

Andebol Coletivo



OLIMPÍADA
DE
VALONGO DO VOUGA
2013/2014



Época 2013/2014



Introdução

Promover, divulgar, ensinar, treinar e competir no desporto em geral e no andebol em particular obriga a uma determinada organização e objetivos diferenciados em cada um dos escalões.

Assim, apresentamos o planeamento desportivo para a época 2013/2014.

Objetivos Gerais do plano de desenvolvimento técnico desportivo

1. Objetivos curto, médio e longo prazo

a) Objetivos Gerais

- Criar condições para os jovens acumularem um conjunto de elementos que possam promover a cooperação intergrupo donde resulta a coerência do grupo e daí o equilíbrio da relação (oposição) das equipas e do processo dialético que vivem no específico sistema de jogo;
- Promover a aquisição dos “skills” próprios da modalidade que permitam comunicar, segundo os regulamentos do sistema andebolistas, de forma a alcançar uma cooperação efetiva (coesão e fluência) na progressão ofensiva ou defensiva;
- Criar condições para o aproveitamento a motivação pela prática do jogo se fomenta o enriquecimento tático intelectual dos jogadores de forma a encontrarem no jogo – qualquer que seja o nível – a melhor solução para os problemas surgidos nas diferentes ações de jogo;
- Promover a aprendizagem nas diversas vertentes:
 - i. Técnica – conjunto de elementos específicos da modalidade;
 - ii. Tática – interligação de ações de dois ou mais jogadores utilizados para ultrapassarem os problemas que em cada momento são criados pelo oponente e escolhidos em função da “leitura de jogo” realizada;
 - iii. Regulamentar e Organizativa – mecanismos que regem o jogo e a modalidade;
- Dar oportunidade de afirmação pessoal, aos jovens praticantes e criar condições ao desenvolvimento e evolução das suas capacidades;
- Contribuir para a formação global do jovem;
- Ocupação formativa e educativa dos tempos livres;
- Melhorar entendimento da sociedade através do convívio em grupo / equipas;
- Melhorar a médio prazo o nível qualitativo das equipas dos vários escalões de formação;



3- Médio Prazo

- Formar os escalões de Bambis, Minis, Infantis, Iniciados, Juvenis e Juniores Femininos que irão disputar os campeonatos regionais e Nacionais;
- Observar o maior número possível de atletas;
- Observá-los e avaliá-los o mais cedo possível;
- Detetar, seleccionar, formar, promover e acompanhar, o mais cedo possível, o percurso competitivo (jogos e treinos) dos jovens talentos;

4- A Longo Prazo

- Melhorar a qualidade do jogo nos vários escalões, com o consequente acréscimo da prestação competitiva;
- Melhorar a qualidade do jogo, com a consequente melhoria da prestação competitiva;
- Melhorar a qualidade do jogo em todos os Escalões, proporcionando assim, a realização de provas nacionais, regionais, com elevado índice competitivo, que viabilizem uma grande evolução técnico tática de todos os praticantes;
- Garantir que os jovens talentos tenham uma correta aprendizagem;
- Garantir que os jovens talentos seja integrado, o mais cedo possível nos trabalhos do escalão superior.

Definição Objetiva do Enquadramento Técnico e seu Coordenador

Escalões a abranger

- Bambis;
- Minis Femininos;
- Infantis Femininos;
- Iniciados Femininos;
- Juvenis Femininos;



Enquadramento Técnico

A equipa técnica para a época 2013/2014 é constituída pelos seguintes elementos:

Técnico Coordenador: Rui Manuel Ferreira Calhau.

Qualificação Técnica 3º Grau.

Licenciado em Educação Física;

BAMBIS

Técnicos – Rui Calhau/Emanuela Moraes/Rita Tavares

MINIS FEMININOS

Técnico - Rui Manuel Ferreira Calhau - Qualificação Técnica 3º Grau.

