U.PORTO

FACULDADE DE DESPORTO
UNIVERSIDADE DO PORTO

Práticas e Reflexões acerca do Treino, Aprendizagem e Análise do Jogo no Contexto de Futebol de Formação

Estágio Profissional realizado no Boavista Futebol Clube Sub-17

Arthur Sathler Butilheiro

Porto, setembro de 2021

Práticas e Reflexões acerca do Treino, Aprendizagem e Análise do Jogo no Contexto de Futebol de Formação

Estágio Profissional realizado do Boavista Futebol Clube Sub-17

Relatório de Estágio Profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Treino de Jovens, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (Decreto-lei nº 74/2006 de 24 de março).

Orientador: Professor Doutor José Guilherme Granja Oliveira

Arthur Sathler Butilheiro

Porto, setembro de 2021

FICHA DE CATALOGAÇÃO

Butilheiro, A. (2021) Práticas e Reflexões acerca do Treino, Aprendizagem e Análise do Jogo no Contexto de Futebol de Formação: Estágio Profissional realizado do Boavista Futebol Clube Sub-17. Porto: A. BUTILHEIRO. Relatório de estágio profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Treino de Jovens, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVE: FUTEBOL DE FORMAÇÃO, ANÁLISE DE JOGO, TREINO, APRENDIZAGEM, ESTÁGIO.

Agradecimentos

Durante estes longos anos que estão sendo encerrados com este documento, tive a ajuda, apoio e suporte de várias pessoas. Afirmo categoricamente que sem estas pessoas, eu não teria chegado até este momento de conclusão de um relatório de estágio. Durante estes anos de formação académica, foram incontáveis questionamentos e momentos de reflexão sobre a minha prática profissional e sobre o meu futuro. Passei por muitos momentos difíceis, por paradoxos, cresci como homem e como profissional, amadureci e venci vários desafios. Vencemos. Como no desporto. Treinamos e competimos para uma coisa: vencer.

Agradeço ao Boavista Futebol Clube por receber-me na época 2020/2021 e à todas as pessoas envolvidas diretamente com o escalão sub-17.

“Vencer”, no plural, porque nós vencemos. **Pais**, vocês são o motivo pelo qual estou escrevendo isso. Obrigado pelo apoio incondicional, esforço e dedicação que sempre demonstraram por mim. Obrigado por acreditarem nos meus sonhos e não me deixarem desistir mesmo quando tive que abandonar muitos deles. Nenhuma palavra no mundo será capaz de expressar o meu sentimento de gratidão que nutro por vocês. O nome de vocês está escrito no início deste relatório juntamente ao meu. Eu venci, nós vencemos;

Aos Professores da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, agradeço por todo conhecimento partilhado sobre este fenómeno incrível que é o desporto. Em especial, ao Professor Doutor José Guilherme, a quem eu tenho uma admiração muito grande, pelo auxílio prestado durante todo o tempo de escrita deste documento, mas não só. Também pelas histórias contadas em sala de aula, experiências partilhadas e todo o conhecimento transmitido sobre o jogo de futebol;

Aos amigos que fiz durante estes cincos anos durante o meu percurso académico;

Aos treinadores, principais e adjuntos, com quem trabalhei durante até este presente momento, pelos momentos de partilha de conhecimentos e ensinamentos que me foram passados desde o meu primeiro dia de treino;

Aos jogadores com quem tive o prazer de trabalhar, desde os mais pequeninos, até os mais velhos.

Índice

1 Introdução 1

2 Contextualização da Prática 3

2.1 Contextualização do "Eu" 3

2.2 Caracterização da Instituição 5

2.3 Instalações 6

2.3.1 Estádio do Bessa 6

2.3.2 Complexo Desportivo Bessa Século XXI 7

2.3.3 Complexo Desportivo de Ramalde 8

2.3.4 Boavista LAB 8

2.4 Constituição da Equipa 9

2.5 Staff Técnico 11

2.5.1 Funções na Equipa Técnica 12

2.6 Quadro Competitivo 13

3 Objetivos 15

3.1.1 Objetivos Formativos 15

3.1.2 Objetivos Competitivos 17

3.1.3 Objetivos de Desenvolvimento Profissional 17

4 Desenvolvimento da Prática 19

4.1 A Época 2020/21 19

4.1.1 O Início 19

4.1.2 A volta ao campo 21

4.1.3 Longe do campo mais uma vez 25

4.1.4 Volta às competições 26

4.2 Treino, Aprendizagem e o Modelo de Jogo 37

4.2.1 Ideia de Jogo e Modelo de Jogo 42

4.2.2 Modelo de Jogo Boavista Sub 17 44
4.3 Análise de Jogo 55
4.3.1 Objeto da análise e da observação do jogo 57
4.3.2 O que analisar? 59
4.3.3 Pergunte ao Jogo! 61
4.3.4 Operacionalização da observação e da análise 63
4.4 Verificação do Desenvolvimento da Prática 91
4.4.1 O Diretor Desportivo 91
4.4.2 A formação do Treinador de Futebol 93
4.4.3 Relação Treinador-Jogador 96
4.4.4 Transmissão de Informações e Relacionamentos interpessoais 98
4.4.5 O papel do analista 99
4.5 Avaliação reflexiva do desenvolvimento da prática 101
5 Desenvolvimento Profissional 109
6 Considerações Finais 113
7 Referências 117

Índice de Figuras

Figura 1: Estádio do Bessa 7
Figura 2: Complexo Desportivo de Ramalde 8
Figura 3: Boavista LAB 9
Figura 4: Organização Estrutural 10
Figura 5: Padrão Semanal durante treinos condicionados 20
Figura 6: Plano de treino 22
Figura 7: Padrão Semanal 23
Figura 8: Plano de treino "normal" 24
Figura 9: Padrão semanal 2º lockdown 26
Figura 10: Padrão semanal 27
Figura 11: exemplo de exercício nas 2.ªs feiras 28
Figura 12: Exemplo de exercício de 2ª. feira. 29
Figura 13: Exemplo de exercício de 2.ª feira. 30
Figura 14: Exemplo de exercício de 4.ª feira 31
Figura 15: Exemplo de exercício de 4-ª feira (1) 32
Figura 16: Exemplo de exercício de 4ª. feira (2) 33
Figura 17: Exemplo de exercício da 6.ª feira 34
Figura 18: Exemplo de exercício de 6.ª feira 35
Figura 19: Exemplo de exercício de 6ª. feiras. 36
Figura 20: Organização Estrutural (1-4-2-3-1) 45
Figura 21: Resumo dos princípios de jogo nos diferentes momentos 49
Figura 22: Cantos Defensivos 51
Figura 23: Canto ofensivo 1 52
Figura 24: Canto ofensivo 2 52
Figura 25: Livre defensivo indireto 53
Figura 26: Livre ofensivo indireto 54
Figura 27: Reciprocidade entre o treino e competição (Garganta, 2008) 57
Figura 28: Interligação entre os Momentos do Jogo 60
Figura 29: Escalas da equipa (da esquerda para a direita, de cima para baixo): Individual, Grupal, Setorial, Intersectorial e Coletiva 61
Figura 30: Recurso Material: Câmara de filmar 64

Figura 31: Recurso Material: Tripé 64
Figura 32: Recurso Material: LongoMatch 64
Figura 33: Responsáveis pela Análise e Observação do escalão sub-17 do Boavista 65
Figura 34: Adaptação das Fases do Processo de Observação e Análise por Caixinha (2004, citado por Costa, 2018) 66
Figura 35: Calendário de Tarefas 71
Figura 36: Exemplo de relatório de observação e análise da equipa 82
Figura 37: Exemplo de relatório de observação e análise do adversário 84
Figura 38: Calendário de entrega de relatórios 88
Figura 39: Exemplo de aplicação das informações recolhidas 89
Figura 40: Exemplo de aplicação das informações recolhidas (2) 90

Índice de Tabelas

Tabela 1: Plantel Boavista Sub17 11
Tabela 2: Série D - Torneio Nacional Sub-17..... 14
Tabela 3: Calendário Competitivo 14
Tabela 4: Exemplo de calendário de tarefas 68
Tabela 5: "submomentos" 72
Tabela 6: "submomentos" analisados nas bolas paradas 75
Tabela 7: Exemplo de relatório de "Controle de tempo de jogo" 86

RESUMO

O relatório de estágio é o fruto das reflexões acerca das vivências e das aprendizagens que foram experenciadas ao longo da época desportiva. Nesse sentido, encontram-se neste documento um conjunto de considerações sobre a prática profissional desenvolvida ao longo desta época (2020/2021) na perspectiva de treinador adjunto e de analista de jogo da equipa de Sub-17 do Boavista Futebol Clube.

Os objetivos propostos para o Estágio visavam o desenvolvimento de competências relativas ao processo operacional de treino, tais como a criação de exercícios, gestão dos tempos dos exercícios, de descanso e gestão da instrução e dos feedbacks dados aos jogadores. Outros objetivos passavam por desenvolver a capacidade de leitura e interpretação do jogo, aprender mais sobre os métodos de observação e de análise do jogo, concluir o Mestrado em Treino Desportivo pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto e competir no mais alto nível da formação em Portugal.

De modo a atingir os objetivos delineados, ao longo deste relatório foram abordados assuntos relativos ao treino e à sua concepção, a sua relação com o modelo de jogo e com a aprendizagem. Relativamente à observação e à análise de jogo, foi descrito, de forma pormenorizada, o processo que utilizei durante esta época desportiva em um contexto de futebol de formação, passando pelo Planeamento, Observação e Recolha, Tratamento e Análise e, por fim, a Distribuição e Aplicação. Este relatório também compreende outras reflexões e indagações realizadas sobre outros assuntos referentes ao treino, ao jogo e ao desempenho da equipa.

Nesta época, pude refletir e desenvolver capacidades que dizem respeito a aspetos fundamentais para o desempenho da equipa, como a comunicação, relacionamentos interpessoais, preparação e planeamento, a observação, a análise de jogo e a sua interpretação, sendo estas as áreas que estive mais envolvido. O modelo de jogo e sua operacionalização, por serem preponderantes na construção do desempenho da equipa, devem ser tidos como prioridades e se devem estruturar as condições necessárias e ideais para a sua execução visando a aprendizagem, transmissão de conhecimentos e o desempenho da equipa e dos jogadores.

PALAVRAS-CHAVE: FUTEBOL DE FORMAÇÃO, ANÁLISE DE JOGO, TREINO, APRENDIZAGEM, ESTÁGIO.

ABSTRACT

The internship report is the fruit of reflections about the experiences and learning that have been experienced throughout the sports season. In this sense, this document includes a set of considerations about professional practice developed throughout this season (2020/2021) from the perspective of assistant coach and game analyst of Boavista Futebol Clube's U-17 team.

The objectives proposed for the Internship aimed at developing skills related to the operational training process, such as the creation of exercises, management of exercise times, rest and management of instruction and feedback given to players. Other objectives were to develop the ability to read and interpret the game, learn more about the methods of observation and analysis of the game, complete the Master's degree in Sports Training by the Faculty of Sport of the University of Porto and compete at the highest level of training in Portugal.

To achieve the objectives outlined, throughout this report issues relating to training and its design, its relationship with the game model and learning were addressed. Regarding the observation and analysis of the game, it was described, in detail, the process I used during this sports season in a context of football training, through Planning, Observation and Collection, Treatment and Analysis and, finally, distribution and application. This report also includes other reflections and inquiries on other issues related to training, play and team performance.

In the current season, I was able to reflect and develop capabilities that relate to key aspects of team performance, such as communication, interpersonal relationships, preparation and planning, observation, game analysis and interpretation, these being the areas I was most involved in. The game model and its operationalization, as they are predominant in the construction of team performance, should be considered as priorities and should be structured the necessary and ideal conditions for its execution aiming at learning, knowledge transmission and the performance of the team and players.

KEYWORDS: FOOTBALL TRAINING, GAME ANALYSIS, TRAINING, LEARNING, INTERNSHIP.

1 Introdução

Iniciei a minha formação académica com várias dúvidas e sem um objetivo traçado e planeado previamente. Nos primeiros meses dentro da Faculdade de Desporto, não havia compreendido ainda a magnitude da instituição onde eu estava a ser formado. “Formado” é a palavra certa para o que eu pretendo dizer. “Formar” transmite-me a ideia de dar forma, conceber, preparar e educar. Entendendo que nós nos formamos todos os dias e que a formação é um processo contínuo e infinito, ou seja, nos formamos durante o percurso que tomamos para nós, hoje enxergo que este tempo de formação me ajudou a dar forma a pensamentos e ideias, conceber planos, preparar o futuro e a “educar-me”.

Esse processo de formação teve durante a época 2020/2021 o Estágio Profissional como o seu ponto alto. A ideia por trás de um estágio é avaliar, mostrar as competências adquiridas, mudar e reafirmar ideias e convicções. É um período de muitas experiências, vivências e aprendizagens. Não que as outras épocas também o sejam, mas por ser uma época de avaliação como referi, estamos muito mais atentos aos ensinamentos e aspetos a retirar para a nossa prática profissional. Para isso, a reflexão é um aspeto determinante para a obtenção do sucesso durante a realização do estágio.

Talvez a “reflexão sobre a prática” tenha sido umas das capacidades mais importantes que eu aprendi durante a minha formação. Não que não pensasse, ou até mesmo refletisse sobre as minhas atitudes, práticas e comportamentos antes. Mas, é que aprendi que a reflexão só promove alguma aprendizagem quando refletimos sistematicamente, de forma aprofundada e de forma intencional sobre a nossa atuação profissional. Assim como o treino, quanto mais refletimos sobre a estes aspetos, mais aumentamos a nossa capacidade reflexiva, desenvolvemos uma autocrítica e conseguimos identificar comportamentos condizentes com a “teoria” e comportamentos que devemos corrigir. O Estágio é compreendido pela sua vertente avaliativa, mas, acredito que o grande objetivo seja que quem realize o estágio aumente a sua consciência sobre a importância da reflexão para a sua prática profissional.

Este documento foi escrito tendo sempre este pensamento. Embora tenha sido uma época anormal, a atitude reflexiva que se pede que um treinador tenha, esteve sempre presente. Mais do que documento onde estão descritos os procedimentos e métodos adotados, estarão presentes indagações, questionamentos, opiniões e uma visão pessoal desta etapa, dos acontecimentos e experiências vivenciadas durante esta época de realização do estágio. Este, por sua vez, é mais um pedaço do percurso de formação. Ainda em construção, mudanças e aperfeiçoamentos.

2 Contextualização da Prática

2.1 Contextualização do “Eu”

Tendo este relatório um caráter individual e singular, importa realizar uma contextualização do indivíduo que o escreve, de forma a observar e compreender determinados pontos escritos e descritos no presente relatório. Pretendo discorrer rapidamente sobre mim mesmo, de forma que quem, porventura, leia esse documento, conheça de uma melhor forma que o escreve e que tenha uma maior capacidade de compreensão dos fenómenos, reflexões e assuntos aqui apresentados.

As minas primeiras lembranças me remetem ao desporto. Mais especificamente ao futebol. Pratiquei outros desportos como a natação de forma recreativa, mas que, ainda hoje, carrego comigo o gosto e a prática da natação. Sempre tive o apoio dos meus pais que levavam para onde for, a hora que fosse para que eu pudesse treinar e competir. Desde os treinos no futsal, nos campos *society*, nos maus relvados ou até nos melhores relvados que joguei, o futebol foi o meu grande amor. Lembro-me de sempre estar em contacto com o futebol. Seja sozinho, com um ou mais colegas, o nas “peladas” como chamamos no Brasil. Todas essas experiências que vivenciei durante esse percurso, foram importantíssimas para a formação de quem eu sou hoje e dos valores que eu carrego comigo.

A partir do momento em que “caiu a ficha” que eu realmente queria ser jogador de futebol, eu passei a moldar os meus pensamentos e comportamentos para atingir esse objetivo. Passei a correr por conta própria e a procurar treinos que eu pudesse desenvolver as minhas capacidades enquanto jogador. Por mais que os treinos não fossem os mais corretos e que houvesse uma incidência muito elevada para dimensão física do jogo, eu tentava, na medida que eu era capaz, me desenvolver para atingir o meu objetivo. Esses treinos que eu fazia por contra própria e a mentalidade que eu fiz aflorar em mim, me trouxeram valores e princípios que carrego comigo na minha vida e na minha prática profissional, tais como: a competitividade, resiliência, determinação e a disciplina. Ainda hoje tento e gosto sempre de ser o melhor. Por vezes, não é possível. Como no caso

da profissionalização como jogador de futebol. Eu não gosto nem de perder par ou ímpar.

Mudei-me para Portugal no ano de 2015 juntamente com a minha família. Passamos a morar em Lisboa. No meio do ano, mais precisamente em agosto de 2015, nos mudamos para o Porto. Em setembro do ano seguinte, em 2016, ingressei na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, como forma de dar seguimento na minha formação enquanto pessoa e enquanto profissional. Confesso que não tinha qualquer pretensão de trabalhar com o futebol. Nessa época, tinha parado de jogar há pouco tempo e estava ainda desiludido e frustrado. Algumas pessoas não têm a noção do quão difícil é essa mudança de país. Essa dificuldade, associada à frustração de não ter atingido o meu objetivo de me tornar um jogador profissional, foi muito difícil de superar.

No início da faculdade, eu não tinha experiência alguma a trabalhar com o futebol. Após uma aula de Gestão do Desporto com o Professor Carlos Resende, ele disse algo que fez muito sentido para mim naquele momento. Ele disse a seguinte frase: “Quem não está ligado hoje ao seu desporto de eleição, não está ligado porquê? Você vai perder o contacto com o seu desporto de eleição? Não faz sentido”. A partir daí, eu passei a procurar clubes que eu pudesse ter a minha primeira experiência trabalhando com futebol. E assim foi. Ingressei na formação de um clube da zona do Porto. A partir dessa experiência, ainda no segundo semestre da faculdade, até o dia de hoje, sempre estive ligado ao treino de futebol. Com o passar do tempo, sendo exposto aos diversos conhecimentos oferecidos pela FADEUP, comecei a compreender a magnitude da faculdade e a relevância que a FADEUP tem na comunidade internacional. Por causa disso, passei a desejar me especializar e aprofundar os estudos nessa faculdade. Terminei a licenciatura e agora estou a finalizar o mestrado em treino desportivo.

Nestes anos trabalho, encontrei diferentes contextos e pessoas. Contextos excelentes e contextos que não voltaria jamais. Pessoas do mais alto nível e pessoas muito pouco profissionais. Entretanto, nunca me furtei de dar o meu melhor por onde eu passei e sempre tentei aprender o máximo possível com as pessoas que estava ao meu redor. Atuando, em todos os momentos, com o máximo de profissionalismo, dedicação e ambição com que eu conduzo a minha prática profissional.

2.2 Caracterização da Instituição

O dia 1 de agosto de 1903, foi a data de fundação do Boavista Footballers, como o clube era conhecido. O clube foi fundado por um grupo de portugueses e ingleses ligados fortemente aos trabalhos nas fábricas. Em 1909, os ingleses se afastam do comando do clube, fazendo com que o clube passasse a ser denominado de Boavista Futebol Clube, nome pelo qual o Clube é conhecido atualmente. Em 1933, o Boavista se tornou o primeiro clube português profissional de futebol. O primeiro equipamento era preto, porém, no dia 29 de janeiro de 1933, aparecem quadrados pretos e brancos no equipamento, dando início ao "xadrez" que passaria a identificar o clube (Boavista, s.d.)

Nos anos 70, o Boavista viveu bons anos, criando sólidas bases para o seu crescimento. Em 1972, inaugurou o seu estádio próprio, o Estádio da Bessa. Em 1975, venceu sua primeira Taça de Portugal e voltou a vencer a Taça no ano seguinte. Nos anos 80, o clube viveu suas primeiras experiências nas competições europeias.

Não obstante as conquistas referidas, foi nos anos 2000 que o Clube conquistou a sua maior glória. Em 2001, treinado por Jaime Pacheco, o Boavista Futebol Clube conquistou pela primeira e única vez o Campeonato Nacional de Futebol em Portugal, passando a ser uma das cinco equipas a conquistarem o Campeonato Português da 1ª Divisão. Na época seguinte ao título nacional, o clube esteve presente na Liga dos Campeões.

No ano de 2003, o Boavista atinge as semifinais da Taça UEFA eliminando o PSG, Hertha e o Málaga, sendo impedido de chegar à final da Taça UEFA pelo Celtic, após uma derrota no prolongamento. Ainda neste ano, o Estádio do Bessa, foi remodelado para a disputa do Euro 2004, sendo o Estádio do Boavista uma das sedes da Euro 2004.

Após o ano de 2008, a formação do clube regressou ao remodelado Complexo Bessa XXI, sendo dotado de 3 relvados sintéticos, fazendo surgir a "Academia Boavista". Hoje, o Boavista Futebol Clube conta com a participação de 34 modalidades desportivas de competição, sendo um importante polo promotor do desporto para todas as idades (Boavista, s.d.).

O Boavista Futebol Clube tem uma história centenária com altos e baixos, e inegavelmente rica, conta com um palmares muito rico. Em territórios nacionais, o Boavista conta com uma Liga Portuguesa (2001), cinco Taças de Portugal (1975, 1976, 1979, 1992, 1997), três Supertaças Cândido de Oliveira (1979, 1992, 1997), dois Campeonatos da Segunda Liga Portuguesa (1937, 1950) e um Campeonato do Porto (1914) (Boavista, s.d.),

O Boavista Futebol Clube, durante a sua história, formou jogadores de elevada qualidade. Nomes como os de Petit, Nuno Gomes, Raul Meireles, Bosingwa, André Gomes e Bruno Fernandes passaram pela formação do Clube (Boavista, s.d.). Na sua formação, o Boavista conta com títulos nacionais em todos os escalões que disputam campeonatos nacionais. O palmares da formação do Clube conta com o título de Campeão Nacional de Juniores (1995, 1997, 1999, 2003), Campeão Nacional de Juvenis (2000) e Campeão Nacional de Iniciados (1988, 1991, 1995) (Boavista, s.d.).

Atualmente, o Boavista no que diz respeito ao Futebol, tem escalões de formação em competição desde os sub7 até os sub23. Os escalões sub15, sub17 e sub19, disputam o Campeonato Nacional dos seus respectivos escalões. Ainda, o clube possui o escalão sub23 que compete no Campeonato Nacional sub23, a Liga Revelação (Federação Portuguesa de Futebol, 2020).

2.3 Instalações

Neste documento, apenas irei apresentar as instalações utilizadas pelo departamento de futebol do clube, como também, pelo escalão que farei parte.

2.3.1 Estádio do Bessa

O Estádio do Bessa (Figura 1) foi reconstruído no início do século XXI, para abrigar os jogos do Euro 2004. Está localizado na parte ocidental da cidade do Porto, integrando a zona habitacional do Bessa. Possui capacidade de 30.000 espectadores, todos sentados e cobertos, e onde a sua tipologia tipicamente

britânica, o transforma em um dos mais acolhedores e vibrantes estádios de Portugal.

É constituído por quatro bancadas. Na bancada Poente estão concentrados todos os serviços do Boavista Futebol Clube, balneários, zona VIP, camarotes, restaurantes, instalações para a comunicação social, salas para eventos e um auditório.



Figura 1: Estádio do Bessa

2.3.2 Complexo Desportivo Bessa Século XXI

O Complexo Desportivo do Bessa Século XXI, é composto pelo Estádio do Bessa, como já foi referido, e um espaço anexo ao Estádio que serve principalmente a formação do Boavista Futebol Clube.

Este espaço anexo ao Estádio do Bessa, é composto por dois campos de futebol de dimensões reduzidas. Estes dois campos são utilizados pelos escalões de formação do Clube, tendo por exceção o escalão de juniores.

Recentemente, o espaço tem passado por remodelações. O projeto para o espaço consiste na construção de um campo com dimensões oficiais para o escalão sub23 e um outro campo de 11, sem dimensões oficiais, para servir os outros escalões de formação do Boavista Futebol Clube.

2.3.3 Complexo Desportivo de Ramalde

O Boavista Futebol Clube utiliza as dependências do Complexo Desportivo de Ramalde (Figura 2) para os treinos de alguns escalões da formação. Da mesma forma, os escalões da formação do Boavista realizam os seus jogos em casa neste complexo desportivo.

O antigo “Campo do Ramalde”, como era conhecido, agora é chamado de Complexo Desportivo de Ramalde. O complexo foi remodelado e pode abrigar vários desportos. O Complexo Desportivo ocupa uma área de 55.100 metros quadrados, é composto por uma pista de atletismo em Tartan, com seis corredores e medidas oficiais e um campo de relva sintética, homologado para a prática de futebol e rúgbi. Possui torres de iluminação com dois níveis de iluminação, um sistema de drenagem de águas (Porto, s.d.).



Figura 2: Complexo Desportivo de Ramalde

2.3.4 Boavista LAB

O Boavista LAB (Figura 3) é um espaço multidisciplinar situado dentro do Estádio do Bessa e visa o desenvolvimento das capacidades físicas dos jogadores séniores e da formação, com o objetivo de aumentar os desempenhos desportivos e diminuir o número de lesões dos jogadores do Boavista Futebol Clube. Este departamento é formado por profissionais capacitados das áreas das Ciências do Desporto e de Medicina Desportiva.

