



**PROCESSO DE PREPARAÇÃO DESPORTIVA DE LONGO PRAZO NO  
FUTSAL BRASILEIRO**

Dissertação apresentada com vista à obtenção do 2º Ciclo e Treino Desportivo, especialização em Treino de Jovens, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, ao abrigo do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei nº 65/2018 de 16 de agosto.

Orientador: Prof. Dr. José Guilherme Granja Oliveira.

Coorientador: Prof. Me. Walan Robert Da Silva

Ronni Nicolodi

Porto, 2019





**Ficha de catalogação:**

Nicolodi, R. (2019). *Processo de Preparação Desportiva de Longo Prazo no Futsal Brasileiro*. Porto: R. Nicolodi. Dissertação de Mestrado apresentada a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

**Palavras Chaves:** FUTSAL, PREPARAÇÃO DESPORTIVA DE LONGO PRAZO, INICIAÇÃO DESPORTIVA, FORMAÇÃO DESPORTIVA



## AGRADECIMENTOS

Gostaria primeiramente de agradecer a Deus por me oportunizar desenvolver-me em meu aspecto profissional e experimentar conviver com meus patrícios de Portugal, a descobrir o quanto são generosos e atenciosos conosco do Brasil, ajudando-me a crescer também como indivíduo.

Meu muito obrigado ao Professor Doutor José Guilherme Granja de Oliveira, que aceitou este desafio me apoiou em cada fase deste trabalho, e comigo esteve até o fim, e como bônus me ensinou a apreciar os bons vinhos do Porto.

Ao Professor Mestre Walan Robert, que por último aceitou participar da parte estatística do trabalho prestando valorosíssima contribuição a análise dos dados recolhidos e frisando importantes pontos a serem observados.

A FADEUP que me deu todas as condições de terminar este ciclo em minha vida acadêmica.

Aos docentes da FADEUP representados pela Professora Doutora Isabel Mesquita, a todos os Mestres, Doutores e Pós Doutores que se empenharam para minha aprendizagem.

As comissões técnicas das equipas que permitiram e colaboraram com a coleta de dados para esta pesquisa, sem as quais seria impossível.

Aos meus companheiros de turma, onde me permito citar em específico, Sergio Roberto dos Santos, Francisco José Pinto Moreira (Franzé) e Kaueh Rosseto para representar os Brasileiros. Eduardo Azevedo Couto, nosso chefe de turma, para representar os portugueses. E meu amigo peruano Martín Salinas Cisneros para representar meus amigos de outras nacionalidades. Todos parceiros na caminhada em busca do conhecimento e aperfeiçoamento individual.

E referindo-me a estes quero agradecer a cada colaborador que participou desta minha caminhada e que de alguma maneira ajudou para que eu chegasse até aqui e completasse mais este ciclo em minha vida acadêmica.

Agradecer minha esposa Carla Regina Dias e minha filha Giovanna Pietra Nicolodi, que, além de me apoiar incondicionalmente, suportaram minha ausência física e tiveram de se sacrificar, talvez ainda mais do que eu mesmo, para que pudesse realizar este sonho.

Agradecer minha mãe Sueli Schmitz, que não mediu esforços para me apoiar e incentivar minha vinda a Portugal para estudar, sem ela as coisas seriam muito mais difíceis.

Meus irmãos André e Francini Nicolodi, que sempre me apoiaram e me mantiveram pensando e discutindo sobre nossa vida em família, nossa jornada pelos caminhos da educação física e nos desportos.

Ao meu pai Francisco José Nicolodi que durante minha infância incutiu em mim e em meus irmãos a importância de estudar e saber cada vez mais, para nossa evolução enquanto indivíduos.

Ao meu amigo/irmão Antônio Nascimento, que me recebeu em sua casa, me acolheu e apoiou durante minha estada em Portugal.

Ao meu chefe e parceiro de caminhada esportiva, Diretor Executivo da Fundação Batistense de Esportes, Professor Marcelo Miranda Machado, que me apoiou e incentivou nesta caminhada. Em nome dele agradecer aos meus colegas de trabalho que em minha ausência supriram as necessidades da Fundação em que trabalho.

# ÍNDICE GERAL

<b>AGRADECIMENTOS</b> .....	V
<b>ÍNDICE GERAL</b> .....	VII
<b>ÍNDICE DE TABELAS</b> .....	VIII
<b>ÍNDICE DE ANEXOS</b> .....	IX
<b>RESUMO</b> .....	XI
<b>ABSTRACT</b> .....	XIII
<b>I - INTRODUÇÃO</b> .....	- 1 -
<b>II - REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	- 5 -
<b>2.1- Preparação Desportiva de Longo Prazo</b> .....	- 5 -
<b>2.2- Iniciação Desportiva</b> .....	- 8 -
<b>2.3- O futsal</b> .....	- 11 -
<b>III - OBJETIVOS</b> .....	- 15 -
<b>3.1- Objetivo geral</b> .....	- 15 -
<b>3.2- Objetivos específicos</b> .....	- 15 -
<b>IV - METODOLOGIA</b> .....	- 17 -
<b>4.1- Amostra</b> .....	- 17 -
<b>4.2- Procedimentos</b> .....	- 18 -
<b>4.3- Limitações da pesquisa</b> .....	- 20 -
<b>V - APRESENTAÇÃO E DISCUÇÃO DOS DADOS</b> .....	- 23 -
<b>V - CONCLUSÕES</b> .....	- 43 -
<b>VI - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	- 47 -
<b>VII - ANEXOS</b> .....	i

## ÍNDICE DE TABELAS

<b>Tabela (1) Quadro da Idade da Iniciação Desportiva Geral Formal. - 26 -</b>
<b>Tabela (2) Quadro da Idade da Iniciação Desportiva em Futsal. .... - 27 -</b>
<b>Tabela (3)..... - 28 -</b>
<b>Tabela (4)..... - 30 -</b>
<b>Tabela (5)..... - 33 -</b>
<b>Tabela (6)..... - 33 -</b>
<b>Tabela (7)..... - 34 -</b>
<b>Tabela (8)..... - 37 -</b>
<b>Tabela (9)..... - 39 -</b>
<b>Tabela (10)..... - 41 -</b>

## ÍNDICE DE ANEXOS

<b>Anexo I</b> .....	<b>i</b>
<b>Questionário aplicado aos jogadores para coleta de dados</b> .....	<b>i</b>



## RESUMO

A Preparação Desportiva de Longo Prazo vem sendo estudada ao longo do tempo como uma forma de entendermos como deveria ser um processo de descoberta, preparação e evolução do talento desportivo. A literatura sobre o tema propõe uma estrutura organizada, diferenciando suas fases cronológicas, apontando suas necessidades à cada etapa, durante todo o processo de formação desportiva. Este estudo teve como finalidade fazer uma apreciação de como acontece a Preparação Desportiva de Longo Prazo, nos jogadores da Liga Nacional de Futsal do Brasil. Os aspetos aos quais direcionamos nossa pesquisa dizem respeito à *idade de iniciação desportiva formal geral* dos jogadores, *idade de iniciação desportiva formal na modalidade de futsal*, a *quantidade de anos de prática do futsal*, o *número de desportos que foram praticados formalmente na fase inicial* da Preparação Desportiva de Longo Prazo, se a *prática lúdico-desportiva tem uma associação estatística com o sucesso* desportivo e a relação entre *participação em escalões nacionais* e o *sucesso* em suas carreiras no futsal. Para tanto utilizou-se um estudo retrospectivo através de um questionário com 56 questões, aplicado a 103 jogadores de 7 equipas participantes da Liga Nacional de Futsal no ano de 2018. A amostra dos dados foi dividida entre dois subgrupos denominados “A” “Melhores” e “B” “Padrão”. O subgrupo “A” foi determinado por indicação dos treinadores principais das equipas, e composto pelos cinco melhores jogadores de cada uma delas, os demais jogadores formaram o subgrupo “B”. Na pesquisa 91,3% deles responderam ter a iniciação desportiva geral formal entre os 6 e os 10 anos, na fase 1 da Preparação Desportiva de Longo Prazo. A idade de iniciação formal na modalidade de futsal, ocorreu em 80,6% dos casos, também entre os 6 e os 10 anos. Estes dados apontam uma precocidade para esta modalidade desportiva. A idade média dos jogadores do subgrupo “A” é de 29 anos e 25,2 anos para o subgrupo “B”, demonstrando que aqueles que tem mais anos de prática acabam por ter mais sucesso. Foi constatado um equilíbrio entre os números de desportos praticados na iniciação desportiva, com 53,1% da amostra a iniciar com apenas um desporto e 46,9% com mais de um desporto, o que não evidencia diferença significativa entre a iniciação por diversificação, ou especialização precoce. Verificamos que a prática lúdico-desportiva ocorre paralelamente em todas as fases do processo. Constatamos que a participação em escalões nacionais estatisticamente significava apenas na fase 4 com sig 0,01. E por fim ao aplicar o  $\chi^2$  teste qui-quadrado de Person entre os dados dos subgrupos, encontramos associação apenas no fator *horas de treinamento semanal* da fase 4 da Preparação Desportiva de Longo Prazo.

Palavras Chaves: FUTSAL, PREPARAÇÃO DESPORTIVA DE LONGO PRAZO, INICIAÇÃO DESPORTIVA, FORMAÇÃO DESPORTIVA.



## ABSTRACT

Long-term sports preparation has been studied over time as a way of understanding how it should be a process of discovery, , preparation and evolution of sports talent. The literature on the theme proposes an organized structure, differentiating their chronological phases, pointing their needs at each stage, throughout the process of sports training.

This study aimed to make an appreciation of how the long-term sports preparation takes place, in the players of the National Futsal League of Brazil. The aspects to which we direct our research relate to the age of general formal sports initiation of the players, age of formal sports initiation in the futsal modality, the amount of years of futsal practice, the amount of years of futsal practice, the number of sports that were formally practiced in the early stage of the long-term sports preparation, If the sports play practice has a statistical association with the sporting success and the relationship between participation in national ranks and the success in their careers in futsal.

A retrospective study was carried out using a questionnaire with 56 questions, applied to 103 players from 7 teams participating in the National Futsal League in the year 2018. The data sample was divided between two subgroups called "A" "Best" and "B" "standard". The subgroup "A" was determined by indication of the main coaches of the teams, and composed of the top five players of each of them, the other players formed the subgroup "B".

In the survey 91.3% of them responded to having a formal general sports initiation between 6 and 10 years, in Stage 1 of the long-term sports preparation. The age of formal initiation in the futsal modality occurred in 80.6% of the cases, also between 6 and 10 years. These data point to a precocity for this sport modality. The average age of the players in subgroup "A" is 29 years and 25.2 years for subgroup "B", demonstrating that those who have more years of practice end up having more success. A balance was found between the sports numbers practiced in the sport initiation, with 53.1% of the sample starting with only one sport and 46.9% With more than one sport, which shows no significant difference between initiation by diversification, or early specialization. We verified that the sports recreational practice occurs in parallel in all stages of the process. We found that participation in national levels is statistically meant only in step 4 with sig 0.01 And lastly when applying the  $\chi^2$  Chi-Square test of Person between the data of the subgroups, We found a relationship only in the weekly training time factor of step 4 of the long-term sports preparation.

Key words: FUTSAL, LONG-TERM SPORTS PREPARATION, SPORTS INITIATION, SPORTS TRAINING.



## I - INTRODUÇÃO

É incrível como o processo de Preparação Desportiva de Longo Prazo (PDLP) está a ser em cada época mais e mais estudado (Bohme, 2000; Borin et al., 2007; Platonov, 2001; Stafford, 2005) entre outros. Somos a cada ciclo Olímpico e de Campeonatos Mundiais, instigados a entender como os melhores e mais competentes atletas e jogadores traçaram suas estratégias, e realizam suas preparações para chegar ao máximo em suas carreiras desportivas.

Neste trabalho, procuramos entender como ocorreram as trajetórias de alguns dos melhores jogadores de futsal do Brasil. Buscamos na Liga Nacional de Futsal do Brasil (LNF), através de uma amostra de seus participantes, dados que pudessem de alguma maneira delinear de forma o máximo precisa possível, aquilo que os melhores jogadores fizeram para estar competindo em alto nível no desporto.

Foram feitas coletas de dados durante um período de 6 meses, dentro da época de 2018 da competição LNF.

Usou-se um questionário aplicado com questionamentos retrospectivos para identificar quais as práticas mais comuns, e em que momento de suas cronologias isto ocorria entre os jogadores. Quais os seus resultados e sua dedicação em cada fase desta PDLP.

Este método para conseguir as informações a respeito da trajetória dos jogadores talvez tenha como seu maior expoente Jean Côté. Que com vários de seus trabalhos tenta organizar as informações sob este formato, a ver Côté e colaboradores (2005). Pode-se ainda verificar autores como (Baker, 2003b), Fraser-Thomas e colaboradores (2008), entre outros, a procurar explicar os motivos do *expertise* e do *dropout* em jovens atletas a partir deste mesmo método investigativo.

