



# LIGA BRASILEIRA

## GOLEIROS E GOLEIRAS



**LIGA BRASILEIRA**  
**GOLEIROS E GOLEIRAS**

**PROGRAMA DE QUALIFICAÇÃO DE TREINADORES (as)**

**MÓDULO ON LINE - BRASIL – 08/10/2024**



**LIGA BRASILEIRA**  
GOLEIROS E GOLEIRAS

**METODOLOGIAS**

**CARACTERÍSTICAS**

**TREINAMENTOS ESPECÍFICOS**



**Me. Elano Berto**

# O GOLEIRO COMPLETO



**TÉCNICO - TÁTICO - FÍSICO - MENTAL**

# CARACTERÍSTICAS

# ZETTI

**A IMPORTÂNCIA DA ALTURA,  
O PODER DE DECISÃO**

**DEFESAS SEGURAS - PODER DE DECISÃO**

# CARACTERÍSTICAS



**FUTEBOL FEMININO - FUNDAMENTOS - COMPORTAMENTOS**

# CARACTERÍSTICAS



**CONFEDERAÇÕES - MERCADO**

# PROFISSIONALISMO



**RESPEITO - VALORIZAÇÃO**

# TREINADOR EXCLUSIVO



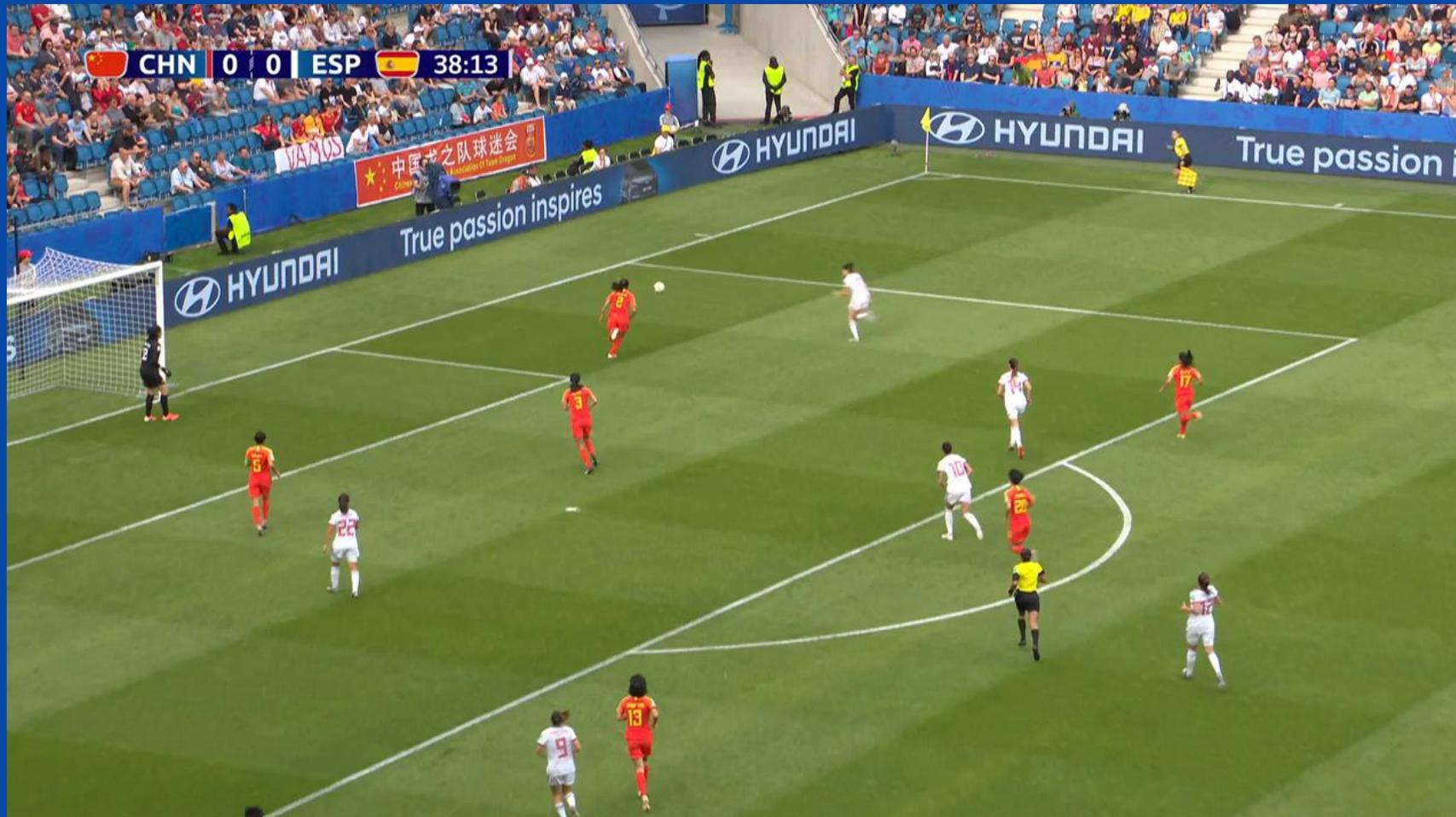
**PREPARAÇÃO ESPECÍFICA**

## O QUE BUSCAMOS?

*“... O que é o mais importante do goleiro no mundo todo? Defender a meta. Mas existem muitas outras ações no jogo... E isso tem que ser levado em consideração... Mesmo que tudo isso não seja a bola do jogo!!! ...”*

