

INICIAÇÃO ESPORTIVA NO FUTEBOL DE CEGOS



Este manual é publicado pelo Comitê de Futebol da IBSA graças ao apoio da UEFA.

Autores: Fábio Luiz Ribeiro de Vasconcelos, Luis Felipe Castelli Correia de Campos, Antonio Luiz Ferreira Bahia, Alexandre Sérgio Silva.

© IBSA 2022. Todos os direitos reservados. O conteúdo deste Manual pode ser reproduzido com permissão dos detentores dos direitos.

Os pronomes pessoais masculinos e femininos são usados aleatoriamente ao longo deste manual e devem ser usados para se referir a ambos os sexos.

ÍNDICE:

- Página 5 INTRODUÇÃO

- Página 6 CAPÍTULO I: A PREPARAÇÃO ESPORTIVA DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE: ASPECTOS FISIOLÓGICOS E MATURACIONAIS
 - HORA DA FORMAÇÃO ESPORTIVA
 - COMO PERACIONALIZAR

- Página 13 CAPÍTULO II: INICIAÇÃO ESPORTIVA PARA CEGOS
 - CONHECENDO O ESPAÇO
 - JOGOS DE INTRODUÇÃO DO MECANISMO DO JOGO
 - ENTRE NO JOGO
 - AVANÇADO PARA O JOGO EM NÍVEL OFICIAL: REGRAS BÁSICAS E DIRETRIZES TÉCNICO-TÁTICAS NO FUTEBOL PARA CEGOS
 - REGRAS DO FUTEBOL PARA CEGOS
 - OS SISTEMAS TÁTICOS E SUAS FUNÇÕES

INICIAÇÃO ESPORTIVA NO FUTEBOL DE CEGOS

Fábio Luiz Ribeiro de Vasconcelos – Ex goleiro da Seleção Brasileira de Futebol de Cegos (2003 - 2011) e atual técnico da seleção (desde 2013)

Luis Felipe Castelli Correia de Campos - Professor da Universidad del Bio Bio, Chillan, Chile; Ex-Preparador Físico da Seleção Brasileira de Futebol de Cegos 2010-2017

Antonio Luiz Ferreira Bahia - Professor da Universidade Federal da Bahia por 30 anos Técnico da Base do Futebol de Cegos da CBDV

Alexandre Sérgio Silva – Professor da Universidade Federal da Paraíba; Fisiologista da Seleção Brasileira de Futebol de Cegos desde 2018.

INTRODUÇÃO

“Compreender o que faz”. Este é um pressuposto fundamental para a atuação profissional com alta proficiência. Este é um livro prático.... um manual. Tem como objetivo apresentar exercícios que levem ao desenvolvimento físico, sensorial e cognitivo necessários para a prática do futebol de cegos. Para que contribua com a formação de profissionais que compreendem o que fazem, os diversos exercícios apresentados neste manual são, previamente, recheados com um suporte teórico, metodológico e científico que asseguram uma prática da formação do futebol de cegos amparada no que a evolução científica nas áreas biológica e pedagógica nos proporcionam neste momento da evolução do conhecimento. Por isto, o livro é dividido em três capítulos, conforme sucintamente apresentados adiante:

Capítulo I: Bases biológicas do desenvolvimento motor e cognitivo da criança e do adolescente: mostra como ocorre o desenvolvimento motor e intelectual desde o nascimento até a adolescência; desde o desenvolvimento das habilidades motoras básicas (andar, correr, saltar, arremessar) até o uso destas habilidades para a prática esportiva.

Capítulo II: A formação esportiva desde a infância: mostra como operacionalizar os conceitos apresentados no capítulo I especificamente para a formação da criança para o futebol de cegos. Os exercícios apresentados seguem uma sequência pedagógica que vai desde ao desenvolvimento da sensorialidade tempo – espaço até exercícios que levam crianças e adolescentes aos desafios técnico – tático da introdução do jogo de futebol de cegos.

Capítulo III: Avançando para o jogo oficial: para os leitores menos acostumados com o futebol de cegos, inicia apresentando as regras básicas do jogo. Em seguida, apresenta as formas mais básicas de jogar o futebol de cego, por meio de padrões táticos básicos.

CAPÍTULO I

A PREPARAÇÃO ESPORTIVA DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE: ASPECTOS FISIOLÓGICOS E MATURACIONAIS

Como e quando uma criança desenvolve física e cognitivamente? O que acontece primeiro? Como aliar o desenvolvimento físico e cognitivo à formação para a prática de esportes?

Neste capítulo, veremos que dividir a vida da criança em primeira e segunda infância, que é sucedida pela adolescência, é útil para compreender o que pode ser feito em cada etapa. Isto porque, na primeira infância são desenvolvidas as qualidades físicas essenciais à prática de esportes (andar, correr, saltar, arremessar); na segunda infância, estas qualidades poderão ser combinadas para promover o desenvolvimento das capacidades de prática do futebol de cegos; na adolescência, a criança devidamente estimulada psicomotoramente, está apta a avançar para a prática esportiva, que pode ser em nível de lazer pelo resto da vida, ou evoluir para o esporte de alto rendimento.

Estas questões estão pormenorizadamente apresentadas neste capítulo, que termina com uma tabela bastante prática indicando como operacionalizar a formação esportiva da criança e do adolescente.

A expressão “A criança não é um adulto em miniatura” é o chavão mais clássico elaborado a partir do avanço do conhecimento das ciências ligadas ao crescimento, desenvolvimento e aprendizagem motora. Considerando que, para todas as pessoas com uma mínima formação na educação física, esta expressão basta por si só, iniciaremos o primeiro capítulo deste livro apenas com uma breve explanação evolutiva da maturação fisiológica desde o nascimento até os primeiros anos da idade adulta, particularmente do ponto de vista motor e intelectual.

As nascer, a criança goza apenas de funções motoras essenciais para a sobrevivência, especialmente a habilidade inata de sugar. Embora seja um ser intelectual, os humanos iniciam o desenvolvimento pelas funções motoras. Estas são, inclusive, essenciais para o desenvolvimento intelectual. Os primeiros desenvolvimentos perceptíveis (motores), são as capacidades para sentar, pegar, engatinhar, andar, o que ocorre no primeiro ano de vida (HADDERS-ALGRA, 2005; HADDERS-ALGRA, 2018). A partir daí até os sete anos, será percebido o desenvolvimento das habilidades de

interesse do esporte (correr, saltar, arremessar, chutar; e a combinação destas ações motoras).

Do ponto de vista fisiológico, o que explica o desenvolvimento destas habilidades é o aumento da conexão entre os 86 milhões de neurônios que possuímos em nossos cérebros. Ocorre que estas conexões são bastante escassas no nascimento. Para que se multipliquem, é necessário um certo processo: **estimular o surgimento de novas conexões “forçando” os neurônios para isto por meio de centenas a milhares de tentativas de novos movimentos** (GEERTSEN et. all., 2017), do qual fazem parte de forma importante muitas tentativas e muitos erros para que os circuitos neuronais se desenvolvam (HADDERS-ALGRA, 2018). Em termos práticos, uma das necessidades essenciais da primeira infância (até os sete anos de idade), é o movimento...a motricidade.

