C. **Ciência do treinamento desportivo**. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport, 1992.

---



## ANOTAÇÕES



## ANOTAÇÕES



## ANOTAÇÕES



## ANOTAÇÕES



## ANOTAÇÕES



## ANOTAÇÕES





## ANOTAÇÕES