*Pep Guardiola*

# O QUE BUSCAMOS?



**DEFESAS**

# O QUE BUSCAMOS?



**ESPAÇOS**

# O QUE BUSCAMOS?



# AÇÕES ESPECÍFICAS DA POSIÇÃO



**QUEDAS**



**SAÍDAS**



**REPOSIÇÕES**



**ENFRENTAMENTOS**



**PÉS**

# METODOLOGIA



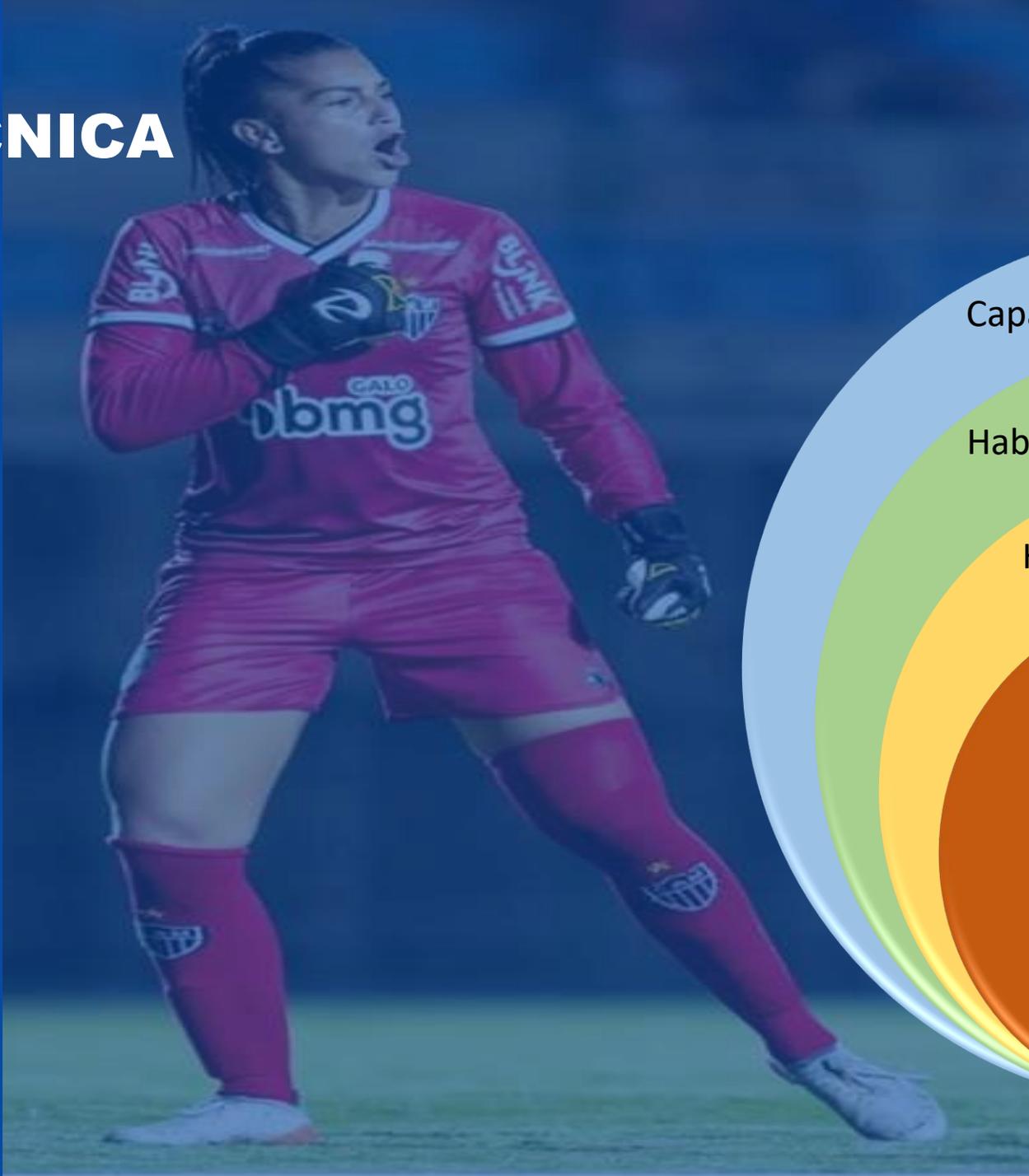
**TREINAMENTO**

# METODOLOGIA



**TREINAMENTO**

# TÉCNICA



# TEORIA DO CONTROLE MOTOR

## Programa motor generalizado (PMG)

Classe de ações motoras que irão auxiliar na execução das tarefas, adicionando parâmetros específicos como força e velocidade para a realização da ação.