Portanto, todas as ações educacionais nesta fase devem ser pautadas na construção de um excelente repertório de ações motoras as mais distintas possíveis. Importante ressaltar que este desenvolvimento motor inicial é pré requisito para o bom desenvolvimento cognitivo, até porque a cognição precisa de conexões neuronais ainda mais complexas que as conexões que dão suporte às atividades motora. Para dar respaldo a este processo pedagógico, em recente revisão de literatura, os autores analisaram 24 estudos criteriosamente selecionados e concluíram que se os pais e familiares são instruídos para estimular uma diversidade de ações motoras nas crianças, elas atingem maiores níveis de desenvolvimento motor e cognitivo (MOSS e GU, 2022). Do mesmo modo, outra revisão de literatura também recente, que selecionou sete estudos, mostrou que intervenções com treinamento feito por profissionais promove melhor desenvolvimento de funções tanto físicas quanto cognitivas em crianças (WOLLESEN et. all., 2022)

HORA DA FORMAÇÃO ESPORTIVA

No item anterior deste capítulo, demonstramos, com bases científicas, a importância dos familiares e professores dos primeiros anos escolares na formação psicomotora da primeira infância. A escola é particularmente importante porque na cultura mundial contemporânea, as crianças passam pelo menos um terço do tempo em que não estão dormindo na escola. Portanto, as atividades pedagógicas da criança na creche e na escola costuma ter uma ampla variedade de ações motoras...mas ainda não esportivas.

As ações esportivas, ainda não são, de fato, uma prioridade na primeira infância, porque para se praticar a iniciação esportiva, um pré requisito essencial são as ações motoras de base (correr, saltar, arremessar, chutar). Somente depois de desenvolver alguma competência motoras para estas ações é que elas poderão ser usadas para as práticas esportivas. Em outras palavras, o momento adequado para se iniciar crianças nas práticas esportivas é quando elas tiverem desenvolvido minimamente as habilidades motoras básicas, o que deve ocorrer no final da primeira infância (por volta dos 6 -7 anos)

De fato, o sistema do Comitê Paralímpico Brasileiro, que tem desenvolvido um sistemático protocolo de iniciação paradesportiva em todas as modalidades, incluindo o futebol de cegos, destina suas ações para crianças a partir de sete anos de idade.

Deve ser salientado com muita prioridade que o início da segunda infância é o momento de iniciar as crianças nos esportes (note a palavra no plural)...em diversos jogos e esportes, e não em algum esporte específico. O principal argumento para esta forma de abordagem é que a criança nesta idade ainda necessita de uma ampla variedade de desenvolvimento de suas funções motoras, e pelos mesmos motivos fundamentados no item anterior deste capítulo (a criação de ampla rede de conexões neuronais, sendo que agora de cunho esportivo). Isto não implica em dizer que a criança não possa praticar uma certa modalidade específica, mas que a prática desta modalidade deve seguir alguns princípios fundamentais, destacados adiante:

- 1- A prática de um certo esporte não deve ser a única oportunidade de desenvolvimento de ações motoras. Ou seja, bom que a criança pratique o futebol de cegos em duas sessões semanais de 90 minutos, por exemplo. Mas que ela tenha a oportunidade de praticar outras ações motoras por um maior período de tempo na semana.
- 2- Ainda que a criança esteja inscrita em uma turma de futebol de cegos, as atividades desta turma devem visar o desenvolvimento das ações motoras típicas do desenvolvimento da psicomotricidade (com ampla variedade de exercício, que extrapolem aqueles específicos da modalidade de futebol).

A ciência e a prática do treinamento desportivo nos têm feito ver que dois princípios científicos precisam estar devidamente equilibrados no processo de formação do atleta. São eles, o princípio da especificidade e o princípio da multilateralidade.

O princípio da especificidade: nos diz que o alto desempenho esportivo só é conseguido de forma maximizada por meio de treinamentos os mais semelhantes possíveis às demandas específicas da modalidade. Ou seja, treinamentos que demandem

habilidades motoras, físicas e fisiológicas diferentes daquelas necessárias na competição levam o atleta a menor desempenho esportivo.

O princípio da multilateralidade nos informa algo aparentemente oposto do princípio da especificidade. Diz que, embora o treino altamente específico seja o que garante o melhor desempenho esportivo, ele não é o adequado para ser implementado na fase de formação esportiva da criança e do adolescente. Primeiramente, porque a criança e o adolescente ainda não precisam estar envolvidos em competição; logo, o máximo desempenho esportivo que seria obtido pela observância ao princípio da especificidade ainda nem estão em questão. Em segundo lugar, porque as evidências científicas indicam que uma formação multilateral na infância e no início da adolescência garantem as bases neurais e motoras para um máximo desempenho esportivo no final da adolescência e idade adulta.

Uma revisão de literatura foi feita recentemente (McLELLAN, et. al., 2022) para verificar o que nos informa a literatura atualmente sobre os impactos da especialização precoce sobre o desempenho e prevalência de lesões de atletas profissionais, de elite e olímpicos. Após rigoroso e sistemático critérios, foram selecionados 29 artigos. De oito estudos que investigaram lesões, todos chegaram à conclusão de que a especialização precoce está associada a maior prevalência e gravidade de lesões ao longo da carreira atlética. Enquanto isso, sete dentre nove estudos mostraram que evitar a especialização precoce resulta em maior desempenho esportivo ao longo da vida. Quanto à longevidade da vida esportiva em alto desempenho, os dados são menos consistentes, mas 5 de 9 estudos mostraram que atletas que tiveram bom equilíbrio entre os princípios da especificidade x multilateralidade na formação esportiva levaram suas performances esportivas em alto nível por mais tempo. O quadro adiante mostra os benefícios de assegurar uma base multilateral na formação esportiva da fase infantil e primeira metade da adolescência.

Quadro 1: Vantagens da formação multilateral na formação do atleta

ABORDAGEM PARA A FORMAÇÃO ESPORTIVA	
ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE	PROGRAMA MULTILATERAL
Rápido desenvolvimento do desempenho	Baixo desenvolvimento do desempenho
Melhor desempenho atingido com cerca de 15 a 16 anos de idade	Melhor desempenho após os 18 anos de idade, ideal para o sucesso esportivo mundial
Desempenho inconsistente nas competições	Desempenho consistente nas competições
Susceptibilidade a lesões e dúvidas sobre a longevidade desportiva	Menor prevalência de lesões e maior longevidade desportiva

COMO PERACIONALIZAR

Visto que este livro é um manual prático, o texto pretende ser muito sucinto em termos de conceitos teóricos e ir direto ao ponto em termos prático – metodológicos. Entretanto, não pode ser somente prático para evitar que os leitores atuem em um nível indesejável, que seria o “fazer sem compreender” o que está fazendo. Acreditamos que os conceitos apresentados nos parágrafos anteriores conseguem prestar um mínimo grau de compreensão. Desta forma, finalizamos este capítulo apresentado uma proposta, recorrente em livros de treinamento desportivo, de como planejar atividades visando a formação esportiva de crianças e adolescentes.