Inaugurado no ano de 2020, o Boavista LAB é uma sólida aposta na modernização do clube, oferecendo a possibilidade dos jogadores do Boavista Futebol Clube e os profissionais inseridos no processo de rendimento e formação do clube, usufruírem de um espaço de excelência.



Figura 3: Boavista LAB

2.4 Constituição da Equipa

O escalão sub17 do Boavista Futebol Clube é constituído por 30 elementos, sendo 20 jogadores da equipa, jogadores do clube na época passada e 10 novos jogadores provenientes de outros clubes. A equipa é composta por 4 guarda redes, 5 defesas centrais, 5 defesas laterais (sendo que 1 pode jogar como defesa central e 2 como extremos), 9 médios (sendo um sub16), 2 extremos e 4 avançados.

A Figura 4 mostra a principal organização estrutural da equipa para a época 2020/2021.



Figura 4: Organização Estrutural

Abaixo, a Tabela 1 mostra o número de jogadores, as suas posições, datas de nascimento e o clube anterior dos jogadores na época passada.

Jogador	Posição	Data de Nascimento	Clube Época Anterior
Jogador 1	Guarda-redes	24-06-2004	Boavista FC
Jogador 2	Guarda-redes	17-11-2004	Boavista FC
Jogador 3	Guarda-redes	03-01-2004	Boavista FC
Jogador 4	Guarda-redes	13-05-2004	Palmeiras [Braga]
Jogador 5	Defesa Central	26-05-2004	Feirense
Jogador 6	Defesa Central	28-02-2004	Leixões
Jogador 7	Defesa Central	11-04-2004	Boavista FC
Jogador 8	Defesa Central	28-12-2004	Boavista FC
Jogador 9	Defesa Central	06-01-2004	Boavista FC
Jogador 10	Defesa Lateral Direito, Defesa Central	19-09-2004	Rio Ave
Jogador 11	Defesa Lateral Direito	20-03-2004	Boavista FC
Jogador 12	Defesa Lateral Direito, Extremo Direito	16-07-2004	Salgueiros
Jogador 13	Defesa Lateral Esquerdo	27-08-2004	CLIP
Jogador 14	Defesa Lateral Esquerdo, Extremo Esquerdo	12-03-2004	Boavista FC
Jogador 15	Médio Centro	01-03-2004	Boavista FC
Jogador 16	Médio Centro	20-05-2004	Boavista FC
Jogador 17	Médio Centro	17-06-2004	Boavista FC
Jogador 18	Médio Centro	09-06-2004	Boavista FC
Jogador 19	Médio Centro	12-10-2004	Boavista FC
Jogador 20	Médio Centro	23-01-2004	Boavista FC
Jogador 21	Médio Centro	07-11-2004	Penafiel
Jogador 22	Extremo Direito	22-06-2004	Boavista FC
Jogador 23	Extremo Direito	17-02-2004	Boavista FC
Jogador 24	Extremo Esquerdo	08-05-2004	Famalicão
Jogador 25	Médio Ofensivo	19-04-2005	Boavista FC
Jogador 26	Médio Ofensivo	03-04-2004	Boavista FC
Jogador 27	Ponta-de-lança	12-06-2004	Rio Ave
Jogador 28	Ponta-de-lança	02-04-2004	Boavista FC
Jogador 29	Ponta-de-lança	26-02-2004	Boavista FC
Jogador 30	Ponta-de-lança	06-10-2004	Boavista FC

Tabela 1: Plantel Boavista Sub17

2.5 Staff Técnico

O staff técnico do escalão sub-17 foi constituído por 10 elementos, divididos pelas funções: 1 treinador principal, 1 treinador de guarda-redes, 3 treinadores adjuntos divididos por funções (1 treinador auxiliar, 1 responsável pela preparação física e 1 responsável pela análise dos jogos da nossa equipa), 1 observador das equipas adversárias, 1 fisiologista, 1 psicóloga, 1 *team manager* e 1 diretor.

Esta equipa técnica é relativamente nova, com quatro elementos que já haviam trabalhado juntos em anos anteriores no clube. Dois elementos já estavam no

clube e foram integrados na equipa técnica e os restantes quatro elementos, vieram de outros clubes, sendo eu um deles.

Particularmente, chegando em um clube novo, com um novo ambiente, novas pessoas, um novo contexto e com diferentes exigências, é um enorme desafio. A capacidade de adaptação deve ser uma das valências de um treinador de futebol. Para o treinador ter algum sucesso na sua carreira, é fundamental que o treinador compreenda o contexto em que ele está inserido, assim como a organização logística e hierárquica do clube que está inserido e a cultura do seu novo clube. Da mesma forma, o treinador deve entender a sua responsabilidade enquanto treinador e novo elemento integrante de um processo da formação de uma equipa de futebol.

A ideia passada pelo treinador principal é que todos os elementos da equipa técnica têm voz ativa no processo de treino e competição da equipa. Além disso, foi dado a nós, enquanto colaboradores do processo, total liberdade para opinar, dialogar e intervir durante o planeamento e operacionalização do referido processo, embora a decisão final seja sempre a do próprio treinador principal, o que é mais que expectável.

2.5.1 Funções na Equipa Técnica

Relativamente às minhas funções na equipa técnica no escalão sub17 do Boavista Futebol Clube, ficou acordado que seria responsável principalmente pelos análise dos jogos da nossa equipa. Pode-se dizer que a análise de jogo tem como objetivo a observação e a interpretação dos acontecimentos ocorridos no jogo, assim como permite: 1) configurar modelos da atividade dos jogadores e equipas; 2) identificar os traços da atividade cuja presença/ausência se correlaciona com a eficácia de processos e a obtenção de resultados positivos (Garganta J. , 2001).

Como já referido, exerci a função de treinador adjunto, além das minhas funções relacionadas com a análise dos jogos da nossa equipa. Neste sentido, tenho como responsabilidade a organização do material de treino, antes e após o treino; a preparação do espaço de treino, nomeadamente no que diz respeito

aos exercícios planeados para a unidade de treino; auxiliar na execução dos exercícios propostos para a unidade de treino, oferecendo feedbacks com conteúdo referente ao objetivo do exercício proposto aos jogadores antes, durante e após a atividade.

Além das funções durante treinos e jogos referidas, acredito que o papel do treinador não se esgote no campo de treino ou competição, ou nos conteúdos táticos programados para a unidade de treino. Por isso, durante a minha prática profissional, tento criar uma relação de confiança entre mim, o treinador, e o "meu" jogador, conhecendo as suas motivações e objetivos com a prática desportiva (e não só) contribuindo, desta forma, para que o treino seja catalisador de um ambiente positivo e promotor de aprendizagens que, por sua vez, conduzirão os jogadores para um nível de performance superior.

2.6 Quadro Competitivo

Em condições normais, o escalão Sub-17 do Boavista Futebol Clube, está habilitado para disputar a prova de mais importância no escalão competitivo do país: o Campeonato Nacional. Devido à situação pandémica vivida no planeta e discorrida no presente relatório, todas as competições de futebol, no que diz respeito à formação do país, se encontravam suspensas desde o mês de março de 2020, sendo que o retorno das competições foi permitido na formação em Portugal no mês de maio de 2021.

Nesse sentido, a Federação Portuguesa de Futebol, estabeleceu o Torneio Nacional de Sub-17. O Torneio contava com a participação de 38 clubes divididos em séries de A à I (9 séries). Os clubes (com exceção das séries A e B, que tiveram como critério de inclusão o ranking de desempenho), foram agrupados de acordo coma sua localização geográfica. O Boavista esteve presente na série D, juntamente com o Futebol Clube de Famalicão, Padroense Futebol Clube e o Futebol Clube de Paços de Ferreira (Figura 5). Nessa série, cada equipa realizará seis jogos contra as equipas da mesma série, jogando em casa e fora, mediante o sorteio dos jogos e mandos de campo (Figura 6).

Tabela 2: Série D - Torneio Nacional Sub-17

Boavista Futebol Clube	
Padroense Futebol Clube	
Futebol Clube de Paços de Ferreira	
Futebol Clube de Famalicão	

Tabela 3: Calendário Competitivo

JORNADA	JOGO	DATA	LOCAL
1	x	domingo, 9 de maio de 2021	Parque Desportivo de Ramalde, Porto
2	x	domingo, 16 de maio de 2021	Campo nº1 Academia de Famalicão, Famalicão
3	x	domingo, 23 de maio de 2021	Parque Desportivo de Ramalde, Porto
4	x	sábado, 29 de maio de 2021	Campo de treinos do Padroense, Senhora da Hora
5	x	domingo, 13 de junho de 2021	Parque Desportivo de Ramalde, Porto
6	x	domingo, 20 de junho de 2021	Campo de treinos nº1 Paços de Ferreira, Paços de Ferreira

Em tempos difíceis vividos por nós que trabalhamos com o desporto, sejam os treinadores, diretores, pais, ou os jogadores, a possibilidade de competir novamente é fantástica. Uma mistura de alívio, alegria e vontade de competir, que só quem vive o desporto sabe do que se trata. A competição é a essência do desporto (Marques, 2004), sendo que se não houver competição, o desporto perde o seu sentido e a sua razão de ser. Por isso, mesmo que sejam somente seis jogos, mas podemos voltar a competir e a estar no local onde tanto amamos: o campo de futebol.

3 Objetivos

Pessoalmente, os objetivos para a época 2020/21 passavam por estar novamente em um contexto competitivo mais elevado, mais especificamente, queria estar inserido em uma equipa que me proporcionasse disputar os Campeonatos Nacionais. Recebido o convite do Boavista Futebol Clube para integrar a equipa técnica do escalão Sub-17, este objetivo foi alcançado. Este contexto, permite-me estar no mais alto nível do futebol de formação do país, representando um clube com uma enorme história no futebol português, estando envolvido no processo de formação de jogadores para o primeiro escalão do futebol português e inserido em uma equipa de 1.ª Divisão Nacional.

Além disso, no âmbito do Mestrado em Treino Desportivo na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, decidi por escrever este relatório de estágio em detrimento à tese. Facto que me permitiria, mais uma vez, estar frente à um estágio, colocando à prova os conhecimentos teóricos, percepções e reflexões adquiridas durante a minha formação enquanto pessoa, profissional do desporto e treinador.

Para tornar ainda mais claro os meus objetivos durante a realização deste estágio, irei dividir os objetivos em três grupos: os objetivos formativos, os objetivos competitivos e os objetivos de desenvolvimento profissional.

3.1.1 Objetivos Formativos

Durante a minha formação de Licenciatura na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, percebi a importância de exercer uma formação contínua para a minha qualificação profissional. Foi então que decidi que, ao terminar a Licenciatura, iria ingressar no Mestrado em Treino Desportivo para me especializar ainda mais nos conhecimentos da minha área de atuação, podendo assim, estar mais preparado para oportunidades que surgissem durante o meu percurso profissional.

Ingressando no Mestrado, o objetivo foi de ter acesso ao grau de Mestre pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, não pelo título em si, mas pelo conhecimento disponível na instituição e pelo facto de que na citada Faculdade, eu acreditasse que os Professores pudessem ampliar ainda mais os meus horizontes para sanar as minhas questões e, mais que isso, criar ainda mais questões no desenvolvimento da minha prática profissional. Assim, uma vez que defini que optaria pela realização de um estágio, a consequente elaboração de um relatório de estágio seria uma representação das minhas ideias e reflexões durante a época desportiva enquanto profissional do desporto e enquanto indivíduo.

No meu percurso académico na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, tive a oportunidade de ser inserido no contexto da Periodização Tática. Esta metodologia de treino tem por objetivo criar um processo de treino que permita desenvolver uma forma de jogar específica de um modo célere, respeitando a interação de um conjunto de princípios metodológicos (Pivetti, 2012). O processo que eu estou inserido não utiliza a Periodização Tática como como metodologia de treino. Apesar disto, por eu já ter tido contato com a Periodização Tática em outros clubes e por me identificar com a metodologia, tenho o objetivo pessoal de continuar a me aprofundar no conhecimento desta metodologia, dando continuidade na minha formação enquanto treinador adepto da Periodização Tática, para que no futuro possa aplicá-la na minha prática profissional. Digo isto tendo em consideração que o processo de formação não se encerra no âmbito da formação académica ou qualquer outro processo formativo. Mas é uma construção diária e infinita, na qual devemos nos esmerar diariamente.

Outro objetivo para este Mestrado, é a possibilidade de acesso ao título de Grau II de Treinador de Futebol novamente, não pelo título em si, mas pelas razões que já foram referidas.

3.1.2 Objetivos Competitivos

Os objetivos competitivos relacionam-se com o que o clube espera do escalão sub-17 para a época 2020/2021, assim como o desempenho esperado dos jogadores pela equipa técnica e pela direção do clube.

1. Uma vez que o jogador é a figura principal do processo de formação, o aumento do desempenho dos jogadores e das suas capacidades individuais, associados à continuação da formação do jogador de futebol e do indivíduo, constituiu-se como o principal objetivo para a equipa técnica;
2. Em termos de competições, em condições normais, tendo o Campeonato Nacional em vista, o objetivo proposto pela equipa técnica era chegar à 3ª fase do Campeonato Nacional sub-17. Contudo, uma vez que não tivemos a oportunidade de competir nessa prova e que acabamos por participar do Torneio Nacional sub-17, já ao final da época desportiva, o objetivo proposto pela equipa técnica passou a ser dar tempo de jogo para os jogadores e preparar a equipa para a próxima época desportiva.
3. Potenciar os nossos jogadores para terem a possibilidade de serem inseridos nos escalões mais velhos do Boavista Futebol Clube, seja no sub-19 ou no sub-23.

3.1.3 Objetivos de Desenvolvimento Profissional

Além dos objetivos já referidos, a realização desse estágio, incide também no meu desenvolvimento profissional enquanto treinador de futebol. Começo por citar a continuação dos estudos relacionados ao futebol. Seja na área do treino, na psicologia, pedagogia e outras áreas de estudo. Também espero aumentar as minhas competências relacionadas com a atuação do treinador. Nomeadamente na planificação e operacionalização de treinos com um grupo de jogadores maior do que já estava acostumado, além de conseguir melhorar aspectos como a gestão do tempo de exercícios, tempo de descanso e tempo efetivo de treino. Em relação aos *feedbacks* nos exercícios, pretendo também

melhorá-los. Tanto no entendimento de quando os *feedbacks* são necessários e quando não são, quanto no conteúdo dos *feedbacks*. Isto é, se o que digo está alinhado com o objetivo do exercício e com o que o treinador principal pretende para a equipa e para o jogador em específico.

Tendo por função principal dentro da equipa técnica a análise dos nossos jogos, como não poderia ser diferente, os objetivos passam por conseguir aumentar os meus conhecimentos e competências nessa área. Pretendo desenvolver a minha capacidade de leitura e interpretação dos fenômenos do jogo, expandir as minhas concepções sobre as formas e métodos de observação e análise de jogos, assim como o repasse de informações ao treinador e restante equipa técnica. Por último, tenho por objetivo criar uma rotina de trabalho através de um planeamento das atividades a serem exercidas por mim enquanto analista da equipa.

Por fim, pretendo continuar a me desenvolver enquanto treinador de futebol e como analista de desempenho. Dentro do âmbito do clube, é um objetivo observar e refletir sobre como é gerido e como funcionam as coisas em um clube de uma elevada dimensão. Relacionado a isso, também é um objetivo criar relações de confiança com os elementos do staff, outras pessoas ligadas à nossa equipa, e os nossos jogadores.

4 Desenvolvimento da Prática

Somos todos apaixonados pelo jogo de futebol e isso não vem de hoje. Durante toda a nossa formação enquanto ser humano, até o dia de hoje, nutrimos o gosto pelo futebol. Não me recordo o dia que eu comecei a me apaixonar pelo jogo. Eu sei que sempre esteve comigo. As minhas primeiras lembranças me remetem ao futebol: a bola, as brincadeiras com ela (mesmo que sozinho) a acompanhar jogos do meu clube e os jogos com amigos. E até mesmo as desilusões com o futebol: as derrotas, o sonho frustrado... Nunca deixamos de nos formar enquanto pessoas. Diariamente nos formamos, desenvolvemos e nos adaptamos. E, mesmo assim, continuamos a nutrir o amor pelo jogo. Independentemente de qualquer coisa, nós decidimos, dia após dia, continuar a viver o futebol. Hoje não mais como uma brincadeira, mas sem esquecê-la, até porque foi dela que tudo começou. Mas sim, como uma profissão, sendo o nosso desejo nos tornar cada dia mais conhecedores do jogo que amamos e nos formar através e para o jogo de futebol, que nos permite viver do jogo que amamos. Este relatório é sobre isso.

4.1 A Época 2020/21

4.1.1 O Início

As primeiras reuniões com o clube foram ainda no mês de junho de 2020. Tivemos os primeiros encontros com a equipa técnica completa, além dos diretores. As expetativas iniciais estavam ao redor de competir no Campeonato Nacional Sub 17, com o objetivo de chegar à 3ª fase do campeonato. Contudo, desde o início do ano de 2020, convivemos com a pandemia do Covid-19. Não podíamos treinar no campo e a incerteza sobre o início dos treinos e das competições estava presente nos discursos da equipa técnica e nos jogadores. Pela importância dada ao Campeonato Nacional e por sermos uma equipa que disputa este campeonato, havia uma esperança de que os treinos pudessem ocorrer de forma normal e que o campeonato se iniciasse. Porém, não foi isso que ocorreu. Estivemos a treinar via internet durante aproximadamente 3 meses

antes de que os treinos em campo pudessem ocorrer, mesmo de forma condicionada.

Nestas condições de treinos pela internet, o padrão semanal foi planeado para cinco dias, de segunda-feira até sexta-feira. Durante 3 vezes por semana, os nossos jogadores faziam corridas instruídas pela equipa técnica e nos outros dois dias da semana, acontecia um treino em formato de circuito pelo zoom com todos os jogadores e equipa técnica. Em dias de treino de corrida, os jogadores mediam através de um aplicativo de telemóvel as distâncias percorridas no treino, assim como as velocidades obtidas a cada quilômetro. Assim, à medida do possível, poderíamos controlar as cargas de treino que os nossos jogadores estavam sendo expostos.

Podemos observar uma grande ênfase sobre a vertente física dos jogadores durante esses treinos. Tendo em conta o contexto que estávamos a viver naquele momento, acredito que os treinos foram positivos. O nosso contato com os jogadores era mantido, os jogadores estavam a treinar e poderiam aproveitar o período de férias escolar. Contudo, visto que o principal foco do treino era o aspecto físico dos jogadores, outros aspetos importantes para um jogador de futebol, como o aspeto técnico, tático e o psicológico, foram deixados de lado. Poderíamos ter encontrado formas de incluir no nosso treino essas dimensões, uma vez que são parte do jogo de futebol aliado à quantidade de tempo que os nossos jogadores deixaram de ser expostos a esses estímulos. Pelo menos de forma controlada e em regime de treino. Abaixo (Figura 5), apresento como o

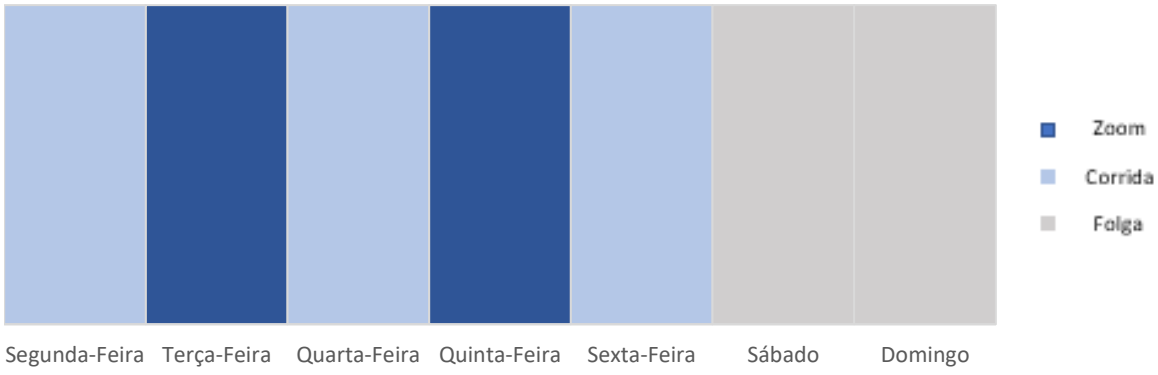

Figura 5: Padrão Semanal durante treinos condicionados

4.1.2 A volta ao campo

Somente a partir do fim de setembro é que pudemos voltar aos treinos com bola no campo. Passamos a treinar durante três vezes por semana no campo. Inicialmente tivemos o campo inteiro para treinar porque os outros escalões ainda não estarem autorizados a voltar aos treinos no campo. Durante algumas semanas fizemos treinos de forma muito condicionada: não havia contactos entre os jogadores e ainda tínhamos que manter distâncias entre os jogadores e os membros da equipa técnica. Ainda não era a situação ideal para o treino de futebol. Entretanto, já estávamos no campo a treinar com toda a equipa e com bola. Abaixo, (Figura 6) um exemplo de como eram os nossos treinos nesse período.

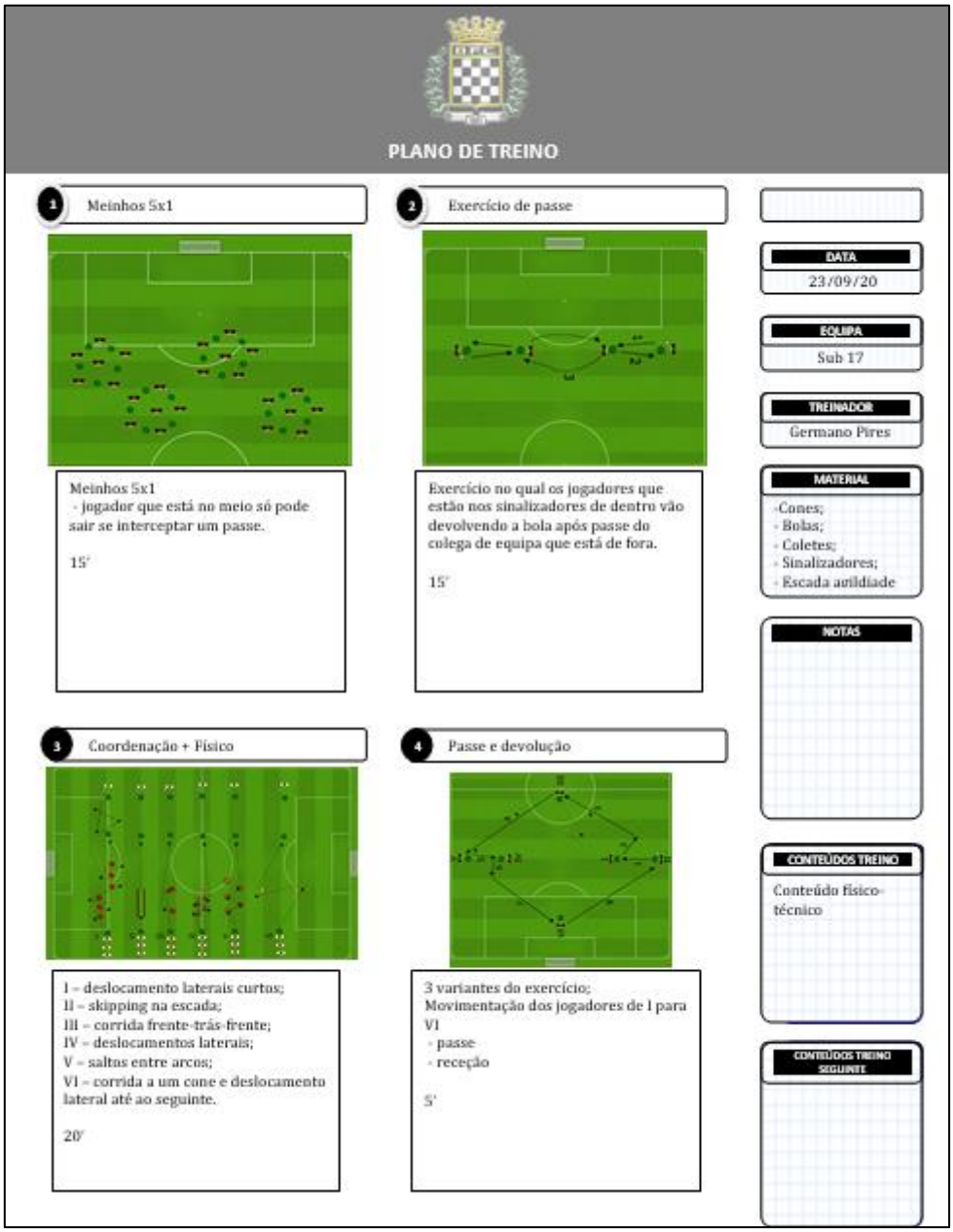

Figura 6: Plano de treino

Ao fim de algumas semanas, passamos a planear o treino de forma mais parecida com o que seria em condições normais. Passamos a treinar quatro vezes por semana, o que já se assemelhava ao padrão semanal em situação normal de competição: três vezes no campo e uma vez por semana treinávamos no ginásio do clube, o Boavista LAB. Abaixo, (Figura 7) ilustro como o nosso padrão semanal foi estruturado.

