

RELATÓRIO AETE – FUTSAL

1º SEMESTRE 2018

Atividades desenvolvidas nas Aulas Especializadas de Treinamento Esportivo

Todas as aulas são realizadas com uma sequência de atividades, com fins a trabalhar o desenvolvimento integral dos alunos, tais como, físico, psicológico, social, etc.

As aulas são divididas em 4 momentos, sendo:

- **1º Aquecimento** - realiza-se uma atividade pré-esportiva ou recreativa. Alongamento: de todos os segmentos corporais.
- **2º Exercícios Físico e /ou Motor** - atividades que trabalham aspectos motores (coordenação, agilidade, equilíbrio, etc) e atividades que trabalham aspectos físicos (força, velocidade, etc).
- **3º Exercícios de Ordem Tática ou Técnica de Jogo** - atividades que contemplam o aprimoramento das funções técnicas e táticas de cada jogador e da equipe como um todo.
- **4º Jogo coletivo** - neste momento realiza-se o coletivo de modo a aplicar todas as informações recebidas durante o treinamento.



Cabe ainda ressaltar que a escolha por tal metodologia, se dá com fins a estabelecer sequência pedagógica, gerando assim um maior aproveitamento no que se diz respeito à assimilação dos conteúdos por partes dos alunos.

ATIVIDADES EXTRA-TREINAMENTO

- *Participação nos JEP'S 2018 Fase Municipal*



- *Amistoso contra a Equipe de Teixeira Soares- 09/06*
- *Treinamento Extra realizado no CH Studio Personal – Circuito de Atividades de Crossfit*



- *Participação nos Jogos Escolares Bom de Bola – Fase Municipal*



- *Amistoso realizado contra a equipe de Rebouças – 29/08*



- *Jogo amistoso realizado em Mallet 27/09*