Quadro 2: Proposta atividades para a formação esportiva da criança e do adolescente.

Até 7 anos de idade	<p>Entidades esportivas e educacionais de cada país devem promover programas de educação familiar para estímulo de práticas motoras.</p> <p>Desenvolvimento de atividades motoras de ampla variedade nas escolas.</p> <p>Acompanhamento do desenvolvimento das habilidades básicas (correr saltar, arremessar, chutar...)</p>
---------------------	---

<p>Por volta dos 7 aos 10 anos de idade</p>	<p>Melhores do que turmas de alguma modalidade paradesportiva específica, serão turmas de práticas paradesportivas e recreacionais diversas.</p> <p>Caso haja turmas de modalidades esportivas, praticar várias outras modalidades e jogos recreacionais paradesportivos em todas as sessões.</p> <p>Avaliar sistematicamente o desenvolvimento psicomotor e implementar atividades para suprimir eventuais atrasos de desenvolvimento.</p>
<p>Por volta dos 11 aos 14 anos</p>	<p>Bom momento para praticar uma única modalidade.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Num primeiro momento, ainda com algum tempo destinado à experiência com outras modalidades. - No segundo momento, apenas a modalidade específica, mas experimentando todas as funções (goleiro, ala, fixo...) <p>Avaliar sistematicamente o desenvolvimento das habilidades motoras e cognitivas essenciais para o futebol de cegos e implementar atividades para suprimir eventuais atrasos de desenvolvimento.</p>

REFERÊNCIAS

Geertsen SS, Willerslev-Olsen M, Lorentzen J, Nielsen JB. Development and aging of human spinal cord circuitries. *J Neurophysiol*. 2017 Aug 1;118(2):1133-1140. doi: 10.1152/jn.00103.2017. Epub 2017 May 31. PMID: 28566459; PMCID: PMC5547256.

Hadders-Algra M. Development of postural control during the first 18 months of life. *Neural Plast*. 2005;12(2-3):99-108; discussion 263-72. doi: 10.1155/NP.2005.99. PMID: 16097478; PMCID: PMC2565464.

Hadders-Algra M. Early human motor development: From variation to the ability to vary and adapt. *Neurosci Biobehav Rev*. 2018 Jul;90:411-427. doi: 10.1016/j.neubiorev.2018.05.009. Epub 2018 May 9. PMID: 29752957.

McLellan M, Allahabadi S, Pandya NK. Youth Sports Specialization and Its Effect on Professional, Elite, and Olympic Athlete Performance, Career Longevity, and Injury Rates: A Systematic Review. *Orthop J Sports Med*. 2022 Nov 4;10(11):23259671221129594. doi: 10.1177/23259671221129594. PMID: 36353394; PMCID: PMC9638532.

Moss S, Gu X. Home- and Community-Based Interventions for Physical Activity and Early Child Development: A Systematic Review of Effective Strategies. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Sep 22;19(19):11968. doi: 10.3390/ijerph191911968. PMID: 36231271; PMCID: PMC9565703.

Wollesen B, Janssen TI, Müller H, Voelcker-Rehage C. Effects of cognitive-motor dual task training on cognitive and physical performance in healthy children and adolescents: A scoping review. *Acta Psychol (Amst)*. 2022 Apr;224:103498. doi: 10.1016/j.actpsy.2022.103498. Epub 2022 Jan 25. PMID: 35091209.

CAPÍTULO II

INICIAÇÃO ESPORTIVA PARA CEGOS

Neste capítulo, será apresentado um repertório de ações práticas (exercícios em forma de jogos e brincadeiras) que levam ao desenvolvimento das habilidades físicas e intelectuais necessárias ao jogo de futebol de cegos. Inicialmente, mostra como os princípios pedagógicos apresentados no capítulo anterior podem ser operacionalizados especificamente na formação esportiva do futebol de cegos; em seguida, embasado nestes princípios, apresenta o repertório das atividades como proposta para a formação de crianças e adolescentes para o futebol de cegos.

A iniciação esportiva da pessoa cega deve partir do princípio que o mais importante é considerar que a potencialidade é o ponto primordial, uma vez que as limitações já conhecemos e por isso cabe a nós estabelecermos constantes desafios no sentido de ampliar as possibilidades.

Desse modo, explorar o mundo através do movimento constitui ferramenta essencial para aquisição de habilidades específicas, facilitando a apropriação do esporte. É preciso ter consciência que quanto maior for o repertório motor, maiores são as possibilidades de combinações do movimento em situações espaço- temporais para que as situações vivenciadas ganhem sentido e significado na prática esportiva e dialogar intensamente para que o jogador construa suas possibilidades de ação.

Especificamente no caso de futebol de cegos, o ato de correr, girar, parar, caminhar de maneira ritmada, várias direções, paradas bruscas e retomada da marcha, aplicados nos fundamentos, possibilitam a construção das habilidades. Portanto, o chute, o drible, passe, a condução da bola, são resultado dessas combinações e quanto mais forem estimulados em situações socializadas, mais cedo proporcionarão as habilidades para a prática do futebol.

Uma vez que os movimentos são aprendidos e combinados na relação corpo, espaço, tempo e objeto, as habilidades fazem que o futuro atleta possa se localizar através da descrição auditiva, construindo artifícios para o deslocamento e neste momento é hora de transformar o movimento em gesto. A localização no espaço do jogo resulta do

estímulo aos demais sentidos para que a adaptação seja coerente com a construção do mapa sinestésico, uma vez que a topologia do local de jogo já foi devidamente registrada pelo praticante.

A partir do momento que a pessoa cega desenvolve a capacidade de delinear a sua relação de deslocamentos na quadra em constantes diálogos com os elementos do jogo, torna-se necessário a introdução de situações que de maneira socializada exijam respostas motoras de acordo com a dinâmica de uma partida de futebol.

Desse modo, podemos afirmar que o treinador deve, todos os dias, apresentar vivências, como peças de um grande quebra-cabeças que será montado e remontado no movimento das peças envolvidas. Sendo assim, todas as atividades oportunizadas em treino devem ganhar sentido e significado nas situações de jogos que antecedem uma partida real de futebol.

Por isso, a receita é ter como plano de ação a observação constante de cada peça em deslocamento e após visualizar o ideal, considerá-lo como cena temporária que faz parte do processo de uma interminável construção.

CONHECENDO O ESPAÇO

É importante oportunizar atividades que provoquem desafios para que o futuro atleta saiba se localizar no espaço, principalmente identificando as referências sonoras, uma vez que o futebol de cegos é demarcado por pontos de referência que exigem que o atleta se guie pela voz do técnico no terço do meio da quadra e pela voz do chamador no caso do atacante e pelo goleiro no caso do defensor, e tudo isso acontece em uma relação de simultaneidade sonora incluindo inclusive o som da bola e o deslocamento dos jogadores.