**TÉCNICA**

# TEORIA DO CONTROLE MOTOR

## Princípio da interferência contextual (EIC)

É o efeito na aprendizagem do grau de interferência funcional encontrado em uma situação de prática, cujas tarefas devem ser aprendidas e praticadas juntas. É verificado somente quando as variações das habilidades na prática exigem diferentes programas motores generalizados.

**TÉCNICA**

# TEORIA DO CONTROLE MOTOR

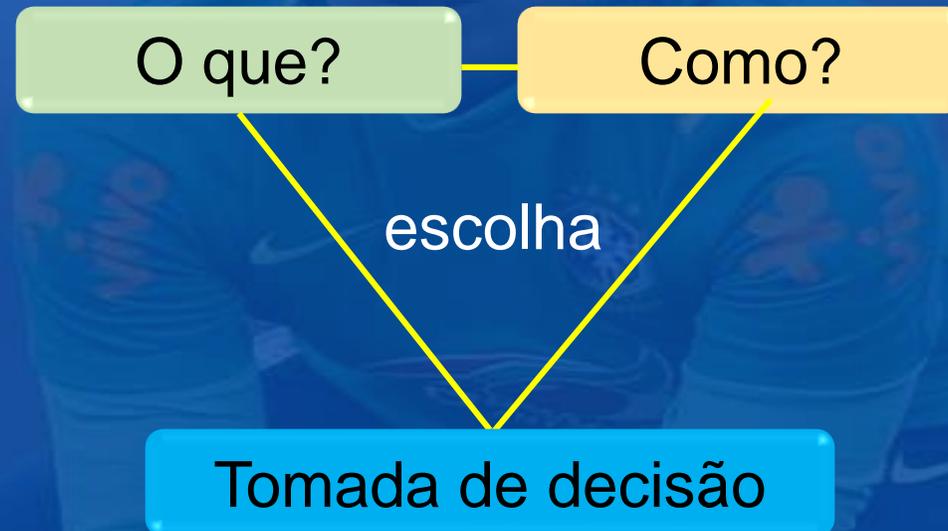
As decisões motoras durante os jogos surgem a partir de duas perguntas: o que? e como?