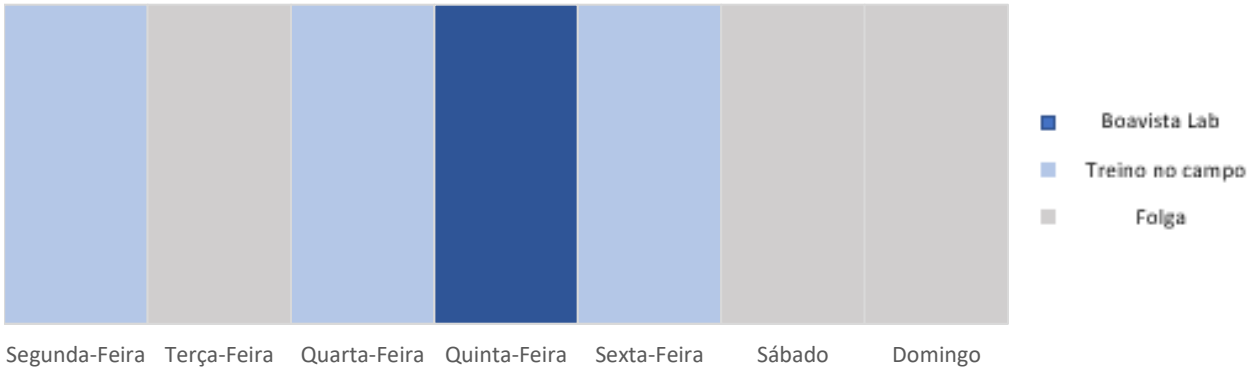

Figura 7: Padrão Semanal

Com o passar do tempo, passamos a treinar já com contactos entre os jogadores e passamos a realizar exercícios mais parecidos com o jogo: 8x8, 9x9, ou uma atividade de 4x4, por exemplo. Associado a isso, outros escalões do clube retomaram as suas atividades no campo e passamos a ter que dividir o campo de treino. Grande parte do período que treinamos no campo, treinamos em uma metade de campo com um outro escalão na outra metade. Este é um facto muito prejudicial para a operacionalização dos treinos. A equipa foi constituída por 30 elementos e os treinos deviam ser planeados para todos tendo à disposição meio campo de jogo, onde não podíamos realizar exercícios de treino “de lateral a lateral”, somente na direção da baliza ao meio campo, realizando exercícios que na sua grande maioria, eram feitos em campos de dimensões reduzidas. Apresento abaixo (Figura 8) um exemplo dos treinos que realizamos nesse período.

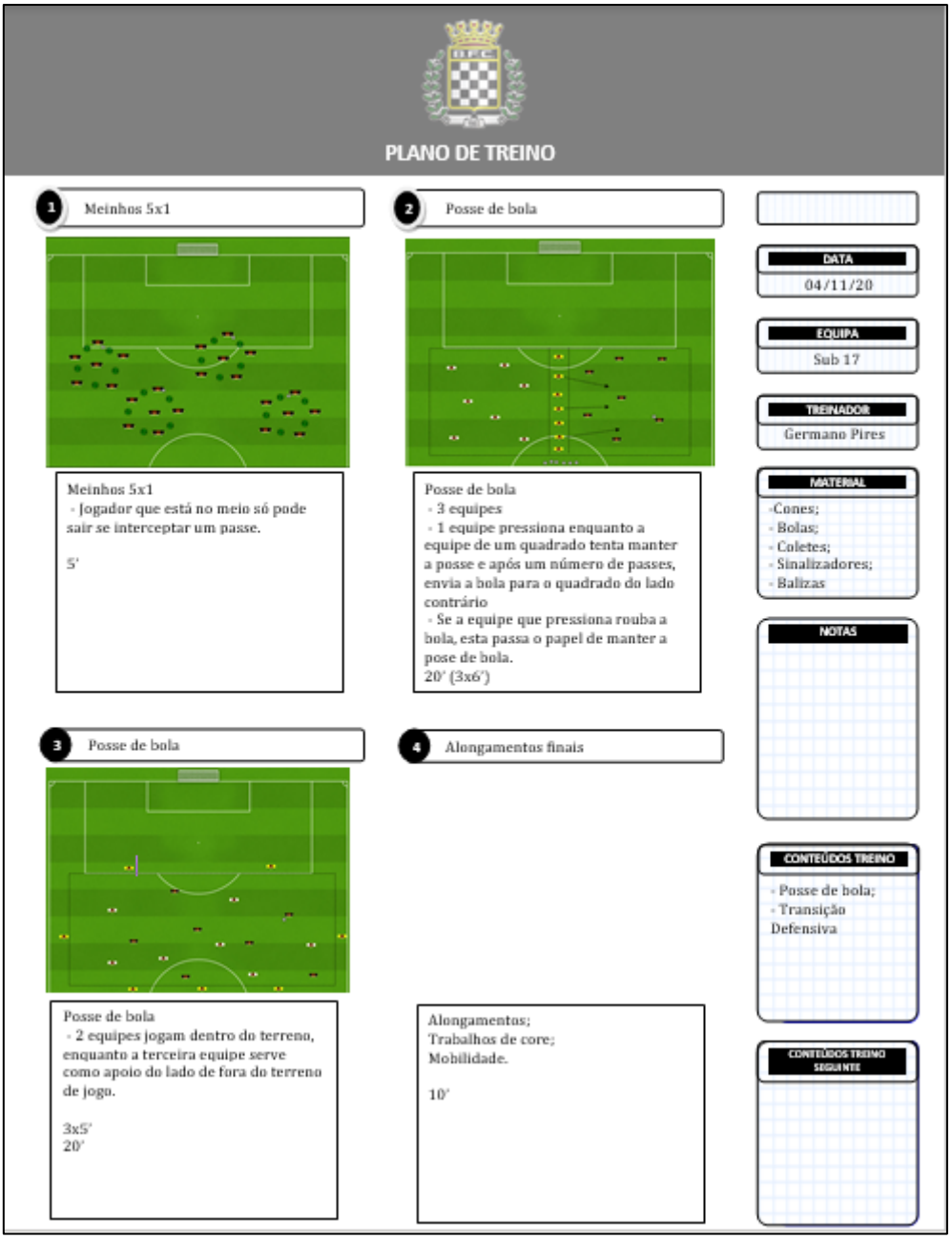

Figura 8: Plano de treino "normal"

Essa é a realidade do clube, contudo, essa não é uma situação ideal se pensarmos no desenvolvimento e na formação de jogadores visando vendas e o aproveitamento desses jogadores para a equipa principal do clube. Raramente tivemos a nossa disposição maior espaço no campo para utilizar e, consequentemente, exercícios com maiores dimensões. Essa limitação de espaço e tempo prejudica a formação de equipas a curto prazo e a formação de jogadores a longo prazo, uma vez que a impossibilidade de realizar exercícios

em campos maiores e maior relação numérica, prejudica a noção espacial, a preocupação com a orientação corporal assim como a preocupação com zonas diferentes a serem marcadas e outros vários aspetos que são fundamentais para o desenvolvimento do jogador de futebol.

Estivemos neste regime de treino até a data de 14/01/2021. Após essa data, tivemos que encerrar os nossos treinos normais por conta de um novo *lockdown* decretado pelo governo português por conta da pandemia do Covid 19. A nossa volta às competições foi novamente postergada. Tínhamos em vista a oportunidade de participação no campeonato da Associação de Futebol do Porto sub-21. O clube, tendo em vista dar tempo de jogo às equipas que disputariam o Campeonato Nacional, tinha inscrito os sub-19 na "primeira divisão" deste campeonato e os sub-17 na "segunda divisão". Este campeonato tinha como data prevista de início meados de janeiro.

4.1.3 Longe do campo mais uma vez

O dia 14 de janeiro de 2021, foi o nosso último treino presencial com os jogadores e a equipa técnica. A partir dessa data, entramos novamente em *lockdown* e os treinos presenciais em campo que anteriormente eram permitidos pelo governo, agora, foram proibidos. Passamos a treinar, novamente, via internet. Todos os pontos negativos que referi anteriormente, voltam a se repetir: a falta do contato com a bola, a falta de treinos táticos e o foco na parte física do jogador, por exemplo. Um outro ponto ainda se colocou no planeamento de treino dos nossos atletas dessa vez: a equipa técnica decidiu por não realizar treinos de corrida por conta das restrições do governo com o objetivo de os jogadores permanecerem em casa. Sei que cada jogador é livre para fazer o que bem entender fora do ambiente de treino do clube. Por isso, nada os impede de realizarem treinos de corrida, ou qualquer outro tipo de treino autonomamente.

Ao fim de algumas semanas em *lockdown*, a equipa técnica, começamos a notar alguma perca de interesse nos treinos. Acredito que isso seja mais que normal na situação que vivemos. Apesar disso, de uma forma geral, os nossos jogadores continuaram a treinar como se deve ser. Sempre cumprindo os

horários propostos pela equipa técnica e estando presentes nos treinos e atividades complementares propostas pelo clube. Ainda sobre esse assunto, um dos nossos treinadores, passou a criar formas de “desafios” dentro do plantel. Criou-se um *ranking* o qual era atualizado conforme a equipa técnica passava esses “desafios” para os jogadores. No fim, na minha opinião, o resultado foi positivo. Esses “desafios” ajudaram a criar um ambiente mais leve e descontraído durante os treinos pela internet. Abaixo (figura 9), mostro como os treinos estavam divididos ao longo da semana.

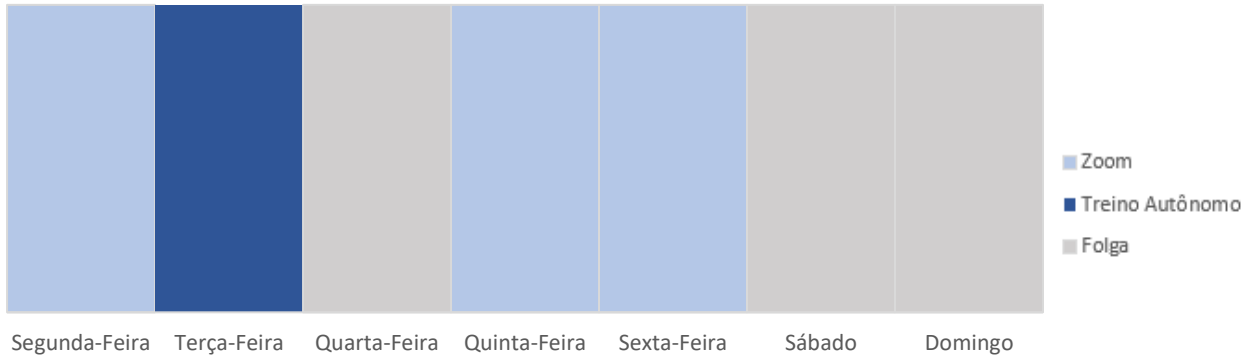

Figura 9: Padrão semanal 2º lockdown

4.1.4 Volta às competições

Após mais de um ano sem competições, recebemos uma excelente notícia. Iríamos regressar aos treinos no dia 26 de abril de forma presencial. A condição para a nossa volta aos relvados, era que todos os elementos da equipa testassem negativo para Covid-19 em um exame realizado até 72 horas antes do início das atividades. De facto, foi isso que se sucedeu. Depois de 3 meses e alguns dias, voltar ao campo de treino foi um alívio para todos. Abaixo (Figura 10), mostro como foi estruturado o nosso padrão semanal. Além disso, também foi anunciado o nosso regresso às competições. Estando o escalão sub17, em condições normais, em disputa pelo Campeonato Nacional, a Federação Portuguesa de Futebol anunciou o Torneio Nacional sub17. O campeonato teve início no dia 9 de maio. O quadro competitivo já foi descrito anteriormente.

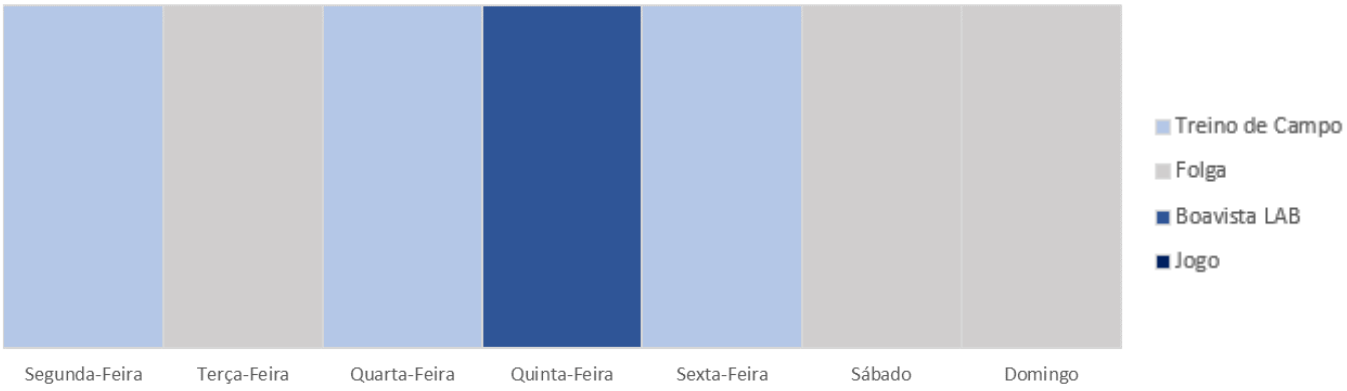

Figura 10: Padrão semanal

A estrutura do padrão semanal durante o período competitivo foi apresentada acima. Na sequência deste documento, apresentarei com maiores detalhes exemplos de exercícios que utilizamos em cada dia de treino.

2.ª Feira:

Neste dia, no dia a seguir o jogo, tínhamos treino. Apesar de que, por uma preferência pessoal, eu prefira que o dia a seguir o jogo seja dia de folga, por uma condição do contexto que tínhamos durante a época era dia de treino. Nesse sentido, como é mais que expectável, era dia de recuperação para os jogadores que mais atuaram no jogo do dia anterior. Esses jogadores realizavam trabalhos de mobilidade articular e corridas em volta do campo em um ritmo muito lento. Para os jogadores que não atuaram ou atuaram pouco no dia anterior, normalmente, fazíamos jogo treino contra a equipa sub 16 (Figura 11). Caso não fosse possível, um treino com cargas mais elevadas era dado para esses jogadores (Figura 12). É importante referir que os exercícios de aquecimento para os jogadores que iriam jogar no jogo treino e os jogadores que iriam realizar exercícios de recuperação, não eram os mesmos. Cada grupo de jogadores tinham exercícios adequados para as suas necessidades.

11 x 11 – (30’) + (30’)

Jogo que era realizado contra a equipa do sub 16. Durante o jogo, o treinador realizava substituições de forma a que todos os jogadores (excetuando os jogadores que jogaram no dia anterior) pudessem ter algum tempo de jogo.

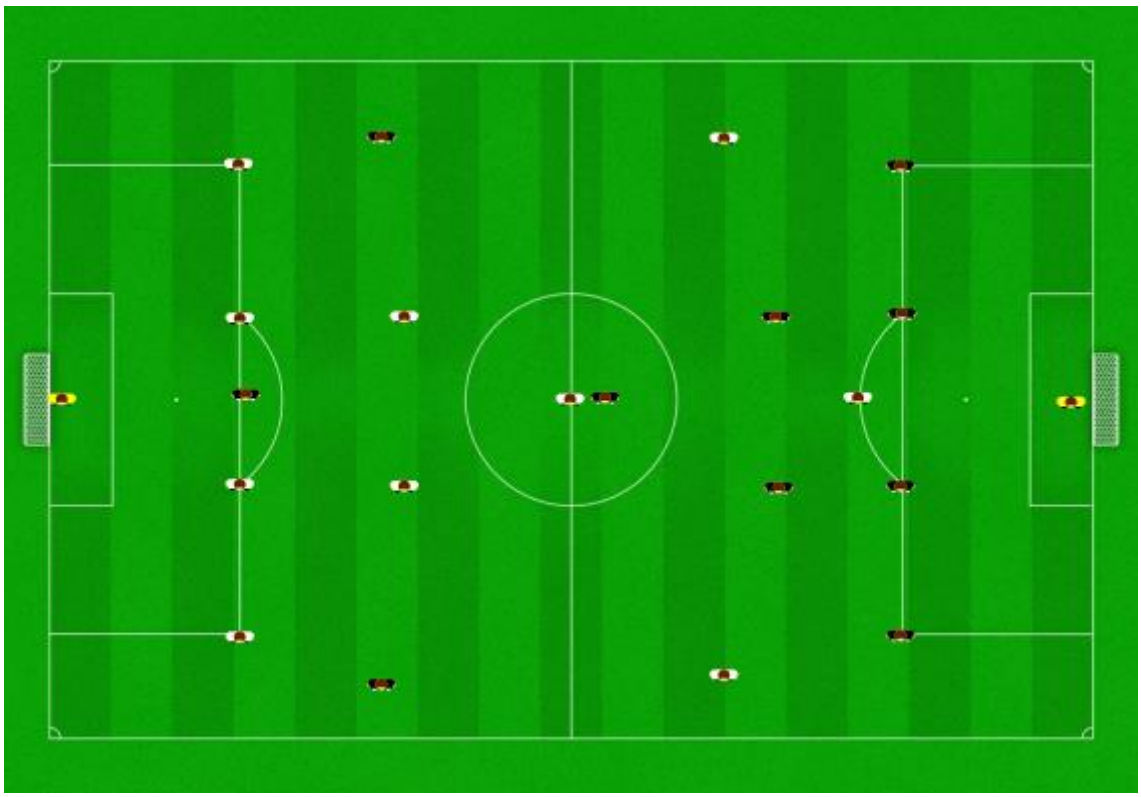

Figura 11: exemplo de exercício nas 2.ªs feiras

Jogo GR + 4 + 2 x 4 + 2 + GR – (20’)

Jogam 4 x 4 com 1 apoio de cada lado do quadrado. Quando um passe for realizado para os apoios, o jogador que realizou o passe e o apoio, trocam de posição. O objetivo desse exercício passa pela criação de linhas de passe por dentro e por fora, receção da bola e a orientação da bola em velocidade, além de criar muitas oportunidades de finalização. Ao fim do tempo de cada jogo (6’) a equipa (amarela) que está fora entra e uma das duas equipas de dentro saem. Cada equipa joga 2 vezes. No período que a equipa estiver de fora, os jogadores realizam exercícios de força (exercícios isométricos, dinâmicos, pliometria) ou resistência (circuitos, intervalados), conforme a equipa técnica decidia.



Figura 12: Exemplo de exercício de 2ª. feira.

GR + 7 x GR + 7 (+6) - (20')

Exercício em forma de jogo 7 x 7 com apoios laterais (Figura 13). O objetivo desse exercício, além da dar tempo de jogo aos jogadores que não jogaram no fim de semana em condições similares às do jogo, passava por criar condições de oportunidades de finalização através de jogadas nos corredores laterais, seja através de triangulações, tabelas, ou na rápida variação de corredor no sentido de achar alguma vantagem nos corredores laterais. Cada jogo tinha a duração de 5 minutos com uma pausa entre os jogos de 90 segundos. Ao final do jogo, a equipa que estava como apoio passava a jogar e uma das equipas de dentro, saía e se tornava apoio pelas laterais.



Figura 13: Exemplo de exercício de 2.ª feira.

4.ªFeira

Após o dia de folga, tínhamos o nosso primeiro "dia aquisitivo", no sentido de ser o dia em que os jogadores estavam mais recuperados do jogo anterior e mais "disponíveis" para o treino, suas intenções e novas aprendizagens. As cargas de treino neste dia de treino, normalmente, eram mais altas. Exercícios com maiores tempos de duração e com um maior número de repetições por exercício eram utilizadas. Começávamos o treino com exercícios de aquecimento: alongamentos dinâmicos, exercícios coordenativos e exercícios de mobilidade articular. Nos exercícios procurávamos inserir aspetos relativos ao modelo de jogo pretendido para a equipa, relacionando os exercícios de treino com os aspetos observados e analisados do jogo anterior e perspectivando o próximo jogo como as figuras (14, 15 e 16) abaixo demonstram.

“Meínhos” 4 x 2 (12’)

O objetivo desse exercício (Figura 14), além de um complemento para os exercícios de aquecimento feitos anteriormente, visava a capacidade dos jogadores em jogar em espaços curtos e a tentativa de “quebrar” linhas de passe através do passe entre os defensores. Defensivamente, a pressão constante na tentativa de recuperar a bola e o desenvolvimento das coberturas defensivas eram o objetivo. Em cada quadrado, havia três duplas. A cada 1 minuto, a dupla do meio era trocada. Cada dupla ia ao meio duas vezes.

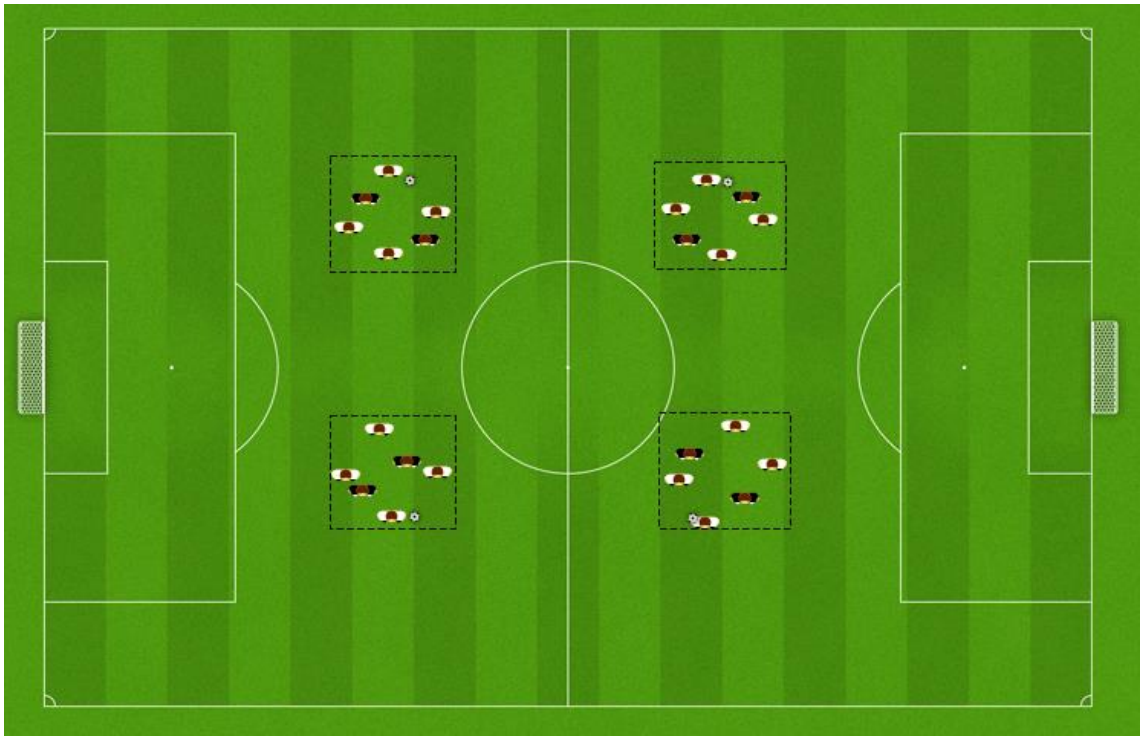

Figura 14: Exemplo de exercício de 4.ª feira

Jogo 6 x 3 com transições (30’)

Duas equipas jogam em um campo dividido em duas áreas (Figura 15). A equipa em posse, joga com 6 jogadores contra 3 jogadores da equipa adversária em uma das áreas. Enquanto isso, os outros três elementos da equipa que defende, aguarda o momento da recuperação de bola para iniciar o momento de transição ofensiva. A equipa que tem a posse de bola, tenta manter a posse de bola. Assim que perderem a posse de bola, a equipa que recuperou tem o objetivo de passar a bola para o “lado vazio”, enquanto a equipa que perdeu a bola, tenta recuperar

a bola o mais rápido possível. Caso a bola entre no “lado vazio”, três jogadores da equipa que perdeu a bola, passam a defender no outro quadrado. Cada jogo tem a duração de 3 minutos com 2 minutos de intervalo entre cada jogo.

Ofensivamente, este exercício tinha como objetivo a manutenção de posse de bola com qualidade, diferentes ritmos na circulação e linhas de passe perto e longe do portador da bola, além da capacidade da equipa em tirar a bola da zona de pressão passando a jogar em uma zona com menos jogadores. Defensivamente, os objetivos desse exercício passavam pela pressão constante dos jogadores que defendem, criação de coberturas defensivas, além da rápida identificação da perda da posse de bola e reação a esse estímulo.