Sugestões de atividades que promovem a integração sensorial e ajudam o atleta construir o mapa de ação motora

1 – **Jogos que utilizem chocalhos** e exijam o deslocamento do espaço. (procure no seu repertório lúdico todas as atividades que possam ser adaptadas e siga em frente).



2 – **Pega-pega** : o pegador com um chocalho (que pode ser a bola) nas mãos tenta pegar os demais que deverão responder com palmas todas as vezes que a bola for chacoalhada.



3 – **Evoluir para pega corrente** – o mesmo jogo, sendo que os capturados caminham de mãos dadas com o pegador.

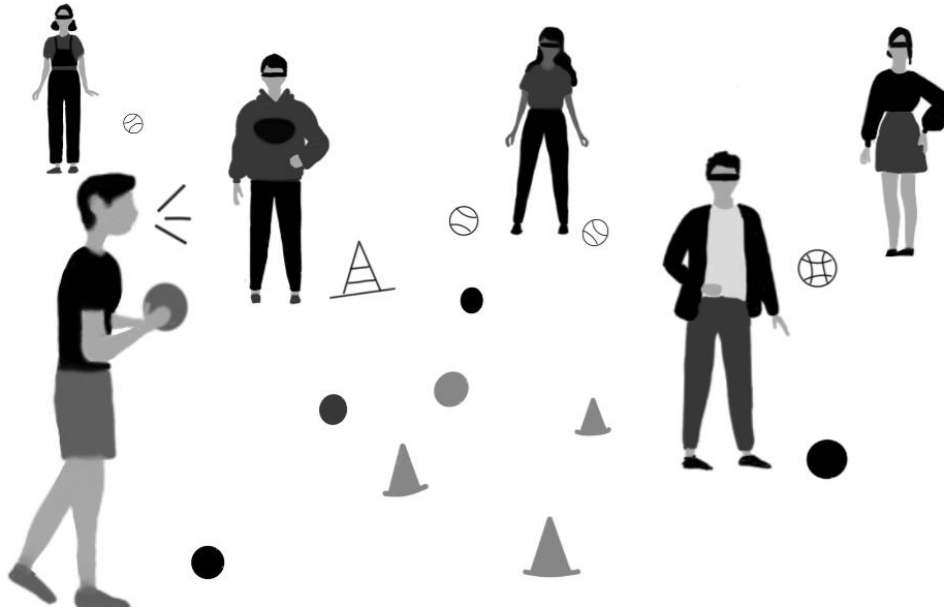


4 – **Encontre o seu par** – Chocalhos em pares serão distribuídos e os participantes deverão encontrar quem está com o som corresponde ao seu.



5 – **Onde estou** – Todos caminhando na quadra serão apresentados aos elementos do espaço específico de jogo. Após essa exploração o mediador deverá solicitar que eles se desloquem para um determinado local.

Ex: terço médio que tem como referência a voz do técnico. Banda da arquibancada. Trave, Etc. (de acordo com cada espaço). Pedir que cada um descreva o caminho de um lugar a outro dentro do espaço comum ao grupo.

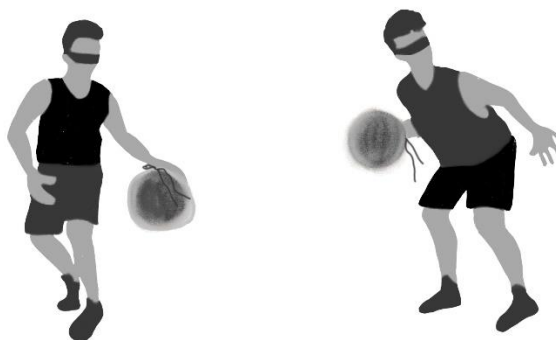


6 – **Trânsito** – Solicitar que todos andem pela quadra enquanto o mediador tenta, com o som da bola, tocar em um dos participantes que deverá se livrar do som da bola sem que se choque com os demais participantes. É importante que o mediador utilize o tempo de modo que estimule os deslocamentos. É bom lembrar que desafiar não é abater. Esse é um bom momento para introduzir o VOE/EU de maneira subliminar.

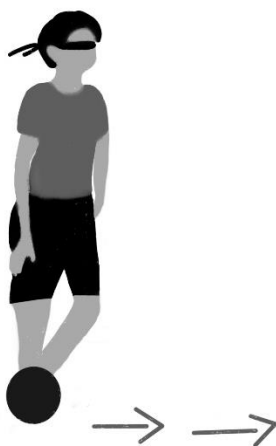


7 – **Todos juntos** – estimular a formação de grupos renovando sempre os pares e o local utilizando sons diversos.

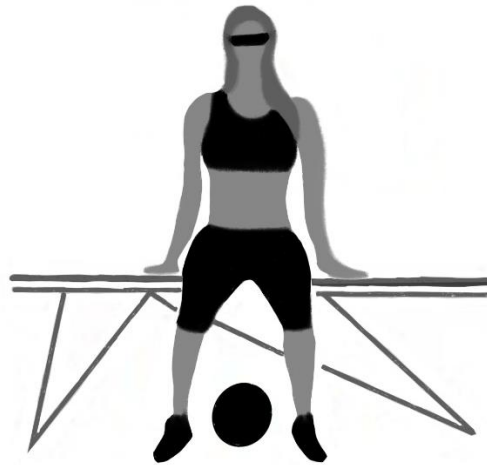
Exemplo: chutar uma bola dentro de uma sacola plástica amarrada a um barbante, soltar o barbante e deixar que a criança experimente o máximo esse brinquedo. Esse momento deve ser observado atentamente pelo professor para a partir daí propor desafios que combinem movimentos para que o cesto esportivo possa surgir de maneira natural.



7.1 – **Caminhar em diversas direções com a bola entre os pés.** A princípio em um espaço restrito até ampliar gradativamente.



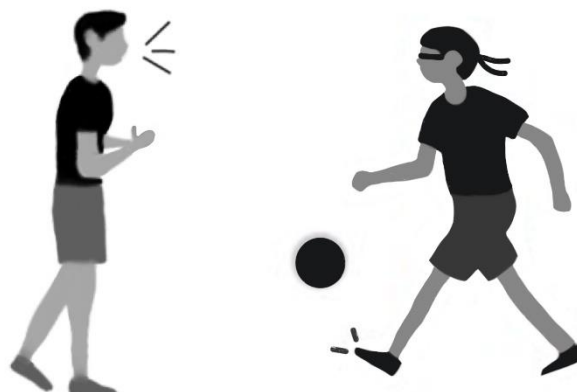
7.2 – **Sentir a bola entre os pés sentado em uma cadeira e depois sair caminhando.**



7.3 – Chutar a bola entre a parede e acolhê-la entre os pés.



7.4 – Passear pela quadra com a bola entre um pé e outro e ao sinal do professor acolher a bola e continuar o passeio.