Apesar de entendermos haver algumas restrições quanto a fiabilidade das informações alcançadas com este tipo de pesquisa. Em virtude do espaço temporal entre a efetiva atuação e o recolhimento dos dados ser relativamente grande. De maneira geral acredita-se ser a investigação retrospectiva, a forma mais adequada de se estudar as PDLP para detetar os fatores mais importantes de uma carreira desportiva de sucesso.

Seguindo a proposição das fases do processo de PDLP de Stafford (2005), tentaremos identificar quais seriam as estratégias mais adequadas e importantes para cada fase a fim de se chegar ao sucesso desportivo. Os fatores estudados foram as idades de iniciação desportiva geral, idades de iniciação específica do futsal, tempo aplicado a cada desporto em cada fase e prática deliberada. Ainda procurou-se perceber a prática lúdico-desportiva, a participação, ou não, em selecionados nacionais, além das possíveis diferenças estatísticas entre os subgrupos da amostra deste trabalho.

O estudo não tem a intenção de dirimir todas as dúvidas a respeito do tema estudado, longe disso pretende abrir uma porta do conhecimento para aprofundamento na questão.

Há pelo menos 6 décadas de estudos voltados para esta problemática, transversal a toda prática desportiva de rendimento, ver Platonov (2001). Porém o estudo da PDLP para a modalidade de futsal ainda é muito escasso. Então esperamos contribuir para de alguma maneira sensibilizar o mundo acadêmico a buscar cada vez mais respostas satisfatórias a questão de como tratar e desenvolver os talentos desportivos desta modalidade.

Esta dissertação está disposta estruturalmente com o capítulo I “Introdução”, onde abordamos toda a estrutura do estudo e suas principais discussões e pertinências assim como seu propósito e forma de apresentação dos dados colhidos e tratados.

O Capítulo II é “Revisão de Literatura”, onde iremos reportar e apontar as referências deste trabalho, embasando-o na perspectiva da literatura clássica e daquela mais contemporânea a respeito deste tema, e aquilo que o é tangente e, ou pertinente.

Capítulo III são os “Objetivos”, que abordam quais as questões queremos entender com este estudo e a que propósitos nos atemos na busca das respostas possíveis para um estudo com esta forma e magnitude.

A “Metodologia” é o Capítulo IV, e aborda como foram os procedimentos de coleta e tratamento dos dados apresentados nesta pesquisa bem como suas limitações. Aqui nos atemos a população abordada, suas características e aspetos estatísticos utilizados, além de discorrer sobre cada etapa cronológica da pesquisa.

No Capítulo V, “Apresentação e Discussão dos Dados”, apresentam-se os dados coletados e suas tabelas informativas com as indicações e tendências daquilo que é informado. Aqui também se relacionam o que foi apreendido através da pesquisa e aquilo que nos reporta a literatura, comparando e concluindo o que nos indicam os dados coletados sobre os pesquisados.

“Conclusões”, é o Capítulo VI que resume e discorre sobre a que resultados chegamos e o que estes resultados podem significar. Quais os caminhos que devemos tomar de agora em diante, e para onde devem apontar novas pesquisas a respeito do tema. Neste capítulo deveremos encontrar as respostas aos questionamentos formulados por nossos objetivos e quais implicações isto poderá ter no futuro da modalidade de futsal.

No Capítulo VII, “Bibliografia” estão apontados todas as referências, seus autores e publicações que serviram de base e foram de alguma maneira citados para esta pesquisa.

O Capítulo VIII é o “Anexos”, onde estão os instrumentos utilizados por esta pesquisa para a coleta dos dados inseridos na análise e discussão, dispostos nas tabelas no capítulo dedicado a isto neste trabalho.



## II - REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1- Preparação Desportiva de Longo Prazo

Na atual conjuntura dos estudos voltados para a formação de atletas, recrutamento e desenvolvimento do talento desportivo, muitas das pesquisas estão a focar num processo de preparação desportiva de longo prazo nomeado por algumas siglas. Conforme Abdala e colaboradores (2017) , temos o “*Processo de Treinamento de Longo Prazo*” (PTLP), ou ainda “*Formação Desportiva a Longo Prazo*” (FDLP) segundo Milistetd e colaboradores (2009), e segundo Bohme (2000) “*Treinamento a Longo Prazo*” (TLP), entre outras denominações que possam ser encontradas.

Borin e colaboradores (2007), definem a “*Preparação Desportiva de Longo Prazo*” (PDLP) como o processo que prepara o indivíduo para as futuras exigências que o desporto o trará. Assim sendo uma compreensão das consequências a longo prazo da prática deliberada no desporto é importante, na medida em que durante esta etapa da aquisição através do treinamento há mais investimento do que retorno imediato. Portanto a atenção e planejamento destas fases do treinamento desportivo poderia maximizar os ganhos desportivos e diminuir os erros nas predições dos talentos em busca do sucesso (Ericsson et al., 1993).

A um consenso sob a visão mais construtivista da formação do talento, nomeada e indicada por autores como Singer & Janelle (1999), Lorenzo & Sampaio (2005), Cafruni e colaboradores (2006) e Leite e colaboradores(2011) entre outros. A dizer que para um desportista chegar ao mais alto nível deve perfazer uma trajetória desenhada ao longo do tempo, por uma preparação estruturada em etapas, de acordo com as necessidades e capacidades apropriadas a cada faixa etária. Alguns autores como Bompa & Haff (1999) e Weineck (2004), reforçam que, a excelência desportiva só existirá se houver,

preponderantemente, um preparo básico adequado durante a infância e juventude.

Este processo da PDL, vem a muito sendo sistematizado e transformado inclusive em instrumento de políticas públicas com o objetivo de descobrir, desenvolver e manter talentos desportivos conforme nos relata Peres & Lovisolo (2006) e Platonov (2001), que nos indicam como grandes exemplos e expoentes destas políticas URSS e EUA nas décadas de cinquenta e sessenta.

Neste contexto, os estudos vêm a desenhar um enfoque na pesquisa retrospectiva de atletas e suas carreiras, perfazendo uma trajetória com suas fases de formação, até alcançar a alta performance. Segundo Barreiros e colaboradores (2013) este tipo de pesquisa foi um legado deixado pelos pesquisadores Bloom (1985), e Ericsson e colaboradores (1993), pioneiros neste tipo de levantamento de dados em suas respectivas áreas de conhecimento. Estes autores diziam que ao estudar a trajetória das carreiras dos melhores, poderemos entender seu êxito e prescrever um caminho muito mais eficiente para a consolidação dos talentos.

Apesar de os estudos retrospectivos terem contribuído muito para a identificação dos percursos da excelência desportiva, eles carregam limitações e trazem apenas uma aproximação daquilo que foi efetivamente realizado pelos atletas em suas trajetórias (Coutinho et al., 2016). É possível que para estes casos estudos longilíneos, e de massa, seriam ainda mais adequados.

De maneira geral estudar, e procurar entender o percurso dos atletas de maior êxito em suas modalidades desportivas, poderá, de forma mais robusta, identificar uma diretriz para cada etapa da preparação do jogador de futsal. Assim poderia este jogador alcançar o alto rendimento e o conseqüente sucesso final em sua carreira desportiva. Saber o que foi repetido pela maioria dos jogadores de futsal bem sucedidos pode orientar onde devemos focar nossos esforços e qual a ênfase dar para cada fator da PDL, baseando-se nos conhecimentos de anatomia, fisiologia e psicologia humana (Platonov, 2001).

Não nos é permitido ainda esquecer que todos os procedimentos da PDL não adiantariam muito se não fossem tomadas medidas que garantissem também a qualidade do trabalho e do desenvolvimento em cada ciclo.

Csikszentmihalyi e colaboradores (1997), citando Albert & Runco (1986), Rimm (1991) e Bloom (1985), diz que os talentos devem ser acompanhados de bons mestres e boas instituições, para que possam desenvolver seus dons e demonstrar suas habilidades, sem perder o interesse e chegar até o mais alto desempenho.

Outro fator que deve com certeza ser levado em conta quando tratamos da formação dos grandes nomes dos desportos em suas trajetórias é o de que, segundo Csikszentmihalyi e colaboradores(1997), todos os notáveis de suas respectivas áreas tem muito prazer no que fazem, e o fazem como muita satisfação e gozo. Então pressupõe-se que é necessário que o fator lúdico nunca seja desprezado durante a PDLP, principalmente em suas fases iniciais. Para alguns autores este fator é ainda mais evidente quando da exposição por parte dos atletas de que, principalmente nos Jogos Desportivos Coletivos (JDC) e Jogos Com Bola (JCB), as atividades envolvidas na prática deliberada tem um fator prazeroso em sua realização (Baker, 2003b). A prática lúdico-desportiva é apresentada por alguns autores como sendo parte importante da preparação psicológica nos estágios iniciais da PDLP. Esta prática é considerada um dos pressupostos fatos da prevenção ao dropout entre os atletas mais jovens durante seu processo no longo prazo (Berry et al., 2008; Côté et al., 2005; Hallal et al., 2008; Lindner, 2002; Ré et al., 2008).

É necessário que se respeite os princípios do treinamento desportivo, planejando sistematicamente a progressão das cargas, respeitando-se as diferenças, e inserindo os fundamentos da aprendizagem e desenvolvimento motor assim que a criança for introduzida no mundo desportivo (Abdala et al., 2017). Cuidar da PDLP a partir da iniciação desportiva formal culminaria, num longo prazo, com o desempenho máximo na idade adulta (Weineck, 2004).

A prática deliberada das atividades desportivas conforme os conceitos de Ericsson et al. (1993), a teoria dos dez anos da prática desportiva em treinamento para o alto rendimento de W. G. Chase & H. A. Simon (1973) e a teoria da prática de dez mil horas para a excelência de Newell & Rosenbloom (1981), parecem formar a base teórica da PDLP como estrutura de longo prazo. Estas são teorias que determinam sempre a necessidade de muita dedicação para se alcançar o sucesso no desempenho de sua atividade, neste caso o

desporto, e fazê-lo desde o princípio desta caminhada com muito planeamento e cuidado.

## 2.2- Iniciação Desportiva

As fases da iniciação desportiva são abordadas por diversos autores como sendo inerentes a fatores relacionados com as fases de maturação biológica da criança, suas capacidades físicas e os níveis de exigências para com ela, em cada etapa cronológica de sua preparação desportiva. Devemos ainda considerar suas necessidades motoras e cognitivas para cada modalidade desportiva praticada (Bohme, 2000; Bompa, 2001; Platonov, 2006).

De modo geral, esta iniciação desportiva é preconizada com ênfase na pluralidade das experiências motoras e diversidade das modalidades desportivas, contrapondo-se a especialização precoce (Bompa, 1998). Para Paul R Ford e colaboradores (2012) existem três caminhos da iniciação desportiva a serem seguidos, *especialização precoce*, *diversificação precoce* e *engajamento precoce*.

Entenda-se especialização precoce como, processo que acontece quando são exigidos os resultados em competições de categorias menores, tal e qual nos seniores e profissionais, ou no alto rendimento (Coelho, 2000). Para que estes resultados sejam alcançados, se faz imperativo que os processos de treinamento também sejam igualmente exigentes e específicos (Ford et al., 2012) . Isto por sua vez pede uma dedicação exclusiva para a prática sistemática de uma única modalidade desportiva, desprezando, em muitos casos, as práticas pedagógicas mais adequadas as faixas etárias iniciais e abdicando da diversificação desportiva (Santana et al., 2006). Fraser-Thomas e colaboradores (2008), fazem citação à Hill (1988) e Hill & Hansen (1988), a dizer que muitos autores colocam a especialização precoce como o caminho principal para a formação de atletas de alto nível.

A partir deste entendimento Reis & Silva (2012) separam a *iniciação desportiva* da *especialização desportiva precoce* referindo-se a primeira como benéfica e salutar a criança, e a segunda como no mínimo duvidosa para o crescimento do indivíduo enquanto atleta. Esta especialização precoce poderia inclusive precipitar uma estagnação no desenvolvimento desportivo (Coelho, 2000). Fraser-Thomas e colaboradores (2008) atribuem à especialização precoce como um possível fator do *dropout* em nadadores, usando estes dados como exemplo de porque não adotar esta prática à iniciação desportiva.

Porém existem correntes de pensamento como Coutinho e colaboradores (2016) a falar que, para atletas de excelência, as evidências na literatura apontam uma incidência semelhante tanto para as formações desportivas por especialização precoce, quanto para diversificação na iniciação desportiva. Baker (2003a) por exemplo aponta os estudos de (Ericsson et al. 1993), sobre a prática deliberada à uma única atividade sistemática, que possui o intuito único de melhorar os níveis de desempenho. E os estudos da regra dos 10 anos (Simon & Chase, 1973) e a lei de poder da prática (Newell & Rosenbloom, 1981) exemplificam teorias que apoiam a especialização precoce em busca da excelência dos resultados em alto nível.

Já no engajamento precoce de Paul R Ford e colaboradores (2012), não há uma pluralidade desportiva envolvida, mas uma forma mais lúdica da abordagem de um único desporto escolhido para a iniciação. Com a entrada na adolescência o fator lúdico deve ser gradativamente substituído pelo fator competitivo, que no início da infância era muito menor (Ford et al., 2012; Ford et al., 2009). No engajamento precoce as cargas de treinamento, e as formas de competição, são adequadas as fases de maturação física e cognitiva das crianças, e crescem com passar do tempo ajustadas a cada período.

