



Serviço Público Federal
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense
Pró-Reitoria de Ensino

DISCIPLINA: Prática Esportiva: Aperfeiçoamento em Futsal	
Vigência: a partir de 2016/1	Período letivo: Optativa
Carga horária total: 60h	Código: SS_SUP.12
Ementa: Estudo do Futsal, contemplando os aspectos táticos para a prática organizada. A reflexão sobre a consciência corporal e a utilização do corpo, de modo a contextualizar a corporeidade na prática profissional. Vivência de prática esportiva coletiva, de modo a incentivar ao hábito saudável e também os aspectos competitivos do esporte. Aprofundamento sobre os aspectos sócio-afetivos proporcionados pela prática esportiva.	

Conteúdos

UNIDADE I – Fundamentos Técnicos

- 1.1 Passe
- 1.2 Chute
- 1.3 Controle de bola
- 1.4 Drible

UNIDADE II – Fundamentos Táticos

- 2.1 Rotação
- 2.2 Ações ofensivas
- 2.3 Ações defensivas
- 2.4 Sistemas 2x2, 3x1, 2x1x1, 1x2x1, 1x3
- 2.5 Marcações: Individual e por zona

Bibliografia básica

MUTTI, D. **Futsal:** da iniciação ao alto nível. São Paulo: Phorte, 2003.
ANDRADE JÚNIOR. J.R. **Futsal:** aquisição, iniciação e especialização. Curitiba: Jurua, 2007.
VOSER, R.C. **O futsal e a escola:** uma perspectiva pedagógica. Porto Alegre: Artmed, 2002.

Bibliografia complementar

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE FUTSAL. **Regras Oficiais de Futsal.** Rio de Janeiro: Editora Sprint, 2011.
COSTA JÚNIOR, Edson Farret da; SOUZA, Sandro C. de; MUNIZ, Augusto Cesar P. **Futsal:** teoria e prática. Rio de Janeiro: Sprint, 2005.
GUISELINI, M. **Aptidão física, saúde e bem estar:** fundamentos teóricos e exercícios práticos. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2006.



Serviço Público Federal
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense
Pró-Reitoria de Ensino

NAHAS, M.V. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: Conceitos e Sugestões para um Estilo de Vida Ativo.** 6. ed. Londrina: Midiograf, 2013.
ROSSETTO JUNIOR, Adriano Jose; COSTA, Caio Martins; D'ANGELO, Fabio Luis. **Práticas pedagógicas reflexivas em esporte educacional: unidade didática como instrumento de ensino e aprendizagem.** São Paulo: Phorte, 2008.