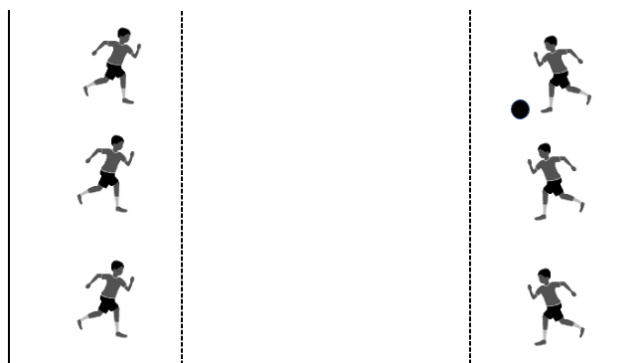
7.5 – Promover corridas com paradas bruscas e mudança de direção – combinar os exercícios anteriores de maneira individual e em duplas, trios, quartetos....

Se observarmos bem os exercícios acima, veremos que estes movimentos possibilitam a percepção, o domínio, a condução, o deslocamento, o chute do atleta cego. No futebol de cegos o drible é o resultado da combinação dos elementos: domínio/ condução e principalmente o deslocamento em velocidade com a bola dominada.

JOGOS DE INTRODUÇÃO DO MECANISMO DO JOGO

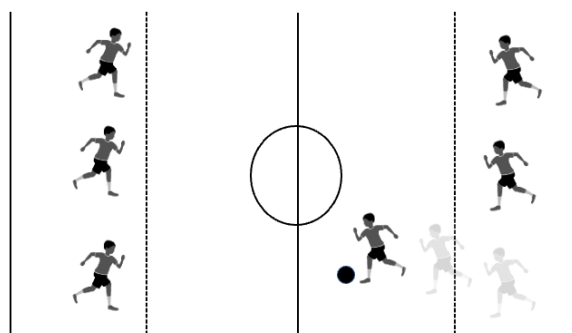
1. Gol a Gol ou Goalball de pé –

1.1 Atletas em número igual de participantes distribuídos em duas equipes posicionadas atrás da linha pontilhada, deverão chutar a bola de um lado para o outro e impedir que a bola vinda do outro lado ultrapasse a linha de fundo.

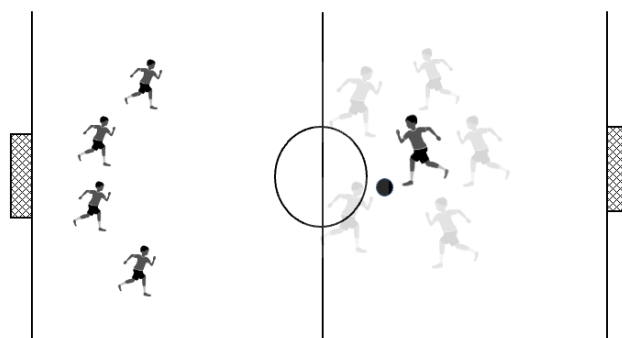


1.2 Aumentar o número de bolas gradativamente;

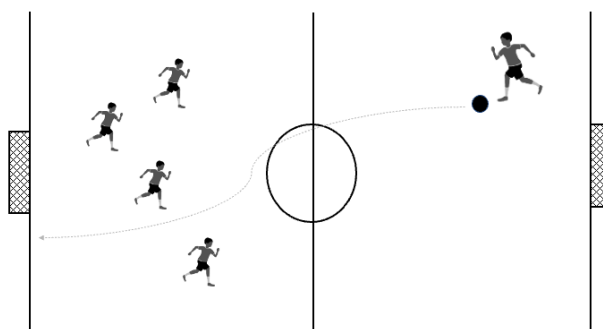
1.3 Permitir que o atleta conduza a bola até a linha do meio;



1.4 Um aluno conduzindo a bola enquanto os outros tentam envolvê-lo em um grande círculo;



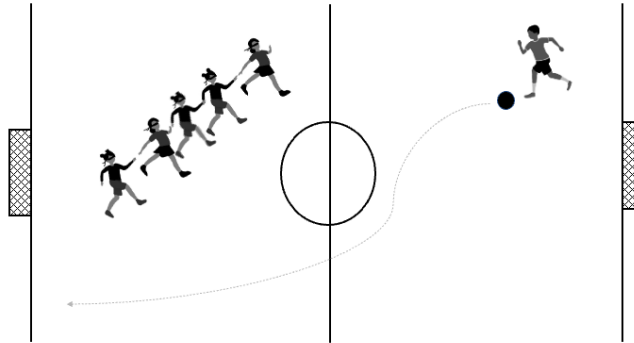
1.5 Um atleta com a bola dominada deverá sair da linha de fundo com o objetivo de ultrapassar a outra linha de fundo. Todos os outros irão impedir a sua passagem caso um defensor toque na bola, o condutor reinicia a caminhada que neste momento terá os defensores afastados para o recomeço do jogo. Cada um terá 3 tentativas.



2. Seguir o chamador – Todos devem circular com a bola dominada e ao sinal do chamador deverão fazer o passe no sentido do som, direcionando o movimento e aguçando o mecanismo de decisão. Deverá combinar anteriormente os códigos de deslocamento em diversas direções e ao sinal os atletas cumprem o combinado. Ex: 1 corre para frente, 2 correm para trás, 3 correm para a direita, 4 correm para a esquerda.

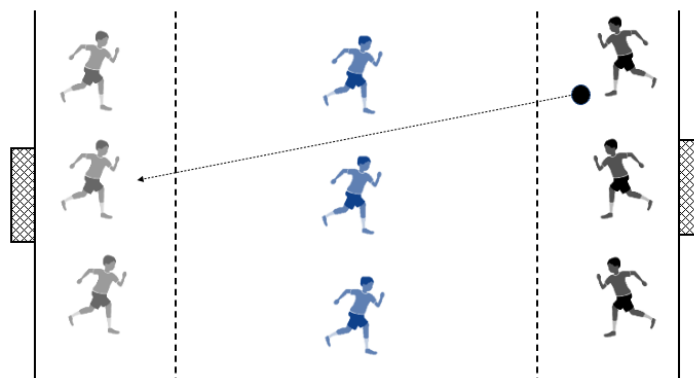


3. Muro andante - Formar uma barreira de mãos dadas que irá se deslocar lateralmente impedindo que um atleta com a bola dominada passe para o outro lado. Obs: somente as extremidades da barreira poderão interceptar a bola usando os pés.

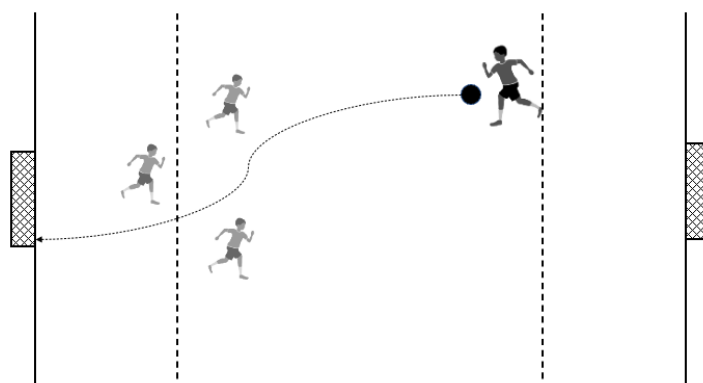


4. Bloquear a bola - Divide o grupo em 03, sendo cada um em um terço da quadra. O grupo da extremidade trocará passes que serão interceptados pelo grupo do meio. Quando houver o bloqueio os grupos trocarão de lugar com o grupo da extremidade que foi bloqueado.

