

PROGRAMA PARA FORMAÇÃO DE BASE NO FUTEBOL FEMININO



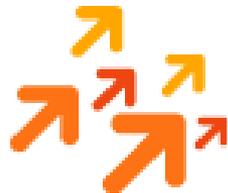
Nosso desafio



Identidade



Relações



Processos



Recursos

Fazer a gestão de pessoas, processos, recursos, buscando atender o foco **social** e **competitivo** com base nos nossos valores e propósitos de cada projeto representado. Fazendo acontecer o que for necessário para trazer os resultados esperados.



Nossa proposta

ESPORTE PARTICIPAÇÃO/ EDUCAÇÃO	ESPORTE FORMAÇÃO/RENDIMENTO
<p>Formação da cidadã Inclusão de todas Foco na vivência: esportiva educacional e lúdica Foco no processo de formação da proposta do projeto com base no desenvolvimento humano para o jovem do século XXI</p>	<p>Formação de atletas Formação da cidadã Competições oficiais Processo seletivo Foco no resultado</p>
<p>Competências socioemocionais Competências comportamentais para o século XXI</p>	



A Jornada

Centro de
Treinamento
Santa Cruz



Participativo/educativo

Projeto
MENINAS EM CAMPO
Promover a igualdade e
oportunidade para
meninas no futebol de
campo.

Formação

CATEGORIA SUB15
Processo de
oportunidade de
desenvolvimento de
talento, com foco em
aprimorar capacidade
e propor vivências
competitivas,
preparando para a
categoria SUB17

Em paralelo
Equipe Meninas Em
Campo até a SUB17

Rendimento

**CATEGORIA
SUB17**
Equipe competitiva e
formadora dentro do
padrão de jogo e
perfil de atleta,
tendo como
referência a equipe
profissional do
Santos FC

INICIO DO PROCESSO

ATLETA PROFISSIONAL

11 a 13 ANOS

Meninas Em Campo

SUB 15

Equipe A = formação
Equipe B = Meninas Em Campo

SUB17

Equipe de base
SantosFC

Meta: Filosofia de trabalho da equipe de base



CALENDÁRIO 2019





Projeto Meninas Em Campo

Equipe de Base Feminina Sereias da Vila

CALENDÁRIO 2019



	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
EM CAMPO	COLÔNIA DE FÉRIAS	TREINOS DE 11 A 13 ANOS (M) 14 A 17 (T) - DESAFIOS Gatorade 5x5 (3)	DESENVOLVIMENTO		C.FÉRIAS	TREINOS DE 11 A 13 ANOS (M) 14 A 17 (T) - DESAFIOS COPINHA M.EM CAMPO		TAÇA SP - SUB15/13 NÃO FEDERADA		CONCLUIR		
PRODHE ESTUDOS	OFF	DIA 13 FEV CULTURA ESPORTIVA	AVALIAÇÃO DE IMPACTO SOCIAL ?		CONIPE	AVALIAÇÃO DE IMPACTO SOCIAL COM FAMÍLIA ?		MARATONA DE PRÁTICAS				
SUB 15	PLANEJAMENTO	PRÉ TEMPORADA/PREPARATÓRIO		PRÉ COMPETIÇÃO		TAÇA SP SUB15 FEDERADAS \$OFF		SUB15 - FPF	CONMEBOL 15 / 17			
SUB17	PRÉ TEMPORADA/COPA GEVI \$\$			PRÉ COMPETITIVA		PAULISTA SUB17						
	SELEÇÃO BRASILEIRA NA COPA DO MUNDO =>					7/JUN A 7/JUL	BRASILEIRO SUB18					

PREPARAÇÃO FÍSICA – BASE SUB 17 (em processo e alinhamento)

PERÍODOS	TRANSIÇÃO	PREPARATÓRIO	PRÉ COMPETIÇÃO	COMPETIÇÃO	TRANSIÇÃO
ETAPA DE TREINAMENTO	Geral	Específica	Pré - Competitiva	Competição	Geral
OBJETIVO	Adaptação Anatômica	Força máxima	Conversão de força para potência muscular	Manutenção da força especial (especifica da modalidade futebol) Intervalos preventivo Variação de desempenho	Redução da carga intencional mente Reabilitação

Resultado é consequência de preparação e foco. Excelência é fazer o que ninguém pede aprimorando detalhes no dia a dia. Que 2019 seja o melhor ano para todos envolvidos.