Figura 15: Exemplo de exercício de 4-ª feira (1)

7 (7) x 3 (7) (40’)

Exercício (Figura 16) que jogavam 3 equipas em uma área dividida em duas áreas menores com um corredor no meio das áreas menores. A equipa em posse, em uma das áreas, mantinha a posse de bola, enquanto saíam três jogadores da equipa do corredor central a tentar roubar a bola. Com o passar do

tempo e ao sinal do treinador, mais jogadores da equipa do corredor central poderiam sair para tentar roubar a bola. Ao final de um número de passes definidos anteriormente, a equipa em posse poderia variar o jogo para a equipa na outra área. Se isso acontecesse, jogadores diferentes da equipa do corredor central saíam para tentar roubar a bola na outra área. O objetivo desse exercício passava por fazer a equipa com bola manter a posse de bola, criando situações de apoios frontais, criação de linhas de passe próximas ao portador da bola, além do "atrair para libertar" espaços para que a equipa consiga manter a posse de bola. A adição de jogadores ao longo do tempo, aumentava a dificuldade do exercício regularmente. Defensivamente, os objetivos eram tentar evitar que a equipa em posse de bola conseguisse variar o corredor jogando no lado vazio, evitar que o portador de bola tenha linhas de passes disponíveis para jogar e a rápida criação de coberturas defensivas. Cada período tinha cinco minutos com 90 segundos de pausa entre cada período. Ao final de cada período, as equipas trocavam posições. Havia uma quarta equipa fora do exercício realizando exercícios de força ou resistência, que também entrava no exercício após o término do período.

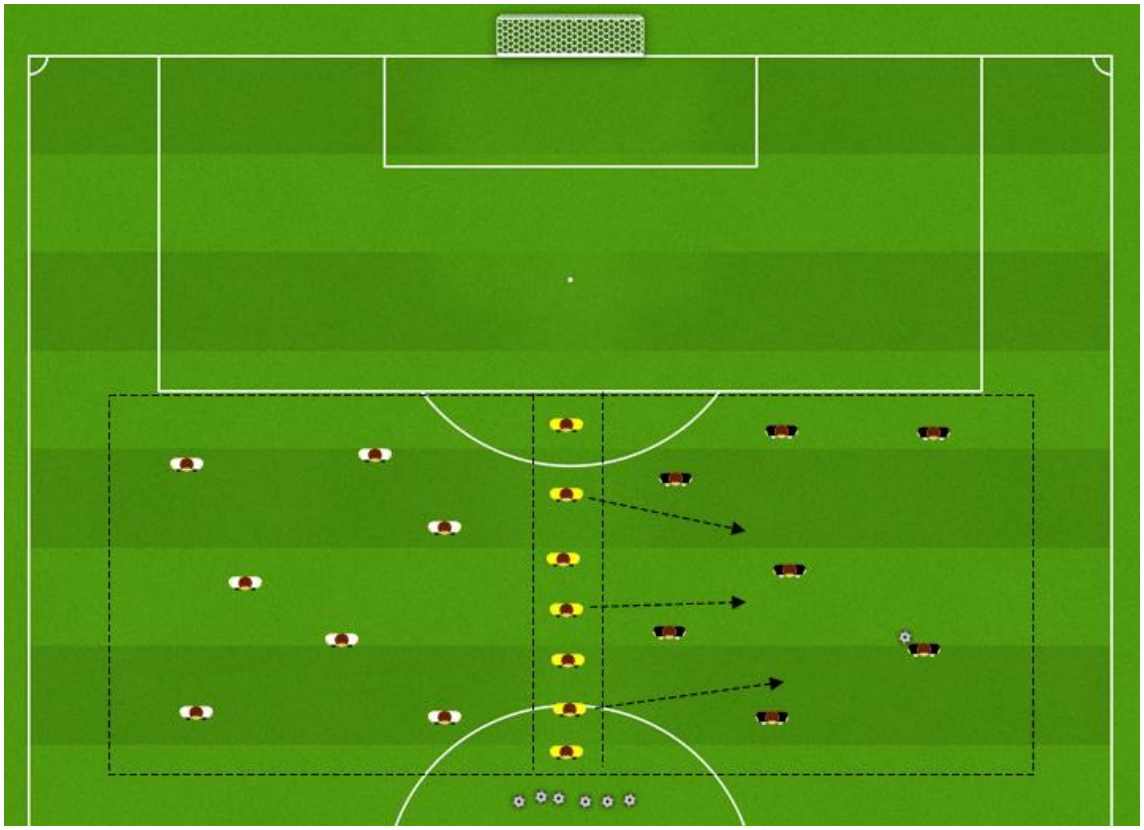

Figura 16: Exemplo de exercício de 4ª. feira (2)

6.ª Feira

Esse dia, por ser o dia de treino mais próximo do dia do jogo, se caracterizou por ser um dia de menos carga de trabalho. Ou seja, exercícios com mais tempo de recuperação e menos repetições eram realizados. Além disso, exercícios em campo maiores, com menos complexidade e com menos "duelos" entre os jogadores eram escolhidos de forma a que o desgaste físico do treino fosse diminuído por conta da proximidade do dia do jogo.

"Meínhos" 5 x 1 (5')

Como em outros dias, os "meínhos" (Figura 17) eram utilizados como forma a complementar os exercícios de aquecimento e ativação já referidos anteriormente. Neste caso especificamente, o "meínho" era jogado em 5 x 1, onde o jogador do meio só poderia sair se interceptasse um passe. Quando o jogador do meio não conseguia recuperar a bola em um número de passes definidos anteriormente, o jogador levava a "dobra", tendo que ficar no meio novamente caso recuperasse a bola.



Figura 17: Exemplo de exercício da 6.ª feira

6 x 5 + GR (15')

Exercício (Figura 18) com o objetivo de estimular as dinâmicas ofensivas da equipa, sendo que a cada vez que o exercício era realizado, as regras de ações pretendidas para a equipa técnica poderiam variar. Com a bola sempre a sair do meio campo, as regras básicas do exercício, passavam pela circulação rápida da bola, variando o corredor da bola, com o objetivo de encontrar vantagens de forma a criar situações de finalização, seja em situações de cruzamento, tabelas ou em situações de apoio frontal com o avançado. Em contrapartida, a equipa que defenda a baliza, ao recuperar a bola, teria que chegar à linha do meio-campo em transição ofensiva, ajudando a cumprir o objetivo de não se livrar da bola assim que a ganhasse e a sair das "primeiras pressões" da equipa adversária. A linha defensiva formada por 5 jogadores (equipa preta), era trocada a cada dois ataques da equipa branca. Já a equipa branca, a cada novo ataque, os jogadores dessa equipa eram trocados.

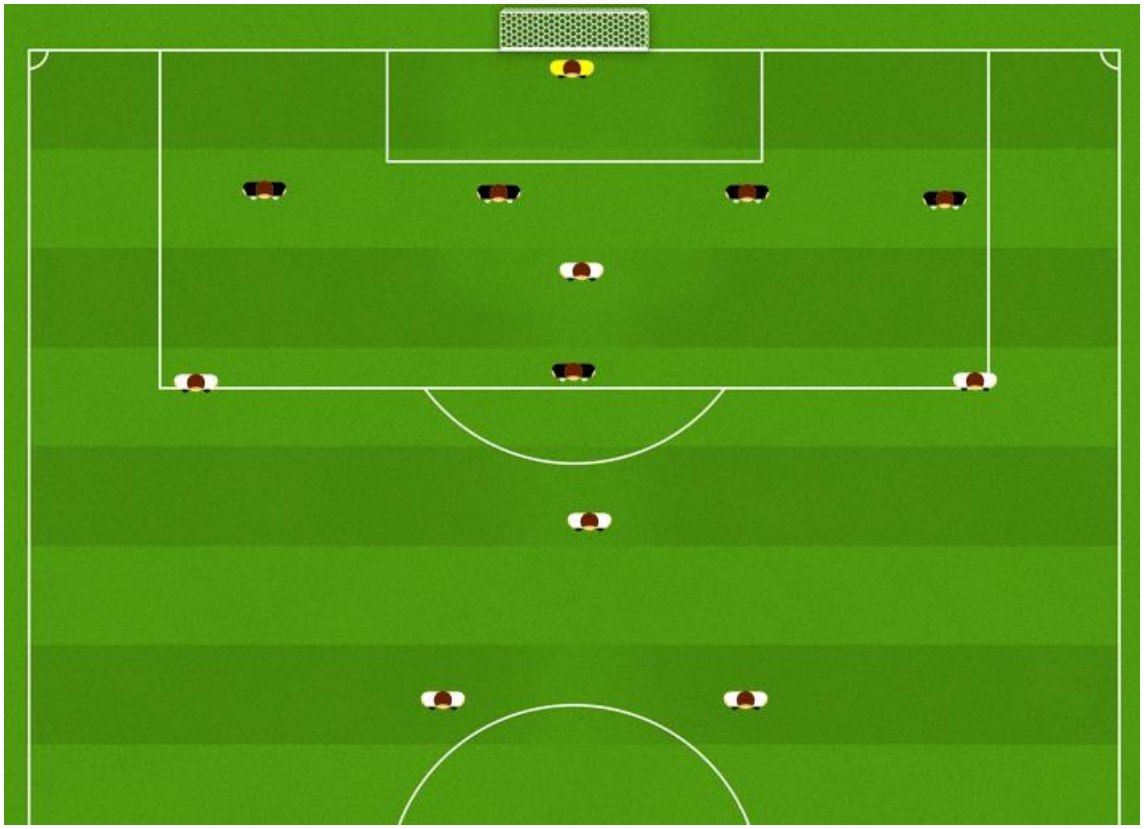

Figura 18: Exemplo de exercício de 6.ª feira

3 x GR (10')

Com a bola sempre a sair do meio-campo, três jogadores trocavam passes entre si de forma a chegar em zonas de finalização. Ao chegar próximo a área ou até mesmo dentro da área, o jogador com bola finalizava. Com o objetivo de ser um exercício com desgaste físico menor, esse exercício procurava que os jogadores pudessem finalizar na baliza de diferentes posições no campo de jogo. Os jogadores se revezavam nas saídas até o término do exercício (Figura 19).

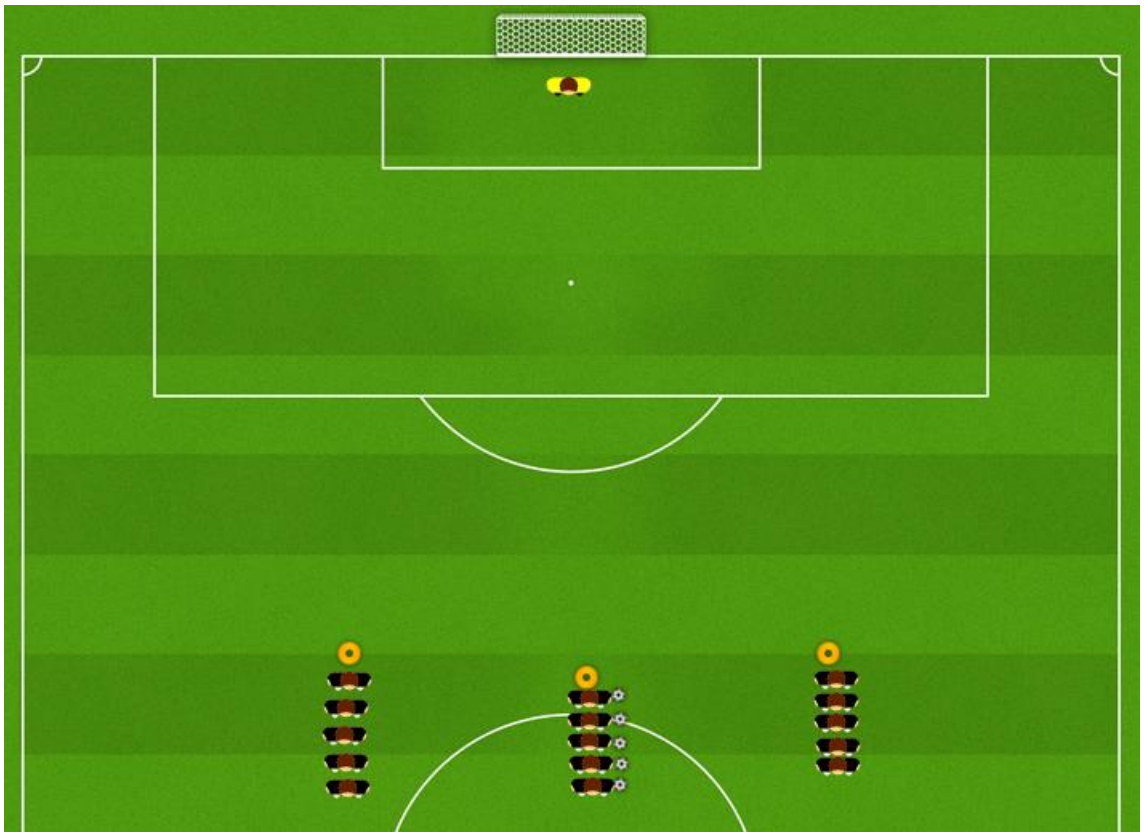

Figura 19: Exemplo de exercício de 6ª. feiras.

Para o início do Torneio Nacional sub-17, tivemos apenas duas semanas de treino. Começamos a treinar uma semana mais tarde em relação a algumas equipas que também disputariam essa competição, por causa da realização dos testes de Covid-19. Além disso, algumas equipas tiveram a possibilidade de inserirem nos seus respectivos escalões sub-23, jogadores mais novos, inclusivamente, jogadores sub-17. Esse facto, permite aos jogadores terem, em alguns casos, tempo de jogo, e tempo de treino. Nós, do escalão sub-17 do Boavista, não tivemos essa oportunidade, fazendo com que os nossos jogadores

tenham ficado por longos períodos sem treinos e sem competições. Esta situação pode ter sido um fator de desequilíbrio ao longo da competição.

4.2 Treino, Aprendizagem e o Modelo de Jogo

A entrada no mestrado em Treino Desportivo na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, estava intimamente ligada à intenção em continuar a minha formação enquanto treinador de futebol. A profissão ou a figura do treinador de futebol, necessita de um conjunto de competências e saberes pertinentes que devem ser organizados e aplicados de acordo com a complexidade do contexto em que está inserido (Rosado & Mesquita, 2007). Por esse motivo decidi, ainda na licenciatura, empenhar-me e dedicar-me de modo a conseguir entrar no mestrado logo após o término da licenciatura.

Durante a minha formação na licenciatura, compreendi que o conhecimento sobre uma área ou sobre um assunto, por si só, não tem valor muito significativo. Percebi que o valor que podemos gerar na vida e na nossa carreira profissional, vem através da aplicação do conhecimento que adquirimos. Somente na prática, quando vivenciamos e experienciamos o contexto real de atuação é que conseguimos dar sentido ao conhecimento geramos na nossa formação. Aliado a isso, também aprendi que através da reflexão intencional e sistemática sobre a nossa atuação profissional e da observação da prática de outros profissionais, conseguimos exponenciar os nossos conhecimentos, as nossas competências e, consequentemente, o almejado desenvolvimento profissional.

Dado o exposto acima, o objeto de observação e reflexão durante a realização do estágio, focalizou-se nas funções operacionais do treinador e aliado às funções de analista de desempenho. Nomeadamente no planeamento dos microciclos, das unidades de treino e exercícios propostos pela equipa técnica, na operacionalização de todas estas dimensões do processo de treino e da observação e análise dos jogos da nossa equipa.

Ao longo da minha formação enquanto profissional do desporto e como treinador de futebol, fui exposto a uma gama de conhecimentos sobre o desporto e sobre

o treino. Hoje, refletindo sobre como eu compreendo o processo de treino e a competição, entendo o treino no futebol (que é a minha área de atuação e foco de observação desse relatório) como um processo de ensino-aprendizagem. Nesse sentido, Farias (2018) diz que o processo de treino é em essência uma forma de ensinamento. De igual modo, Meinberg (2002) diz que o treino é de facto uma situação de ensino porque diz respeito a transmitir algo – um conteúdo – a alguém. Na realidade, é isso que ocorre no processo de treino. De um lado, o treinador, que domina e quer transmitir aos seus jogadores uma série de conhecimentos e saberes sobre o jogo de futebol e, do outro lado, os jogadores, que intencionalmente se colocam abertos para aprender dos conhecimentos do treinador de modo a aumentarem seu desempenho e atingirem objetivos comuns.

No que diz respeito ao "aumento de desempenho", Teoldo, Guilherme e Garganta (2015) falam que o objetivo do treino de futebol é justamente a procura da melhoria qualitativa e quantitativa do desempenho coletivo e individual. Com um pensamento semelhante, Magill (2011), refere a aprendizagem como uma melhoria permanente na habilidade ou capacidade de uma pessoa realizar uma dada atividade por meio da prática, ou experiência em uma dada atividade. Com as ideias destes autores, podemos perceber que o objetivo do treino e da aprendizagem, visto dessa perspetiva, é o mesmo. Dessa forma, podemos considerar o processo de treino como um meio de promover a aprendizagem nos jogadores. Enquanto treinadores, na medida que recorremos aos conhecimentos e saberes adquiridos sobre o jogo de futebol, seremos capazes de intervir no ambiente de treino de forma a promover essas tais mudanças nas competências e capacidades dos jogadores e da equipa.

Dado que a aprendizagem se dá por meio da experiência e da prática e que o treino é uma forma de ensinar e de se promover a aprendizagem, devemos compreender o que vamos ensinar aos nossos jogadores. Teoldo, Guilherme e Garganta (2015), afirmam que o que faz a distinção entre os jogadores peritos e os demais, é a interação de suas competências cognitivas e motoras. Tendo consciência deste fator, o processo de treino deve promover e criar estímulos para que esses pressupostos sejam estimulados e desenvolvidos.

Quando a “capacidade cognitiva” é referida, me vem à mente os conceitos de inteligência e de conhecimento. Nesse sentido, me refiro ao conhecimento declarativo que pode ser entendido como o que pode ser verbalizado ou expresso e ao conhecimento processual, que está relacionado com a execução de uma ação (Cohen & Squire, 1980). Esses dois conceitos, embora sejam diferentes um do outro, quando em interação, fazem emergir um outro tipo de conhecimento que é o conhecimento específico. Esse, por sua vez, está relacionado com as competências específicas que um indivíduo evidencia em um contexto particular (Garganta, Guilherme, Barreira, Brito, & Rebelo, 2013). No caso do futebol, esses conhecimentos dos jogadores desenvolvem-se e manifestam-se em treino e em competição, no sentido de criar e de resolver diferentes os problemas que emergem durante o jogo.

Sendo o conhecimento específico dos jogadores determinante na qualidade de desempenho coletivo e individual (Guilheme, 2004), o processo de treino consiste em promover um ambiente propício para que o conhecimento específico do jogo de futebol seja desenvolvido nos jogadores. Dessa forma, os jogadores deverão vivenciar experiências práticas e situações-problema que o jogo lhes irá apresentar. Dessa forma, os jogadores estarão mais capacitados para conseguirem resolver esses problemas do jogo, uma vez que já os vivenciaram em contexto de treino e adquiriram os conhecimentos necessários para tal.

Entretanto, somente saber como fazer ou quando fazer não faz o jogador ser um *expert*. O jogador precisa sim, saber o que e quando fazer. Contudo, é necessário que isso manifeste-se na sua capacidade de intervenção em um determinado contexto de jogo, fazendo emergir o seu conhecimento específico sobre o jogo de futebol (Teoldo, Guilherme, & Garganta, 2015). Associado a isso, Garganta, Guilherme, Barreira, Brito & Rebelo (2013) dizem que a capacidade de execução não se esgota na capacidade cognitiva dos jogadores, mas é viabilizada por outras dimensões. Assim, quando é referido o termo “capacidade motora”, me remete a ações técnicas que os jogadores realizam durante o treino ou o jogo. Desta maneira, podemos compreender que o conhecimento específico sobre o jogo de futebol se manifesta através da execução de ações (técnicas ou físicas) por parte do jogador no seu contexto específico. Não descortino o jogo de futebol somente como um conjunto de passes ou remates à baliza. Vejo essas

ações com sentido a partir de todas as outras dimensões. Dessa forma, a técnica é usada como ferramenta para operacionalizar o conhecimento e as tomadas de decisão de um jogador durante o treino e o jogo de futebol.

Por isso e levando em consideração que o processo de ensino-aprendizagem deve estar relacionado com a aquisição de conhecimentos, (Greco, 1998 citado por Guilherme (2004), o treino de futebol deve ser promotor de estímulos para que os jogadores consigam desenvolver as suas capacidades motoras e cognitivas, permitindo-o ser capaz de escolher qual "técnica" é mais adequada para uma dada situação de jogo e executá-la da melhor maneira possível. Assim sendo, para que o treino de futebol promova essas capacidades, o mesmo deve ser diminuído em sua complexidade, sem que o jogo se empobreça e que não sejam perdidas as interações das dimensões presentes no jogo de futebol. A partir dessa diminuição da complexidade do jogo em exercícios de treino, o treinador irá conseguir promover o ensino e a aquisição comportamentos em situações-problema, favorecendo assim, a aquisição de conhecimentos específicos pelos jogadores (Guilheme, 2004).

Tendo em consideração o exposto acima, podemos inferir que a técnica está ao serviço do jogador de futebol, assim como as outras dimensões. Da mesma forma, o jogador, também está ao serviço do coletivo, este suportado por ideias e princípios de jogo. Sendo o futebol um jogo coletivo e o jogador um elemento desse coletivo, devemos transmitir aos jogadores o conceito de que a ação que um jogador realiza em jogo, influencia todas as escalas da sua equipa, assim como, aos jogadores e a equipa adversária. Devemos idealizar, criar e desenvolver uma identidade coletiva de forma que os jogadores passem a balizar as suas ações em jogo, considerando os colegas e os próprios comportamentos que são norteadores do coletivo. Não é esperado que um jogador, pertencente a uma equipa, atue de acordo com a sua consciência individual de forma dissociada ao coletivo. Pelo contrário, é necessário que todos os elementos da equipa estejam em sintonia e ajam em conformidade para que o coletivo seja potencializado.

A partir disso, é necessário que surja uma identidade própria que se manifesta em uma forma de jogar particular chamada "tática" (Teoldo, Guilherme, & Garganta, 2015). Segundo os mesmos autores, a tática vai originar um contexto

particular, originado pela interação dos jogadores de uma equipa, fazendo emergir uma especificidade da equipa. Já Pivetti (2012) diz que a tática é uma realidade complexa e dinâmica que se manifesta como uma interdependência organizacional institucional, ou seja, cada jogador terá a sua liberdade de tomar decisões em contexto de treino e de jogo, desde que essas decisões estejam conectadas com os referenciais estabelecidos para a equipa nos diferentes momentos do jogo.

Guilherme (2004) refere que a tática não deve ser entendida apenas como uma das dimensões tradicionais do jogo, mas sim como a dimensão unificadora que confere sentido e lógica a todas as outras. Como citado anteriormente, quando me refiro as capacidades motoras dos jogadores, ou seja, as ações técnicas realizadas pelos jogadores, vejo-as estando a serviço do jogador e tendo sentido somente em constante interação com as outras dimensões do jogo. Se observarmos a dimensão técnica ou qualquer outra dimensão do jogo isoladamente, elas pouco representam para a totalidade do jogo. Em contrapartida, quando estão em interação, passam a dar forma e sentido às ações dos jogadores em campo, das equipas e ao próprio jogo. No contexto de treino, uma vez que o objetivo é criar uma identidade única, é importante que o treino seja perspetivado tendo em vista a dimensão tática. Essa, por sua vez, permitirá que sejam exercitados os princípios de jogo para os diferentes momentos do jogo e que surja um contexto singular no qual a exigência física, a técnica contextual e o estado cognitivo-emocional do jogador sejam incorporadas da forma mais específica possível (Pivetti, 2012).

Sendo que o treino deve ser perspetivado através da dimensão tática, que confere particularidade e singularidade na forma de jogar a uma equipa, o processo que estabelecerá essa identidade única para a equipa é o processo de treino. Guilherme (2004) diz que o processo de treino pretende criar conhecimentos que permitirão o jogador e à equipa agirem nos diferentes momentos do jogo, perante os problemas criados, em função de uma ideia coletiva de jogo, o modelo de jogo. Segundo Teoldo, Guilherme & Garganta (2015), o modelo de jogo, se refere à forma de conceber um modo de jogar para cada equipa em concreto. O modelo de jogo decompõe-se em princípios e subprincípios, que interagem e, através dessa interação, surge a forma

específica de jogar de uma equipa. Por isso, a criação e realização de exercícios específicos que sejam referentes ao modelo e aos princípios de jogo perspetivados para equipa, são de fundamental importância. Dessa forma, os comportamentos desejados para a equipa nos diferentes momentos do jogo, irão emergir.