Evolução desse jogo: o grupo do meio quando interceptar a bola, partirá no ataque em direção ao gol. Podendo escolher qualquer lado.

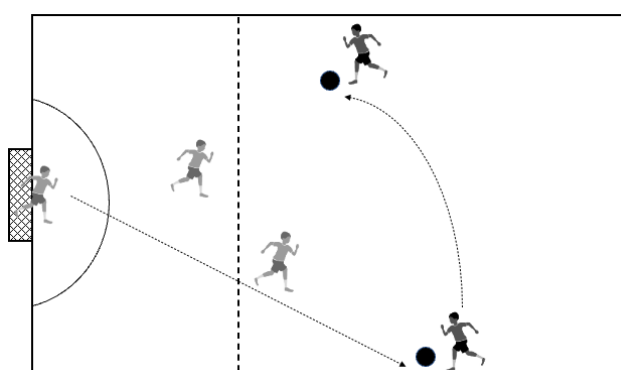


5. A Caminho do gol - Um atleta deverá partir com a bola dominada tendo 3 atletas na defesa. Caso ele faça o gol, ele eliminará um defensor. O Jogo continua até que a defesa seja completamente eliminada. A cada bola que for bloqueada troca-se o atacante.



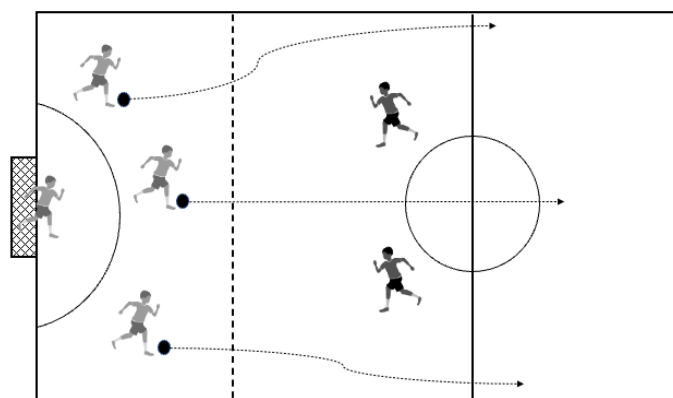
6. Seguir a linha da bola - O goleiro deverá fazer a reposição da bola em uma das bandas; na banda oposta, o atacante correrá na direção do som para que o atleta que recebeu faça o passe ao companheiro que partirá em direção ao gol.

Introduzir um defensor, depois mais um, até evoluir para o jogo.



7. Qualquer lado - O jogo transcorre normalmente até que o mediador indica onde será feito o gol.

8. Correio - Uma equipe terá um determinado número de bolas que deverão ser transportadas para o outro lado e só serão entregues se passarem dominadas pela área do lado oposto. As equipes decidem o número de atacantes e defensores de acordo com a conveniência. É importante que os atletas só iniciem o jogo após discutirem a execução do mesmo.



ENTRE NO JOGO

Esse é apenas um ponto de partida. Analise cada jogo e tente selecionar elementos que fazem parte do futebol e assim passe a montar estratégias criando e recriando a cada jogada. É importante lembrar que cada atividade tem o seu tempo de maturação; é a paciência pedagógica que vai determinar o crescimento do grupo.

AVANÇADO PARA O JOGO EM NÍVEL OFICIAL: REGRAS BÁSICAS E DIRETRIZES TÉCNICO-TÁTICAS NO FUTEBOL PARA CEGOS

Os adolescentes que tiveram uma formação baseadas nos preceitos apresentados no capítulo I e demonstraram pleno desenvolvimento das capacidades físicas, sensoriais e intelectuais proporcionadas pelas atividades apresentadas no capítulo II, certamente estarão aptas para evoluir para a prática do futebol de cegos conforme os padrões estabelecidos pelas regras oficiais da modalidade.

Para isto, neste capítulo estão apresentados dois conteúdos:

- 1- As regras básicas do esporte, pensando naqueles leitores que ainda são pouco acostumados com a modalidade, mas perceberam, pela leitura dos capítulos anteriores, que é possível contribuir para o desenvolvimento deste esporte.
- 2- Os padrões táticos mais básicos para o início do jogo de futebol de cegos em nível competitivo (seja voltado para o alto rendimento, ou para a prática como instrumento de lazer, saúde e bem estar).

REGRAS DO FUTEBOL PARA CEGOS

As regras do Futebol de cegos são baseadas nas regras do futsal estabelecida pela Federação Internacional de Futebol (FIFA). Entretanto, para motivar a prática e proporcionar maior dinamismo no jogo, o sub-comitê de futebol de 5 da *International Blind Sport Federation* - IBSA definiu algumas adaptações nas regras, de acordo com as dificuldades apresentadas pelos atletas com deficiência visual, sem descaracterizar o jogo convencional. Todos os jogadores de linha devem usar vendas para garantir que todos estejam equidade condições. Tal regra é baseada no fato de que, os atletas que tenham algum resíduo ou percepção visual mesmo na classificação médica B1, ou seja, são capazes de perceber algum objeto que passe pelo seu campo visual - mesmo não tendo capacidade de identificá-lo ou orientar-se em uma direção decorrente de uma fonte de luz (p.e. uma lâmpada). Somente o goleiro, que tem sua área de atuação reduzida (delimitada) e não apresenta nenhuma limitação visual (Campos, 2017, Morato, 2007).



Figura. Venda do futebol de cinco

Quando a bola está em jogo, os jogadores são obrigados a avisar que vão disputar uma bola para evitar acidentes por meio de um comando universal “voy” que obrigatoriamente deve mencionar o atleta que está realizando a marcação e aproximação.

Essa bola tem guizo para que os jogadores possam se orientar em relação a ela e ao adversário, por isso a torcida deve permanecer em silêncio total, para não confundir os jogadores (ITANI, 2007).

No interior da bola são implantados guizos internos, artefato que emite som de forma constante e que permite deslocamento de forma regular e retilínea da bola. Na regra atual, a bola deve ser fabricada com couro ou material similar, com circunferência entre 60cm a 62cm e peso de 510g a 540 g. As bolas geralmente apresentam 6 guizos internos. Cada guizo é formado por 8 bolas de aço e uma tampa de metal fixada na parte interna da bola (Figura 3).