Sandra Santos
Coach e coordenadora

**O que
precisamos**



RERCURSOS

MATERIAL DE TREINO QUE PODEM SER UTILIZADO POR AMBOS NO CAMPO

PREPARAÇÃO FÍSICA

- Caneleira
- Bozu
- Disco de propriocepção
- Cinto de tração
- TRX – treinamento suspenso
- Paraquedas
- **Trenó (Equipe do Santa pode fazer com material reciclado)**

PREPARAÇÃO TÉCNICA/TÁTICA

- Barreira de falta (Avaliar se consegue fazer *)
- Barreira móvel
- **Mesa ball (Fazer**) – maior utilização para o projeto e eventos**
- Bomba para encher bola
- Bolas de borracha
- Bolas de futsal
- Coletes simples
- Squissi individual (personalizado)

FUNDAMENTAÇÃO



Lei Pelé

Outras leis complementares nos dão pistas de que existem diferentes formas de vivências e práticas esportivas. **Especificamente a Lei n. 9.615/98, batizada como “Lei Pelé”,** regulariza o esporte em nosso país, caracterizando-o nas seguintes manifestações:

Esporte Educacional: praticado nos sistemas de ensino e em formas assistemáticas de educação, evitando-se a seletividade, a hipercompetitividade de seus praticantes, com a finalidade de alcançar o desenvolvimento integral do indivíduo e a sua formação para o exercício da cidadania e a prática do lazer. –

Esporte de Participação: praticado de modo voluntário, compreendendo as modalidades desportivas praticadas com a finalidade de contribuir para a integração dos praticantes na plenitude da vida social, na promoção da saúde e da educação e na preservação do meio ambiente. –

Esporte de Rendimento: praticado segundo normas gerais dessa lei e das regras de práticas desportivas – nacional e internacional –, com a finalidade de obter resultados e integrar pessoas e comunidades do País, e estas com as de outras nações.



Competências para o século XXI

Intrigado com essa questão, um grupo de fundações pediu que o [National Research Council](#), uma organização norte-americana que faz pesquisas sobre temas importantes da sociedade para ajudar governos a desenham políticas públicas, reunisse especialistas para definir quais são essas competências. Durante um ano, um comitê formado por educadores, psicólogos e economistas fez pesquisas sobre o que se espera que os estudantes alcancem nos seus ciclos escolares, nos seus futuros trabalhos e em outros aspectos da vida. O resultado, publicado no fim de julho no livro digital [“Educação para a Vida e para o Trabalho: Desenvolvendo Transferência de Conhecimento e Habilidades do Século 21”](#), tenta dar nomes aos bois e ajudar professores e gestores públicos a prepararem os estudantes para o século 21.



Competências para o século XXI



Habilidades socioemocionais

Respeitar e expressar sentimentos e emoções, atuando com progressiva autonomia emocional;
Atuar em grupo e demonstrar interesse em construir novas relações, respeitando a diversidade e solidarizando-se com os outros;

As principais competências que permeiam o aprendizado socioemocional são:

Autoconsciência: Identificar emoções, ter percepção afiada, reconhecer pontos fortes, desenvolver autoconfiança e autoeficácia;

Consciência social: Saber olhar as coisas em perspectiva, desenvolver empatia, apreciar diversidade e respeitar os outros;

Autogerenciamento: Aprender a controlar impulsos, saber lidar com estresse, ter disciplina, automotivação, buscar objetivos, construir habilidades organizacionais;

Habilidades de relacionamento: Comunicação, engajamento social, construir relações e saber trabalhar em grupo;

Tomada de decisão responsável: Identificar problemas, analisar e avaliar situações, solucionar problemas, refletir, ter responsabilidade ética.



Habilidades socioemocionais

Na formação de atleta no futebol

Mais recentemente, o desenvolvimento da neurociência demonstrou a relação entre o desenvolvimento socioemocional e o desenvolvimento cognitivo. Pesquisas têm constatado que a introdução de habilidades socioemocionais nos currículos tem trazido impacto educacional positivo.

Queremos uma **ATLETA** com autonomia para refletir e enfrentar diferentes situações com seus próprios recursos e capaz de tomar decisões por si mesmo.

Queremos uma **ATLETA** que, ao compreender que as pessoas têm diferentes sentimentos, necessidades e maneiras de pensar e agir, desenvolva a empatia pelos outros.

Queremos uma **ATLETA** com determinação para atingir as suas metas, que tenha projetos e vontade de atingir um objetivo, acadêmico ou profissional.