Baker (2003a) cita autores como, Côté (1999); Hill (1993), Bloom (1985) Stevenson (1990), a dizer que em seus estudos encontraram atletas em nível muito elevado de expertise os quais tiveram sua iniciação desportiva baseada na diversificação. Estes mesmos estudos não encontraram diferenças significativas com relação aos atletas que tiveram sua iniciação desportiva através da especialização precoce. Baker (2003a) aponta a diversificação na iniciação desportiva como um caminho para se chegar à excelência no desporto

escolhido para seguir carreira, sem que ocorra por isso qualquer tipo de prejuízo quanto ao resultado.

Ainda assim para Declaração do Consenso do Comitê Olímpico Internacional sobre o desenvolvimento desportivo da juventude Bergeron e colaboradores (2015), bem como para Pediatrics (2000) é necessário desenvolver programas que priorizem a diversidade e variabilidade desportiva. Estas adequações devem diminuir o risco as lesões e adequar as cargas de treinamento e competições a cada etapa da juventude.

As afirmações de que existe a necessidade de adequações para a iniciação desportiva, encontram base no fato de que as idades para iniciar-se nas atividades, em cada desporto, estão referidas na literatura como diversas e específicas à cada uma das modalidades desportivas (Bompa, 1998).

Platonov (2002) diz que essas idades estão divididas de maneira geral na literatura em 5 partes que iniciam entre os 6 e 8 anos. Milistedt (2009) aponta os estudos de Cotê (1999), Cotê e Hay (2002) e Cotê, Baker e Abernethy (2003) para indicar as idades entre 6 e 12 anos como o período de iniciação com pluralidade de experiências motoras.

De maneira geral a iniciação sistemática ao desporto deve acontecer entre 6 e 10 anos sem muita ênfase para as especializações. Já na faixa entre 11 e 14 anos deve-se então introduzir, de maneira gradativa, os aspetos mais específicos de cada modalidade (Harre, D. 1982 e Weineck, J. 1999) apud Cafruni e colabores (2006).

Especificamente no futsal, Santana e colaboradores (2006) ressalta o problema de o desporto ser estigmatizado por fazer a iniciação desportiva de seus praticantes a partir da especialização precoce. Um exemplo desta prática encontra-se nos campeonatos estaduais no Brasil como o da Federação Catarinense de Futsal, que tem sua primeira categoria oficial a competição para a faixa etária sub-7 (crianças que estão entre os 5 e 7 anos de idade). Com estas crianças a partir dos 6 anos de idade incompletos, competindo com regras muito semelhantes as aplicadas aos seniores (FCF, 2019).

Ao mesmo tempo estudos como os de Cafruni (2002), Cafruni e colaboradores (2006), Serrano e colaboradores (2013) acabam por apontar que os jogadores de futsal com mais êxito em suas carreiras são aqueles que iniciam no desporto mais jovens e dedicam mais tempo aos treinos.

## 2.3- O futsal

Desde que a Fifa introduziu o Futsal em 1989 como modalidade (FIFA, 2019), este ganhou notoriedade mundo afora como um dos desportos que mais vem crescendo. Seus números de atletas e praticantes se multiplicam junto as entidades que gerenciam a modalidade em todos os continentes. Na última Copa do Mundo de Seleções na Colômbia 2016, foram 122 países membros participando das classificatórias, contra 115 na edição de 2012 (Guimarães, 2016). Em Portugal, atual vencedor do Campeonato Europeu de Seleções, por exemplo foram cadastrados mais de 75 mil praticantes, entre federados, sistema escolar, Inatel e Militares em 2017 (dados da Federação Portuguesa de Futebol) (Futebol, 2018). A UEFA é outra entidade que propaga números muito grandes a respeito do futsal, e alguns destes dados são muito interessantes. Por exemplo na edição de 2016 do Campeonato Europeu De Seleções, em Belgrado, mais de 100 mil adeptos assistiram em loco as partidas daquele torneio, UEFA (2018).

Há recentemente um novo marco na história do futsal que é sua inclusão, por parte do COI, no programa dos Jogos Olímpicos da Juventude de Buenos Aires 2018. A modalidade foi introduzida em substituição ao Futebol de Campo (Guimarães, 2016). Todos esses dados nos propõem uma escalada do futsal diante de seu status de Jogo Desportivo Coletivo (JDC) e sua importância como uma das modalidades mais destacadas no cenário internacional.

O Brasil particularmente tem uma relação mais antiga com a modalidade, inclusive pleiteada, em alguns momentos da história, como sendo criada pelos brasileiros. De fato o futsal originou-se no Uruguai na Associação Cristã De

Moços no ano de 1933 (Guimarães, 2016) 3 anos após a 1ª Copa do mundo de seleções realizada naquele país. Porém a modalidade teve com certeza seu maior e mais rápido desenvolvimento no Brasil entre as décadas de quarenta e cinquenta, tendo como sua primeira promotora também a Associação Cristã de Moços (Tenroller, 2004).

Zaratim (2012), citando GEERTZ (1989, p. 143), coloca o futsal como parte do “ethos” brasileiro. Onde os praticantes e amantes do desporto se encontram e compartilham do “gozo” das partidas de futsal, fazendo deste desporto uma forma de influenciar inclusive em sua cultura.

Com uma boa proximidade ao futebol e seus fundamentos técnicos (Sa et al., 2010) a difusão da prática do futsal no Brasil ganha ainda mais peso por ser utilizado como uma forma eficaz de preparar os futuros jogadores de futebol (Cavichioli et al., 2011; Ford et al., 2012; Marques & Samulski, 2009). Talvez por este motivo, muitos clubes de futebol brasileiros mantêm a modalidade do futsal entre seus espectros desportivos, para detetar e apurar talentos. Essa prática com certeza cria uma condição mais robusta para a profusão desse desporto entre os praticantes brasileiros.

Mas o futsal tem outras características que o fazem ser o desporto de pavilhão mais praticado no Brasil. Para Voser & Giusti (2015), os aspetos reduzidos de tamanho de quadra, número de jogadores e o maior tempo em contato com a bola, são aquilo que o apresenta com tanto apelo para a massificação. Em particular estes aspetos são importantes para a aula de educação física nos primeiros anos da escola. Esta multiplicação de ambientes para a prática do futsal o fez desde o início ser um desporto com um apelo sociocultural muito grande no Brasil (Cavichioli et al., 2011).

A partir da criação da Liga Nacional de Futsal em 1996 (LNF, 2019), o fenômeno do futsal passou a ser ainda mais visto e difundido no país. Ganhou força e se consolidou com ídolos nacionais e internacionais. Isso transformou a liga brasileira em uma das maiores e mais bem disputadas do mundo. Os jogadores brasileiros ganharam fama e notoriedade ao ponto de estarem presentes, inclusive como maioria, em outras seleções nacionais e dentro das

principais competições internacionais. Em seu trabalho Tedesco (2014) cita a entrevista de um jogador brasileiro na Itália dizendo que os jogadores brasileiros conseguem fazer aquilo que os outros não conseguem, para justificar a presença da qualidade do jogador de futsal brasileiro na Europa e em outros continentes. Para constatar essa maciça presença de jogadores brasileiros ao redor do mundo, basta olhar os números apresentados pela UEFA do seu último torneio de seleções realizado em 2018. Entre os jogadores das seleções nacionais em seus jogos semifinais, haviam seis natos no Brasil segundo dados da UEFA (2018).

Esta massificação e visualização leva o futsal a se especializar e criar seu próprio espaço. Para Amaral & Garganta (2005) o futsal parece distanciar-se cada vez mais do desporto que lhe deu origem, o futebol, e ratifica-se como (JDC) de características e estrutura, singulares e próprias. Abre-se desta forma um campo de projeção profissional a seus atletas tão promissor quanto qualquer desporto de hoje em dia.

Assim sendo é importante que se estude e entenda, a cada momento, muito mais do futsal. Necessita-se ainda de muitos estudos científicos para que esta modalidade continue a se desenvolver e galgar cada vez mais seus degraus de modalidade desportiva mundial (Castagna et al., 2009; Cavichioli et al., 2011; Guimarães, 2016; Santana et al., 2006; Serrano et al., 2013).

Portanto entendemos que identificar e estabelecer as condições da PDLP em jogadores de uma das melhores ligas de futsal do mundo, a LNF do Brasil, poderá ajudar aos envolvidos no desenvolvimento deste desporto determinar quais os melhores caminhos na deteção e formação de seus talentos.



## III - OBJETIVOS

### 3.1- Objetivo geral

Analisar as circunstâncias desportivas que caracterizaram a Preparação Desportiva de Longo Prazo (PDLP) dos jogadores da liga de futsal profissional brasileira (LNF-Liga Nacional de Futsal).

### 3.2- Objetivos específicos

- Saber a idade em que os jogadores iniciaram a sua prática desportiva formal.
- Identificar com que idade iniciaram a prática sistemática e formal do futsal.
- Avaliar se a quantidade de anos de prática específica está relacionada com a qualidade de desempenho.
- Saber se a iniciação desportiva formal ocorreu em uma ou em diferentes modalidades.
- Perceber se as atividades lúdico-desportivas estão relacionadas com o sucesso desportivo dos jogadores.
- Perceber se os jogadores de alto nível apresentavam sucesso desportivo no seu processo de formação relacionado a sua participação ou não em selecionados nacionais.
- Observar se existem diferenças substanciais entre os subgrupos “A” e “B” dos jogadores quanto aos aspetos de sua formação desportiva.



## IV - METODOLOGIA

### 4.1- Amostra

A amostra do estudo, como subconjunto de dados finitos de uma população (Braga, 2010; Guimarães, 2008; Morais, 2005), foi composta por 103 jogadores de 7 equipas da Liga Nacional de Futsal do Brasil (LNF). Isto representa aproximadamente 28% da população dos jogadores inscritos na LNF 2018. Foram representadas na amostra 37% das equipas participantes da maior e mais qualificada competição de futsal do país, onde se encontram os melhores jogadores de futsal atuando em território nacional brasileiro na edição 2018 desta competição(LNF, 2019).

Essa amostragem foi *não probabilística por conveniência* , porque as equipas foram abordadas em função da facilidade logística para recolha dos dados (Braga, 2010; Guimarães, 2008). Os dados foram captados sempre quando estas equipas estiveram no estado de Santa Catarina para seus jogos pela liga LNF.

Desta amostra foi extraído um subgrupo de jogadores denominados “melhores”. Este subgrupo foi confeccionado a partir da indicação dos técnicos de cada equipa para os cinco melhores jogadores de suas próprias equipas, conforme sua perspectiva de *especialista/perito*, e independentemente de posição de atuação destes jogadores dentro de seus respetivos times. Este subgrupo está denominado neste estudo como subgrupo “A”, e é composto por um total de 35 jogadores, ou seja  $\approx 33\%$  do total da amostra e  $\approx 9,5\%$  da população total de jogadores inscritos na LNF na temporada 2018 (LNF, 2019).

Por outro lado, foi constituído o subgrupo de jogadores tidos como “Padrão” e determinado subgrupo “B”. Este subgrupo foi composto por 68 elementos perfazendo  $\approx 67\%$  dos componentes da amostra, ou seja  $\approx 19\%$  do total da população da LNF.

Apesar de o critério para determinação do subgrupo “A” ter sido aparentemente subjetivo, visto que a indicação dos indivíduos deste grupo, foi feita por cada um dos técnicos, sem que se respeitasse qualquer outro parâmetro indicado pelo pesquisador. Considerou-se que estes técnicos são especialistas/peritos, e que segundo Mesquita e colaboradores (2016), são indivíduos que se formaram ao longo do tempo, tanto através de formação acadêmica quanto por experiência em campo de jogo. Estes especialistas/peritos, portanto, estão em condições de determinar, mesmo que por parâmetros individuais, de forma bastante objetiva, aqueles jogadores que sejam os mais eficientes e melhores, em termos de rendimento para suas respectivas equipes.

## 4.2- Procedimentos

Foi aplicado um questionário com 56 questões. Os participantes completaram o questionário conforme apresentado por Serrano e colaboradores (2013), previamente validado por Leite e colaboradores (2009), utilizado em alguns estudos recentes dedicados a analisar o processo de aquisição de habilidades em longo prazo (Leite & Sampaio, 2010).

A este questionário foram acrescentadas três questões que caracterizaram suas conquistas durante as épocas desportivas nas várias categorias porque passaram e suas respectivas equipes. Outras duas questões sobre participação em selecionados nacionais. E ainda outras duas questões que definiram a prática de atividades lúdico-desportivas paralelas as atividades desportivas formais.

O questionário foi aplicado individualmente a cada jogador da amostra, com orientação direta do pesquisador, durante cerca de 20 minutos em média por equipe.

Antes da aplicação direta dos questionários aos jogadores houve um momento de explicação a respeito dos motivos da pesquisa bem como uma explanação sobre a estrutura do questionário e suas questões. Neste momento ofereceu-se aos jogadores a oportunidade de retirar dúvidas ao que fosse necessário. Permitiu-se, e foi esclarecido isso, que as dúvidas poderiam ser dirimidas a qualquer momento durante o preenchimento do questionário.