**O que?** É a escolha da alternativa para solucionar o problema do jogo. Ex: Sair do gol ou aguardar ?

**Como?** São as técnicas adquiridas no processo de ensino-aprendizagem do treinamento.

**TÉCNICA**

# TEORIA DO CONTROLE MOTOR



**TÉCNICA**

# TEORIA DO CONTROLE MOTOR



**O QUE + COMO = DECISÃO**

# TEORIA DO CONTROLE MOTOR



**O QUE + COMO = DECISÃO**

# TEORIA DO CONTROLE MOTOR



**ESPORTES  
ABERTOS OU FECHADOS**



# TÉCNICA NOS ESPORTES

**Ambientes fechados:** fala-se que a técnica tem uma finalidade em si própria, sua realização deve ser o máximo possível próxima do modelo ideal de movimento (biomecânico). É considerado como uma tarefa.

**Ambientes abertos:** a técnica é considerada um meio, pois ela é uma ferramenta para resolver um problema, obrigando frequentemente a adaptar as respostas motoras à situação de jogo.

# TÉCNICA NOS ESPORTES



**AMBIENTE DE JOGO**

# TÉCNICA NOS ESPORTES



**AMBIENTE DE JOGO**

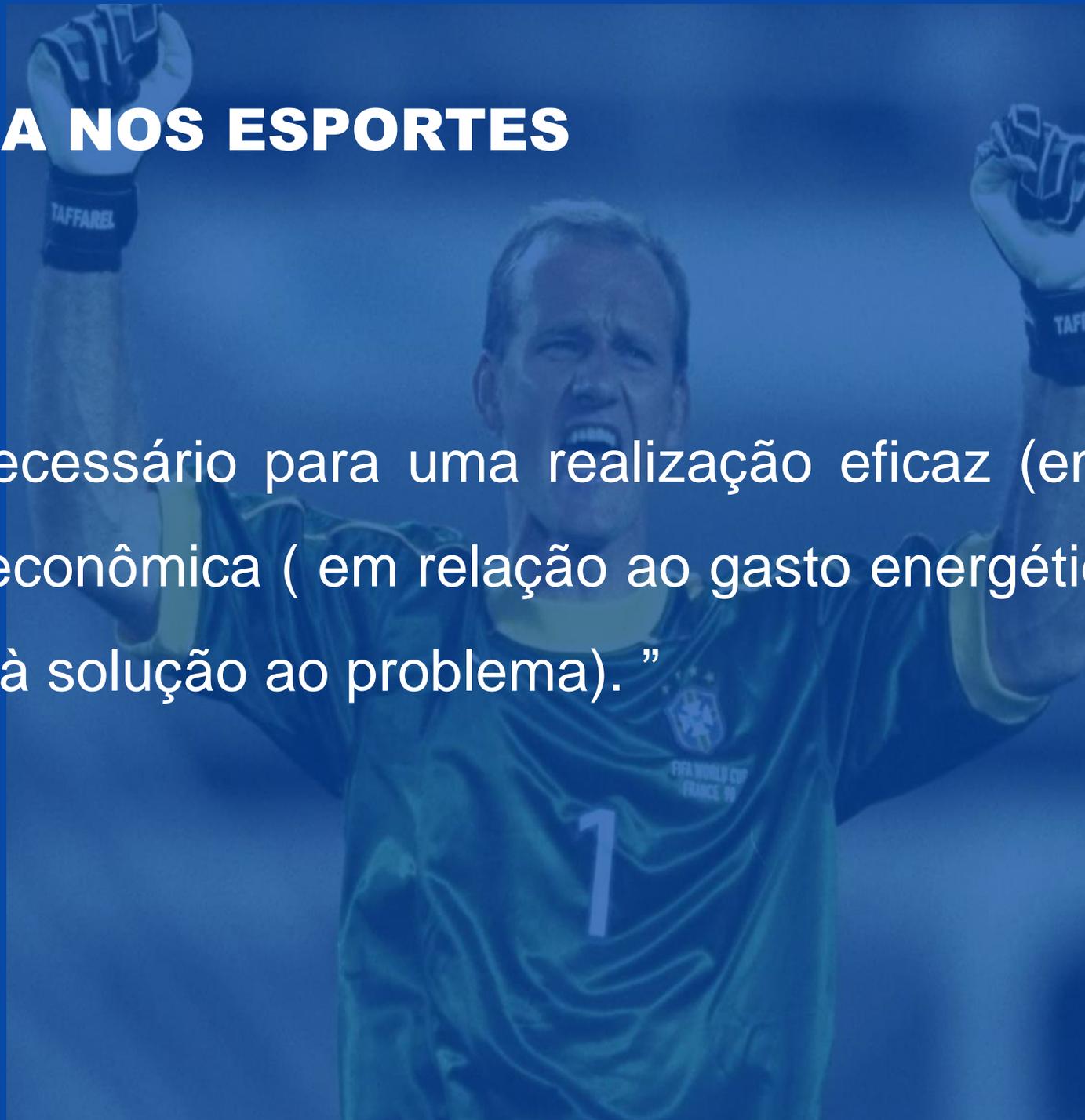
# TÉCNICA NOS ESPORTES



**AMBIENTE DE JOGO**

# TÉCNICA NOS ESPORTES

“ aspecto necessário para uma realização eficaz (em quanto ao resultado), econômica ( em relação ao gasto energético), eficiente (em quanto à solução ao problema). ”