Portanto, quando treinamos, devemos treinar os comportamentos que pretendemos que a nossa equipa tenha desde a escala coletiva até a escala individual nos diferentes momentos do jogo. Cada exercício dentro do processo de treino deve manifestar-se como um "fractal" do jogo idealizado (Teoldo, Guilherme, & Garganta, 2015), ou seja, cada "pequena parte do jogo" que se esteja a treinar, deve contemplar a singularidade do todo. Os exercícios planeados devem garantir a emergência e a exercitação dos princípios e subprincípios de jogo da equipa tornando-se específicos para a realidade e contexto da equipa. Caso não exista a fractalidade, seja nas diferentes escalas ou nos diferentes momentos, todo o sentido irá se perder, impedindo a evolução da singularidade do modelo, da equipa e dos jogadores (Guilheme, 2004). Segundo o mesmo autor, a intervenção do treinador em treino deve ser congruente com o que se pretende e deve concordar com o modelo de jogo da equipa.

Ainda conforme Guilherme (2004), o modelo de jogo afigura-se imprescindível na construção de um processo de treino, uma vez que é o orientador de todo o processo. Sendo assim, desde o primeiro dia de treino, devemos ter o modelo de jogo presente nos exercícios, uma vez que tudo começa por meio do modelo de jogo da equipa e que é por meio dos exercícios que a equipa evidenciará os comportamentos pretendidos em contexto de jogo.

4.2.1 Ideia de Jogo e Modelo de Jogo

Antes de mais, é interessante diferenciar dois conceitos relativos ao modelo de jogo. O primeiro, a conceção de jogo, ou a ideia de jogo que o treinador tem para a sua equipa, como o próprio nome já diz, é uma ideia. Ou seja, nos remete a uma representação mental de algo ou noção aproximada de alguma coisa,

conforme podemos observar no Dicionário Online Português (2021). A ideia de jogo está somente no imaginário do treinador. Dessa forma, é necessário que essa ideia de jogo esteja organizada de forma clara, tornando-se evidente para todos os intervenientes no processo de construção da equipa. Deste modo, a ideia se transforma na linha orientadora da identidade coletiva que o treinador e a restante equipa técnica pretendem construir. A partir desse ponto, passamos para o segundo conceito que já foi citado anteriormente: o modelo de jogo "real" da equipa, que diz respeito a forma como a equipa irá apresentar as ideias do treinador nos diferentes momentos do jogo, a partir da operacionalização e exercitação em treino dessas ideias. Referente a esses conceitos apresentados, Guilherme (2004) diz que a conceção está relacionada com o plano de organização das ideias, enquanto que o modelo resulta da operacionalização dessa conceção.

Outra questão importante passa pelo caráter aberto e criativo do modelo de jogo (Guilheme, 2004). Sendo o jogar de uma equipa fruto de uma constante interação entre os diferentes jogadores que a compõem e a individualidade de cada jogador, é importante salientar que o "jogar" da equipa se tornará mais rico na medida em que os jogadores forem capazes de emprestar as suas qualidades e características para o benefício do modelo da equipa. Da mesma forma que um jogador necessita de um contexto adequado para que ele possa expressar as suas qualidades, uma equipa também se potenciará através do enquadramento adequados das suas individualidades. Por consequência, o "jogar" de uma equipa vai se desenvolvendo ao longo do processo de treino e de competição.

Posto isto, durante a época 2020/2021, devido às circunstâncias já referidas durante esse relatório, durante a maior parte da época desportiva, não tivemos as condições ideais para a operacionalização do modelo de jogo pretendido pelo treinador e pela equipa técnica, uma vez que o modelo de jogo é operacionalizado mediante o processo de treino. Além disso, a avaliação do modelo de jogo, que é o jogo e a competição, não esteve presente de forma habitual durante a época desportiva. Nesse sentido, como afirma Guilherme (2004), sendo o processo de ensino-aprendizagem/treino fundamental para o modelo perspetivado para a equipa, o mesmo perde seu significado se o

processo de treino não for concretizado. Apesar disso, nas próximas páginas irei apresentar o que, na minha interpretação enquanto treinador-adjunto, havia sido perspetivado como modelo de jogo para a equipa durante a época 2020/2021.

4.2.2 Modelo de Jogo Boavista Sub 17

No meu ponto de vista, a característica mais marcante que havia sido idealizada é a agressividade e força na pressão aos adversários no momento em que a equipa não tem a posse de bola. Principalmente nos momentos de transição defensiva. Isso desencadeia um outro fator importante para o modelo de jogo que é a busca por ter o controle da posse de bola e a tentativa de não permitir que o adversário a tenha. Para mim, essas características ou intenções ficaram muito evidentes durante o período que tivemos oportunidade de estarmos a treinar.

Tendo em consideração as diferentes fases e momentos do jogo, em fase ofensiva, a equipa parte de um sistema de jogo ou de uma disposição inicial dos jogadores, de um 1-4-2-3-1, sendo este o sistema principal que foi adotado. (Figura 20).



Figura 20: Organização Estrutural (1-4-2-3-1)

4.2.2.1 Organização Ofensiva

A primeira indicação do modelo de jogo referente à organização ofensiva da nossa equipa, é tentar, o mais possível, manter a posse através da circulação de bola. Para isso, é necessário que exista diferentes linhas de passe para o portador da bola, desde a 1.ª fase de construção até à entrada no último terço do campo. Para isso, foram definidas dinâmicas de movimentação para que, independentemente do jogador que esteja em posse, esse princípio seja cumprido.

Os princípios mais importantes em organização ofensiva são: (i) grande amplitude e profundidade; (ii) criar desequilíbrios na defesa adversária; (iii) criar oportunidades de finalização.

i. Abrir o campo em largura máxima e tentar manipular a linha defensiva adversária de forma a “aumentar” o campo.
   Criar linhas de passe em largura e em profundidade de forma a manter a posse de bola.
ii. Através da posse e circulação de bola e, também, das movimentações sem bola (desmarques curtos e longos; ataques à profundidade) criar desequilíbrios da organização defensiva da equipa adversária.
iii. Chegar em zonas de finalização por meio de passes de rupturas, cruzamentos, passes cavados ou por meio de iniciativa individual.
   É importante que as zonas de finalização sejam ocupadas corretamente e que haja “peso” na área.

4.2.2.2 Transição Defensiva

O maior princípio da nossa transição defensiva é tentar recuperar a posse de bola no local mais próximo em que perdemos a bola. Para cumprir esse princípio, O jogador que perdeu a bola e os jogadores próximos ao centro de jogo, devem ter uma postura rápida e agressiva no momento da perda da bola, de forma a pressionar o portador da bola adversário e os jogadores próximos, enquanto os restantes elementos da equipa estão a se preparar para o caso de entrar em organização defensiva. Assim, os dois grandes princípios da transição defensiva são: (i) recuperar a posse de bola; (ii) defender o nosso espaço e proteger a baliza.

i. Rápida mudança de comportamento (ataque-defesa), e forte pressão ao portador da bola e nos jogadores próximos.
ii. Caso a primeira pressão não seja eficaz, o restante da equipa que não está diretamente envolvida com a pressão pós-perda, está organizada para defender a nossa baliza, controlando a profundidade e realizando coberturas defensivas.

Além disso, é importante que possamos cortar linhas de passe dentro da nossa estrutura e que as coberturas estejam bem posicionadas. Orientamos que as nossas linhas subam no terreno de jogo para diminuir o espaço entrelinhas e que

os jogadores, principalmente da linha defensiva, adotem uma postura corporal adequada caso aconteçam situações de bola descoberta para que tenhamos mais sucesso em controlar bolas lançadas nas costas da nossa linha defensiva.

4.2.2.3 Organização Defensiva

O sucesso da nossa organização defensiva baseia-se na ocupação racional dos espaços e da manutenção do equilíbrio da equipa nos momentos que não vamos ter a posse de bola. Para isso, independentemente da região que o portador da bola adversário tenha bola, é fundamental que consigamos criar coberturas defensivas para o jogador que realiza contenção e dinâmicas de terceiro homem defensivo, garantindo assim, o equilíbrio e a defesa de espaços vulneráveis.

Os grandes princípios da nossa organização defensiva são: (i) ocupação racional dos espaços; (ii) direcionamento; (iii) momentos de pressão.

i. É fundamental que a equipa se apresente de forma compacta e coesa, tanto em largura, como em profundidade. É importante que a equipa seja "uma só", subindo juntos e descendo juntos.
ii. Direcionar o adversário para zonas onde somos mais fortes ou zonas onde o adversário não possa nos causar perigo.
   Direcionar, também, o adversário para zonas específicas no terreno de jogo onde vamos pressioná-lo e recuperar a posse de bola.
iii. Momentos chave no jogo onde, em zonas específicas no terreno de jogo, iremos pressionar o adversário.

4.2.2.4 Transição Ofensiva

O principal princípio da nossa transição ofensiva, é garantir que consigamos retirar a bola de zonas de pressão do adversário. Pretendemos utilizar a desorganização defensiva do adversário para criar oportunidades de finalização, aumentar a profundidade e manter a posse de bola entrando em organização ofensiva.

Os grandes princípios da nossa Transição Ofensiva são: (i) tirar a bola de zonas de pressão; (ii) atacar a profundidade; (iii) entrar em Organização Ofensiva

i. A primeira situação que devemos evitar ao recuperarmos a posse de bola é evitar perdê-la em seguida. Para isso, tentamos achar o “lado vazio”, ou zonas menos densas que não tenham pressão do adversário momentaneamente.
ii. Se o adversário não conseguir e organizar no momento em que recuperamos a bola e houver possibilidade de atacar a balizar adversária, vamos fazê-lo. Movimentos velozes e agressivos em direção à baliza adversária são necessários.
iii. Se o adversário conseguir organizar-se e não tivermos a chance de atacar a sua baliza, mantemos a posse de bola e entramos em organização ofensiva.

É importante salientar que as ideias de jogo apresentadas (Figura 21), representam a interpretação individual feita por mim enquanto treinador-adjunto da equipa. Essa interpretação foi realizada mediante o documento orientador apresentado à equipa técnica no início da época, a leitura e o entendimento do modelo de jogo através das sessões de treino da equipa. A operacionalização do modelo de jogo foi prejudicada pela falta de competições, mas, também, pela falta de melhores condições de treino. Mais concretamente, a disponibilidade de campos de campos disponíveis para treinarmos. Foram exceções durante a nossa época os dias que tivemos a possibilidade de treinar em campo inteiro. Treinávamos em meio-campo com cerca de 30 jogadores sub-17. Além disso, o tempo de treino na grande maioria dos dias, era bastante reduzido.

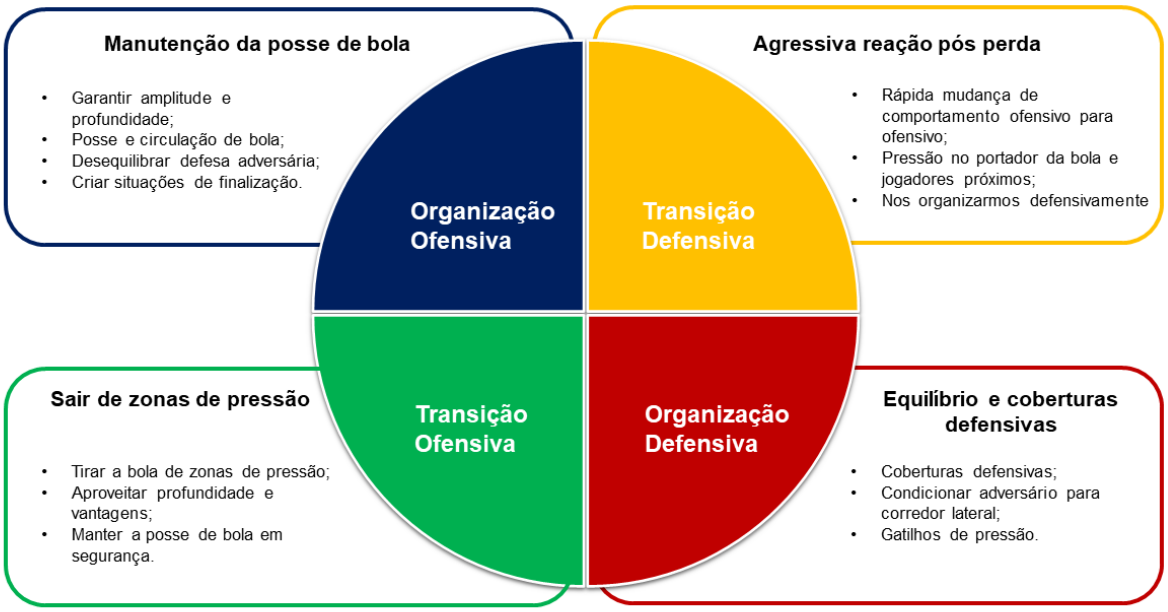

Figura 21: Resumo dos princípios de jogo nos diferentes momentos

4.2.2.5 Bolas Paradas

Com a aproximação do período competitivo, demos um foco maior ao aspeto das bolas paradas. Tenho o entendimento de que esse momento específico do jogo, está totalmente relacionado com os outros momentos do jogo. Por isso, o que se pretende é que as bolas paradas da nossa equipa reflitam a nossa forma de jogar e sejam uma "continuação" dessa forma de jogar. Segundo Pivetti (2012), as bolas paradas são derivações da esfera micro do jogo, podendo ser definidas como subprincípios do atacar e defender da equipa. Dessa forma, devem ser perspectivadas e operacionalizadas em treino para que ocorra a aprendizagem por parte dos jogadores do que se pretende e exista o transfere para o jogo.

As bolas paradas têm sido alvo de muita atenção por parte dos treinadores. Tenho observado que os treinadores têm buscado diferentes formas realizar as bolas paradas ofensivas, criando soluções criativas de forma a tentar surpreender a defesa adversária, sejam essas soluções em cantos, livres ou em lançamentos de linha laterais. Pivetti (2012) refere que as bolas paradas apresentam algumas vantagens, nomeadamente:

- eliminação do problema do controle de bola, uma vez que esta parte de uma condição parada;
- diminuição da pressão ao portador da bola, já que os adversários têm de respeitar uma distância de 9,15m da bola;
- a possibilidade da deslocação de muitos atacantes para a grande área adversária, organizando-se para tentar marcar o golo, mediante a cobrança do canto, livre ou arremesso lateral.

Neste relatório, irei apresentar a ideia base para as nossas bolas paradas. Uma vez que estas poderiam ser alteradas de acordo com as potencialidades e fragilidades do adversário que enfrentaríamos. Irei abordar os cantos ofensivos e defensivos; e livres ofensivos e defensivos.

(I) Cantos Defensivos

- <u>Princípio</u>
    - Zona Mista

- <u>Subprincípios</u>
    - Atenção à possibilidade de ocorrer cantos curtos;
    - Forte proteção ao espaço destinado a cada jogador;
    - Orientação correta dos apoios;

Foi estabelecido para os jogadores que defenderíamos de forma mista (Figura 22), ou seja, defenderíamos à zona com alguns jogadores e outros marcariam jogadores adversários de forma individual. Dessa forma, quatro jogadores eram responsáveis por defender à zona e dois jogadores responsáveis pela marcação individual. Para o balanço ofensivo, tínhamos um jogador aberto e avançado no terreno de jogo (do lado contrário ao canto que foi marcado), e um jogador à entrada da área, prevenindo um rebote ou uma segunda bola para o adversário, também auxiliando em situações de contra-ataque.

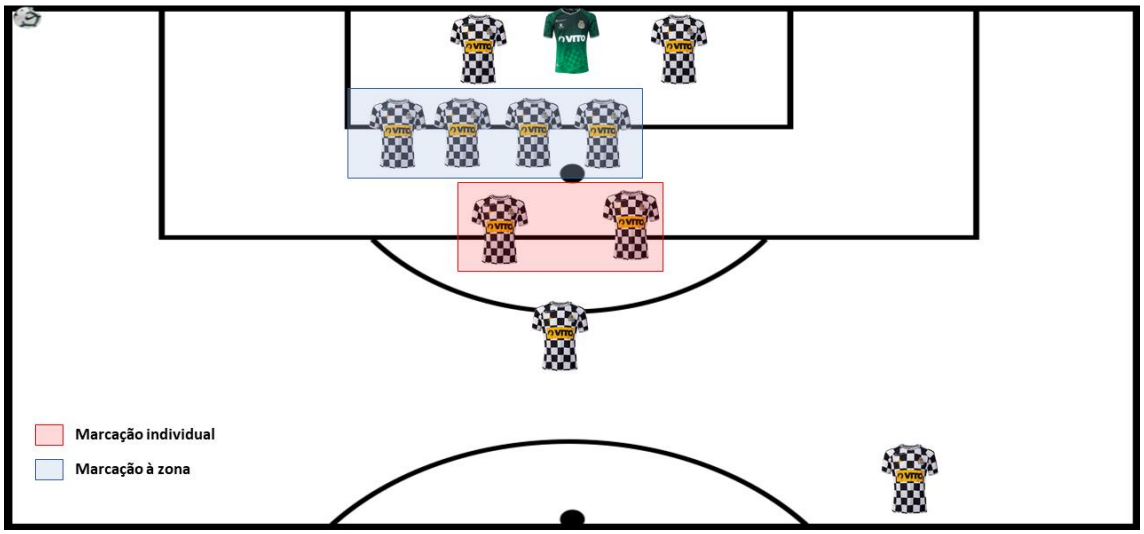

Figura 22: Cantos Defensivos

(II) Cantos Ofensivos

- **Princípio**
  - Criar situações favoráveis para finalização.

- **Subprincípio**
  - Aproveitar as dinâmicas para criar desequilíbrios e surpresas no adversário;
  - Aproveitar aparecimento do elemento surpresa;
  - Atacar zonas estabelecidas;
  - Criar espaços para finalizar.

Os nossos cantos ofensivos (Figuras 23 e 24) procuravam sempre os nossos jogadores com mais qualidade no jogo aéreo. Assim, procuramos estabelecer dinâmicas para criar espaços onde estes jogadores conseguiriam obter vantagens frente ao seu opositor direto ou que conseguissem finalizar sem qualquer tipo de oposição. A definição de qual canto seria executado, ficou ao critério dos jogadores mediante às circunstâncias do jogo.

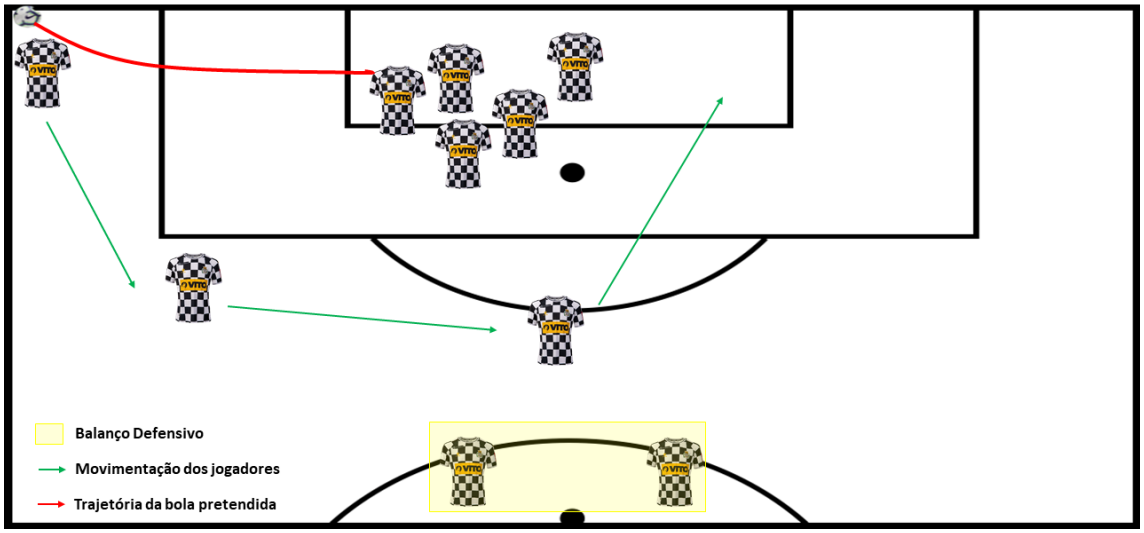

Figura 23: Canto ofensivo 1

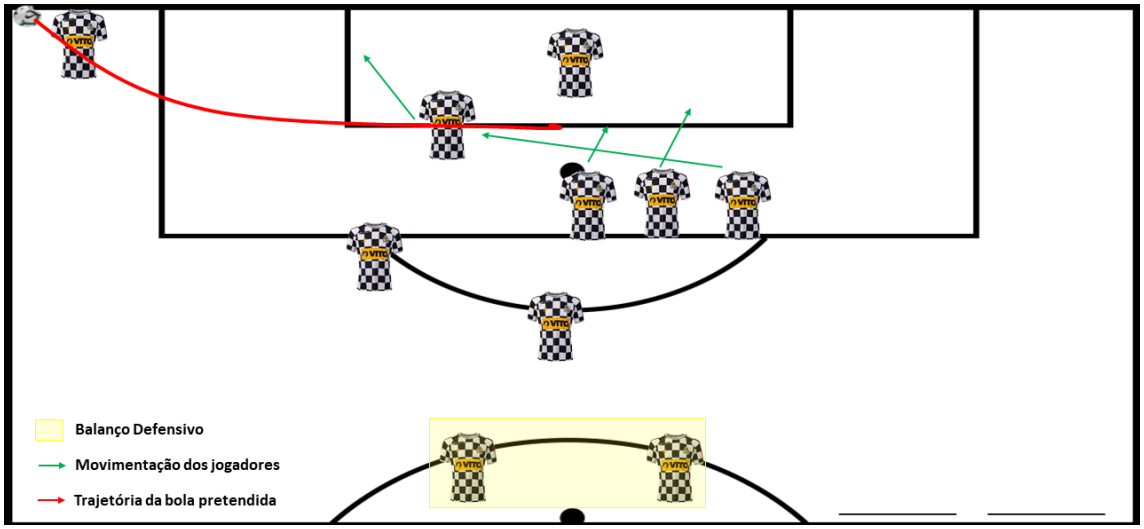

Figura 24: Canto ofensivo 2

(III) Livres Defensivos

- **Princípio**
  - Zona Mista

- **Subprincípio**
  - Atenção ao livre curto;

- Orientação adequada dos apoios
- Forte proteção aos espaços destinados a cada jogador;
- Definição da altura da linha defensiva;
- Retirada da profundidade.

De forma muito semelhante aos cantos defensivos, adotamos uma defesa mista, com 5 elementos a defender à zona, dois a marcar individualmente e dois jogadores na barreira. Caso entendêssemos que não haveria necessidade de dois jogadores na barreira, um elemento incorporava a linha defensiva. Deixávamos, ainda, um jogador mais avançado no terreno de jogo (sempre aberto, do lado contrário ao livre marcado), estando em balanço ofensivo (Figura 25).

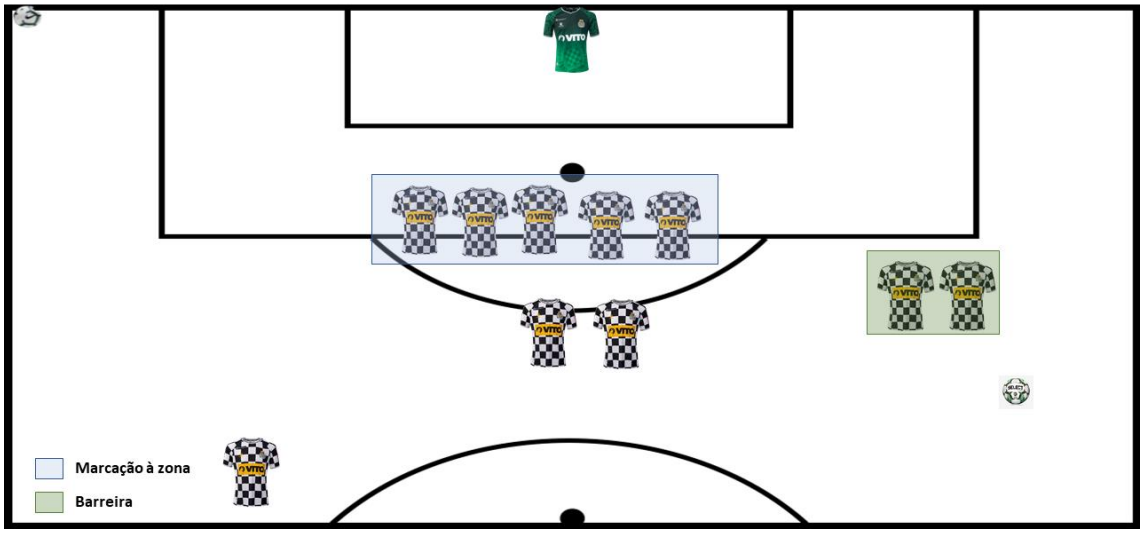

Figura 25: Livre defensivo indireto

(IV) Livres Ofensivos

- **Princípios**
  - Criar situações favoráveis para finalização.

- **Subprincípios**
  - Aproveitar as dinâmicas para criar desequilíbrios e surpresas no adversário;

- Aproveitar aparecimento do elemento surpresa;
- Atacar zonas estabelecidas;
- Criar espaços para finalizar.

Nossas jogadas de livre indireto (Figura 26) tinham por objetivo colocar um elevado número de jogadores dentro da área ou em condições de atacar a área. A ordem era que independentemente do corredor que o livre fosse ser marcado, dois jogadores, um destro e um canhoto, estariam em posição de cobrá-lo. Com esse posicionamento de dois jogadores com pés preferidos diferentes, pretendíamos que gerasse dúvida na linha defensiva adversária e no guarda redes. Além disso, possibilitaria um livre cobrado de forma curta, caso observássemos que tivéssemos alguma vantagem no setor do livre.