Figura. Bola Oficial de Futebol de Cinco

As equipes contam com um chamador, que fica atrás do gol adversário para orientar os jogadores no ataque, esse tem uma área delimitada para trabalhar (MORATO, 2007). De acordo com Suárez (2014) as principais funções do chamador estão associadas a:

1. Orientar os jogadores no terço ofensivo do campo (últimos 12 metros):

2. Indicar a distância do jogador ao gol.
3. Informar o número de defensores que tem entre o gol adversário e ele próprio
4. O guia falará de uma posição fixa para que o jogador saiba o ângulo que forma desde sua posição até o ponto de orientação.
5. A posição dos parceiros de ataque será indicada.
6. Indicar de maneira sonora a trave superior e laterais, para orientar os jogadores em bolas paradas, considerando a dinâmica realizada durante os treinamentos.
7. No nível defensivo ele poderá guiar o pivô, com o objetivo de bloquear a possível saída da equipe adversária, e orientar os jogadores que devem recuar.

Para que o chamador desempenhe suas funções de maneira efetiva é importante conhecer os códigos, sistemas táticos, estratégias, lances de bola parada, características físicas e técnicas de seus jogadores e oponentes. Para que dessa forma transmita informação de forma concreta e com poucas palavras, devido à rapidez com que as ações decorrem e à sua rápida variabilidade. Usar um tom de voz apropriado, às vezes gritar demais machuca os jogadores. É tão importante falar como calar-se quando necessário (o jogador deve ouvir a bola). Coordene com os jogadores comandos que possam dificultar a compreensão do adversário e comunicar previamente aos jogadores em que posição do gol está realizando o comando ou se está sempre posicionado na parte central do gol. E por fim, que sempre esteja sempre coordenado com o treinador e o goleiro (SUARÉZ, 2014).



Figura. O Chamador

O futebol de cinco é jogado em quadras que tem as mesmas dimensões de uma quadra de futsal: largura de 18m (dezoito metros) a 22m (vinte e dois metros) e comprimento de 38m (trinta e oito metros) a 42m (quarenta e dois metros). O piso pode ser de madeira, cimento, borracha sintética ou similar, gramado natural ou gramado sintético e deve ser plano, liso e não abrasivo (MORATO, 2007).

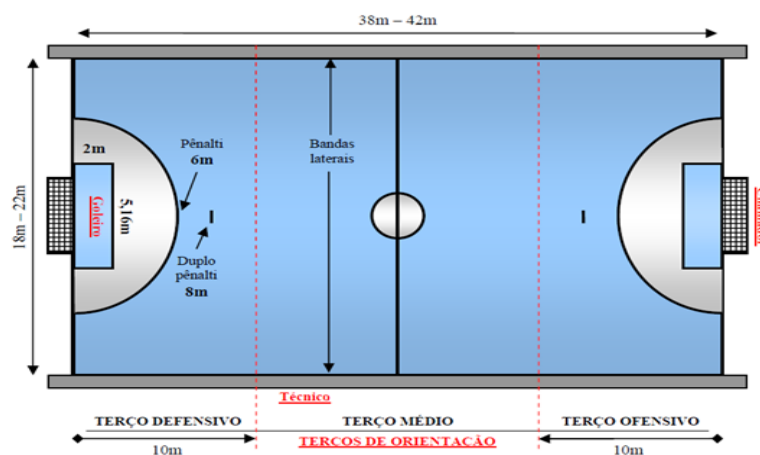


Figura. Quadra do Futebol de Cinco

Alguns jogadores relatam que não gostam do gramado sintético, pois acreditam que este piso dá mais vantagens as equipes de menor nível técnico. As duas linhas laterais do jogo são chamadas de bandas laterais, decorrentes do uso de barreiras colocadas ao longo de toda sua extensão com medidas variando de 1m (um metro) a 1,20m (um metro e vinte centímetros) de altura (MORATO, 2007).

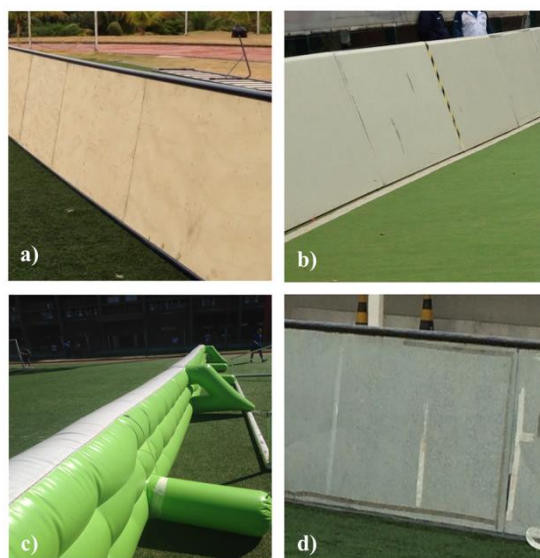


Figura. Bandas laterais para a prática de futebol de 5.

Legenda: a) banda lateral de madeira; b) banda lateral de material plástico; c) banda lateral inflável; c) banda lateral de alumínio.

Para o deslocamento ou condução da bola, os jogadores se movimentam com a bola entre os pés, passando-a de um ao outro sem perder seu contato, pois se assim não o fizesse, facilitaria a retirada pelo adversário (ITANI, 2007).

No drible, as pessoas sem deficiência visual ao conduzirem a bola utilizam da mudança de direção rápida ou a finta para confundir visualmente o adversário, pois ao realizar a mudança de direção ou jogo de corpo geram um desequilíbrio do adversário que se movimenta para o lado que o atleta realizou o primeiro movimento, mas não conseguem acompanhar o movimento real.

No futebol de cegos, não há esta finta, pois o drible é feito quando o atleta conduz a bola, tentando se deslocar do adversário mudando de direção e deixando-o para trás. A mudança de direção e velocidade alternadas na condução desta bola significa, para um cego, um bom drible (MORATO, 2007).

Principais posições e funções dos jogadores e as táticas do futebol para cegos

O futebol para cegos surgiu do futsal, por isso a sua forma de jogar é muito parecida com o futsal, sendo suas posições e os sistemas táticos semelhantes, destacando que, os princípios do futsal são que no ataque, a conservação da posse de bola, progressão em direção ao alvo adversário (gol adversário) e a finalização, buscando o gol e na defesa,

recuperação da bola, impedimento a progressão da equipe adversária e a proteção do próprio gol.

No Futebol de Cinco, utiliza as mesmas anotações anteriores, com algumas variáveis, pelos atletas serem deficientes visuais como no ataque, dependendo de como a equipe joga, se ela for bem treinar, sempre terá a posse da bola trocando passes e armando jogadas, sempre em direção ao gol adversário e na defesa, igualzinho a defesa do Futsal (FREIRE; CONRADO, 2014; MORATO, 2007).

Posições:

Goleiro: o goleiro do futebol para cegos não apresenta deficiência visual, no entanto, seu espaço de atuação é restrito: dois metros à frente e cinco metros de largura (um metro lateral de cada poste de gol e dois metros à frente), sendo que qualquer atuação fora desta área é punida com pênalti e, geralmente, converte-se em gol, devido à força que é impressa na bola pelos jogadores cegos. (SHIHONMATSU, 2010).



Figura – Área do goleiro (2 x 5 metros). **Fonte:** Shihonmatsu, 2010

O goleiro não pode sair dessa área, se não acontece um pênalti; ele só pode utilizar as mãos para lançar a bola aos jogadores, e os pés são utilizados apenas para fazer uma defesa dentro da sua área delimitada.