# TÉCNICA NOS ESPORTES

Considerando que o esportista procura alcançar uma técnica ideal, seja para executar tarefas ou solucionar problemas, define-se a técnica como a interpretação no tempo-espaço e situação do meio instrumental operativo pertinente à solução da tarefa ou problema que se defronta.

# METODOLOGIA

## A importância de uma metodologia

A qualidade do treino está diretamente relacionada com o nível de compreensão e execução do praticante. É crucial o atleta saber o porquê e para que ele está treinando. Só faz bem, quem compreende bem!

# METODOLOGIA



**A IMPORTÂNCIA DE UMA METODOLOGIA**

# METODOLOGIA

O que eu quero ensinar/Treinar?

Categoria

Nível técnico

Nível tático

Maturação

E se for no profissional?

# METODOLOGIA

A **metodologia** estuda os métodos de ensino, classificando-os e descrevendo-os sem fazer juízo de valor. Por sua vez, a **didática** faz um julgamento ou uma crítica do valor dos métodos de ensino. A didática é a arte do ensino.

# METODOLOGIA

## Analítico

É caracterizado pelo processo de ensino-vivência-aprendizagem realizado em partes.

## Global

Apoia-se na corrente onde o todo é mais do que a soma das partes. As esferas se completam.

# MÉTODOS DE TREINAMENTO

Analítico

Global

Integrado

Situacional

Misto

Sistêmico

# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



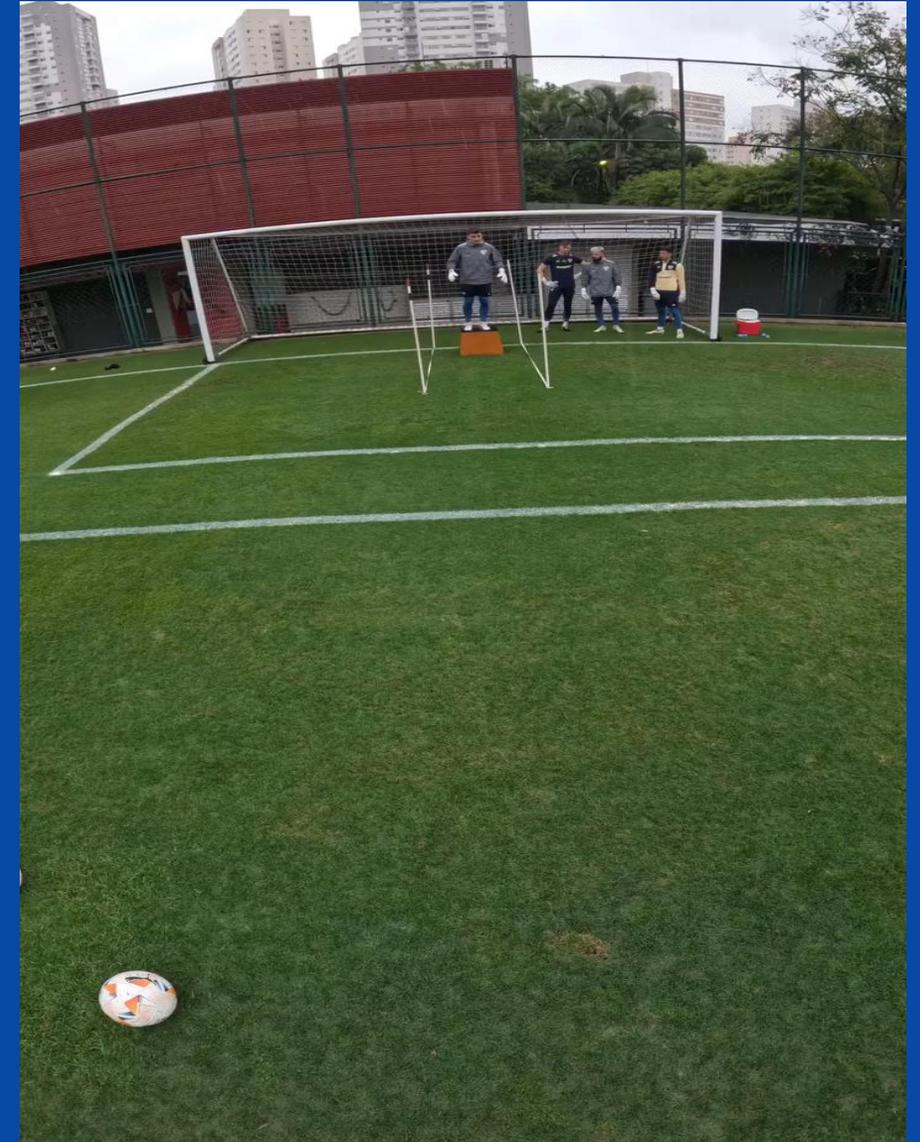
# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