Posicionávamos dois jogadores para o balanço defensivo, dois no lado do livre, três jogadores do lado contrário ao do livre e um jogador na entrada da área de forma a atacar a área e ser o elemento surpresa. Assim que o livre fosse batido, os dois jogadores posicionados perto da bola, teriam que ajustar o seu posicionamento rapidamente para a entrada da área, estando preparados para um eventual contra-ataque do adversário. Dependendo do posicionamento dos jogadores adversários, poderíamos aumentar ou diminuir o número de elementos em balanço defensivo.

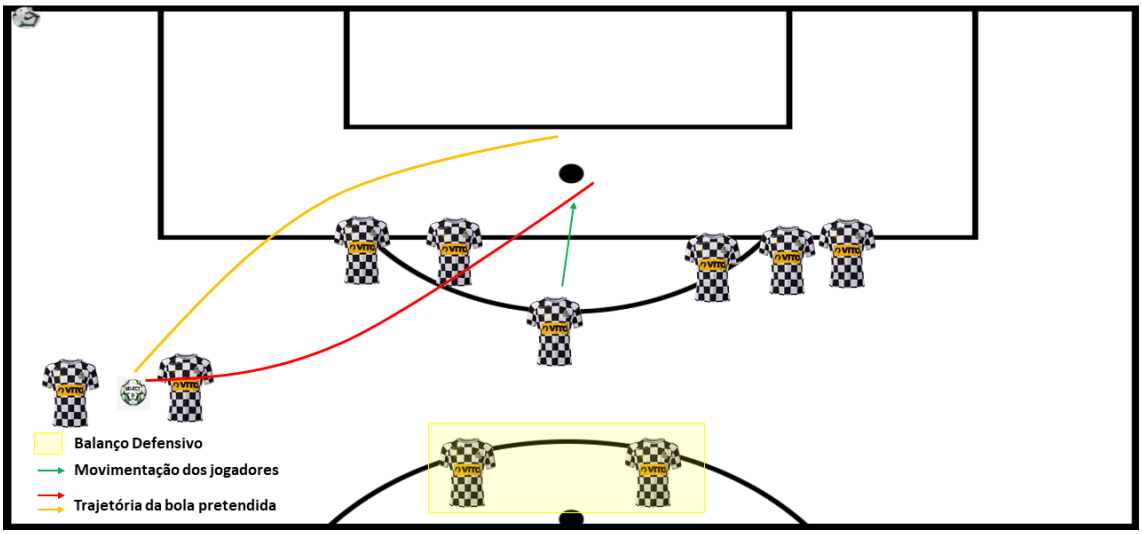

Figura 26: Livre ofensivo indireto

4.3 Análise de Jogo

Conforme foi combinado no início da época desportiva, eu seria responsável principalmente pela análise e observação dos jogos da nossa equipa. Como premissa básica dessa função, a avaliação qualitativa dos nossos jogos tem por objetivo o aumento de performance individual e coletiva. Nesse sentido, a observação e a análise dos nossos jogos são de fundamental importância para o processo de treino e para a competição. No que concerne a este assunto, as funções e tarefas designadas foram as seguintes:

- acompanhamento e suporte à equipa do Boavista Futebol Clube sub-17 em todos os jogos;
- análise da nossa própria equipa em todas as escalas em contexto de jogo;
- produção de relatórios referentes aos jogos da nossa equipa;
- observação de potenciais reforços para o clube, no que diz respeito à formação;
- produção de relatórios das observações e análises feitas de potenciais reforços para o clube.

Fui formado e direcionei meus estudos para atuar como treinador de futebol, não obstante, durante a minha prática profissional, desde a minha primeira experiência em um clube de futebol, estive sempre ligado à análise e observação de jogo. Obviamente, fui-me desenvolvendo e evoluindo enquanto profissional durante esses anos e as minhas capacidades de análise e observação (e todo o universo que está inerente) fizeram parte dessa evolução. Como tal, desde que o convite para integrar o escalão sub-17 do clube foi feito, me senti muito à vontade para assumir essa responsabilidade. Para uma melhor compreensão do que é de facto a observação e análise no futebol e o objeto de reflexão desse relatório, irei iniciar a abordagem a esse assunto, elucidando esses dois conceitos.

O termo “observação”, se refere ao “ato de ver ou de olhar com atenção”, segundo o Dicionário Priberam (2021). Segundo Garganta (2001), a observação é um meio privilegiado a que o ser humano recorre para aceder ao

conhecimento. Já o termo “análise”, segundo o mesmo dicionário, se remete ao “exame minucioso de uma coisa em cada uma das suas partes”.

Quando inserimos os termos “análise” e “observação” no processo de treino e de competição do futebol, o objetivo do processo de análise e observação passa por permitir descrever a performance realizada em contexto de jogo, codificando ações individuais, grupais ou coletivas, de modo a sintetizar informação relevante para transformar, positivamente, o processo de aprendizagem e treino (Teoldo, Guilherme, & Garganta, 2015). Além disso a análise de jogo tempo por objetivo a qualidade de prestação desportiva dos jogadores e das equipas (Garganta J. , 2008).

A análise de jogo torna-se ainda mais importante por conta da capacidade limitada que os treinadores têm de reter informações relevantes sobre o jogo durante o próprio jogo (Teoldo, Guilherme, & Garganta, 2015). Este facto relaciona-se com alguns fatores, nomeadamente:

- posicionamento físico ao nível do terreno de jogo, o que causa um envolvimento visual restrito;
- limitações decorrentes das características de memória humana, tendendo a lembra-se somente dos momentos críticos do jogo, ou os mais recentes;
- envolvimento emocional que o treinador lida durante a partida, o que pode levar a distorções sobre o que de facto ocorreu no jogo.

O treinador depende da obtenção da informação para poder tomar decisões sobre o caminho a seguir na modelação da performance da sua equipa (Silva, 2006). Dessa forma, ao realizar-se a observação dos jogos e obtendo informações que façam sentido para o processo de treino e competição da equipa, conseguiremos influenciar esse processo, criando exercícios que vão de encontro às debilidades e aos pontos fortes que apresentamos em jogo, possibilitando a aproximação do desenvolvimento positivo dos nossos jogadores e da nossa equipa. Carling e colaboradores citado por Costa (2018), dizem que o treinador que não utiliza a análise de jogo como ferramenta para o seu auxílio, atualmente, é considerado como negligente pelos diversos agentes inseridos na modalidade.

Existe, de facto, uma relação de identidade e reciprocidade (Figura 27) entre as particularidades da preparação dos jogadores e das equipas e o respectivo desempenho em ambientes de competição (Teoldo, Guilherme, & Garganta, 2015). Ainda de acordo com estes autores, a análise do conteúdo do jogo tem vindo a revelar uma importância e relevância crescentes na estruturação e na organização do treino de futebol, muito por conta dessa relação de reciprocidade. Portanto, podemos dizer que a observação e a análise do jogo são fundamentais para o processo de treino e de competição.

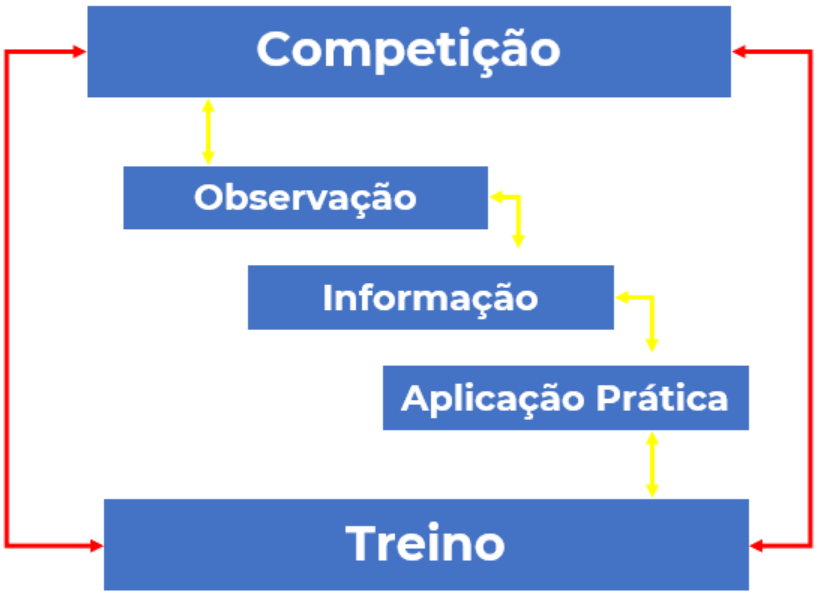

Figura 27: Reciprocidade entre o treino e competição (Garganta, 2008)

4.3.1 Objeto da análise e da observação do jogo

Como já referido anteriormente, a minha principal responsabilidade durante a época competitiva foi de realizar a análise e observação dos nossos jogos e de realizar relatórios referentes aos jogos analisados para a equipa técnica. A análise e a observação dos jogos da nossa equipa tinham como objetivo principal identificar os pontos fortes e os pontos fracos. Mediante a análise realizada, retirávamos informações importantes para o processo de treino da equipa abrindo portas para que o processo de treino ajude a induzir alterações positivas observáveis na performance dos jogadores e das equipas (Garganta J. , 2008).

De acordo com Pedreño (2014) citado por Costa (2018), a análise realizada dos jogos da própria equipa, ajudam na realização de algumas tarefas relativas ao processo de treino e competição, especificamente:

- analisar comportamentos táticos da equipa e a competição que a mesma está inserida;
- avaliar e analisar o rendimento físico, técnico, tático da equipa e dos jogadores;
- analisar atitudes psicológicas, tanto individuais, como coletivas.

Um segundo objeto de análise foi estabelecido durante a época desportiva: a análise do adversário. Por mais que a análise do adversário não tenha sido uma tarefa designada a mim, coloquei-me à disposição do treinador responsável por essa análise para o ajudar quando necessário. De acordo com Lopes (2005), a análise do adversário é necessária para uma melhor preparação do jogo, dotando o treinador de informações precisas sobre o adversário, que o capacitam para a orientação tático-estratégica do jogo, tirando partido das informações recolhidas. Pedreño (2014) citado por Costa (2018) afirma que a análise da equipa adversária ajuda na realização de algumas tarefas, especificamente:

- analisar momentos de jogo bem como as suas dinâmicas;
- avaliar e recolher informações sobre o plantel;
- analisar o sistema de jogo mais comum, as suas variações e as características que o definem;
- analisar comportamentos padrões intersectoriais;
- detetar pontos fortes e pontos fracos;
- criar um plano estratégico operacional para o padrão semanal;
- analisar possíveis condicionantes externas recorrentes ao jogo;
- editar vídeos, animações e reportagens em vídeo.

Assim, a análise da nossa própria equipa e da equipa adversária torna-se importante na medida em que a informação recolhida a partir da análise do comportamento dos jogadores, é considerada uma das variáveis que mais afetam a aprendizagem e a eficácia da ação desportiva (Hughes & Franks, 1997 cit. Garganta, (2001).

4.3.2 O que analisar?

Devido ao caráter aleatório e imprevisível do jogo de futebol, não é possível prever a sequência de ações que uma equipa vai realizar durante um jogo. O jogo de futebol repousa sobre uma rede de interações complexas, operadas em condições instáveis e contingentes de colaboração e antagonismo, que integram distintos níveis de organização. Tais características, embora confiram singularidade às jogadas e tornem o jogo mais atrativo, dificultam a tarefa de observação sistemática e de interpretação (Garganta J. , 2008). Apesar disso, segundo o mesmo autor, os jogos desportivos coletivos (nos quais se insere o futebol), apresentam algumas partes mais previsíveis, organizadas em torno de lógicas particulares, em função de regras, princípios e prescrições.

Este conjunto de regras e princípios que guiam os comportamentos e ações das equipas em jogo, devem regular os comportamentos assumidos pela equipa nos quatro momentos do jogo (Guilheme, 2004), além dos momentos de bolas paradas ofensivas e defensivas. O jogo de futebol é marcado pelo período que a minha equipa tem a posse de bola e quer marcar golo na baliza adversária; e o período que minha equipa não tem a posse de bola, que se remete ao momento que a minha equipa deseja recuperar a bola de forma a não sofrer golo. Dentro desta lógica, encontram-se os quatro momentos que se organizam da seguinte forma:

- momento de organização ofensiva: se refere aos comportamentos que a equipa assume aquando da posse de bola com o objetivo de preparar e criar situações ofensivas (Guilheme, 2004) ;
- momento de transição defensiva: é caracterizado pelos momentos subsequentes à perda da bola (Teoldo, Guilherme, & Garganta, 2015);
- momento de transição ofensiva: relativo ao momento subsequente ao ganho da posse de bola (Teoldo, Guilherme, & Garganta, 2015);
- momento de organização defensiva: diz respeito aos comportamentos assumidos pela equipa quando não tem a posse de bola com o objetivo

de se organizar de forma a impedir a equipa adversária de preparar, criar situações de golo e de marcar golo (Guilheme, 2004).

É, também, importante referir que a divisão e a decomposição do jogo em momentos são importantes no que diz respeito à didática de ensino e da construção de categorias, de forma que facilitem a observação e a análise do jogo de futebol. Mantém-se a lógica do jogo no que diz respeito à emergência dos diferentes momentos mediante as circunstâncias do jogo. Percebendo que essa divisão se dá por razões didáticas, entendo os momentos do jogo interligados (Figura 28) uns aos outros. Isso influencia grandemente a forma como o jogo é visto e como o analiso. Se atacarmos bem, estamos mais perto de defender bem, sendo o contrário também verdadeiro. Por isso, em todos os momentos do jogo, observamos como a equipa está preparada para o momento subsequente.



Figura 28: Interligação entre os Momentos do Jogo

Ainda relacionado aos princípios e regras que definem e orientam os comportamentos e ações das equipas durante o jogo, podemos referir também as diferentes escalas (Guilheme, 2004) presentes em uma equipas de futebol. São estas: a escala coletiva, intersectorial, setorial, grupal e individual (Figura 29). Estas escalas, por sua vez, formadas por diferentes relações numéricas de jogadores da equipa, revelam comportamentos e ações orientados pelos princípios e regras de ação do modelo de jogo proposto pelo treinador. Dessa forma, os comportamentos apresentados nas diferentes escalas da equipa, do

plano individual ao coletivo, nos diferentes momentos do jogo, são também alvo de observação e de análise.

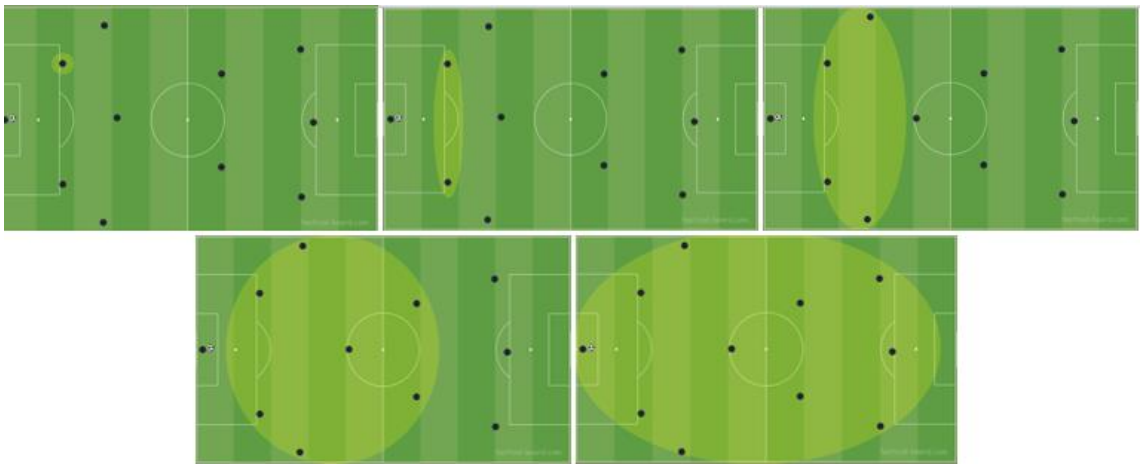

Figura 29: Escalas da equipa (da esquerda para a direita, de cima para baixo): Individual, Grupal, Setorial, Intersectorial e Coletiva

4.3.3 Pergunte ao Jogo!

Sabendo da importância que existe no processo de análise e de observação no seio de uma equipa de futebol, é importante que a pessoa responsável por essa função na equipa não seja um mero observador do jogo. Nesse sentido, importa que o jogo de futebol possa ser visto como um confronto entre duas equipas que se comportam e são constrangidas tendo em conta um conjunto de regras e acontecimentos (Teoldo, Guilherme, & Garganta, 2015). A partir disto, entendendo que por causa das características inerentes ao jogo a observação torna-se hipercomplexa (Garganta J. , 2008), a análise sistemática do jogo apenas é viável se os propósitos da observação estiverem claramente definidos (Garganta J. , 1997), sendo crucial a elaboração de um conjunto de referências para auxiliar na leitura, compreensão e interpretação do jogo de futebol.

Esse conjunto de referências que vão auxiliar no processo de observação e de análise do jogo de futebol qualificando os comportamentos apresentados em jogo (Garganta J. , 2008), são levados em consideração a partir do momento em que passamos de uma observação passiva, sem problema definido, com baixo controle externo e carente de sistematização, para uma observação ativa, isto é,

sistematizada, balizada por um problema e obedecendo a um controle externo, (Anguera e colaboradores citados por Teoldo, Guilherme e Garganta (2015). Por isso, se justifica a procura de lentes, simultaneamente, potentes e refinadas (Garganta J. , 2008) com o intuito de encontrar uma leitura e, mais que isso, uma interpretação dos fenómenos do jogo, de modo a conseguir "contar" a história do jogo, com toda a sua complexidade e pormenores, sendo este aspeto fundamental para a análise e posterior rendimento do desempenho da equipa. Deste modo, evitamos a "miopia conceptual" (Garganta J. , 2008), que surge pela falta de problematização e sistematização do processo de análise, ou seja, a observação passiva citada anteriormente.

Neste sentido, admitimos que o jogo pode "responder" a tudo o que lhe souberem perguntar. Esta convicção dá sentido à necessidade de se desenvolver argumentos fundantes de uma teoria dos jogos desportivos, a partir de estudos e reflexões a propósito dos comportamentos táticos específicos reconhecidos como negativos ou como positivos, isto é, os que "poluem" ou "oxigenam "o jogo, respetivamente (Garganta J. , 2008). Dessa forma, com o intuito de enxergarmos o jogo de futebol a partir de uma "visão ativa", é necessário que construamos a sistematização do nosso "olhar" para jogo. No contexto da observação e da análise no jogo de futebol, a lógica passa pela configuração de categorias e indicadores e depois pela procura das suas formas de expressão no jogo (Garganta J. , 1997). Para isso, o desenvolvimento de perguntas a serem feitas ao jogo, para que o jogo nos dê uma resposta, é de suma importância.

Essas perguntas, devem ser desenvolvidas baseadas em alguns pontos:

- no que a ciência e autores científicos dizem sobre o jogo de futebol, uma vez que o que já se encontra na literatura sobre o jogo de futebol, sobretudo o que já foi escrito por autores renomados deste meio, é algo que devemos levar sempre em consideração, pela fiabilidade desse conhecimento escrito;
- na opinião de colegas de profissão mais experientes que, por terem mais experiência e mais conhecimento proveniente da prática, podem auxiliar na leitura do que cada momento do jogo pede e no desenvolvimento das questões a serem feitas ao jogo;

- na nossa própria opinião pessoal e na vivência desportiva. O que faz sentido para o outro, pode não fazer tanto sentido assim para nós. Por isso, com base nas nossas experiências, gostos pessoais e aquilo que entendemos que faça sentido pra nós em um dado contexto, devemos desenvolver, com um sentido crítico, os nossos próprios questionamentos a serem feitos ao jogo.

Por fim, é evidente que o conhecimento sobre o jogo de futebol é crucial para a realização do processo de observação e de análise. Através do conhecimento sobre o jogo, passaremos de uma "observação passiva" do jogo, para uma "visão ativa", com um problema e indicadores definidos para "perguntar" ao jogo. Mais que a descrição por si só, buscamos o entendimento e interpretação das quantidades das qualidades (Garganta J. , 2008) dos fenómenos do jogo.

4.3.4 Operacionalização da observação e da análise

A partir deste tópico, irei abordar como foi planeado, organizado e executado o processo de observação e de análise durante o período competitivo no escalão sub-17 do Boavista Futebol Clube.

4.3.4.1 Recursos Materiais

Embora o material disponível para a realização da observação e de análise não seja um fator fundamental para a sua execução, com toda a certeza, auxilia na execução do trabalho. Digo isso por que a análise pode ser realizada somente com "papel e caneta". Os materiais e softwares realizados ajudam na realização e entrega do trabalho, mas o que realmente importa é a capacidade de leitura e de interpretação dos fenómenos do jogo por quem o analisa. Assim, o conhecimento adquirido por quem analisa o jogo e a procura por mais conhecimentos sobre o jogo de futebol, são fundamentais para esse processo. Dito isto, tive à disposição para a realização do trabalho durante o processo competitivo:

1. Uma Câmara de filmar SONY



Figura 30: Recurso Material: Câmara de filmar

2. Um tripé para filmagem



Figura 31: Recurso Material: Tripé

3. Programa de Análise e de Observação – LongoMatch



Figura 32: Recurso Material: LongoMatch

A câmara de filmar e o tripé foram fornecidos pelo clube. O programa de análise (LongoMatch) e todos os outros recursos utilizados não citados (editor de vídeo, editor de imagens e etc.) eram próprios.

4.3.4.2 Recursos Humanos

Como já foi referido anteriormente, a minha principal responsabilidade dentro da equipa técnica do escalão sub-17 do Boavista foi a análise e observação dos nossos jogos. Facto que não me impediu, em nenhum momento, de exercer atividades, em treinos e em jogos, de treinador, objetivo principal deste do presente estágio. Houve um segundo integrante da equipa técnica responsável pela observação e análise das equipas adversárias. Entretanto, me disponibilizei para realizar a análise das equipas adversárias, participando da elaboração das análises e confeção dos relatórios conjuntamente com o "Elemento 2". Assim, os responsáveis pela observação e análise foram (Figura 33):

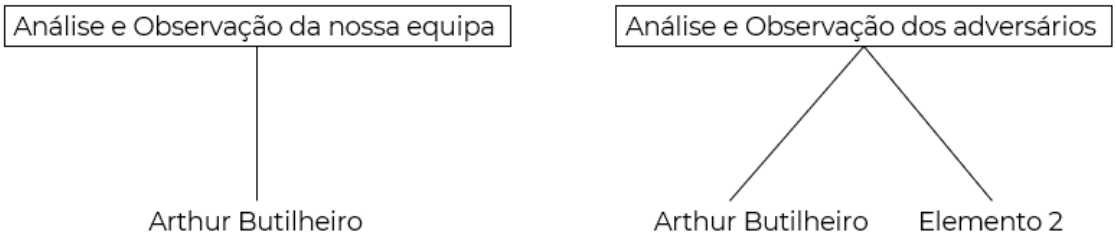

Figura 33: Responsáveis pela Análise e Observação do escalão sub-17 do Boavista

4.3.4.3 Fases do Processo de Observação e Análise

De acordo com Caixinha (2004) citado por Costa (2018), existem quatro fases do processo de observação e análise (Figura 34):

1. Preparação e Planeamento;
2. Observação e Recolha;
3. Tratamento e Análise;
4. Distribuição e Aplicação.

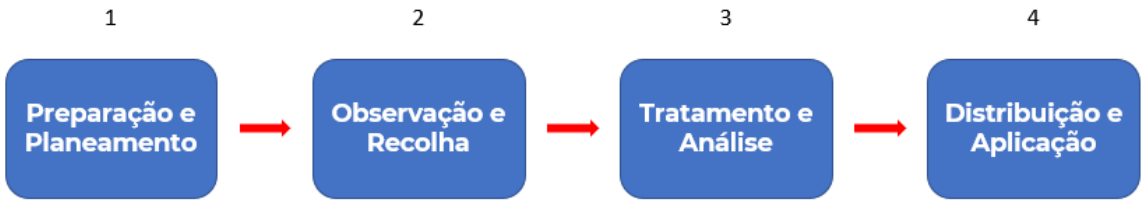

Figura 34: Adaptação das Fases do Processo de Observação e Análise por Caixinha (2004, citado por Costa, 2018)

Durante o meu percurso profissional, em todos os momentos, apliquei este modelo de processo de observação e de análise. Entretanto, não tinha conhecimento sobre este assunto na literatura. A partir da aprendizagem de mais um assunto no que concerne à observação e análise de jogo, posso, a partir de agora, fundamentar a minha prática profissional pela literatura.

O objetivo fundamental deste tópico no presente relatório é descrever como a minha função, como analista de jogo do escalão sub17 do Boavista Futebol Clube foi exercida além de como planeei e executei as atividades propostas pela equipa técnica, as quais serão apresentadas mais à frente deste relatório.