As abordagens para aplicação dos questionários foram realizadas em comum acordo com as comissões técnicas de cada equipa, que por sua vez determinaram dia e local para o procedimento. Todo o procedimento esteve sempre acompanhado por pelo menos 3 membros destas mesmas comissões técnicas, e com a presença do treinador principal, que auxiliou na identificação dos 5 melhores jogadores de suas respectivas equipas.

A identificação do subgrupo “A”, “melhores”, se deu através da numeração dos questionários entregues ao grupo. Foi acordado antecipadamente com o treinador principal da equipa, que ficou responsável direto por entregar os questionários a estes jogadores em particular sem que eles soubessem o motivo.

O procedimento de coleta dos dados aconteceu durante o período entre os meses de abril e outubro de 2018 em meio a edição de 2018 da LNF.

Para a determinação das fases de formação a longo prazo utilizou-se a estrutura proposta por Stafford (2005) com as seguintes divisões: Fundamentals (Fun; entre os 6 e os 10 anos de idade), Learning & Training to Train (Train; dos 11 aos 14 anos), Training to Compete (Compete; dos 15 aos 18 anos) e Training to Win (Win; com 19 ou mais anos) em detrimento de outras estruturas sugeridas na bibliografia. E desta maneira poderemos estar em acordo com o que sugerem por exemplo Bompa (2001) e Platonov (2006).

Para a análise e discussão dos dados foi utilizado a estatística descritiva e inferencial realizada pelo software SPSS Statisc 25, de maneira que os dados obtidos foram introduzidos no programa e expressos em forma de planilhas e tabelas. Para a caracterização dos participantes quanto a suas características pessoais e de formação utilizou-se estatística descritiva por meio de medidas de tendência central dispersão e distribuição. Para verificar a associação do

sucesso desportivo com as variáveis do processo de formação adotou-se o teste do qui-quadrado, ou exato de Fisher quando das caselas da tabela cruzada possuírem menos que 5 sujeitos. Ainda para verificar possíveis diferenças dentro do sucesso desportivo adotou-se o teste t para amostras independente, partindo do pressuposto de normalidade dos dados verificado pelo teste Komogov-Smirnov. Para todas as análises adotou-se um nível de significância de 5 %.

### 4.3- Limitações da pesquisa

Algumas limitações foram observadas durante a aplicação dos questionários à coleta de dados e sua respetiva transposição ao software de análise estatística.

A primeira limitação foi sem dúvida a capacidade de relembrar com exatidão, das primeiras fases das iniciações desportivas, os percentis sobre os tipos de treinos realizados a cada fase. O que inviabilizou uma análise desta categoria dos dados. Outra dificuldade que inviabilizou a utilização dos dados coletados para o estudo estatístico, foi o de configurar o número de horas de prática das atividades lúdico-desportivas não formais.

Apesar de estarem orientados para que se não soubessem as respostas deixarem em branco as lacunas para tal, ainda assim muitas respostas foram nitidamente descontextualizadas da realidade com informações difíceis de serem traduzidas, e ou interpretadas.

Como o estudo é baseado em aspetos retrospectivos da vida desportiva dos jogadores, e a amplitude da idade cronológica consideravelmente grande em alguns casos, também deve ser considerado como limitação deste estudo a capacidade dos pesquisados em reproduzir com fidelidade os acontecimentos.

Mesmo que tenham sido tomadas todas as precauções na condução da aplicação dos questionários, e orientação dos questionados para uma segura clareza do entendimento destes a respeito do que estava sendo perguntado, a passagem de períodos muito grande de anos, por vezes décadas, deve ser considerada para apreciação dos resultados.

A limitação que consideramos mais significativa a respeito do estudo aqui apresentado, é a de que apesar de haver uma amostra robusta, o fator logístico pode, de alguma maneira, ter influenciado nos resultados, já que a coleta de dados se deu com apenas uma parte da população. Apesar de abordarmos equipas de duas regiões do Brasil, sul e sudeste, e a LNF ter em 2018 a participação de 3 regiões, a incluir-se a região norte com uma equipa. Ainda assim a amostra não equalizou a participação das equipas por este critério geográfico. Com certeza essa dimensão continental do Brasil eleva a dificuldade em conseguir amostragem 100% fidedigna.



## V - APRESENTAÇÃO E DISCUÇÃO DOS DADOS

Com relação as idades de iniciação desportiva formal geral e as idades de iniciação desportiva formal e sistemática no futsal pôde-se verificar nas tabelas 1 e 2 que:

Apesar de não haver uma associação estatística significativa entre os percentis dos valores destes indicadores, existe uma diferença entre os percentis de iniciação desportiva formal geral entre os subgrupos. Subgrupo “A”, com 97,1% a iniciar sua prática formal geral na 1ª etapa (6-10 anos). Quase uma totalidade dos indivíduos desta amostra. No subgrupo “B”, 88,2% dos jogadores tiveram sua iniciação desportiva formal geral nesta 1ª etapa (Fun). O que sugere que começar a prática desportiva formal geral mais cedo elevaria de alguma maneira as chances de estar entre os melhores de cada equipa.

No estudo de Serrano e colaboradores (2013) apresenta-se que mais de 80% dos jogadores da elite do futsal português iniciou com prática desportiva formal geral entre os 6 e os 10 anos. Desta maneira os dados obtidos quanto a idade de iniciação da prática desportiva formal geral dos jogadores da LNF apresenta uma pequena diferença que sugere que os jogadores de futsal de elite brasileira de modo geral iniciam mais cedo a prática desportiva formal geral do que os portugueses, por exemplo, mas permanecem dentro do que sugere a literatura (Barbanti, 1979; Bohme, 2000; Malina et al., 2000; Martin, 1988; Matveev & Gomes, 1997; Platonov, 2006);

Em relação a iniciação da prática desportiva formal do futsal, os números mostram novamente, que não há uma diferença significativa entre os subgrupos. O subgrupo “A” tem seu início das atividades ligadas à prática deliberada e sistemática do futsal em 85% dos casos na fase Fun da PDLP de Stafford (2005). Para o subgrupo “B” encontramos 77% das ocorrências. No total dos casos pesquisados, mais de 80% dos jogadores iniciaram sua prática deliberada e sistemática do futsal na fase entre os 6 e os 10 anos. Mostrando através destes números que de maneira geral os jogadores da elite do futsal da LNF começam a prática sistemática e competitiva do futsal na primeira fase da PDLP.

Silva e colaboradores (2001) apresentam valores onde apontam idades estabelecidas para a prática sistemática do futsal entre os 10 e os 12 anos. Então se considerarmos que dez anos seria a idade limite da primeira fase do PDLF para iniciação desportiva com prática sistemática, os jogadores desta amostra estão a começar no futsal um pouco mais cedo do que o apontado na literatura.

Porém ao compararmos os números deste estudo com os de Serrano e colaboradores (2013), onde apenas 36,7% dos jogadores de elite iniciaram no futsal entre 6 e 10 anos, notamos uma substancial diferença entre os indivíduos das amostras.

Cafruni e colaboradores (2006), apontam a idade entre os 11 e os 15 anos como a de primeiro ciclo de treino sistemático para o futsal. Santana e colaboradores (2006) identificam que os jogadores da seleção brasileira em sua maioria iniciaram com as práticas sistemáticas e competições dentro da idade recomendada pela literatura. Deste modo podemos constatar que existe uma diferença bastante expressiva entre a literatura e as tabelas apresentadas, com os dados desta pesquisa apontando mais uma vez que os jogadores da LNF iniciaram sua trajetória no futsal mais precocemente;

Em ambos os grupos fica nítido que a maioria absoluta inicia na vida desportiva formal geral na primeira fase do processo de PDLF chamado por Stafford (2005) como Fun com mais de 91% dos casos no total, como pode ser observado na tabela (3). Com valor de sig.  $p \leq 0,001$ , é possível estabelecer uma relevância estatística entre fases da PDLF e as idades de iniciação no desporto formal geral. Isto pode estar a significar que dar início à prática desportiva formal geral nesta fase aumentam as probabilidades de o jogador poder alcançar a elite do futsal brasileiro.

De modo geral os números aqui apresentados confirmam o que preconiza a literatura a respeito da iniciação desportiva formal geral, rever (Barbanti, 1979; Bohme, 2000; Malina et al., 2000; Martin, 1988; Matveev & Gomes, 1997; Platonov, 2006), entre outros, que também abrange as idades entre os 6 e os 10 anos como as mais apropriadas.

Outro dado interessante que podemos destacar nesta tabela 1 é que nenhum dos questionados neste trabalho iniciou na atividade desportiva geral na

fase 4, e apenas um único indivíduo o fez na fase 3 da PDLP. Esta informação reforça a ideia de que para se chegar a um nível de excelência no esporte deve-se ter uma iniciação desportiva até ao máximo de 14 anos de idade.

Quando falamos da iniciação desportiva específica para futsal o fenômeno ocorre de modo similar ao da iniciação desportiva formal geral, e os números mostram que apenas  $\approx 5\%$  dos indivíduos da amostra começaram no futsal a partir da etapa 3 da PDLP.

Observando ainda a tabela (3) podemos constatar que a prática formal de futsal aparece em mais de 80% dos casos da amostra na fase 1 da PDLP com significância estatística de  $p \leq 0,001$ . Estes valores reforçam as teorias que dizem haver forte ligação entre o sucesso no esporte em que se queira seguir carreira, e sua prática formal nas primeiras fases da iniciação desportiva.

Parece não restar dúvidas que os jogadores da LNF tendem a iniciar a prática do futsal ainda na fase Fun de sua PDLP. E que é um fator preponderante, fazer uso desta prática sistemática e deliberada do esporte na fase 1, para se alcançar o sucesso e estar entre os melhores do futsal brasileiro.

É portanto uma característica do futsal no Brasil, entre aqueles que alcançam jogar na LNF, iniciar a prática sistemática e deliberada da modalidade entre os 6 e os 10 anos de idade diferentemente do que nos aponta a literatura (Bompa, 1998; Cafruni et al., 2006; Santana et al., 2006; Serrano et al., 2013; Francisco M. Silva et al., 2001).

Tabela (1). Quadro da Idade da Iniciação Desportiva Geral Formal.

Crosstab			melhores		Total
			Melhores	Padrão	
<b>Idade da Iniciação Desportiva Geral Formal</b>	<b>1ª Fase Da PDLP 6-10 anos (FUN)</b>	<b>Contagem</b>	34 <sub>a</sub>	60 <sub>a</sub>	94
		<b>% em Idade da Iniciação Desportiva Geral</b>	36,2%	63,8%	100,0%
		<b>% em melhores</b>	97,1%	88,2%	91,3%
		<b>% do Total</b>	33,0%	58,3%	91,3%
	<b>2ª fase Da PDLP 11-14 anos (TRAIN)</b>	<b>Contagem</b>	1 <sub>a</sub>	7 <sub>a</sub>	8
		<b>% em Idade da Iniciação Desportiva Geral</b>	12,5%	87,5%	100,0%
		<b>% em melhores</b>	2,9%	10,3%	7,8%
		<b>% do Total</b>	1,0%	6,8%	7,8%
	<b>3ª fase Da PDLP 15-18 anos (COMPETE)</b>	<b>Contagem</b>	0 <sub>a</sub>	1 <sub>a</sub>	1
		<b>% em Idade da Iniciação Desportiva Geral</b>	0,0%	100,0%	100,0%
		<b>% em melhores</b>	0,0%	1,5%	1,0%
		<b>% do Total</b>	0,0%	1,0%	1,0%
	<b>Total</b>	<b>Contagem</b>	35	68	103
		<b>% em Idade da Iniciação Desportiva Geral</b>	34,0%	66,0%	100,0%
		<b>% em melhores</b>	100,0%	100,0%	100,0%
		<b>% do Total</b>	34,0%	66,0%	100,0%
Cada letra de subscrito indica um subconjunto de melhores categorias cujas proporções da coluna não se diferem significativamente umas das outras no nível 0,05.					

Tabela (2) Quadro de Idade de Iniciação Desportiva em Futsal.

Crosstab			melhores		Total
			Melhores	Padrão	
Idade de Iniciação Desportiva em Futsal	6-10 anos FUN	Contagem	30 <sub>a</sub>	53 <sub>a</sub>	83
		% em Idade de Iniciação Desportiva em Futsal	36,1%	63,9%	100,0%
		% em melhores	85,7%	77,9%	80,6%
		% do Total	29,1%	51,5%	80,6%
	11-14 anos TRAI N	Contagem	3 <sub>a</sub>	12 <sub>a</sub>	15
		% em Idade de Iniciação Desportiva em Futsal	20,0%	80,0%	100,0%
		% em melhores	8,6%	17,6%	14,6%
		% do Total	2,9%	11,7%	14,6%
	15-18 anos COM PETE	Contagem	1 <sub>a</sub>	2 <sub>a</sub>	3
		% em Idade de Iniciação Desportiva em Futsal	33,3%	66,7%	100,0%
		% em melhores	2,9%	2,9%	2,9%
		% do Total	1,0%	1,9%	2,9%
	=ou+ 19 anos WIN	Contagem	1 <sub>a</sub>	1 <sub>a</sub>	2
		% em Idade de Iniciação Desportiva em Futsal	50,0%	50,0%	100,0%
		% em melhores	2,9%	1,5%	1,9%
		% do Total	1,0%	1,0%	1,9%
<b>Total</b>		Contagem	35	68	103
		% em Idade de Iniciação Desportiva em Futsal	34,0%	66,0%	100,0%
		% em melhores	100,0%	100,0%	100,0%
		% do Total	34,0%	66,0%	100,0%

Cada letra de subscrito indica um subconjunto de melhores categorias cujas proporções da coluna não se diferem significativamente umas das outras no nível 0,05.