Queremos uma **ATLETA** cooperativo, que amplie as relações interpessoais, desenvolva atitudes de participação e de convívio.

Temos certeza de que, esta **ATLETA** que ambicionamos formar, terá condições de enfrentar seus erros e suas frustrações no esporte e na vida, levantando rápido com ética e vencendo muito mais.



Habilidades socioemocionais

Equipe em campo

Temos grandes desafios.

Por onde começar?

Por nós mesmos, por cada treinador/educador, monitores, estagiarias, coordenação.

Queremos que nossa equipe esteja Em Campo também com:

- **Empatia**
- **Autonomia**
- **Responsabilidade**
- **Determinação**



COMPETIÇÕES





CALENDÁRIO MACRO 2019



	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
EM CAMPO	COLÔNIA DE FÉRIAS	TREINOS DE 11 A 13 ANOS (M) 14 A 17 (T) - DESAFIOS				C.FÉRIAS	TREINOS DE 11 A 13 ANOS (M) 14 A 17 (T) - DESAFIOS					CONCLUIR
PRODHE ESTUDOS	OFF	DIA 13 FEV CULTURA ESPORTIVA	AVALIAÇÃO DE IMPACTO SOCIAL ?			CONIPE	AVALIAÇÃO DE IMPACTO SOCIAL COM FAMÍLIA ?					MARATONA DE PRÁTICAS
SUB 15	PLANEJAMENTO		PRÉ TEMPORADA/PREPARATÓRIO			PRÉ COMPETIÇÃO		TAÇA SP SUB15 FEDERADAS \$OFF		SUB15 - FPF		
SUB17	PRÉ TEMPORADA/COPA GEVI \$\$				PRÉ COMPETITIVA		PAULISTA SUB17					15 / 17
	SELEÇÃO BRASILEIRA NA COPA DO MUNDO =>					7/JUN A 7/JUL		BRASILEIRO SUB18				

G
E
S
T
Ã
O

1. ETAPA Estruturar Recursos Pessoas Processos Missão / Excelência	2. ETAPA Acompanhar Aprimorar Alinhar Evoluir Multiplicar	3. ETAPA Atenção nos processos para Competir bem, considerando toda preparação.	4. ETAPA Colher resultados Multiplicar Avaliar Aprimorar
---	---	---	---

FOCO E PRIORIDADES

<ul style="list-style-type: none"> Equipe Em Campo (aumentar) EM PAUTA Equipe Santos (aumentar) EM ANDAMENTO Estrutura física e material para treinos Agregar parceiros (nutrição, fisio,sustentabilidade etc..) EM ANDAMENTO Sala de avaliação e fisioterapia. EM PAUTA Iniciar o programa comportamental OK Definir planejamento integrado OK Iniciar o Programa Família Em Campo OK 	<ul style="list-style-type: none"> Acompanhar processos de rotina OK Feedback quinzenal OK Entrega de resultados e metas EM ANDAMENTO Fortalecer ações com parceiros. (comunidade, universidade, federação, ongs, etc) 	Fechamento de ciclo Conquistas Relatório final por projetos EM CAMPO SANTOS FC
--	--	---

PREPARAÇÃO COM BASE NA SUB 17

PERÍODOS	TRANSIÇÃO	PREPARATÓRIO	PRÉ COMPETIÇÃO	COMPETIÇÃO	TRANSIÇÃO
ETAPA DE TREINAMENTO	Geral	Específica	Pré - Competitiva	Competição	Geral
OBJETIVO	Adaptação Anatômica	Força máxima	Conversão de força para potência muscular	Manutenção da força especial (especifica da modalidade futebol) Intervalos preventivo Variação de desempenho	Redução da carga intencional mente Reabilitação

O QUE É? DESAFIO EM CAMPO

"Desafio Em Campo" propomos:

10min

Fazer o aquecimento junto integrando as duas equipes;

25 x 25 (até 10 minutos de intervalo)

O jogo em si com elas próprias cumprindo as regras sem arbitragem de terceiros;

10min Roda de conversa no final

Topa o desafio 🖐️📧?