4.3.4.3.1 Preparação e Planeamento

As palavras “planear” e “preparar”, podem ser consideradas sinônimas. “Planear” se refere a “programar”, “elaborar a uma descrição pormenorizada”. Já “preparar” se refere a “organizar previamente”. De acordo com Castelo (1996), a planificação é definida como um método que analisa, define e sistematiza as diferentes operações inerentes à construção e desenvolvimento de uma equipa. Uma vez que o processo de observação e análise fazem parte do desenvolvimento da equipa, é fundamental que esse processo, assim como o treino, sejam planeados. Se, porventura, as nossas tarefas e atividades no contexto desportivo não forem planeadas, estaremos sujeitos a imprevistos e a situações desagradáveis. Quanto maior for a nossa capacidade de planeamento e de preparação, mais controlo teremos sobre o processo e as nossas atividades. A eficácia da organização de uma equipa de futebol passa

indubitavelmente por uma planificação clara, consciente e coerente de finalidades e de objetivos (Castelo, 1996).

O “processo”, do processo de observação e de análise, é entendido como um “método” ou “um modo de fazer alguma coisa”. Quando estabelecemos este modo de fazer alguma coisa, facilitamos as nossas operações do dia a dia, aumentando a previsibilidade das nossas ações e diminuindo o tempo gasto com questionamentos sobre a forma de se fazer algo. Também através do método criado, estabelecemos um modelo padrão de realização das nossas atividades. Esses modelos podem se estender para vários aspetos do processo de análise e de observação, tais como o padrão de *design* dos relatórios de observação e de análise, como a análise será feita, as referências que serão observadas para a análise do jogo propriamente ditas, entre outros. Por fim, a criação de “um modo de fazer alguma coisa” com altos níveis de qualidade em todos os pormenores, facilita a avaliação e correção de eventuais erros nos diferentes passos a se ter em conta no processo, além da formação de novos profissionais integrantes deste processo que terão contacto com uma forma já pronta para realizar o processo, facilitando a aprendizagem e entrega de resultados.

A partir da confirmação do início do nosso período competitivo, elaborei a calendarização das atividades que seriam realizadas durante esse período, assim como as atividades que seriam realizadas em dia de jogo. O nosso período competitivo teve a duração de oito semanas, sendo que no final de semana anterior ao início das competições realizamos um jogo treino que também fará parte da calendarização das principais atividades e tarefas relativas ao processo de análise e de observação. É importante referir que devido à ausência de público nos recintos desportivos, a análise das equipas adversárias se limitou somente à observação dos vídeos que gravamos durante os nossos jogos. Por isso, as análises das equipas adversárias foram realizadas somente na segunda volta do torneio que disputamos. A entrega do relatório de análise e de observação da nossa própria equipa, foi planeada para segunda ou terça-feira (Tabela 4), dependendo do volume de trabalho. Na segunda volta, a entrega do relatório de observação do adversário, foi planeada para os mesmos dias, sendo que a sua preparação se iniciava na semana anterior à data de entrega.

Tabela 4: Exemplo de calendário de tarefas

Boavista Futebol Clube Sub 17							
Calendário de Tarefas - Análise e Observação de Jogo							
Maio							
	Domingo	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado
Semana 1							
Semana 2							
Semana 3							
Semana 4							
Semana 5							
Semana 6							

Entrega dos relatórios de análise da nossa equipa e do próximo adversário

Nos dias de jogos, a planificação da operacionalização da observação e da análise esteve inserida, como é de se esperar, na logística de atuação dos membros da equipa técnica para os dias de jogos. Como treinador estagiário tive de estar presente na ficha de jogo e, consequentemente, no banco de reservas, não podendo ser eu quem realizava a filmagem dos jogos. À partida, isso seria uma dificuldade para a realização da filmagem. Entretanto, eu e o segundo elemento da equipa da análise e de observação dos jogos, responsável direto pela filmagem dos jogos quando eu não o pudesse fazer, já nos conhecíamos e ele já entendia a forma que eu acho que seja a melhor para a realização da filmagem dos jogos.

Assim, nos dias de jogos, tendo em conta que os jogos tinham início sempre às 11 horas da manhã, a nossa rotina era a seguinte:

- **9h30**: chegada ao local do jogo;
- **9h40** – 10h: ambientação e observação do local do jogo;
- **10h**: entrada nos balneários;

    - neste ponto (ou em um horário próximo a esse, devido à realização de outros jogos no recinto desportivo que iria ocorrer o nosso jogo), começava a preparação dos exercícios de aquecimento;
    - paralelamente, os responsáveis pela filmagem do jogo, dirigiam-se ao local disponível para a filmagem do jogo e preparação do material (tripé, câmara, cartão de memória, etc.) para a filmagem. Normalmente, nos jogos na casa do adversário, procurávamos algum elemento da outra equipa para saber as condições e local disponível para tal.
- **10h20**: início do aquecimento;
    - Com o material de filmagem já preparado e pronto para o jogo, este ficava sob responsabilidade do segundo elemento da equipa de análise e de observação. Assim, me dirigia para o campo para auxiliar nos exercícios de aquecimento da equipa.
- **10h45**: fim do aquecimento;
    - última ida ao balneário antes do início do jogo e indicação das jogadas de bolas paradas;
- **11h**: início do jogo.

Durante a semana (Figura 35), as atividades e tarefas referentes à análise tinham um foco maior na preparação dos relatórios a serem entregues para a equipa técnica. Foi planeado que os dias subsequentes ao jogo seriam dias separados para a realização do relatório de análise da nossa própria equipa. Sendo que, a execução do relatório poderia estender-se por mais um dia, dependendo do volume de trabalho. Além disso, na segunda-feira, tínhamos treino marcado. Na segunda-feira, caso tivéssemos jogo-treino, a filmagem do jogo treino também era feita. Neste caso, eu era o responsável pela preparação do material e pela filmagem do jogo treino. Na quinta-feira, tínhamos treino no Boavista LAB. Aproveitando a nossa ida ao Estádio do Bessa, durante o nosso período competitivo, planeamos apresentar a análise do jogo da nossa equipa e do adversário aos jogadores em um dos auditórios existentes. Para a apresentação dos relatórios aos jogadores, algumas alterações eram realizadas no relatório enviado para a equipa técnica. As alterações tinham o objetivo de

facilitar o entendimento por parte dos jogadores e focar nos aspetos que eram mais importantes no momento.

Para além disto, o início da preparação do relatório de análise do adversário, começava ao fim da semana, durante a quinta-feira ou sexta-feira e podia se estender até segunda ou terça-feira, sendo a sua data de entrega, normalmente, anterior à entrega do relatório da análise de jogo da nossa equipa.

	Boavista Futebol Clube Sub 17					
	Calendário de Tarefas - Análise e Observação de Jogo					
Planificação Semanal						
Domingo	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
Jogo	Início da realização relatório do nosso jogo e data de entrega.	Entrega do relatório de análise do jogo da nossa equipa		Apresentação dos relatórios para os jogadores		
	Entrega relatório do próximo adversário	Entrega relatório do próximo adversário		Início da preparação do relatório de análise do adversário		
	Filmagem do jogo-treino (caso preciso)					

Figura 35: Calendário de Tarefas

4.3.4.3.2 Observação e Recolha

Esta fase do processo de análise e de observação corresponde ao momento em que observamos o jogo de facto e, a partir dessa observação, retiramos ou recolhemos informações que nos serão úteis ao longo da semana de treino. Como já referido, parto do princípio de que o jogo de futebol pode ser "divido" em quatro momentos: organização ofensiva, transição defensiva, organização defensiva e transição ofensiva, além dos momentos de bola parada. Principalmente no que diz respeito às organizações (ofensiva e defensiva), ainda observo "partes menores", os "submomentos" (Tabela 5). Dentro de cada "submomento", uma série de "perguntas" são feitas ao jogo, de forma a identificar quais são as intenções da equipa que estou a analisar.

Tabela 5: "submomentos"

Organização Ofensiva	Transição Defensiva	Organização Defensiva	Transição Ofensiva
1ª Fase de Construção		Bloco Baixo	
2ª Fase de Construção		Bloco Médio	
Último Terço		Bloco Alto	

Referente ao momento de organização ofensiva, algumas perguntas que faço são:

- **1.ª Fase de Construção**:
    - como saem a jogar? Longo ou curto?
    - quantos jogadores são opção de passe para o guarda-redes?
    - têm preferência por algum lado?
    - procuram iniciar a construção pelo corredor central ou lateral?
    - se jogam longo, para onde jogam? Buscam Ganhar uma segunda bola ou fazer uma "casquinha" atacando as costas da defesa?

- quando são pressionados, assumem o risco da construção ou procuram alguma referência longe? Quem é essa referência? Têm essa referência?

- **2.ª Fase de Construção**:
  - quais jogadores mais atuantes nessa fase?
  - procuram a construção através da circulação ou um ataque direto?
  - procuram entrelinhas ou os corredores laterais?
- **Último Terço**:
  - como procuram entrar em último terço? Passe cavado? Apoio frontal? Cruzamento?
  - quem cruza? De onde? Linha de fundo ou dos três quartos?
  - qual a direção do cruzamento? Cruzamento atrasado? Primeiro ou segundo poste?
  - quem ataca zonas de finalização? Quantos são?
  - deixam jogadores na entrada da área?
  - quantos jogadores ficam em balanço defensivo?
  - onde deixam espaços?
  - fazem movimentos de atração para achar espaço nas costas da linha defensiva?

Referente ao momento de transição defensiva, algumas perguntas que faço são:

- **Transição Defensiva**
  - onde ocorre a perda da bola?
  - quantos jogadores estão em balanço defensivo? Quais são esses jogadores? Como estão posicionados?
  - fazem pressão pós-perda da posse de bola, ou tentam recuperar o espaço?
  - direcionam para alguma zona? Qual?
  - fazem perseguições fora do setor de atuação do jogador?

Referente ao momento de organização defensiva, algumas perguntas que faço são:

- **Bloco Baixo**:
    - como defendem a área?
    - os defesas são atraídos? Há compensações?
    - defendem a entrada da área? Com quantos jogadores? Quais?
- **Bloco Médio**:
    - quais os espaços vulneráveis? Quais dinâmicas fazem para defender esses espaços?
    - deixam espaços nas costas?
    - defesas são atraídos por desmarques de apoio?
    - como defendem os corredores laterais?
    - quantos jogadores não participam ativamente desse "submomento"? Quais?
- **Bloco Alto**:
    - condicionam o pontapé de baliza? Individualizam a marcação? Deixam a bola entrar e fazem o *pressing*?
    - fazem uma marcação passiva ou ativa?
    - direcionam para alguma zona? Qual?
    - realizam *pressing*? Qual o gatilho?
    - deixam algum espaço? Onde?

Referente ao momento de transição ofensiva, algumas perguntas que faço são:

- **Transição Ofensiva**:
    - buscam manter a posse de bola ou atacar a baliza adversária rapidamente?
    - buscam uma transição apoiada ou uma transição direta?
    - como saem da pressão? Buscam o lado oposto? Utilizam apoios frontais?
    - quantos jogadores ficam em balanço ofensivo? Quem são? Como estão posicionados?

Em relação às bolas paradas, também sofrem pequenas "divisões" (Tabela 6), além das bolas paradas ofensivas e defensivas.

Tabela 6: "submomentos" analisados nas bolas paradas

Bolas Paradas Ofensivas	Bolas Paradas Defensivas
Livre Direto	Livre Direto
Livre Indireto	Livre Indireto
Cantos	Cantos
Penáltis	Penáltis

Referente ao momento de bolas paradas ofensivas, algumas perguntas que faço são:

- **Livre direto**:
  - quem são os marcadores nos diferentes lados? Qual o seu pé preferido?
  - qual tipo de batida? Forte? Colocada?
  - qual a direção mais usada? Por cima da barreira? No lado do guarda-redes? Há variações?
- **Livres indiretos**:
  - quem são os marcadores? Há variação em função do lado do livre?
  - jogam curto ou cruzam a bola na área?
  - qual o tipo de batida? Aberta ou fechada?
  - qual a direção do livre?
  - quantos jogadores atacam a área? Quantos jogadores ficam na entrada da área? E em balanço defensivo?
  - qual movimentação os jogadores da área realizam?
- **Cantos**:
  - qual o tipo de batida? Aberta? Fechada? “Balão” ou bola rasante?
  - marcam canto curto? Quem são os jogadores próximos? Qual a intenção?
  - quem marca os cantos?
  - atacam a área com quantos jogadores? Quais as movimentações dos jogadores?

    - qual a direção do cruzamento?
    - quantos jogadores deixam em balanço defensivo? Preenchem a entrada da área?
- **Penáltis**:
    - quem são os marcadores? Qual o seu pé preferido?
    - para qual lado mais marca?
    - sofre alguma interferência contextual?

Referente ao momento de bolas paradas defensivas, algumas perguntas que faço são:

- **Livre direto**:
    - qual o tipo de marcação? Zonal? Individual?
    - quantos jogadores defendem a área? Quantos jogadores defendem a entrada da área? Quantos jogadores na barreira?
    - qual a altura de posicionamento de referência para a defesa?
    - quantos jogadores em balanço ofensivo?
    - o guarda-redes apresenta algum ponto fraco evidente?
- **Livre indireto**:
    - qual o tipo de marcação? Zonal? Individual?
    - defendem a área com quantos jogadores? Quantos jogadores ficam na entrada da área? Quantos jogadores na barreira?
    - qual a altura de posicionamento de referência para a defesa?
    - quantos jogadores em balanço ofensivo?
- **Cantos**:
    - qual o tipo de marcação? Zonal ou Individual?
    - defendem a área com quantos jogadores? Quantos jogadores ficam na entrada da área?
    - quem sai para defender um eventual canto curto?
    - quais jogadores ficam em balanço ofensivo?
- **Penáltis**:
    - o guarda-redes apresenta algum lado de preferência?
    - em qual lado defende mais penáltis? Em qual lado sofre mais golos?

- o seu padrão sofre algum tipo de alteração mediante um contexto específico?

Sendo o responsável pela observação e a análise, mesmo não sendo o responsável pela filmagem dos jogos, defini uma série de critérios para que a filmagem fosse realizada da melhor forma possível. Este ponto pode passar despercebido para muitos, contudo, é de extrema importância que a pessoa responsável pela filmagem dos jogos, saiba o que filmar e o que priorizar nas filmagens. Somente assim, os seguintes passos do processo de observação e de análise serão mais bem aproveitados no sentido de ser possível retirar mais informações dos jogos filmados. No caso do escalão sub-17 do Boavista, o responsável pela filmagem era o "Elemento 2" já citado anteriormente. Este "Elemento 2" já havia trabalhado comigo anteriormente. Sendo assim, já conhecia muito da minha forma de pensar e como gostaria que os jogos fossem gravados, o que facilitou bastante esse processo. Desta forma, alguns pontos chave que considerei para as filmagens foram:

- Filmar longe e o mais perto possível
    - acredito que este é o principal aspeto. Se pretendemos observar e analisar as diferentes escalas de uma equipa de futebol, as filmagens devem demonstrar isso. Por isso, recomendava que a filmagem fosse realizada em ângulos abertos, de forma que no vídeo, fosse possível observar todos os jogadores da equipa. Ao mesmo tempo, o *zoom* deveria ser utilizado de forma que a imagem ficasse o mais próximo possível do que se filmar. Assim, pretendia que no vídeo fosse mostrado, o nosso guarda-redes e todos os outros (21 jogadores, excetuando o guarda-redes adversário) jogadores. Quando não fosse possível, o vídeo deveria mostrar todos os jogadores de linha atuantes (20 jogadores) no jogo. Isso acontecia por conta da limitação de qualidade que a câmara tinha, associado ao local, muitas vezes distante do campo de jogo, o que tornava a visualização das imagens no pós-jogo.

- Atenção redobrada!
    - quando iniciei a realizar filmagens dos jogos, por vezes, é muito difícil “lembrar” de filmar os jogos. A nossa atenção, invariavelmente, recai sobre o campo de jogo, mesmo estando com a responsabilidade de filmá-lo. Como adepto do treino, acredito que essa capacidade do analista também se desenvolve, como aconteceu comigo ao longo do tempo. Por isso, uma das minhas recomendações é que a atenção do responsável pela filmagem, seja redobrada na câmara.
- O jogo é o principal.
    - para a gravação do jogo, recomendava que fosse gravado exclusivamente o jogo. Ou seja, quando as duas equipas e o árbitro estivessem prontos para o início do jogo, a filmagem deveria ter início. A entrada e saída dos jogadores em campo, não é necessário para este processo. Por isso, não precisa ser filmado. Isso poupa memória e bateria da câmara.
- Foco no principal!
    - A filmagem de um jogo de futebol, necessita de, pelo menos, três coisas: a câmara, o tripé e o local adequado para realizar a filmagem. Conhecer bem o equipamento disponibilizado pelo clube, associado ao “mapeamento” do ambiente onde o jogo vai ser realizado, é muito importante para que a filmagem seja bem feita. Por isso, após o “mapeamento” do local do jogo e a escolha de onde era o melhor lugar para a filmagem ser realizada, recomendava que o material fosse montado e preparado algum tempo antes do início da partida, de forma que a pessoa se familiarizasse com os equipamentos e de forma a diminuir a possibilidade de eventuais problemas. Isso se torna ainda mais verdade na medida em que vamos realizar essa tarefa nas primeiras oportunidades.

É importante salientar que para uma análise ser fiável, precisa ser baseada em uma amostra suficientemente grande de jogos observados. Não falo sobre um número mínimo de jogos. Algumas perguntas feitas ao jogo, só terão respostas,

à medida que recolhermos informações de uma quantidade maior de jogos. Um outro ponto importante se refere às condições disponíveis para a análise. Por vezes, não teremos as melhores condições disponíveis, sejam essas condições o melhor local para filmagem, a melhor câmara, os melhores *softwares* de análise, ou até o tempo disponível para a realização do trabalho. Independentemente disso, é importante que consigamos retirar o máximo de informações do que nos predispusemos a observar e a analisar. E, para isso, o conhecimento sobre o jogo, a capacidade de observação, análise e a interpretação dos fenômenos do jogo, eram, é e vão continuar a ser o aspeto mais importante desse processo.

4.3.4.3.3 Tratamento e Análise

Esta fase do processo de observação e de análise, trabalhamos em cima das informações recolhidas no passo anterior, de forma a conseguir compreender o que fizemos bem no jogo anterior e de que forma fizemos, além das dificuldades que apresentamos em jogo. Da mesma forma, as informações recolhidas do adversário também eram levadas em consideração e o objetivo principal era identificar as ideias fundamentais que apresentavam em jogo, assim como as principais dinâmicas em processo ofensivo e no processo defensivo.

De forma a passar as informações recolhidas e tratadas para a equipa técnica, foram elaborados relatórios onde as informações consideradas relevantes a serem transmitidas estavam organizadas. Alguns pontos importantes foram levados em consideração para o desenvolvimento dos relatórios, sendo eles:

- contextualização das informações contidas no relatório e informações relevantes para quem se destina o relatório;
- escrita simples, de forma a passar a informação com clareza, sem perder a riqueza das informações recolhidas;
- informações entregues de forma simples e direta;
- elaboração de um relatório padrão que se relacione com o clube e a sua identidade e história;

- elevado cuidado com a qualidade da apresentação e de escrita, sem erros ortográficos ou gramaticais, de forma a ser um documento de agradável leitura e de alta apreciação estética.

Nesse sentido, elaboramos dois relatórios principais em conformidade com o que foi pedido pela equipa técnica. São estes:

1) relatório de observação e de análise qualitativa coletiva da equipa;
2) relatório de observação e de análise qualitativa do adversário.

Para a elaboração dos relatórios de observação e de análise alguns passos eram seguidos:

- **domingo**: Algumas horas após o jogo, o link para o download do jogo era enviado para o grupo da equipa técnica em um aplicativo de mensagens instantâneas;
- **segunda-feira**: pela manhã, o download do jogo era realizado e o relatório da equipa adversária era entregue. Ao longo do dia, era feita a visualização do jogo e a alocação, com o auxílio do “Longomatch”, em categorias (Organizações, transições e bolas paradas), dos padrões e pontos positivos e negativos. Ao término da visualização do jogo e com os lances categorizados, todos os lances eram vistos novamente com a intenção de perceber movimentações, dinâmicas e variantes dessas dinâmicas. Ao fim, tentava compreender a razão algumas coisas aconteciam e porque outras não. Por qual razão tivemos sucesso ou insucesso em determinadas situações do jogo. As situações que achava fundamentais para o nosso sucesso ou insucesso eram escolhidas para fazerem parte do relatório. Isso acontecia sempre. Em alguns jogos específicos, o treinador principal pedia alguma situação específica de algum momento do jogo e era escolhido para entrar no relatório. Após a identificação do que foi citado acima, alguns “lances exemplo” eram escolhidos e separados para serem colocados no relatório. Os vídeos de cada momento do jogo eram colocados no relatório e um texto com o objetivo de contextualizar as informações contidas no relatório era escrito. Ao fim do dia, tínhamos treino. Se o relatório fosse terminado, o mesmo era revisado e entregue à equipa técnica. Além disso, o tempo de jogo de

cada jogador envolvido na partida anterior era contabilizado e inserido na tabela criada para esse fim;

- **terça-feira:** Em alguns dias, a terça-feira foi usada para terminar as tarefas de segunda-feira. Como na segunda-feira havia possibilidade de fazermos jogo-treino utilizando os jogadores que não atuaram no jogo do fim de semana, neste dia o tempo de jogo do jogo-treino de cada jogador era contabilizado e inserido na tabela de controle de tempo de jogo. Ao fim, o relatório de controle do tempo de jogo era enviado para a equipa técnica;
- **quarta-feira:** normalmente, não havia tarefas para este dia no que diz respeito aos relatórios. Ao fim do dia tínhamos treino.
- **quinta-feira:** dia em que iniciávamos a elaboração do relatório do adversário. O jogo contra o próximo adversário (a partir da 2ª. volta do campeonato), era revisto e o mesmo processo realizado para a análise dos jogos da nossa equipa era feito. Entretanto, ao finalizar as escolhas dos vídeos, eram tirados *prints* do vídeo e essa imagem era colocada no editor do PowerPoint "FootESDRM v1.0". Ali, os desenhos eram colocados na imagem e o respetivo texto, explicando qual a principal ideia observada em cada "submomento" da equipa adversária. Após isso a imagem era exportada e colocada no relatório preparado. Por fim, eram colocadas informações que contextualizariam o leitor acerca do conteúdo do relatório, assim como a equipa utilizada e as respetivas substituições feitas durante aquela partida. A preparação deste relatório, poderia se estender até ao sábado, sendo que seria entregue somente na segunda-feira seguinte;
- **sexta-feira:** normalmente, a continuação da realização do relatório da equipa adversária era feita neste dia;
- **sábado:** término do relatório da equipa adversária.

4.3.4.3.3.1 Relatório de observação e de análise qualitativa da equipa

O relatório de observação e análise qualitativa da equipa (Figura 36) era dividido em quatro partes fundamentais baseados nos quatro momentos do jogo. Quando a equipa técnica entendia como necessário, as bolas paradas eram inseridas no relatório. Neste relatório, tentava contar a "história" do jogo, evidenciando, em cada momento do jogo, o que apresentamos em termos positivos e negativos na partida observada.



Figura 36: Exemplo de relatório de observação e análise da equipa

A primeira parte do relatório era constituída pela apresentação inicial do que iria ser apresentado ao longo do relatório, como as equipas que fizeram parte do jogo, o horário, data e local que o jogo foi realizado, assim como o responsável pela elaboração do relatório. A segunda parte, "Enquadramento Geral", contextualizava o leitor sobre as condições em que o jogo foi realizado, equipa que enfrentamos, o campeonato e a jornada do campeonato. Além disso, nessa parte, apresentava um resumo do que foi o jogo e os aspetos que seriam apresentados mais à frente. Por fim, uma imagem com o nosso onze inicial e outra com as substituições feitas durante a partida, eram apresentadas. Na terceira parte, eram exibidos vídeos com as observações feitas de pontos positivos e negativos nos quatro momentos do jogo. Na última parte, eram

expostas informações sobre o nosso próximo jogo como adversário, local, hora da partida.

Devido ao longo tempo sem treinos e jogos, quando iniciamos a nossa preparação para o período competitivo, as atuações da equipa nos primeiros jogos foi muito aquém do que podíamos apresentar. Ao longo dos jogos e dos treinos, associados às reuniões que apresentávamos os nossos jogos aos jogadores, mais especificamente os pontos positivos e os pontos negativos, fui notando uma melhora nos aspetos que íamos conversando nessas reuniões. Associo isto ao regresso do contacto com o jogo e às competições e ao feedback recebido pela equipa técnica e em vídeo nessas reuniões. Nunca tive essa experiência de forma recorrente e passei a enxergar a apresentação dos jogos aos jogadores com muito bons olhos e, certamente, lavarei isso para o meu futuro profissional. É importante referir que, em concordância com o restante da equipa técnica, a análise apresentada para os jogadores, era passada aos mesmos de forma opcional. Sendo assim, de acordo com a vontade e disposição de cada um dos jogadores, eles poderiam pedir o relatório para estudarem mais à fundo o relatório apresentado.