**Tabela (3). Idade de Iniciação na Prática Desportiva Sistemizada e no Futsal.**

		<b>n (%)</b>	<b>X<sup>2</sup></b>	<b>p-valor</b>
<b>Idade de Iniciação Desportiva Geral</b>	6-10 anos	94 (91,3)	156,26	0,001*
	11-14 anos	8 (7,8)		
	15-18 anos	1 (1,0)		
<b>Idade de Iniciação Futsal</b>	6-10 anos	83 (80,6)	173,77	0,001*
	11-14 anos	15 (14,6)		
	15-18 anos	3 (2,9)		
	19 anos ou mais	2 (1,9)		

X<sup>2</sup>= teste do qui-quadrado para n esperado e n observado. \*p-valor<0,05

- Avaliar se a quantidade de anos de prática específica está associada com a qualidade de desempenho.

Percebemos na tabela 4 que a média de idade do subgrupo “A” “melhores”, com relação ao subgrupo “B” “Padrão”, apresenta uma diferença em números absolutos que está por volta de 4 anos. São 29 anos de média para “A”, com desvio padrão de 6,03 anos, e 25,2 com desvio padrão de 5,56 anos para “B”. Isso pode nos dizer que para estar entre os melhores de cada equipa é necessário que se tenha em média mais tempo de prática efetiva do futsal, se considerarmos que todos os indivíduos da amostra nunca pararam de praticar o desporto futsal, durante sua trajetória, e mais de 80% deles iniciou a prática sistemática da modalidade na fase entre os 6 e os 10 anos conforme a tabela (3).

Ainda observando a tabela 4 conseguimos verificar, através do coeficiente  $p \geq 0,002$ , que existe uma significância estatística direta com relação à diferença de idade dos jogadores pesquisados e a condição de melhores da equipa. Há a indicação de que no subgrupo “A” os jogadores têm mais anos de prática de futsal, e, portanto, mais idade cronológica que permita esta aquisição de experiências.

Percebemos, pelos dados apresentados que os jogadores da LNF que dedicarem realmente mais tempo para treinamento (ver tabela 9 “horas de treino semanais” em cada fase), durante um maior número de anos em suas carreiras (idade dos jogadores na tabela 4), conseguirão pertencer a categoria dos “melhores” em suas respectivas equipas. Os números desta amostra demonstram o que a literatura de maneira geral apregoa e discorre sobre qual o tempo necessário de prática deliberada e sistemática para se alcançar a expertise. Observados como exemplos, os estudos de W. Chase & H. Simon (1973) e Ericsson e colaboradores (1993), e daquilo que afirmam autores como, Baker (2003a), Berry e colaboradores (2008), Côté e colaboradores (2005), entre outros.

Quando analisamos a média de idade dos subgrupos (29 anos para “melhores” e 25, 2 anos para os “padrão”), junto ao percentil de jogadores desta amostra que iniciaram sua prática formal em futsal na fase 1 da PDLP ( $\approx 85\%$  do

subgrupo “A” e ≈77% do subgrupo “B”), vemos uma clara indicação de que a prática sistemática da modalidade do futsal por mais tempo leva a uma melhor condição para a excelência.

**Tabela (4). Comparativa com tempo de prática e desempenho. (IDADE)**

	Melhores das equipas		t	p-valor
	Melhores (dp)	Padrão (dp)		
Idade	29,0 (6,03)	25,2 (5,56)	-3,108	0,002*

Significância  $p < (0,05)$

- Saber se a iniciação desportiva formal ocorreu em uma ou em diferentes modalidades.

A tabela 5 dos dados coletados apresenta uma descrição percentual do número de desportos que foram praticados de maneira formal na iniciação desportiva dos jogadores de futsal da LNF.

Cerca de 53% dos pesquisados afirmam ter iniciado sua prática formal no desporto em apenas um desporto, e perto de 47% dizem tê-lo feito através da diversificação dos desportos. Não foi encontrado entre estes dados uma diferença significativa, apontando na verdade uma equivalência entre iniciação por diversificação e iniciação por um único desporto para a prática desportiva formal geral.

Fica claro que não existe uma diferença significativa entre aquilo que Baker (2003a) determina como a diversificação precoce e a especialização precoce, e aquilo que foi constatado nesta pesquisa a respeito do futsal. Porém se levarmos em conta que mais de 90% dos indivíduos da amostra alegaram ter iniciado na prática formal geral desportiva com o futsal entre os desportos praticados, (ver tabela 6), conseguimos constatar que existe uma associação com a iniciação da prática formal específica do futsal e o facto de chegar até a elite do futsal brasileiro. Mesmo assim, não podemos afirmar com certeza que isto seja pré-condição para alcançar o sucesso no desporto, ao que pese para isto que quase 10% dos que chegaram a LNF não iniciaram com o futsal entre os desportos da fase 1 (FUN) da sua PDLP.

Todos os estudos em que baseamos nossa revisão da literatura quanto as iniciações desportivas de atletas de elite não apontam que iniciar a PDLP através da diversificação, ou da especialização precoce, sejam, de maneira inequívoca as mais corretas. Pelo contrário, sempre acabam por deixar claro em suas conclusões que é necessário mais pesquisa e informação a respeito deste assunto. Porém, tanto os autores a favor da diversificação, quanto aqueles a favor da especialização desde as primeiras fases da PDLP, têm a mesma perspectiva de que é necessária dedicação de muito tempo de treinamento para se alcançar o expertise. Neste ponto nossos dados acabam por corroborar com essa conclusão na medida em que são aqueles, ao iniciar com futsal mais cedo

e ter mais anos de prática sistemática, que acabam por chegar ao maior sucesso como jogadores da LNF e em suas equipes.

Deste modo podemos constatar que as afirmações de Baker (2003a) são confirmadas pelos números desta pesquisa, ao dizer que a diversificação das atividades desportiva deve ser encarada como uma alternativa para a PDLP dos jogadores de futsal, assim como para outros desportos.

Novamente, lembrando que o futsal faz parte dos chamados JDC (Amaral & Garganta, 2005), pode-se entender que existe uma tendência para a transferência cruzada das experiências de outras modalidades desportivas para esta, conforme Schmidt e Wrisberg (2000) apud (Baker, 2003a). A citar como exemplos as modalidades desportivas que aparecem na tabela 6 (futebol, andebol e basquetebol).

É possível identificar na tabela 6 que em apenas  $\approx 6\%$  dos casos do total da amostra, não houve a presença do futsal na iniciação desportiva formal, e que somente futebol, andebol e ténis de mesa estão presentes como outros desportos únicos na iniciação desportiva formal da fase 1 da PDLP.

Ao menos os dados desta amostra não determinam nem prejuízo nem vantagens aparentes para quem inicia de maneira diversificada ou especializada no futsal. Mas parece-nos prudente confirmar que ter o futsal como desporto na iniciação desportiva formal é um fator que melhora as chances de participar da LNF com jogador.

Quando observada a tabela 10 nos mostra que no subgrupo "A", 19 jogadores iniciam em um desporto e 15 jogadores iniciam com mais de um desporto, enquanto no subgrupo "B" 28 jogadores iniciam com um desporto e 36 jogadores iniciam com mais de um desporto. Estes dados indicam que os jogadores do subgrupo "A" seguem a tendência de ter iniciado de maneira especializada, e os jogadores do subgrupo "B" de maneira diversificada. Porém novamente os percentis não apontam diferenças estatisticamente significativa entre os grupos. Tão pouco é verificada uma associação entre esta característica da iniciação desportiva e o sucesso dos jogadores de futsal na LNF.

**Tabela (5). Associação entre número de desportos praticados na iniciação formal desportiva.**

		n (%)
Número de desportos de iniciação formal	1 desporto	52 (53,1)
	2 desportos ou mais	46 (46,9)

**Tabela (6) desportos da etapa1**

		Frequência	Percentagem	Percentagem válida	Percentagem acumulativa
Válido	Ausentes	6	5,8	5,8	5,8
	Nenhuma	4	3,9	3,9	9,7
	futsal	43	41,7	41,7	51,5
	futsal e voleibol	2	1,9	1,9	53,4
	futsal, voleibol, futebol e atletismo	1	1,0	1,0	54,4
	futsal/natação	1	1,0	1,0	55,3
	futsal/andebol/voleibol	1	1,0	1,0	56,3
	futsal/futebol	20	19,4	19,4	75,7
	futsal/futebol/capoeira	1	1,0	1,0	76,7
	futsal, andebol, basquete, tênis de mesa	1	1,0	1,0	77,7
	futsal, vôlei, andebol, atletismo e tênis de mesa	1	1,0	1,0	78,6
	andebol, futebol e tênis de mesa	2	1,9	1,9	80,6
	futsal e atletismo	1	1,0	1,0	81,6
	futebol	2	1,9	1,9	83,5
	futsal, andebol, basquetebol e voleibol	3	2,9	2,9	86,4
	futsal, judo, futebol, basquete, andebol	1	1,0	1,0	87,4
	futsal, futebol, natação	1	1,0	1,0	88,3
	futsal, basquete, voleibol, skate, tênis de mesa	1	1,0	1,0	89,3
	futsal, padle, voleibol natação	1	1,0	1,0	90,3
	futsal, basquete, futebol	1	1,0	1,0	91,3
	futsal, tênis	1	1,0	1,0	92,2
	futsal, capoeira, natação e jiu jitsu	1	1,0	1,0	93,2
	futsal, natação, judo	1	1,0	1,0	94,2
	andebol	1	1,0	1,0	95,1
	futsal, Judo	1	1,0	1,0	96,1
	futsal, futebol, judo, natação, basquetebol, atletismo	1	1,0	1,0	97,1
	futsal, futebol, judo	1	1,0	1,0	98,1
futsal, futebol, andebol, vôlei, basquetebol	1	1,0	1,0	99,0	
andebol e atletismo	1	1,0	1,0	100,0	
Total	103	100,0	100,0		

- Perceber se os jogadores de alto nível apresentavam sucesso desportivo no seu processo de formação associado à sua participação, ou não, em selecionados nacionais.

Através do  $X^2$  teste qui-quadrado com fator de significância  $\leq 0,02$ , é possível verificar na tabela 7 que não se pode afirmar, em nenhuma das fases da PDLP nesta coleta de dados, que exista uma associação com a *prática lúdico-desportiva informal* e o sucesso desportivo dos jogadores de futsal da amostra no comparativo entre os subgrupos “A” e “B”.

Não se consegue também observar significância estatística com valor  $p \leq 0,05$  que para prática lúdico-desportiva em cada fase da PDLP.

**Tabela (7). Associação entre prática lúdica e sucesso desportivo.**

		Jogadores das equipas		$X^2$	p-valor
		Padrão	Melhores		
		n (%)	n (%)		
Prática Lúdica etapa 1	Sim	58 (66,7)	29 (33,3)	0,105	0,746
	Não	10 (62,5)	6 (37,5)		
Prática Lúdica etapa 2	Sim	57 (65,5)	30 (34,5)	0,063	0,802
	Não	11 (68,8)	5 (31,3)		
Prática Lúdica etapa 3	Sim	44 (68,8)	20 (31,3)	0,562	0,454
	Não	24 (61,5)	15 (38,5)		
Prática Lúdica etapa 4	Sim	17 (60,7)	11 (39,3)	0,482	0,487
	Não	51 (68,0)	24 (32,0)		

$X^2$  teste qui-quadrado e significância  $p < (0,05)$

Contudo podemos notar que em sua maioria os jogadores pesquisados permaneceram com estas práticas até a 3ª fase (Compete), e que os números só vêm a se reverter como maioria absoluta para a *não prática lúdico-desportiva*,

na 4ª fase (Win). Nesta fase da PDLP a necessidade de aplicação de maior tempo para preparação parece ser mais interessante para uma performance melhor no desporto (2006; Hax, 2014; Serrano et al., 2013).

Assim podemos ver que apesar da associação estatística não ser aparente nesta amostra, a prática lúdico-desportiva se mostra como um fator claramente presente durante a trajetória dos jogadores desta pesquisa. Esse facto talvez possa ser explicado quando nos reportamos a autores que descrevem que é necessário respeitar os princípios da preparação desportiva e fazer as transições das fases a respeitar as condições fisiológicas, cognitivas, de aprendizagem e de desenvolvimento motor dos indivíduos (Abdala et al., 2017; Bohme, 2000; Bompa, 1998; Ford et al., 2009; Platonov, 2006; Weineck, 2004).