Adjuntas – Rita Tavares – Licenciada em Ciências do Desporto

Emanuela Moraes – Estudante de Ciências do Desporto

INFANTIS FEMININOS

Técnicos – Rui Calhau - Qualificação Técnica 3º Grau.

Rita Tavares – Licenciada em Ciências do Desporto

INICIADOS FEMININOS

Técnico – Diogo Santos - Qualificação Técnica 2º Grau.

JUVENIS FEMININOS

Técnico: Diogo Santos - Qualificação Técnica 2º Grau.

DIRIGENTES

António Conceição

João Pinheiro

João Fins

Eugénio Alves

Fábio Silva

José Luís Santos

Planeamento - Objetivos

	NÍVEL	CONTEÚDOS	OBJETIVOS
BAMBI	INTRODUÇÃO	Mini – Andebol; Adquirir regras de jogo e de treino; Participar em diferentes formas de Jogo; Técnica individual.	Aprendizagem multilateral; Desenvolver a perceção espacial; Desenvolver a coordenação óculo-manual; Compreender e praticar Jogos Pré-Desportivos; Conhecer e aplicar as regras; Aprender a jogar jogando o jogo; Aprender e aplicar gestos técnicos de forma lúdica.
MINIS	INTRODUÇÃO	Iniciar técnicas de base; Participar em diferentes formas de Jogo; Jogo Formal em Concentrações/Torneios; Iniciar a Técnica defensiva base (1x1); Fundamentos da defesa HxH; Técnica Individual.	
INFANTIS	ELEMENTAR	Jogo Formal de Andebol; Aperfeiçoar a Técnica defensiva de Base; Fundamentos da defesa HxH; Fundamentos da defesa à zona; Tática individual; Técnica individual.	Compreender os objetivos do jogo; Conhecer e aplicar as regras; Ocupar o terreno de jogo na alternância da situação defesa/ataque; Compreender e aplicar a defesa homem a homem; Compreender e aplicar a defesa em duas linhas; Fazer a leitura da defesa adversária; Aprender e aplicar os gestos técnicos.
INICIADOS	PRÉ-COMPETITIVO	Consolidar a técnica defensiva; Condição Física; Tática Individual; Tática de Grupo (2 a 2) e (3 a 3); Técnica Individual; Tática Coletiva defensiva; Iniciar o trabalho por postos específicos; Espírito de sacrifício.	Aprender e aplicar os gestos técnicos específicos; Aprender os meios táticos do jogo; Circulação de bola; Trajetórias dos jogadores com e sem bola; Desmarcação e linhas de passe; Contra-ataque apoiado; Contra-ataque com e sem drible; Aperfeiçoar a defesa Homem a Homem; Compreender e aplicar a defesa numa linha 6:0; Controlo do adversário direto.
JUVENIS	COMPETITIVO	Aptidão física; Fundamentos específicos; Tática Coletiva Ofensiva; Tática Coletiva Defensiva; Técnica Individual; Organização ofensiva e defensiva; Espírito de sacrifício; Espírito de equipa.	Aperfeiçoar os elementos técnicos e táticos das fases anteriores; Desenvolver os sistemas defensivos 6:0, 5:1, 4:2 e 3:2:1; Desenvolver diferentes sistemas ofensivos 5:1, 4:2 e 3:3; Aprender a jogar em função dos postos específicos; Dar “vida” ao coletivo através da organização ofensiva e defensiva; Aplicar meios táticos de grupo;



Planeamento - Atividades

	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL
1												
2												
3												Encontro Minis
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												
31												

Início Época INF	Início Época INC/JUV	Início Época JUN	Início Época MINIS
------------------	----------------------	------------------	--------------------

Jogo Apresentação INIC	Jogo Apresentação JUN	Jogo Apresentação JUV	Jogo Apresentação INF
------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Torneio kaky Gaia INF/JUV	Torneio S. Pedro Sul INF/JUV	Torneio Barcelona JULHO
---------------------------	------------------------------	-------------------------

O Coordenador

Rui Manuel Ferreira Calhau

Valongo do Vouga, 26 de setembro de 2013