

ESCOLA DE FUTSAL ACBF - NÚCLEO CARLOS BARBOSA				
PLANILHA DE ATIVIDADES - ABRIL/2025				
DATA	PARQUE ESPORTIVO TRAMONTINA		SALÃO DA COMUNIDADE DE DESVIO MACHADO	
	Sub 7/9 - PET	Sub 11 - PET	Sub 9/11 - Desvio Machado	Sub 13/15 - Desvio Machado
	09:30 - 10:30	08:30 - 09:30	19:30 - 20:30	20:30 - 21:30
01/05/2025 5ª Feira	FERIADO	FERIADO		FERIADO
05/05/2025 2ª Feira			Brincadeira esquerda e direita e par ou ímpar	
			Treino de passes e finalização	
			Jogo livre com alguns movimentos do padrão de jogo	
06/05/2025 3ª Feira	Condução de bola com a perna esquerda, com a direita e com ambas	Estações de coordenação		Brincadeira esquerda e direita e par ou ímpar
	Atividade de enfrentamento 1 contra 1	trabalho de condução de bola, variando entre perna dominante e não dominante		Treino de passes e finalização
	Jogo coletivo com as regras formais do futsal	Jogo guiado		Jogo livre com alguns movimentos do padrão de jogo
07/05/2025 4ª Feira			Treino de fundamentos em duplas, usando perna esquerda e direita	
			Mini jogos de 2 contra 2	
			Jogo coletivo com as regras formais do futsal	
08/05/2025 5ª Feira	Movimentos e deslocamentos articulares	Enfrentamento 1 contra 1, sem bola, instigando a finta de corpo		Treino de fundamentos em duplas
	Estações de condução com bola e de coordenação e agilidade sem bola	Finalização em X, utilizando 1/2 quadra		Finalização contra o goleiro. Transição com superioridade numérica
	Jogo coletivo com as regras formais do futsal	Jogo do setores ou jogo normal		Jogo livre com alguns movimentos do padrão de jogo
12/05/2025 2ª Feira			Brincadeira esquerda e direita e par ou ímpar	
			Trabalho de passes e movimentação com foco em comunicação e achar linha de passe	
			Jogo livre com alguns movimentos do padrão de jogo	
13/05/2025 3ª Feira	Brincadeira cooperativa - corrida do sorvetão	Aquecimento cooperativo e atividade de cone chinês		Brincadeira esquerda e direita e par ou ímpar
	Mini jogos 2 contra 2	Trabalho de 2 contra 2 com passe e retorno do jogador que realiza o passe		Trabalho de passes e movimentação com foco em comunicação e achar linha de passe
	Jogo coletivo com as regras formais do futsal	Jogo guiado com bola na mão, mudando os comandos		Jogo livre com alguns movimentos do padrão de jogo
14/05/2025 4ª Feira			Condução livre	
			Trabalho de passes e finalização	
			Jogo coletivo com as regras formais do futsal	
15/05/2025 5ª Feira	Pega-pegas corrente	Atividade cooperativa, atividade do sorvetão		Saída de jogo com o padrão, fazendo a tabela, paralela e a bola transferida alta
	Jogo do professor coringa	Trabalho de 2 contra 1		Treino 4 contra 4 com apoio, foco em posse de bola e marcação pressão
	Jogo coletivo com as regras formais do futsal	Jogo guiado com bola na mão, mudando os comandos do jogo		Jogo coletivo com as regras formais do futsal
19/05/2025 2ª Feira			Trabalho de fundamentos em trios. Domínio, passe, condução e finalização	
			Jogo de passes e finalizações entre as equipes	
			Jogo livre com alguns movimentos do padrão de jogo	
20/05/2025 3ª Feira	Três na base	Atividade cooperativa, atividade do sorvetão come sem bola		Treino 1 contra 1, podendo escolher qual gol atacar
	Caça ao tesouro com bola	Quadro de passes com finalização, mudando o comando dos passes e da finalização		Treino 1 contra 1, passando para superioridade numérica e formando jogo em equipe 4 contra 4
	Jogo coletivo com as regras formais do futsal	Jogo guiado com bola na mão, mudando os comandos do jogo		Jogo livre com alguns movimentos do padrão de jogo
1/05/2025 4ª Feira			Condução livre	
			Jogo 4 contra 4 com a quadra dividida em espaços específicos	
			Jogo coletivo com as regras formais do futsal	
22/05/2025 5ª Feira	Chapéu / funil	Atividade do chapéu/funil		Condução livre
	Jogo coletivo cooperativo	Atividades de 2 contra 2 passando para 3 contra 3		Jogo 4 contra 4 com a quadra dividida em espaços específicos
	Jogo coletivo com as regras formais do futsal	Jogo guiado com bola na mão, mudando os comandos do jogo		Jogo coletivo com as regras formais do futsal
26/05/2025 2ª Feira			Trabalho de fundamentos em trios. Domínio, passe, condução e finalização	
			Jogo reduzido 2 contra 2. Finalização 1 contra 1 e 2 contra 1	
			Jogo livre com alguns movimentos do padrão de jogo	
27/05/2025 3ª Feira	Jogo do boliche	Atividade do sorvetão		Treino 1 contra 1, podendo escolher qual gol atacar
	Mini jogos	Finalização utilizando meia quadra		Treino 1 contra 1, passando para superioridade numérica e formando jogo em equipe 4 contra 4
	Cobrança de pênaltis	Jogo com o professor no meio		Jogo livre com alguns movimentos do padrão de jogo

8/05/2025 4ª Feira			Condução livre	
			Jogo dos setores	
			Jogo coletivo com as regras formais do futsal	
29/05/2025 5ª Feira	Jogo do boliche	Estações de coordenação, com e sem bola		Jogos reduzidos 3 contra 3
	Estações com e sem bola	Atividade 1 contra 1		Coletivo com ajustes em bolas paradas defensivas e ofensivas
	Jogo guiado, com ênfase no posicionamento de saída de bola	Jogo guiado		Jogo livre com alguns movimentos do padrão de jogo