Existem ainda os fatores psicológicos que podem interferir na continuação das carreiras desportivas. Então a prática lúdico-desportiva possa ser mais considerada a partir deste ponto de vista do desenvolvimento psíquico. O prazer que os experts apresentam, segundo Csikszentmihalyi e colaboradores (1997), a prevenção do dropout que pode ocorrer durante o PDLP (Fraser-Thomas et al., 2008), são outros exemplos de como a prática lúdico-desportiva pode atuar como fator importante na estruturação de um processo rumo ao sucesso desportivo dos jogadores de futsal da LNF. Berry e colaboradores (2008) apontam um estudo de Côtê (1999) que apresenta evidências de que a diversão se mostra um fator importante mesmo quando o atleta está em um patamar mais elevado do seu desempenho.

Lindner (2002) em seu estudo de 10 anos verificou que a principal razão para o abandono das modalidades, ou mesmo da prática desportiva como um todo foi a falta de prazer que os praticantes indicavam não alcançar durante seus treinamentos desportivos.

Especificamente falando de futsal, Hallal e colaboradores (2008) afirmam que 8% dos jogadores adolescentes entre os 11 e os 17 anos que abandonaram o futsal, o fizeram por estresse de competição (medo desgaste ou pressão), 22% alegaram muita intensidade dos treinamentos, e outros 21% porque os técnicos cobravam demais. Esses números tendem a confirmar que a falta de atividade

lúdico-desportiva e o excesso de cobrança em fases iniciais do PDLP propiciam o abandono da prática sistemática do futsal.

Ré e colaboradores(2008) indicam que os formatos competitivos que acontecem em categorias menores do futsal pode, de alguma forma, ser causador de estresse nos jogadores mais jovens, levando-os a abandonar o desporto por não estarem totalmente maduros emocionalmente para estas cobranças.

Levando em consideração as afirmações das referências da literatura e os números apresentados na tabela (7) desta pesquisa, somos levados a entender que a prática lúdico-desportiva paralela com a prática formal e deliberada da modalidade tende a ser benéfica e importante na formação dos jogadores desta amostra.

- Perceber se os jogadores de alto nível apresentavam convocações para selecionados nacionais no seu processo de formação.

Ao observarmos a tabela 8 conseguimos ver, através do coeficiente de  $X^2$  teste qui-quadrado, que não existe uma associação estatística com o participar de selecionados nacionais durante as fases do PDLP entre os subgrupos “A” e “B”.

**Tabela (8). Associação entre sucesso de ser selecionado e o sucesso desportivo na fase adulta**

		Jogadores das equipas		$X^2$	p-valor
		Padrão	Melhores		
		n (%)	n (%)		
<b>Seleção Nacional fase 3</b> TRAIN	Sim	1 (33,3)	2 (66,7)	1,363	0,280
	Não	64 (66,0)	33 (34,0)		
<b>Seleção Nacional fase 4</b> WIN	Sim	13 (46,4)	15 (53,6)	6,579	0,010*
	Não	55 (73,3)	20 (26,7)		

*As fases 1 e 2 não possui seleção nacional.*

*$X^2$  teste qui-quadrado e significância  $p < (0,05)$*

Porém, os números mostram que o índice de participações em selecionados nacionais aumenta consideravelmente da fase 3 para a fase 4. A fase 4 por sua vez apresenta valor de  $p = (0,01)$  entre estes grupos, o que representa uma diferença estatisticamente significativa.

O aumento de participação em selecionados nacionais se dá, em ambos os grupos, de maneira similar. Porém quando isolamos os fatores entre as amostras de cada grupo podemos ver que  $\approx 43\%$  dos jogadores do subgrupo “A” estiveram em algum selecionado nacional na fase Win, enquanto apenas  $\approx 20\%$

dos elementos do subgrupo “B” obtiveram esse tipo de experiência nesta fase da PDLP.

Estes dados podem nos levar a crer que para se estar entre os melhores de cada equipa na LNF, ter passado por um selecionado nacional é consideravelmente importante. Ainda que não possamos afirmar que seja imprescindível, ou pré-requisito para o sucesso, já que a maioria absoluta dos indivíduos da amostra total não participou em nenhuma das fases de suas PDLP por um selecionado nacional. Podemos induzir que participar de um selecionado nacional seja um bom indicador de sucesso desportivo a apontar aos melhores jogadores desta amostra.

É possível ver que mesmo que o jogador esteja entre os selecionáveis nas fases 3 e 4 da PDLP, ainda assim não há garantias de estar entre os melhores de suas equipas.

Na literatura podemos ver que o facto de estar em alto nível e participando de campeonatos a nível continental e mundial é significativo, porém não participar destes eventos e de seleções nacionais durante as fases 3 e 4 da PDLP seja excluyente de alta performance na fase adulta (Abdala et al., 2017; Cafruni et al., 2006). Em ambos os estudos a associação com o sucesso desportivo atingido é maior quanto mais próximo da fase adulta o indivíduo é submetido as experiências de selecionados nacionais, ou ter conquistado títulos importantes.

Cumprindo algo que Csikszentmihalyi e colaboradores (1997) determinam ser imprescindível para se alcançar a expertise, é importante lembrar que sempre que estiver ao serviço de um selecionado nacional, o indivíduo esta a participar, em tese, do mais qualificado ambiente de treinamento da modalidade para aquele escalão em seu país. Portanto podemos dizer que é um “up grade” em sua PDLP participar de um escalão nacional em qualquer fase.

Neste estudo conseguimos estabelecer que para estar entre os melhores, o sucesso com passagens pelo selecionado nacional só tem relevância substancial se consignado na fase Win da PDLP. Nesta fase os números apontam para a participação dos selecionados adulto como o de maior incidência. As participações em selecionados sub 20 aparecem em 9 casos ou,

≈9% do total dos casos da amostra. Na categoria adulta apresentam-se 15 casos ou, ≈ 15% do total dos casos desta amostra (tabela 9):

**Tabela (9). Incidência nos selecionados nacionais na Fase 4 da PDLP.**

<b>Escalão nacional 4</b>				
	<b>Frequência</b>	<b>Porcentagem</b>	<b>Porcentagem válida</b>	<b>Porcentagem acumulativa</b>
<b>nenhuma</b>	75	72,8	72,8	81,6
<b>sub 20</b>	4	3,9	3,9	85,4
<b>adulto</b>	10	9,7	9,7	95,1
<b>sub 20/adulto</b>	5	4,9	4,9	100,0
<b>Total</b>	103	100,0	100,0	

Com relação aos comparativos estatísticos entre os subgrupos “A” e “B” da pesquisa pode-se observar, conforme tabela 10 que apesar de haver substanciais diferenças entre os números apresentados, o único ponto que apresentou diferença estatística capaz de apontar uma efetiva vantagem a um deles é o número de horas de treinamento dedicado à modalidade, na 4ª fase da PDLP.

Como vemos na tabela (10) o  $X^2$  do teste qui-quadrado apresentou um coeficiente de 0,018, o que indica que estatisticamente pode-se dizer que existe uma associação entre os jogadores que têm um melhor desempenho, e aqueles que dedicam mais tempo ao treino sistemático da modalidade de futsal na fase do PDLP chamada Traing to Win.

No trabalho de Serrano e colaboradores (2013), os dados também sugerem uma diferença entre os tempos dedicados aos treinamentos da prática deliberada ao futsal durante as diferentes etapas e entre os grupos pesquisados. Esta diferença também é maior na fase Win dos jogadores de futsal portugueses considerados de elite.

A literatura também corrobora com essa indicação para as fases cronológicas mais adiantadas da PDLP, em favor dos chamados experts nas modalidades de JDC, onde está classificado o futsal. Nestas modalidades em que a tomada de decisão é uma característica forte e decisiva como classificador para qualidade do atleta/jogador (Berry e colaboradores(2008), parece que quantidade de horas dedicada aos treinamentos é decisiva, principalmente nas últimas fases da PDLP.

Hax (2014) também conclui que a diferença de volumes de treinamento entre os grupos de experts e dos não experts tende a ser mais significativo a partir dos 18 anos de idade, colocando os atletas daquela pesquisa que possuíam mais horas de treinamento na fase 4 do PDLP de Stanford entre os experts.

Desta forma conseguimos dizer que na amostra da LNF deste estudo temos uma considerável inclinação a ter sempre apontados como os “melhores” por seus treinadores principais, dentro de suas equipas, os jogadores que dedicarem mais tempo de treinamento nas fases finais da PDLP.

Tabela (10). Associação entre variáveis do desenvolvimento do atleta

**Padrão e os Melhores atletas.**

		Atletas Padrão n (%)	Melhores atletas n (%)	X <sup>2</sup>
Idade de iniciação geral	6-10 anos	60 (63,8)	34 (36,2)	0,635
	11-14 anos	7 (87,5)	1 (12,5)	
	15-18 anos	1 (100)	-	
Idade de iniciação no futsal	6-10	53 (63,9)	30 (36,1)	0,307
	11-14	12 (80,0)	3 (20,0)	
	15 ou mais	3 (66,7)	2 (33,3)	
<b>Fase 01 FUN</b>				
N° de desportos	1 desporto	28 (59,5)	19 (40,4)	0,252
	2 ou mais	36 (70,6)	15 (29,4)	
Horas de treino	Até 10 horas	40 (71,4)	16 (28,6)	0,118
	Mais de 10 horas	23 (56,2)	18 (43,9)	
Prática lúdica	Sim	58 (66,7)	29 (33,3)	0,746
	Não	10 (62,5)	6 (37,5)	
<b>Fase 02 TRAIN</b>				
N° de desportos	1 desporto	28 (60,9)	18 (39,1)	0,350
	2 ou mais	37 (69,8)	16 (30,2)	
Horas de treino	Até 10 horas	37 (66,1)	19 (33,9)	0,921
	Mais de 10 horas	28 (65,1)	15 (34,9)	
Prática lúdica	Sim	57 (65,5)	30 (34,5)	0,802
	Não	11 (68,8)	5 (31,3)	
<b>Fase 03 COMPETE</b>				
N° de desportos	1 desporto	28 (59,6)	19 (40,4)	0,434
	2 ou mais	31 (67,4)	15 (32,6)	
Horas de treino	Até 10 horas	25 (73,5)	9 (26,5)	0,233
	Mais de 10 horas	40 (61,5)	25 (38,5)	
Prática lúdica	Sim	44 (68,8)	20 (31,3)	0,454
	Não	24 (61,5)	15 (38,5)	
Seleção brasileira	Sim	1 (33,3)	2 (66,7)	0,243
	não	64 (66,0)	33 (34,0)	
<b>Fase 04 WIN</b>				
N° de desportos	1 desporto	59 (63,4)	34 (36,6)	0,697
	2 ou mais	1 (50,0)	1 (50,0)	
Horas de treino	Até 10 horas	15 (88,2)	2 (11,8)	0,018*
	Mais de 10 horas	45 (57,7)	33 (42,3)	
Prática lúdica	Sim	17 (60,7)	11 (39,3)	0,487
	Não	51 (68,0)	24 (32,0)	
Seleção Brasileira	Sim	13 (46,4)	15 (53,6)	0,010
	Não	55 (73,3)	20 (26,7)	

Por outro lado, não parece haver indicações de diferenças significativas na quantidade de horas dedicadas a prática deliberada entre os subgrupos “A” e “B” nas demais fases da PDLP. Isto pode indicar que a dedicação ao volume de treino, ou horas semanais dedicadas a estes treinos nas primeiras fases da

PDLP, poderia ser menos importante do que praticar sistematicamente a modalidade de futsal com ênfase maior à qualidade dos treinamentos.

## VI - CONCLUSÕES

Conseguimos entender através deste estudo que de maneira geral os jogadores de futsal da Liga Nacional de Futsal do Brasil iniciam seu percurso desportivo dentro do que preconiza a literatura. Tem sua maioria absoluta de elementos começando a prática desportiva formal geral entre os 6 e os 10 anos.

Na amostra da pesquisa podemos ver os jogadores da Liga Nacional de Futsal iniciando com a prática deliberada do futsal em uma idade um pouco menor que a preconizada na literatura. Esses jogadores começaram a competir e treinar formalmente nesta modalidade entre os 6 e 10 anos. Isto, porém, não consegue ficar definido por esta pesquisa como um pré-requisito para o sucesso, porque embora a uma maioria absoluta tenha iniciado de maneira precoce na prática formal do futsal ainda faltam elementos comprobatórios do efeito reverso. Na prática para tal afirmação deveríamos estudar quem não chegou à elite do futsal na Liga Nacional de Futsal e perceber se os resultados são idênticos ou contraditórios.

Entendemos que é maior a probabilidade de que os considerados melhores de suas equipas por seus treinadores serem aqueles jogadores com mais idade, e com mais tempo de treinamento em horas semanais. E que existe uma associação estatística entre estas horas de treinamento semanais na fase *Train to Win* da Preparação Desportiva de Longo Prazo dos pesquisados e seu sucesso desportivo.

Fica bem claro, para esta amostra, que a chegada ao selecionado nacional só terá maior importância, quanto ao sucesso desportivo dos jogadores, quando acontecer principalmente nos escalões sub 20 e adultos.