O QUE PODE SER MELHOR

RERCURSOS

MATERIAL DE TREINO QUE PODEM SER UTILIZADO POR AMBOS NO CAMPO

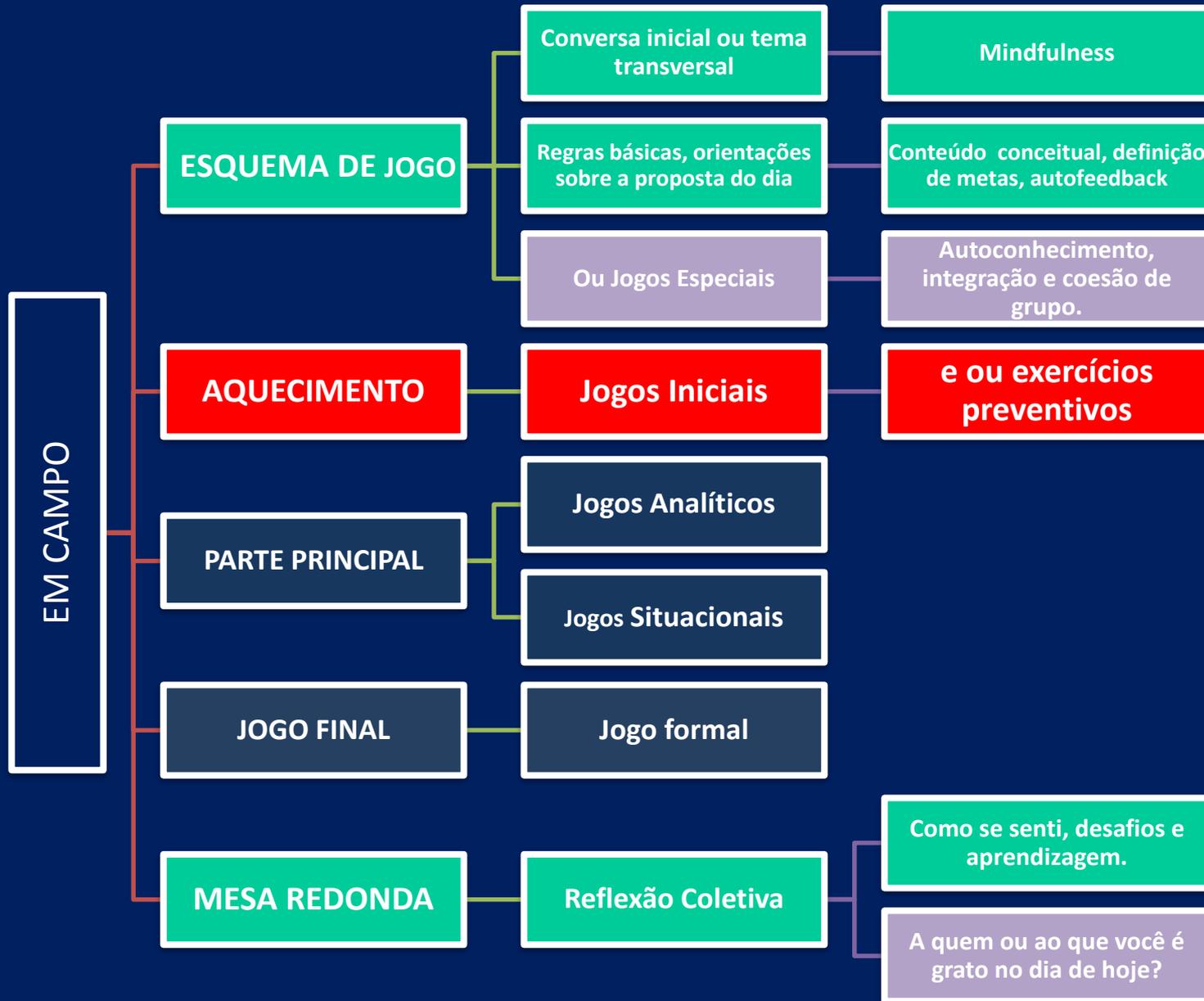
PREPARAÇÃO FÍSICA

- Caneleira
- Bozu
- Disco de propriocepção
- Cinto de tração
- TRX – treinamento suspenso
- Paraquedas
- Trenó (Equipe do Santa pode fazer com material reciclado)

