

## **METODOLOGIA DE ENSINO DRAGON FORCE**

**A Escola de Futebol Dragon Force assenta numa Filosofia de ensino inovadora sustentada por duas premissas fundamentais:**

- 1. Ensino do Futebol ajustado à idade e capacidade de desempenho do aluno**
- 2. Ensino integrado de Áreas Pedagógicas (Saúde, Cidadania, Ambiente...) nos Treinos e nos Eventos Desportivos**

**Para dar uma resposta adequada ao nível etário e ao nível de jogo de cada aluno, a Escola de Futebol Dragon Force, delimita 5 níveis de ensino do Futebol, tendo cada um deles preocupações e conteúdos específicos a desenvolver numa lógica de progressão sustentada e que varia de acordo com frequência semanal de treinos de cada turma. Os 5 níveis de que dispomos são:**

- INICIAÇÃO**
- BÁSICO**
- INTERMÉDIO**
- AVANÇADO**
- EXPERT**

**A Metodologia vigente na nossa Escola promove uma infinidade de estratégias, muitas vezes inovadoras, para desenvolver a capacidade de cada jovem rapaz ou rapariga se tornar competente no jogo. Algumas destas estratégias recuperam algumas das características do antigo “Futebol de Rua” que tão virtuosos jogadores formou e que hoje, face aos constrangimentos sociais, se perderam na maioria dos contextos.**

**Na Escola de Futebol Dragon Force, por levar essas preocupações a sério, os Encarregados de Educação já não estranham por isso que os seus Educandos:**

- Joguem no Espaço Artur Baeta (campo pelado, com tabelas e cobertura integral).**
- Joguem descalços para apurar a sensibilidade no contacto com a bola.**

- **Joguem com bolas de tamanho 5, 4, 3 e 1 sendo que cada uma proporciona uma diferente estimulação, não só ao pé, mas a todo o corpo.**
- **Joguem sem coletes para levar a que os jogadores não centrem o seu olhar apenas na bola, mas visualizem a cara dos colegas para os identificar.**
- **Tenham alguma margem à experimentação e à criatividade individual de cada jogador. O nosso conceito é o de que “Os nossos jogadores pensam pela sua própria cabeça” e por isso jogam de forma autónoma, inteligente e criativa.**
- **Reflectam sobre o jogo e o treino para que encontrem soluções de forma autónoma e alimentem a sua auto-estima.**

**De acordo com as preferências dos Encarregados de Educação e da sua disponibilidade, o aluno pode frequentar a Escola de Futebol**

- **Uma vez por semana;**
- **Duas vezes por semana;**
- **Três vezes por semana**

**O envolvimento do aluno nas actividades da Escola de Futebol Dragon Force permite ainda que os jovens participem em:**

- **Encontros com outras Escolas de Futebol**
- **Torneios Internos**
- **Torneios a convite de outras Associações, Clube, etc.**