Fixo: Jogadores que jogam fixos atrás na defesa para defender sempre sua meta contra os ataques adversários, além de recebe auxílio do goleiro para se posicionar e para desarmar o adversário. O fixo raramente avança até a meia quadra ofensiva.

Ala: São jogadores multifuncionais, que marcam, desarmam e atacam ao mesmo tempo (desarma e conduz a bola ao ataque). O ala é auxiliado pelo goleiro, quando está na defesa marcando e pelo técnico, quando está nas laterais ou pelo meio, desarmando ou atacando.

Pivô: Os pivôs são jogadores rápidos e ágeis que tem ótima coordenação motora e percepção dos adversários, tem que estar sempre atentos para dominar e girar, partindo para o gol adversário. Eles são auxiliados pelo chamador, que fica atrás do gol adversário em decorrência de seu posicionamento no terço de ofensivo. (SHIHONMATSU, 2010).

OS SISTEMAS TÁTICOS E SUAS FUNÇÕES

No Futebol para cegos utiliza-se quatro tipos de sistemas táticos, similar ao usado no Futsal, sendo esses: sistema 2x2, o 3x1, o 2x1x1 e o 4x0 (MORATO, 2007). Esses sistemas são utilizados de acordo com a escolha do treinador da equipe, que pode utilizar variações nos treinos, dependendo de acordo com as características de cada atleta da equipe ou dependo a tática ou jogada, treinada pelo treinador

No sistema 2x2, são dois jogadores responsáveis por funções defensivas e os outros dois por funções ofensivas. Os atacantes jogam mais abertos pelas alas, mas não lado a lado, sempre um mais a frente ou infiltrado pelo meio, próximo à área de pênalti adversária. Um dos defensores tem mais liberdade, para movimentar ou sair com a bola em direção ao ataque, mas dificilmente eles vão à meia quadra ofensiva e os atacantes quase nunca voltam para o meio na quadra. É um sistema considerado ofensivo por disponibilizar sempre duas opções na meia quadra e, também, para saídas de bola como observamos. (MORATO, 2007).

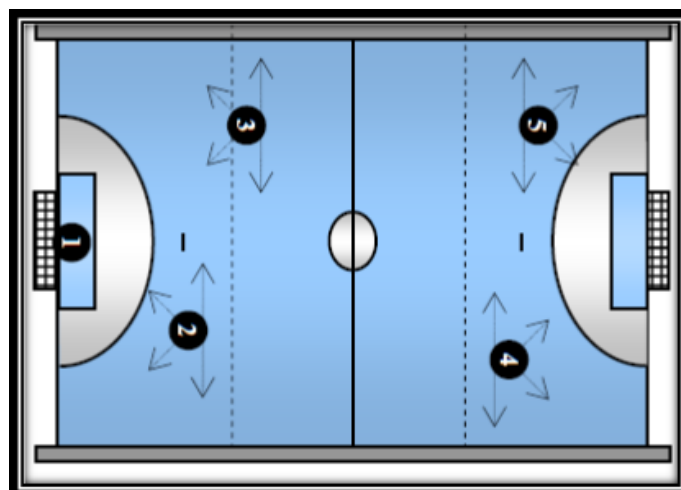


Figura – Sistema Tático 2x2. **Fonte:** Morato, 2007.

No sistema 3x1, são três defensores (um fixo e dois alas) e um atacante (pivô), que nunca recua até a meia quadra defensiva e o fixo raramente avança até a quadra ofensiva sendo que os alas transitam entre as duas metades da quadra, auxiliando o fixo na defesa e o pivô no ataque. É um sistema mais maleável que pode se tornar mais ofensivo, dando mais liberdade aos alas para atacar, modificando-se para 1x3 ou 1x2x1 ou também se tornar mais defensivo, tirando dos alas as funções ofensivas e deixando-os mais próximos do fixo na meia quadra defensiva.

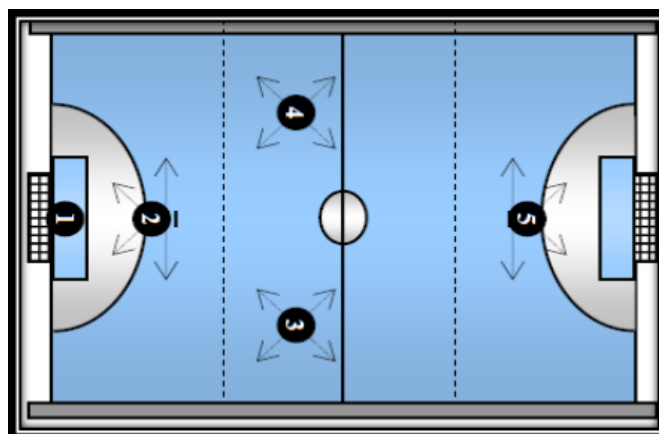


Figura – Sistema tático 3x1. **Fonte:** Morato, 2007.

O sistema 2x1x1 é uma variação do 2x2, a diferença entre os dois sistemas é que no 2x1x1 um dos atacantes faz a função de ala; recuando para auxiliar a defesa, seja para interceptar o lançamento do goleiro adversário, ou para dobrar a marcação na defesa, mas

continua sendo ofensivo quando estiver com a bola ou dando opção para os alas quando avançam.

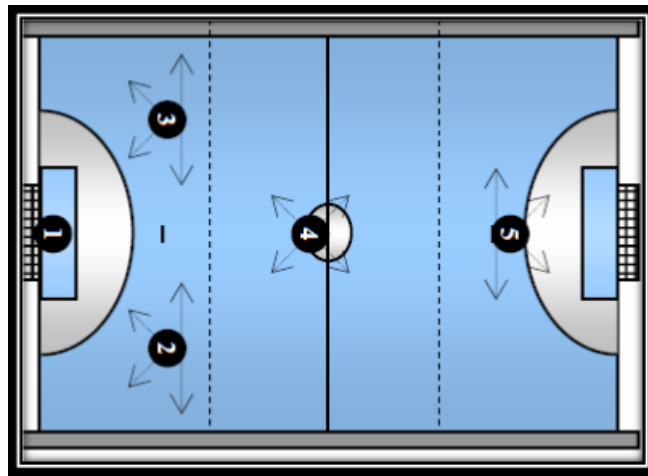


Figura – Sistema tático 2x1x1. **Fonte:** Morato, 2007.

Essas são as principais funções e sistemas táticos para iniciação que os jogadores realizam no Futebol de cegos, sendo a imprevisibilidade, um dos fatores determinantes nos resultados dos jogos, já que as ações táticas não apresentam muitas variações devido à dificuldade que os jogadores encontram por não enxergar, mas aproveitar os auxílios como as bandas laterais, podem ajudar a criar jogadas diferentes ou tabelas em ações individuais e coletivas.

INICIAÇÃO ESPORTIVA NO FUTEBOL DE CEGOS



For more information contact

football.chair@ibsasport.org

and

football.eurdev@ibsasport.org



RESPECT

