

O estágio curricular em Educação Física I na prescrição de treinamento para atletas da categoria sub-9 de futebol

Cirilo Cavalheiro Paiva¹

Luciano do Amaral Dornelles²

Resumo: O estágio obrigatório na Educação física é algo fundamental para nós alunos, pois é nele que temos realmente uma vivencia na área da Educação física, e desta forma podemos colocar em prática tudo o que aprendemos no curso. Neste estágio trabalharei com o treinamento esportivo para crianças e adolescentes, nele busco o aprimoramento e o aperfeiçoamento na pratica do futebol que visa a diversão, competição, técnicas e táticas do esporte. Os treinos acontecem de segunda a sábado, na escolinha do Santos em Gravataí, de segunda a quinta das 18h às 19h e nos sábados das 8h às 10h, entre os dias 11/08/2022 e 15/12/2022. Como professor estagiário vou ser responsável acompanhado de um professor formado da categoria sub 9, no meu tempo de estagio vou buscar a motivação e o amor ao esporte e o aperfeiçoamento de algumas valências como agilidade, velocidade e condução de bola, e assim introduzir as melhoras dentro dos treinamentos e jogos da equipe. A categoria sub 9 é composta por dez alunos de diferentes características, alguns gostam de jogar no ataque, outros gostam mais de jogar na defesa, uns são velozes, outros gostam mais de cadenciar o jogo, porém o que todos tem em comum é que adoram estar ali treinando e de estar juntos dos colegas e professores. Nesse tempo de estagio vou aplicar três testes para avaliar agilidade, velocidade e condução com bola. Para avaliar a agilidade vou utilizar o teste do quadrado, para avaliar a velocidade vou utilizar o teste da corrida de vinte metros, e para avaliar a condução com bola vou utilizar o teste da condução com bola entre cones. Como o estágio ainda está acontecendo ainda não tenho o resultado final dos testes, mas posso dizer que esse estágio é algo que sempre busquei na Educação física, porque assim como tenho o amor ao esporte, tenho amor em ensinar esse esporte. Hoje vivenciado o dia a dia com essa molecada passando treinamentos, ver eles competir, ganhar, perder, aprender, só me faz enxergar cada dia mais o quanto pertencço à Educação física, e acredito que dentro desse estágio vou tirar muito aprendizado para minha vida profissional e eu espero viver momentos bons, momentos ruins, e tirar o máximo de vivencia e aprendizado nesta área de ensino.

Palavras-chave: Esporte, Atividade Física e Metodologias de treinos.

¹ Estudante do Curso de Educação Física do Centro Universitário Cesuca. E-mail: cirilop13@gmail.com

² Docente dos Cursos de Educação Física e Fisioterapia do Centro Universitário Cesuca. Mestre em Educação. E-mail: luciano.dornelles@cesuca.edu.br