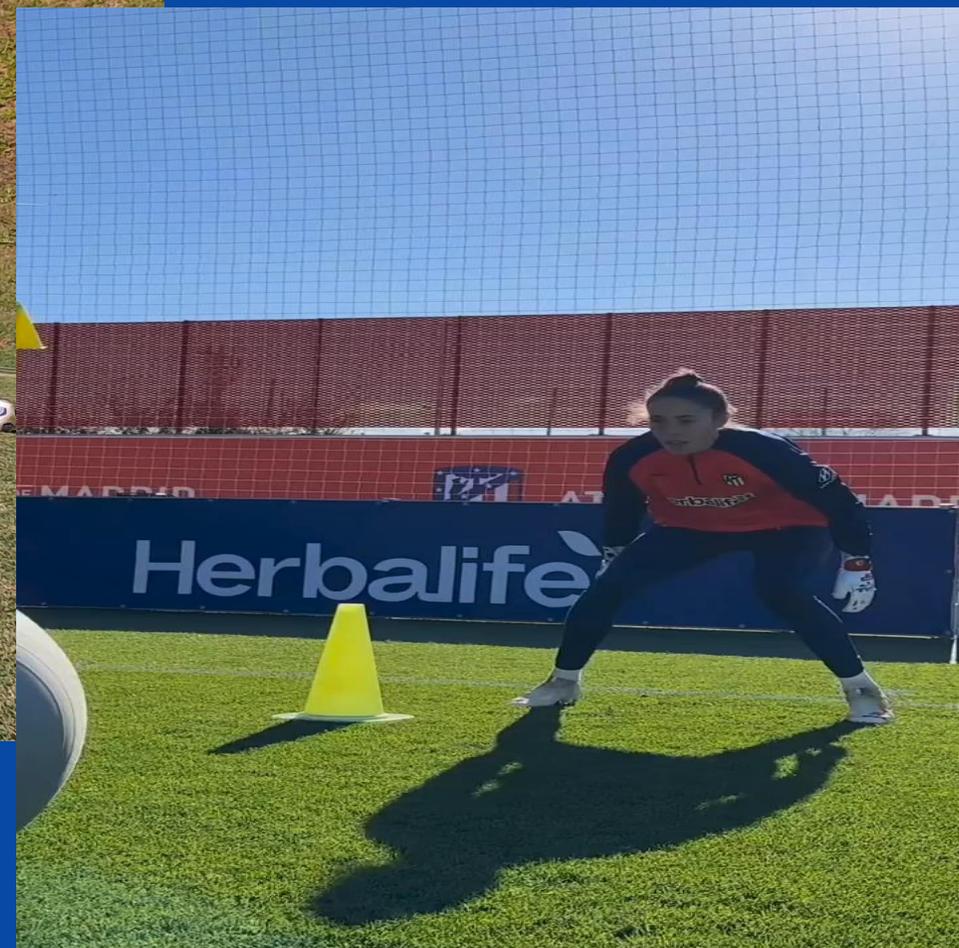
# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