Outra afirmativa que podemos fazer ao concluir esta pesquisa é a de que apesar de não haver uma relação estatística importante com a prática lúdico-desportiva entre os jogadores desta amostra da Liga Nacional de Futsal e seu sucesso desportivo, esta prática está relevantemente presente até a fase 3 da Preparação Desportiva de Longo Prazo destes jogadores. Que esta prática lúdico-desportiva paralela não parece prejudicar o desenvolvimento dos talentos durante as fases da PDLP, pelo contrário parece fazer parte destas.

Assim acreditamos que a partir desta pesquisa poderíamos definir a Preparação Desportiva de Longo Prazo dos atletas desta amostra da Liga Nacional de Futsal como;

Iniciado na Prática Desportiva Formal Geral entre os 6 e os 10 anos;

Iniciado na Prática Desportiva Formal do Futsal de entre os 6 e 10 anos;

Que dedica mais tempo de treinamento a esta modalidade na fase 4 da PDLP;

Que a Prática Lúdico-Desportiva acompanha o jogador até a fase 3 da PDLP com bastante ênfase;

Cuja importância para seu sucesso desportivo, ser um selecionável terá maior peso quando acontecer para o escalão adulto e, ou, sub 20.

Entre as diferenças estatísticas dos subgrupos da amostra, a única que sugere uma associação ao maior sucesso desportivo dos “A” é realmente o maior tempo de treino semanal na fase 4. Mas que os “melhores” apresentam em todas as fases da PDLP números mais robustos que os “padrão” comparativamente ao que a literatura preconiza ser necessário para se atingir a expertise desportiva.

E que sem dúvida nenhuma para se ter uma oportunidade de estar participando na Liga Nacional de Futsal os indivíduos desta amostra praticaram de maneira sistemática a modalidade de futsal por um período de 15 a 19 anos, em média, entre os 06 e os 25 anos. Este tempo de prática sistemática se mostrou bem superior aos 10 anos que a literatura preconiza como o mínimo necessário para atingir o expertise e o sucesso (W. G. Chase & H. A. Simon, 1973).

Entendemos que para que aconteça uma maior e melhor compreensão da Preparação Desportiva de Longo Prazo dos jogadores de futsal da Liga Nacional de Futsal, ou de outras grandes ligas, é necessário que algumas outras relações sejam estudadas. Relações como o tempo em que cada atleta permanece em uma mesma equipa na iniciação do futsal. A relação entre o tipo de treinamento que realizou durante suas fases de Preparação Desportiva de Longo Prazo, apontadas tanto por jogadores quanto por técnicos envolvidos. A

relação entre as datas de nascimento e o efetivo sucesso desportivo, entre outras possíveis relações.

Mais uma vez temos convicção que somente a continuidade dos trabalhos de pesquisa no futsal é que poderá dar suporte científico para a evolução da modalidade, assim como em qualquer área do desporto.



## VI - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abdala, B., de Oliveira Ferreira Junior, A., da Silva, I. M., Siciliano, D., Costa Filho, P. N., & Palma, A. (2017). High Performance Training in Soccer Youth Teams and Training to Become Champions. *Journal of Exercise Physiology Online*, 20(3).
- Amaral, R., & Garganta, J. (2005). A modelação do jogo em Futsal: análise sequencial do 1x1 no processo ofensivo. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 5(3), 298-310.
- Baker, J. (2003a). Early Specialization in Youth Sport: a requirement for adult expertise? *High Ability Studies*, 14(1), 85.
- Baker, J. (2003b). Early specialization in youth sport: A requirement for adult expertise? *High ability studies*, 14(1), 85-94.
- Barbanti, V. J. (1979). *Teoria e prática do treinamento desportivo*: Edgar Blücher.
- Barreiros, A., Côté, J., & Fonseca, A. M. (2013). Sobre o desenvolvimento do talento no desporto: Um contributo dos modelos teóricos do desenvolvimento desportivo. *Revista de psicología del deporte*, 22(2), 0489-0494.
- Bergeron, M. F., Mountjoy, M., Armstrong, N., Chia, M., Cote, J., Emery, C. A., Faigenbaum, A., Hall, G., Kriemler, S., Leglise, M., Malina, R. M., Pensgaard, A. M., Sanchez, A., Soligard, T., Sundgot-Borgen, J., van Mechelen, W., Weissensteiner, J. R., & Engebretsen, L. (2015). International Olympic Committee consensus statement on youth athletic development. *British Journal of Sports Medicine*, 49(13), 843-851.
- Berry, J., Abernethy, B., & Côté, J. (2008). The contribution of structured activity and deliberate play to the development of expert perceptual and decision-making skill. *Journal of sport and exercise psychology*, 30(6), 685-708.
- Bohme, M. T. S. (2000). O Treinamento a Longo Prazo e o Processo de Detecção, Seleção e promoção de Talentos Esportivos.
- Bompa, T. (1998). *Training guidelines for young athletes in total training for young champions*. Human Kinetics, Champaign, IL. Relatório de Estágio apresentado a
- Bompa, T., & Haff, G. (1999). *Periodization: Theory and methodology of training*. Champaign, IL: Human Kinetics. *Find this resource*.
- Bompa, T. O. (2001). *Periodização No Treinamento Esportivo*, a: Editora Manole Ltda.
- Borin, J. P., Rodrigues, A., Dallemole, C., Ferreira, C. K., Donato, F., Leite, G. d. S., Salles, G., Lapin, L. P., Gebrin, M. N., & Simões, M. (2007). Buscando entender a preparação desportiva a longo prazo a partir das capacidades físicas em crianças. *Arquivos em Movimento, Rio de Janeiro*, 3(1), 87-102.
- Braga, L. P. V. (2010). *Compreendendo probabilidade e estatística*: Editora E-papers.
- Cafruni, C., Marques, A., & Gaya, A. (2006). Análise da carreira desportiva de atletas das regiões sul e sudeste do Brasil: Estudo dos resultados desportivos nas etapas de formação. *Revista portuguesa de ciências do desporto*, 6(1), 55-64.
- Cafruni, C. B. (2002). Análise da carreira desportiva de atletas brasileiros: Estudo da relação entre o processo de formação e o rendimento desportivo.
- Castagna, C., D'Ottavio, S., Vera, J. G., & Álvarez, J. C. B. (2009). Match demands of professional Futsal: a case study. *Journal of Science and medicine in Sport*, 12(4), 490-494.
- Cavichioli, F. R., Cheluchinhak, A. B., Capraro, A. M., Junior, W. M., & Mezzadri, F. M. (2011). O processo de formação do atleta de futsal e futebol: análise etnográfica. *Revista brasileira de educação física e esporte*, 25(4), 631-647.
- Chase, W., & Simon, H. (1973). Skill in chess. *American Scientist*, 61(4), 394-403.
- Chase, W. G., & Simon, H. A. (1973). Perception in chess. *Cognitive psychology*, 4(1), 55-81.

- Coelho, O. (2000). Pode a passada ser maior que a perna? In J. Garganta (Ed.), *Horizontes e órbitas no treino dos jogos desportivos* (pp. 145-154). Porto.
- Côté, J., Ericsson, K. A., & Law, M. P. (2005). Tracing the development of athletes using retrospective interview methods: A proposed interview and validation procedure for reported information. *Journal of applied sport psychology*, 17(1), 1-19.
- Coutinho, P., Mesquita, I., & Fonseca, A. M. (2016). Talent development in sport: A critical review of pathways to expert performance. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(2), 279-293.
- Csikszentmihalyi, M., Rathunde, K., & Whalen, S. (1997). *Talented teenagers: The roots of success and failure*: Cambridge University Press.
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological review*, 100(3), 363.
- FCF. (2019). Federação Catarinense de Futsal. *FUTSAL SC* Consult. 05/12/2018, disponível em <http://www.futsalsc.com.br/futsal/campeonato-estadual-masculino>
- FIFA. (2019). For a rainy day: A brief history of futsal. *FIFA Futsal* Consult. 27/07/2019, disponível em <https://www.fifa.com/futsal>
- Ford, P. R., Carling, C., Garcés, M., Marques, M., Miguel, C., Farrant, A., Stenling, A., Moreno, J., Le Gall, F., Holmström, S., Salmela, J. H., & Williams, M. (2012). The developmental activities of elite soccer players aged under-16 years from Brazil, England, France, Ghana, Mexico, Portugal and Sweden. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1653.
- Ford, P. R., Ward, P., Hodges, N. J., & Mark Williams, A. (2009). The role of deliberate practice and play in career progression in sport: The early engagement hypothesis. *High Ability Studies*, 20(1), 65-75.
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2008). Examining adolescent sport dropout and prolonged engagement from a developmental perspective. *Journal of applied sport psychology*, 20(3), 318-333.
- Futebol, F. P. d. (2018). Boletim Estatístico 2017. *FPF* Consult. 27/07/2019, disponível em [https://www.fpf.pt/Portals/0/BE\\_N01.pdf](https://www.fpf.pt/Portals/0/BE_N01.pdf)
- Guimarães, N. M. d. C. (2016). Caracterização morfológica e análise do desempenho técnico-tático da Seleção Nacional de Futsal Sub-15.
- Guimarães, P. R. B. (2008). Métodos quantitativos estatísticos. *Curitiba: Iesde Brasil SA*, 1, 252.
- Hallal, P. C., Nascimento, R. R., Hackbart, L., & Rombaldi, A. J. (2008). Fatores intervenientes associados ao abandono do futsal em adolescentes. *Revista brasileira de Ciência e Movimento*, 12(3), 27-32.
- Hax, C. B. (2014). O Desenvolvimento Desportivo a Longo Prazo de Voleibolistas Portugueses: Estudo dos Padrões de Treino.
- Joseph, B., Nuno, L., & Jaime, S. (2009). *Paths to Expertise in Portuguese National Team Athletes*. Asist Group. Relatório de Estágio apresentado a Item Citation: Journal of Sports Science and Medicine, Vol 8, Iss 4, Pp 560-566 (2009)
- Accession Number: edsair.dedup.wf.001..8bee3662328d709b1e59ed0bc38348c3; Publication Type: Periodical; Language: English; Publication Date: 20091201; Imprint: Asist Group, 2009.
- Leite, N., Baker, J., & Sampaio, J. (2009). Paths to expertise in Portuguese national team athletes. *Journal of Sports Science & Medicine*, 8(4), 560-566.
- Leite, N., Gómez, M., Lorenzo, A., & Sampaio, J. (2011). Los contenidos de entrenamiento en baloncesto en función de las etapas de preparación deportiva a largo plazo. *Basketball Training Content According To Stages In Long-Term Athletic Training.*, 20(2), 287-303.
- Leite, N., & Sampaio, J. (2010). Early sport involvement in young Portuguese basketball players. *Perceptual and motor skills*, 111(3), 669-680.
- Lindner, J. (2002). Withdrawal from competitive youth sport: A retrospective ten-year study. *Journal of Sport Behavior*, 25(2), 7-8.

- LNf. (2019). LINHA DO TEMPO. LNf Consult. 27/07/2019, disponível em <https://ligafutsal.com.br/institucional/a-liga/>
- Lorenzo, A., & Sampaio, J. (2005). Reflexiones sobre los factores que pueden condicionar el desarrollo de los deportistas de alto nivel. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 2(80), 63-70.
- Malina, R. M., Reyes, M. E. P., Eisenmann, J. C., Horta, L., Rodrigues, J., & Miller, R. (2000). Height, mass and skeletal maturity of elite Portuguese soccer players aged 11–16 years. *Journal of Sports Sciences*, 18(9), 685.
- Marques, M. P., & Samulski, D. M. (2009). Análise da carreira esportiva de jovens atletas de futebol na transição da fase amadora para a fase profissional: escolaridade, iniciação, contexto sócio-familiar e planejamento da carreira. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 23(2), 103-119.
- Martin, D. (1988). *Training im Kindes-und Jugendalter*: Hofmann.
- Matveev, L. P., & Gomes, A. C. (1997). *Treino desportivo: metodologia e planeamento*: Phorte.
- Mesquita, I., Silva, A., Farias, C., Azevedo, E., Fonseca, J., & Afonso, J. (2016). Investigação na formação de treinadores: identidade profissional e aprendizagem. *Porto, Portugal: Sersilto-Empresa Gráfica Ltda.*
- Milistetd, M., Mesquita, I., do Nascimento, J. V., & de Souza Sobrinho, A. P. (2009). A concepção de treinadores experts brasileiros acerca do processo de especialização funcional na formação desportiva a longo prazo do jogador de voleibol. *Journal of Physical Education*, 20(2), 161-170.
- Morais, C. (2005). *Escalas de medida, estatística descritiva e inferência estatística*. Bragança: Carlos Mesquita Moraes. Relatório de Estágio apresentado a Escola Superior de Educação instituto Politécnico de Bragança.
- Newell, A., & Rosenbloom, P. S. (1981). Mechanisms of skill acquisition and the law of practice. *Cognitive skills and their acquisition*, 1(1981), 1-55.
- Pediatrics, A. A. o. (2000). Intensive training and sports specialization in young athletes. *Pediatrics*, 106(1 Pt 1), 154-157.
- Peres, L., & Lovisololo, H. (2006). Formação esportiva: teoria e visões do atleta de elite no Brasil. *Journal of Physical Education*, 17(2), 211-218.
- Platonov, V. (2006). The Basis of Modern Training Process Periodization in High-Performance Athletes for Year Preparation. *Research Yearbook*, 12(2), 176-180.
- Platonov, V. N. (2001). *Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico*: Editorial Paidotribo.
- Ré, A. E., Junior, D. d. R., & Bohme, M. T. (2008). Stress e nível competitivo: considerações sobre jovens praticantes de futsal. *Revista brasileira de Ciência e Movimento*, 12(4), 83-88.
- Reis, J. R. d. O. d., & Silva, V. (2012). Risco da especialização precoce pelo treinamento empregado na categoria sub 7 de futsal [Versão eletrónica]. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, 4(11), 42-46. Consult. 04/03/2018, disponível.
- Sa, F., de Melo Cardoso, J. A. F., da Silva, R. O., & Navarro, A. C. (2010). The influence of futsal on positions of the football athletes of Santos Football Club/A influencia do futsal nas posicoes de atletas de futebol do Santos Futebol Clube. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, 2(5), 105-116.
- Santana, W. C. d., Reis, H. H. B. d., & Ribeiro, D. A. (2006). A iniciação de jogadores de futsal com participação na Seleção Brasileira. *Lecturas: Educación física y deportes*, (Nº. 96).
- Serrano, J. M. P. R., Dos Santos, S. D. L., Sampaio, A. J. E., & Leite, N. M. C. (2013). Sport initiation, early sport involvement and specialization in futsal training in Portugal. *Motriz. Revista de Educacao Fisica*, 19(1), 99-113.
- Silva, F. M., Fernandes, L., & Celani, F. O. (2001). Desporto de crianças e jovens—um estudo sobre as idades de iniciação. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 1(2), 45-55.