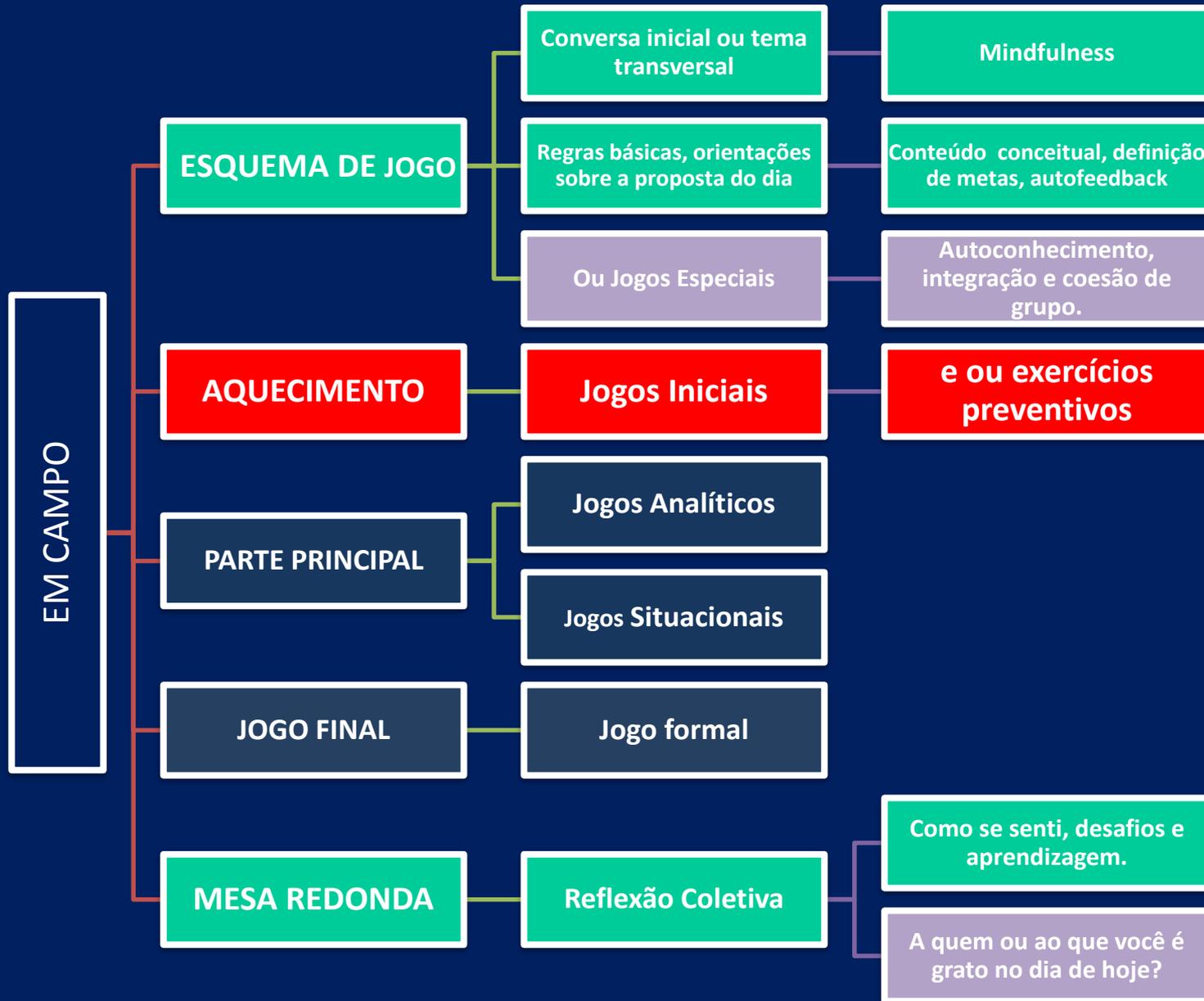
PREPARAÇÃO TÉCNICA/TÁTICA

- Barreira de falta (Avaliar se consegue fazer *)
- Barreira móvel
- Mesa ball (Fazer**) – maior utilização para o projeto e eventos
- Bomba para encher bola
- Bolas de borracha
- Bolas de futsal
- Coletes simples
- Squissi individual (personalizado)

ESTRUTURA METODOLÓGICA DE AULA



ESTRUTURA METODOLÓGICA DE AULA





**Vivemos
intensamente
nossos
princípios**



PRINCÍPIOS PEDAGÓGICOS

Aprender a
SER

Aprender a
CONVIVER

Nunca é só FUTEBOL

Aprender a
FAZER

Aprender a
CONHECER





**ACREDITAMOS NA
COOPERAÇÃO PARA
COMPETIR +**





TIVEMOS A I COPINHA MENINAS EM CAMPO



Copinha

“Meninas Em Campo”