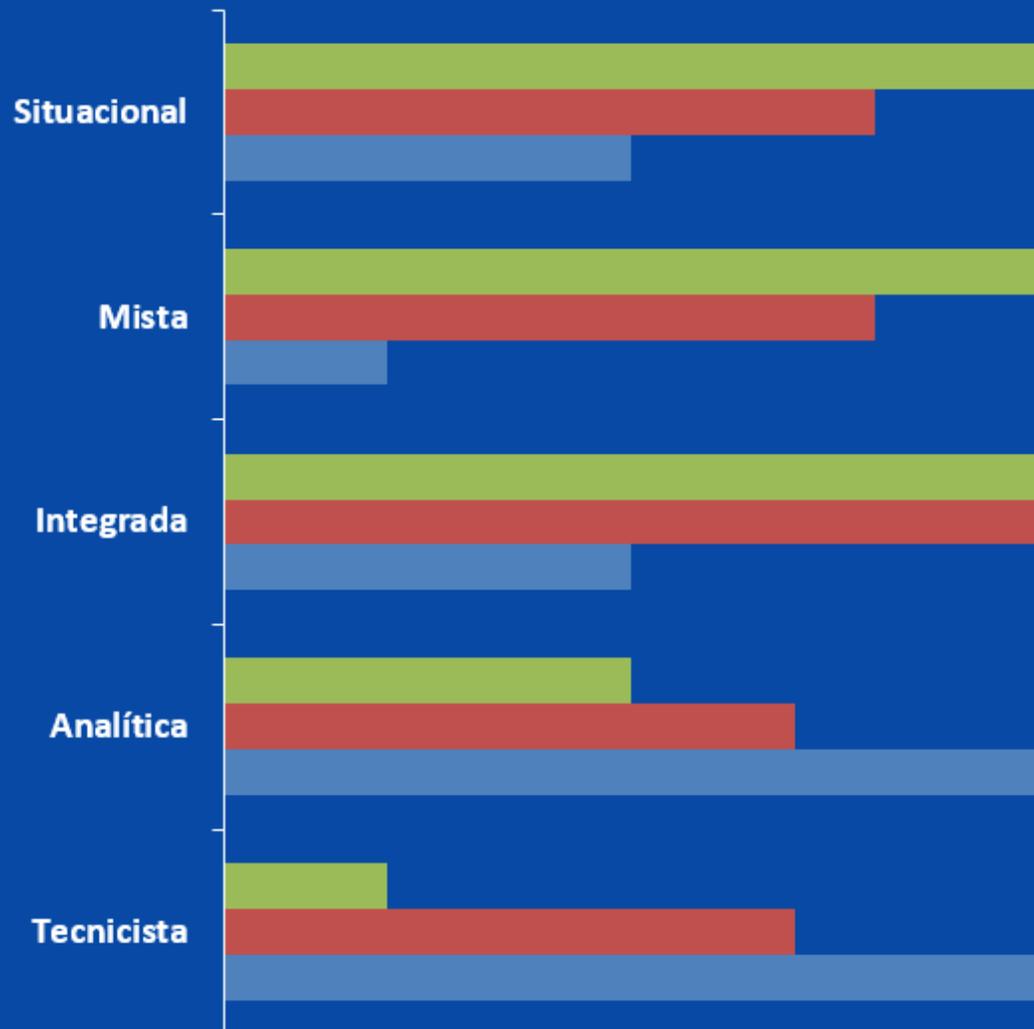
# METODOLOGIA



# METODOLOGIA



# NÍVEIS DE ABORDAGEM METODOLÓGICA



- Profissionalizante
- Básico
- Iniciação

**CLASS IS OVER**

**É sempre bom aprender com vocês.  
Obrigado!!!**

Elano Berto 

bertaelano 

+ 55 31 98885.1634 

elanoberto@yahoo.com.br 