- Silva, F. M., Fernandes, L., & Celani, F. O. (2001). Desporto de crianças e jovens – um estudo sobre as idades de iniciação. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 1(2), 45-55.
- Singer, R. N., & Janelle, C. M. (1999). Determining sport expertise: from genes to supremes. *International journal of sport psychology*.
- Stafford, I. (2005). *Coaching for long-term athlete development: To improve participation and performance in sport*: Coachwise 1st4sport.
- Tedesco, J. C. (2014). “Exportação de pés”. Jogadores brasileiros de futsal na Itália e redes transnacionais. *Campos-Revista de Antropologia*, 15(1).
- Tenroller, C. A. (2004). *Futsal: ensino e prática*: Editora da ULBRA.
- UEFA. (2018). Futsal Euro Histori. *uefa.com* Consult. 27/07/2019, disponível em <https://pt.uefa.com/futsaleuro/history/>
- Voser, R. d. C., & Giusti, J. G. M. (2015). *O Futsal e a Escola-: Uma Perspectiva Pedagógica*: Penso Editora.
- Weineck, J. (2004). *Optimales training: Leistungsphysiologische trainingslehre unter besonderer berücksichtigung des kinder-und jugendtrainings*: Spitta Verlag GmbH & Co. KG.
- Zaratim, S. (2012). Aspectos socioculturais do Futsal. *RENEFARA*, 2(2), 51-62.



## VII - ANEXOS

### Anexo I

Questionário aplicado aos jogadores para coleta de dados.

#### **Caracterização da Preparação Desportiva a Longo Prazo de atletas de Futsal**

(a preencher pelos(as) atletas)

Este questionário é anónimo e faz parte de uma investigação realizada no âmbito do Mestrado em Treino Desportivo da Universidade do Porto. Tem como objectivo a recolha de informação relativa ao processo de preparação desportiva dos(as) atletas de Futsal. Responda com a maior honestidade possível. Coloque um "X" na opção que melhor se ajusta à sua resposta e quando necessário preencha os espaços em branco. OBRIGADO PELA COLABORAÇÃO!

1. Idade: \_\_\_\_\_ Data de Nascimento: dia \_\_\_\_/mês\_\_\_\_\_/ano\_\_\_\_\_
2. EquipaAtual(Campeonato):\_\_\_\_\_ Nacionalidade:\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. País onde iniciou a prática desportiva: \_\_\_\_\_
4. País onde iniciou a prática desportiva em Futsal:  
\_\_\_\_\_
5. Idade de início da preparação desportiva (primeira modalidade desportiva):
6. 6-10 anos ( ) 11-14 anos ( ) 15-18 anos ( ) ≥ 19 anos ( )
7. Idade de iniciação no Futsal:
8. 6-10 anos ( ) 11-14 anos ( ) 15-18 anos ( ) ≥ 19 anos ( )
9. Número médio de meses de inactividade ( sem treino) entre épocas desportivas:  
0 ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) ≥ 4 ( )
10. Número total de treinadores que o orientaram nas modalidades praticadas:  
0 ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) ≥ 4 ( )

## ETAPA DOS 6-10 ANOS DE IDADE

- 1 Número de modalidades desportivas praticadas:  
 0 ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( )  $\geq$  4 ( )
- 2  
 Quais? \_\_\_\_\_
- 3 Número médio de horas de treino semanal no conjunto das modalidades praticadas:  
 1-3( ) 4-6( ) 7-10( ) 10-15( ) > 15( )
- 4 Com competição (Sim ou Não)? \_\_\_\_\_
- 5 Nesta etapa da sua vida desportiva, marcava presença:
- 6 Em todos os treinos ( ) Frequentemente nos treinos ( )  
 Apenas em metade dos treinos ( ) Ocasionalmente nos treinos ( )  
 Apenas nas competições ( )
- 7 Simultaneamente à prática desportiva formal, praticava atividade lúdico desportiva em algum clube, ou ginásio, ou localidade/sítio onde morava, ou mesmo em sua casa?( por exemplo, futebol na rua, natação, surf, corrida, traking etc.).  
 sim ( ) não ( )
- 8 Número médio de horas de prática semanal no conjunto das modalidades:  
 1-3( ) 4-6( ) 7-10( ) 10-15( ) > 15( )
- 9 Se praticava Futsal nesta etapa, quais os aspectos que mais treinava?  
 Indique o valor em percentagem. O total terá que somar 100%!

Técnica individual (domínio de bola; passe; remate,...)	
Jogos em espaços reduzidos e condicionados (Ex. "2x2+GR; 3x3+GR;...")	
Exercícios em fila (à vez; ex. condução de bola, passe e remate...)	
Trabalho táctico defensivo (individual e colectivo)	
Trabalho táctico ofensivo (individual e colectivo)	
Jogo formal ("GR+4x4+GR)	
10 Total 100%	

- 11 Ficou entre os 3 primeiros colocados em campeonatos promovidos por federações ou ligas:  
 BARSIL - Regionais ou municipais ( ) Estaduais ( )  
 Nacionais ( )  
 PORTUGAL - Associativos/Distritais ( ) Nacionais ( )
- 12 Por qual equipa: \_\_\_\_\_

## ETAPA DOS 11-14 ANOS DE IDADE

13 Número de modalidades desportivas praticadas:

0 ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( )  $\geq$  4 ( )

14

Quais? \_\_\_\_\_

15 Número médio de horas de treino semanal no conjunto das modalidades praticadas:

1-3( ) 4-6( ) 7-10( ) 10-15( ) > 15( )

16 Com competição (Sim ou Não)? \_\_\_\_\_

17 Nesta etapa da sua vida desportiva, marcava presença:

18 Em todos os treinos ( ) Frequentemente nos treinos ( )  
 Apenas em metade dos treinos ( ) Ocasionalmente nos treinos ( )  
 Apenas nas competições ( )

19 Simultaneamente à prática desportiva formal, praticava atividade lúdico desportiva em algum clube, ou ginásio, ou localidade/sítio onde morava, ou mesmo em sua casa?( por exemplo, futebol na rua, natação, surf, corrida, traking etc.).

sim ( ) não ( )

20 Número médio de horas de prática semanal no conjunto das modalidades:

1-3( ) 4-6( ) 7-10( ) 10-15( ) > 15( )

21 Se praticava Futsal nesta etapa, quais os aspectos que mais treinava? Indique o valor em percentagem. O total terá que somar 100%!

Técnica individual (domínio de bola; passe; remate,...)	
Jogos em espaços reduzidos e condicionados (Ex. "2x2+GR; 3x3+GR;...")	
Exercícios em fila (à vez; ex. condução de bola, passe e remate...)	
Trabalho táctico defensivo (individual e colectivo)	
Trabalho táctico ofensivo (individual e colectivo)	
Jogo formal ("GR+4x4+GR)	
Total 100%	

22 Ficou entre os 3 primeiros colocados em campeonatos promovidos por federações ou ligas:

BARSIL - Regionais ou municipais ( ) Estaduais ( )  
 Nacionais ( )

PORTUGAL - Associativos/Distritais ( ) Nacionais ( )

23 Por qual equipa: \_\_\_\_\_

24 Participou de seleccionando nacional em competições oficiais? Qual escalão/categoria?

## ETAPA DOS 15 A 18 ANOS DE IDADE

25 Número de modalidades desportivas praticadas:

0 ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( )  $\geq$  4 ( )

26

Quais? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

27 Número médio de horas de treino semanal no conjunto das modalidades praticadas:

1-3( ) 4-6( ) 7-10( ) 10-15( ) > 15( )

28 Com competição (Sim ou Não)? \_\_\_\_\_

29 Nesta etapa da sua vida desportiva, marcava presença:

Em todos os treinos ( ) Frequentemente nos treinos ( )

Apenas em metade dos treinos ( ) Ocasionalmente nos treinos ( )

Apenas nas competições ( )

30 Simultaneamente à prática desportiva formal, praticava atividade lúdico desportiva em algum clube, ou ginásio, ou localidade/sítio onde morava, ou mesmo em sua casa?( por exemplo, futebol na rua, natação, surf, corrida, traking etc.).

sim ( ) não ( )

31 Número médio de horas de prática semanal no conjunto das modalidades:

1-3( ) 4-6( ) 7-10( ) 10-15( ) > 15( )

32 Se praticava Futsal nesta etapa, quais os aspectos que mais treinava? Indique o valor em percentagem. O total terá que somar 100%!

Técnica individual (domínio de bola; passe; remate,...)	
Jogos em espaços reduzidos e condicionados (Ex. "2x2+GR; 3x3+GR;...")	
Exercícios em fila (à vez; ex. condução de bola, passe e remate...)	
Trabalho táctico defensivo (individual e colectivo)	
Trabalho táctico ofensivo (individual e colectivo)	
Jogo formal ("GR+4x4+GR)	
Total 100%	

33 Ficou entre os 3 primeiros colocados em campeonatos promovidos por federações ou ligas:

BARSIL - Regionais ou municipais ( ) Estaduais ( )

Nacionais ( )

PORTUGAL - Associativos/Distritais ( ) Nacionais ( )

34 Por qual equipa: \_\_\_\_\_

35 Participou de seleccionando nacional em competições oficiais? Qual escalão/categoria?  
\_\_\_\_\_

## ETAPA DOS ≥ 19 ANOS DE IDADE

36 Número de modalidades desportivas praticadas:

0 ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) ≥ 4 ( )

37

Quais? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

38 Número médio de horas de treino semanal no conjunto das modalidades praticadas:

1-3( ) 4-6( ) 7-10( ) 10-15( ) > 15( )

39 Com competição (Sim ou Não)? \_\_\_\_\_

40 Nesta etapa da sua vida desportiva, marcava presença:

Em todos os treinos ( ) Frequentemente nos treinos ( )

Apenas em metade dos treinos ( ) Ocasionalmente nos treinos ( )

Apenas nas competições ( )

41 Simultaneamente à prática desportiva formal, praticava atividade lúdico desportiva em algum clube, ou ginásio, ou localidade/sítio onde morava, ou mesmo em sua casa?( por exemplo, futebol na rua, natação, surf, corrida, traking etc.).

sim ( ) não ( )

42 Número médio de horas de prática semanal no conjunto das modalidades:

1-3( ) 4-6( ) 7-10( ) 10-15( ) > 15( )

43 Se praticava Futsal nesta etapa, quais os aspectos que mais treinava? Indique o valor em percentagem. O total terá que somar 100%!

Técnica individual (domínio de bola; passe; remate,...)	
Jogos em espaços reduzidos e condicionados (Ex. "2x2+GR; 3x3+GR;...")	
Exercícios em fila (à vez; ex. condução de bola, passe e remate...)	
Trabalho táctico defensivo (individual e colectivo)	
Trabalho táctico ofensivo (individual e colectivo)	
Jogo formal ("GR+4x4+GR)	
Total 100%	

44 Ficou entre os 3 primeiros colocados em campeonatos promovidos por federações ou ligas:

BARSIL - Regionais ou municipais ( ) Estaduais ( )

Nacionais ( )

PORTUGAL - Associativos/Distritais ( ) Nacionais ( )

45 Por qual equipa: \_\_\_\_\_

46 Participou de seleccionando nacional em competições oficiais? Qual escalão/categoria?

\_\_\_\_\_