GRUPO 1

Gêneses

Cruyff CEU - Quinta do Sol

Asape

GRUPO 2

Jundiapéba

Embu das Artes

Em Campo



Esporte para o desenvolvimento e Desenvolvimento humano pelo esporte

FORTALECEMOS PARCERIAS





Algar



CAIXA

EUSP



Colégio Santa Cr

UZ



EUSP

PRO

PRO

COMPETIMOS +



VENCEMOS, NA VERSÃO MAIS AMPLA SOBRE “VENCER”



GENÊRO, IGUALDADE, COMPETIVIDADE, SOCIAL



FAMÍLIA “EM CAMPO”





INTEGRAÇÃO COM OUTROS PROJETOS





**ACREDITAMOS
QUE A COOPERAÇÃO
PODE ABRIR MAIS
POSSIBILIDADES...**



PARA REALIZAR O MELHOR NA FORMAÇÃO INTEGRAL DA ATLETA



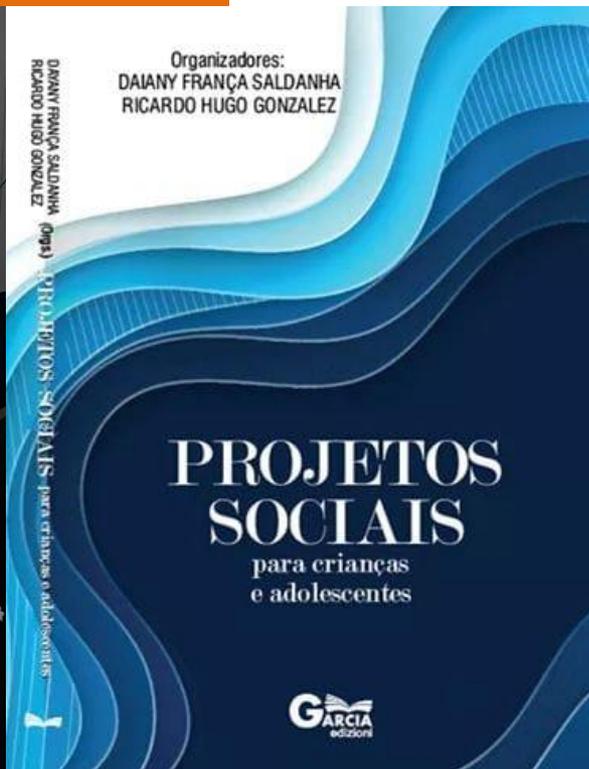
O MELHOR NA FORMAÇÃO DA CIDADÃ



**MULTIPLICAMOS
CONHECIMENTOS,
EXPERIÊNCIAS E
APRENDEMOS MAIS**



MELHORA CONTÍNUA...



15. MENINAS EM CAMPO: ARTICULANDO O ESCOPO E ALCANCE DE UM PROJETO SOCIAL E COMUNITÁRIO

Reinaldo Pacheco
Marcelo Rogozinski
Marcos Silva
Sandra Santos
Ronaldo Vilaça

INTRODUÇÃO

No Brasil, apesar do país ser mundialmente reconhecido pela importância do futebol em nossa cultura, as meninas ainda sofrem com a falta de oportunidades para aprendizagem e prática da modalidade. São raros os projetos e programas destinados à promoção do futebol feminino e, em geral, aquelas que conseguem espaço para jogar o fazem em grupos masculinos, o que acaba sendo uma das barreiras para ampliar o número de garotas envolvidas com o esporte. Programas e projetos de futebol feminino, por outro lado, tem sido explorados como um movimento de contestação e subversão de uma cultura esportiva tradicionalmente machista, abrindo novas perspectivas para se pensar a participação de meninas e mulheres no esporte e também de empoderamento feminino.

Na região do Butantã, em São Paulo, local onde se desenvolve o projeto "Em Campo", objeto deste relato, há várias possibilidades de prática do futebol para o público masculino infanto-juvenil, tal como o tradicional Clube Pequeninos do Jockey e outras iniciativas na comuni-



APERFEIÇAMENTO PROFISSIONAL



**NOS UNIMOS PARA
FORMAÇÃO DE BASE
DE ALTO
RENDIMENTO**



NOSSOS PRIMEIROS MESES

Desenvolvimento da técnica
x preparação física

Desenvolvimento Tático

Formação de equipe

Auto liderança

Família em campo

Vivência cooperativa x competitiva



NOSSO PRIMEIRO TÍTULO





**ALÔ,
E PARA
2019 ?**

**COMEÇAMOS
ASSIM**

**JUNTOS NO
PLANO DE
AÇÃO**





Colégio Santa Cruz





2019

#NOSSOMELHORAGORA