4.3.4.3.3.2 Relatório de observação e de análise qualitativa do adversário

Como já foi referido, devido às circunstâncias vivenciadas durante a época desportiva, a análise do adversário limitou-se à observação dos jogos que tínhamos gravado na primeira volta do campeonato. Assim, o vídeo que utilizávamos para realizar a análise do nosso jogo, era o mesmo vídeo utilizado para analisar a equipa adversária. Semelhantemente ao relatório da nossa equipa, os aspetos mais importantes da análise da equipa adversária, também eram apresentados aos jogadores. Da mesma forma ao que acontecia com o relatório de observação e de análise da nossa equipa, este relatório de observação e de análise da equipa adversária (Figura 37) também era facultado aos jogadores mediante o pedido dos mesmos, sendo passado nas mesmas condições que o relatório do jogo anterior da nossa equipa.

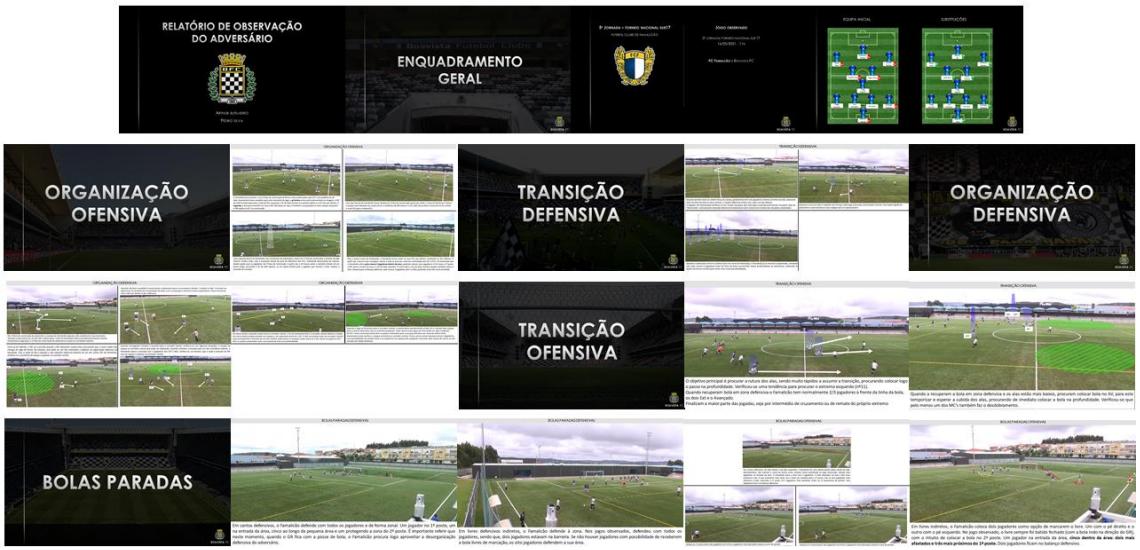

Figura 37: Exemplo de relatório de observação e análise do adversário

A primeira parte deste relatório referia-se à apresentação do que seria abordado no relatório. Informações sobre o assunto e os autores do relatório eram exibidas. Na segunda parte, era feita uma contextualização. Informações como a equipa analisada, a jornada, o campeonato, data e hora referente à partida eram incluídas nessa parte. Além disso, era colocado o onze inicial da equipa na partida observada e as substituições realizadas, juntamente com o minuto de cada substituição efetuada. Na terceira e última parte, eram apresentadas as principais ideias da equipa adversária em cada um dos momentos do jogo. Cada *frame* continha uma caixa de texto explicando o que a imagem e os desenhos queriam evidenciar, facilitando o entendimento de quem lia o relatório. Em complemento ao relatório, eram disponibilizados vídeos que mostravam as principais ideias de jogo do adversário observadas a serem executadas.

4.3.4.3.3.3 Outros relatórios

Além dos principais relatórios já citados anteriormente, os quais considerava como sendo os que mais impacto causavam no trabalho realizado no dia a dia e que demandavam mais tempo para serem elaborados, outros dois tipos de relatórios foram pedidos ao longo da época desportiva: relatório de observação e de análise individual e o relatório de controle de tempo de jogo. Estes dois

relatórios, obviamente com a sua importância no dia a dia da equipa, demandavam menos tempo para serem realizados ou não foram pedidos com uma frequência elevada. Por isso, foram colocados à parte dos outros dois relatórios principais.

O relatório titulado “Controle de tempo de jogo” (Tabela 7), tinha por objetivo monitorar o tempo de jogo de cada jogador por cada partida e a cada mês. O relatório de controle de tempo de jogo aliado a outros dados recolhidos pela equipa técnica, como o teste de Perceção Subjetiva de Esforço (PSE), recolhido ao final de cada jogo e de cada treino, e o teste de *Counter Movement Jumps (CMJ)*, recolhido antes dos treinos, permitia que no final de época, tivéssemos o tempo de jogo de cada jogador e no dia a dia de trabalho, conseguiríamos mensurar a carga de treino de cada jogador mais precisamente. O PSE é um teste subjetivo do esforço realizado durante uma prática desportiva. No final da atividade, o jogador atribui uma nota ao avaliador condizente com a quantidade de esforço que acha que desenvolveu para realizar a tarefa. Já o teste com o CMJ, era medido com uma plataforma de saltos e, a partir da altura dos saltos dos jogadores, tínhamos maiores informações sobre as condições físicas dos jogadores naquele dia em específico e relacionado com os dias de treino anteriores, podendo inferir de forma mais assertiva a carga de treino de cada jogador.

Tabela 7: Exemplo de relatório de "Controle de tempo de jogo"

	Boavista Futebol Clube Sub 17								
	Controle de tempo de jogo								
	Maio								
Jogadores	Minutos								
	BFC-LSC 01-05	BFC16 03-05	BFC-PFC 09-05	BFC16 10-05	FFC-BFC 16-05	BFC-FCP 23-05	BFC16 24-05	PFC-BFC 29-05	Total Maio
Jogador 1	34	20	0	20	0	0	20	0	94
Jogador 2	29	20	0	20	0	0	20	94	183
Jogador 3	30	20	95	13	94	94	17	0	363
Jogador 4	39	28	7	37	0	61	26	0	198
Jogador 5	0	27	0	42	0	33	26	0	128
Jogador 6	0	20	0	27	0	0	26	0	73
Jogador 7	56	0	95	0	94	94	0	7	346
Jogador 8	54	24	88	0	74	0	26	94	360
Jogador 9	0	27	0	26	0	25	26	0	104
Jogador 10	0	27	0	26	0	33	26	0	112
Jogador 11	0	0	0	27	0	0	21	0	48
Jogador 12	0	0	0	27	0	0	26	0	53
Jogador 13	56	28	61	0	41	0	26	45	257
Jogador 14	75	28	45	11	41	0	26	94	320
Jogador 15	93	11	95	0	94	69	0	94	456
Jogador 16	0	27	0	53	0	33	27	0	140
Jogador 17	52	28	34	26	19	49	36	49	293
Jogador 18	41	28	50	25	53	61	0	82	340
Jogador 19	37	27	7	28	0	0	36	12	147
Jogador 20	0	9	0	27	0	0	30	0	66
Jogador 21	56	28	61	0	75	45	0	24	289
Jogador 22	42	46	95	0	94	94	0	29	400
Jogador 23	0	0	0	0	0	0	21	0	21
Jogador 24	69	0	95	0	75	94	21	70	424
Jogador 25	51	28	23	26	53	0	26	65	272
Jogador 26	46	28	0	34	19	61	0	12	200
Jogador 27	64	27	34	26	15	0	36	24	226
Jogador 28	0	27	0	27	0	0	26	0	80
Jogador 29	0	27	0	27	0	25	26	0	105
Jogador 30	47	0	72	0	94	94	0	82	389
Jogador 31	52	0	88	0	94	65	0	70	369

O outro tipo de relatório solicitado pela equipa técnica foi o de observação e de análise individual dos jogadores. Uma vez que na presente época desportiva o público não estava permitido nos recintos desportivos, a observação de jogadores de outras equipas ficou limitado à vídeos de épocas anteriores, além de não ser tão fácil conseguir vídeos de outras equipas nesses escalões. Caso o clube tivesse jogado contra o clube do jogador a ser observado em épocas anteriores, a obtenção desses vídeos era facilitada.

Baseio a análise e observação individual dos jogadores em indicadores de desempenho individuais, que podem ser considerados como comportamentos que o jogador apresenta em jogo que permita o reconhecimento das competências do jogador de futebol nas diferentes posições e nos diferentes momentos do jogo de futebol. Assim sendo, tenho um conjunto de comportamentos que considero como bases para um jogador apresentar nos diferentes estatutos posicionais, construídos através de estudos já realizados por outros colegas e pela minha experiência associada à minha forma de entender, analisar e observar o jogo de futebol.

4.3.4.3.4 Distribuição e Aplicação

Este é a última fase do processo de observação e de análise. O primeiro aspeto relativo a esta fase, diz respeito a distribuição das informações recolhidas nas fases anteriores e organizadas em relatórios. Na fase de “Distribuição e Aplicação”, passamos para a entrega destes relatórios para a equipa técnica e para os jogadores.

Como já referido anteriormente, os relatórios eram entregues (Figura 38) à equipa técnica na segunda ou terça-feira, dependendo do volume de trabalho. Em um cenário ideal, o relatório era entregue no primeiro dia após jogo, segunda-feira, de modo a existir um tempo relativamente grande até ao próximo jogo. Isso dava condições para que o treinador e os restantes elementos da equipa técnica estudassem o relatório, observassem os pontos positivos e negativos da equipa e o relatório da equipa adversária, de forma a preparar a semana de treinos de acordo com o nosso jogo e o jogo analisado da equipa adversária. Os relatórios foram distribuídos para a equipa técnica em um grupo de uma aplicação de mensagens instantâneas logo que fosse terminado e revisto. Por um pedido do treinador principal, o relatório era enviado exclusivamente a ele via e-mail. Para os jogadores, o relatório era apresentado, normalmente, às quintas-feiras. Após a apresentação, era facultado para quem o requisitasse junto à equipa técnica e era enviado pela mesma aplicação de mensagens instantâneas.

	Boavista Futebol Clube Sub 17						
	Calendário de Entrega - Análise e Observação de Jogo						
	Maio						
	Domingo	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado
Semana 1							
Semana 2							
Semana 3							
Semana 4							
Semana 5							
Semana 6							

	Dia prioritário de entrega
	Dia secundário de entrega
	Entrega para os jogadores

Figura 38: Calendário de entrega de relatórios

O que pretendemos para o treino, deve ter como fundamento a informação observada e analisada na competição. O tratamento da informação retirada dos jogos é um aspeto fundamental para o processo de competição, no sentido de conseguirmos avaliar o que fizemos em jogo para, na semana de treinos, conseguirmos corrigir e potenciar os desempenhos coletivo (equipa) e individuais (jogadores). Portanto, após a entrega dos relatórios e a partir das informações retiradas da competição o treinador decidia o que iria priorizar em cada unidade de treino, definindo os respetivos objetivos e os exercícios para os atingir.

Como exemplo de aplicação das informações que eram retiradas do jogo, cito o momento do início do período competitivo no qual foi identificado, entre outros aspetos, que a nossa equipa estava a apresentar alguma dificuldade na manutenção da posse de bola através de passes curtos e na criação de oportunidades através de um jogo apoiado. Além de que no momento de

transições ofensivas, apresentarmos dificuldade em variar o centro de jogo, saindo da pressão adversária, procurando manter a posse de bola, buscando soluções nas costas da linha defensiva adversária. Essa solução, muitas vezes, se mostrava ineficaz.

Após a apresentação dos relatórios de observação e de análise, foram planeados exercícios que, aliados ao retorno às competições e aos jogos, foram dando respostas positivas nos jogos subsequentes quanto a esses aspetos identificados. Logo na jornada seguinte, após a semana de treino, já observamos alguma melhora no sentido de manutenção da posse de bola em fases de construção e um melhor aproveitamento da posse de bola ao recuperá-la. Abaixo (Figuras 39 e 40), apresento alguns exercícios que utilizamos durante essa semana em específico.



Figura 39: Exemplo de aplicação das informações recolhidas

Este exercício (Figura 38), já apresentado anteriormente, além de ajudar no momento de manutenção de bola (que ajudou na possibilidade da transferência para as fases de criação do jogo), ajudou a equipa que recuperava a bola a

conseguir manter a posse de bola em segurança nos momentos de transição ofensiva, uma vez que o objetivo, ao recuperar a bola, seria passá-la para o lado contrário.

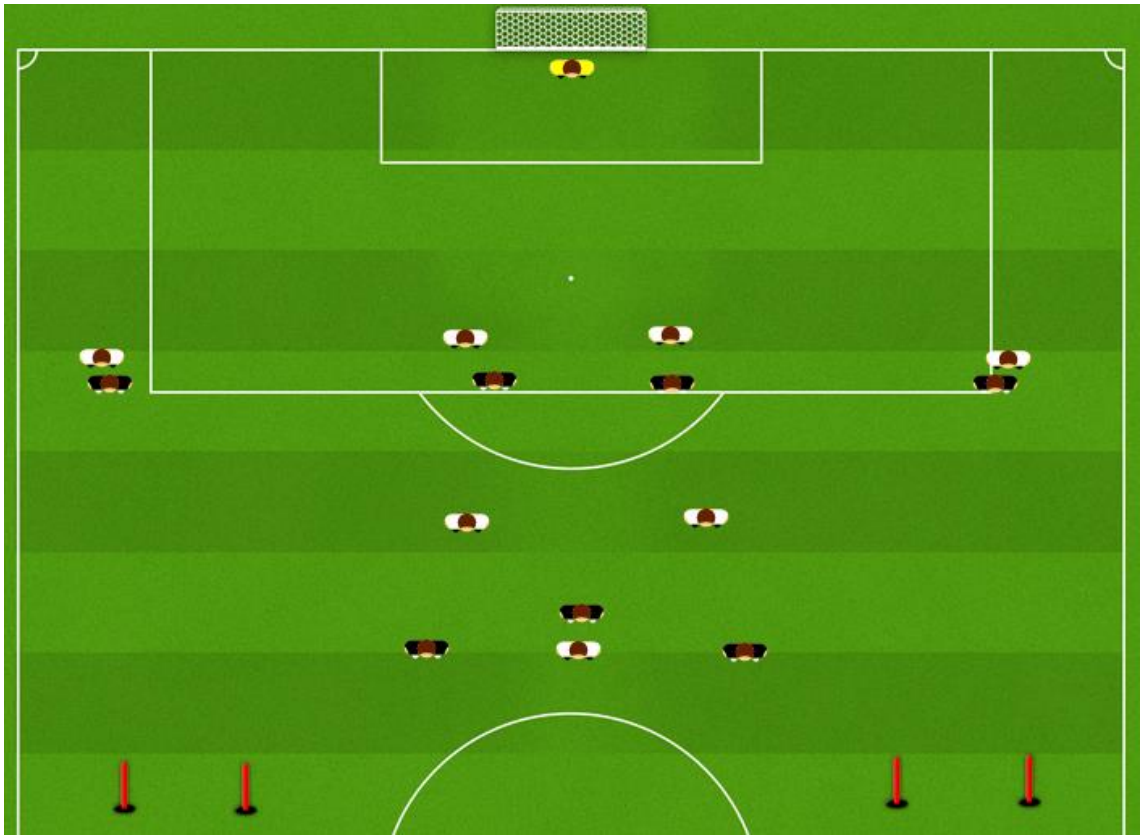

Figura 40: Exemplo de aplicação das informações recolhidas (2)

Este segundo exercício (Figura 39), também já apresentado anteriormente, nos ajudava a trabalhar situações de segunda fase de construção e entrada no último terço do campo, justamente onde apresentamos alguma dificuldade no jogo anterior a essa semana de treinos. Com os objetivos propostos para este exercício, conseguimos manter a posse de bola em zonas mais avançadas no terreno de jogo e criar situações de finalização através da construção (seja pelo corredor central com o avançado utilizado como apoio frontal, ou pelos corredores laterais através de cruzamentos e passes atrasados). Adicionalmente, a equipa que estava a defender, tinha o objetivo de conseguir passar pelas zonas demarcadas assim que recuperasse a bola. Isso pode ter ajudado a equipa, no momento de transição ofensiva a não se "livrar da bola", ou de jogar para a frente sem um critério bem definido, mas tentar encontrar

melhores oportunidades de progressão mesmo quando pressionada e a tentar manter a bola em segurança.

4.4 Verificação do Desenvolvimento da Prática

Este ponto é referente às reflexões que fui tendo ao longo deste ano de estágio e diz respeito a reflexões concernentes ao contexto que estive inserido na época desportiva deste relatório e a minha atuação e participação neste contexto.

4.4.1 O Diretor Desportivo

O clube de futebol é fortemente vinculado à região onde o clube foi fundado, às pessoas que fizeram parte da sua história e à evolução da sociedade na qual o clube está inserido. Alguns clubes, já centenários, possuem na sua estrutura administrativa e diretiva elementos que fizeram parte da história do clube, muitas vezes como jogadores e elementos relevantes em importantes conquistas do clube, são respeitados e conhecidos por todos dentro do clube. Facto que ocorre similarmente com os treinadores de futebol, onde um ex-jogador torna-se treinador para manter o vínculo desportivo com o clube ou com o desporto em questão.

O respeito e admiração frente a uma figura importante do clube, devido às suas conquistas alcançadas conjuntamente com o clube, é um facto que deve ser sempre lembrado. Entretanto, na maioria das vezes, estas pessoas não possuem o conhecimento necessário para assumir funções importantes dentro desses clubes.

Em um estudo (Matos, 2001) que tinha o objetivo de conhecer os objetivos de dirigentes para iniciarem e se manterem no dirigismo desportivo e os seus gostos enquanto dirigentes, foi constatado que o convite de outras pessoas, a manutenção do vínculo com o desporto, o desafio, o gosto pelo desporto e a sensação em encontrar substitutos para as suas funções, são as principais razões para iniciarem e permanecerem como dirigentes.

Um segundo ponto importante desse estudo, se refere às fontes de formação dos dirigentes desportivos. As principais fontes de formação dos dirigentes entrevistados foram “falar com colegas” ou “com antigos dirigentes”, a prática anterior como dirigente e a confiança na própria capacidade, sendo que no estudo encontramos falas relacionadas a este ponto como “já nasci dirigente” e “de vez em quando vou ver treinos e tiro notas”.

Um último ponto a se destacar neste estudo é que 77% dos dirigentes entrevistados afirmaram não conhecer qualquer curso de formação para a capacitação de dirigentes.

Posto isto, é fundamental que as pessoas que estão ligadas à estrutura administrativa do clube, tenham acesso a formação específica adequada para a função, sendo o conhecimento técnico da atividade desportiva o filtro de entrada na estrutura do clube. É importante dizer que o que se pretende, não é o acúmulo de formações para o cargo de dirigente desportivo, mas o desejável é que a formação ajude ao dirigente a compreender a as necessidades do clube enquanto fruto do meio no qual está inserido, assim como promover uma atitude reflexiva sobre as práticas administrativas e diretivas de um clube de futebol, se aproximando o máximo possível da profissionalização.

Não cabe somente ao dirigente desportivo a operacionalização de um clube de futebol. É fundamental que o dirigente tenha a capacidade de escolher e delegar funções às pessoas, igualmente capacitadas com formações voltadas à sua área de atuação dentro do clube, para que sejam encontradas soluções para os diversos problemas e situações que ocorrem na operacionalização do clube.

No contexto da formação não é diferente. É fundamental que o dirigente responsável pela formação do clube seja capacitado para as suas funções. A profissionalização ou a formação adequada destes dirigentes conduzirá a um entendimento maior do contexto desportivo e, desta forma, promoverá um melhor planeamento a curto, médio e longo prazo, além de decisões mais acertadas dentro desse planeamento.

Da mesma forma, a escolha de profissionais para o trabalho na formação deve ser também uma das principais preocupações do dirigente. A escolha de profissionais capacitados para desempenhar as suas funções, o apoio

necessário para estes profissionais, aliados a um trabalho fundamentado em bases sólidas, como o conhecimento proveniente da investigação associado à experiência prática, conduzirão o clube a um desenvolvimento sustentável através do retorno financeiro por meio da venda de jogadores provenientes da formação, tal como com o retorno desportivo quando estes jovens jogadores passarem a integrar a equipa principal com a possibilidade de vitórias e títulos. No caso do Boavista, o clube tem a premissa de formar jogadores “à Boavista” para integrarem o principal escalão do clube.

Portanto, o cargo de dirigentes do clube, coordenadores e treinadores, deve ser ocupado por pessoas com competências para estes cargos. Em concreto, no caso da formação, os dirigentes devem ser capazes para escolher treinadores capacitados para a formação do clube desde as idades mais baixas, sendo como objetivo formar melhores jogadores para o clube. De igual modo, deve promover a formação contínua destes treinadores, a promoção de espaços para a reflexão, o estabelecimento de uma linha metodológica para a formação do clube, bem como a supervisão do cumprimento desta linha metodológica. Assim, o clube terá um “Norte” bem definido, sendo todos os intervenientes do processo de operacionalização do clube, sabedores de qual caminho seguir, e responsáveis pela concretização deste caminho.

4.4.2 A formação do Treinador de Futebol

O treinador ocupa hoje uma posição de destaque no âmbito do desporto, especialmente no futebol. É a pessoa responsável por fazer aprender e desenvolver as competências e as capacidades (Rosado & Mesquita, 2007) do principal interveniente do jogo de futebol: o jogador. Além disso, segundo os mesmos autores, é exigido do treinador um conhecimento sobre os processos de aprendizagem, treino e do desenvolvimento dos desportistas. Dado o número de horas que os jogadores de futebol passam sob a influência e intervenção dos treinadores de futebol, torna-se notória a importância que o treinador de futebol tem sob o jogador. Isso acentua-se ainda mais quando estamos tratando de

jovens jogadores, que ainda estão no processo de autoconhecimento e afirmação do seu *self.*

O treinador de futebol, assim como o dirigente, geralmente, é alguém que foi ligado e apaixonado pelo futebol desde a sua infância. Durante grande parte dos seus anos de vida, podendo ter sido jogador de futebol ou não, acumulou experiências de vida e no jogo que o levaram a ser quem é hoje, com as suas convicções, crenças e ideias. Certamente, essas crenças e convicções serão levadas para a sua prática profissional enquanto treinador. Tendo sido jogador, esse treinador, possivelmente, levará para a sua prática formas de atuação, comportamentos e atitudes que experienciou e que ele viu os seus treinadores terem quando ainda era jogador. A sociedade mudou, assim como o treino de futebol. Em virtude desse facto, pode ser que a prática profissional de um treinador de antigamente, não esteja mais de acordo com o que é solicitado nas novas formas de olhar para o treino e para os jogadores atualmente.

Entendendo a influência que o treinador tem sob os jogadores, é fundamental a reflexão sobre novas formas de ser treinador. Enquanto treinadores, devemos ter uma atitude reflexiva contínua e buscar nos formar diariamente visando nos tornar profissionais aptos a dar respostas aos desafios que o desporto e a sociedade atual nos colocam. Sendo o jogo de futebol um desporto que requer um conjunto de habilidades abertas, alta necessidade de adaptação, tomadas de decisão constantes (Scaglia, 2017), além de um jogo apelativo à criatividade e à constante resolução de problemas, não é compatível com quem é responsável pela formação e desenvolvimento dos jogadores, ter uma atitude, enquanto treinador de futebol, contrária a estes pontos referidos. Ainda, um treinador que tem consciência da natureza do jogo de futebol e da sua exigência tática, estará mais perto de criar exercícios de treino que se adequem e que vão de encontro à estas exigências do jogo de futebol. Sempre tendo um comportamento pedagógico, assertivo, colocando assim os jogadores em condições de se desenvolverem de acordo com a natureza do jogo.

Tendo isso em conta, a formação académica tem de ser levada em consideração pelas pessoas que desejam se tornarem treinadores de futebol. Segundo Rosado e Mesquita (2007), esta se refere a processos e resultados de estudos mais orientados para o desenvolvimento em uma ou mais áreas, que permitam

que o individuo desenvolva atitudes críticas fundamentadas, abertura a novas ideias e a capacidade de encarar os limites do seu próprio conhecimento.

Não sendo o objetivo desta reflexão criar um embate entre treinadores acadêmicos e treinadores “da prática”, compete às Universidades o papel maior, de fornecer conhecimento pedagógico e científico sustentado (Mesquita, 2017). Em um estudo realizado por (Mesquita, Farias, Oliveira, & Pereira, 2009) que teve o objetivo de analisar a intervenção pedagógica sobre o conteúdo de treinadores de futebol, nos escalões de escolinhas e infantis, em função da formação académica em Educação Física e Desporto, foi observado no que diz respeito à análise comparativa, em função da formação acadêmica, os treinadores licenciados em Educação Física e Desporto transmitiram significativamente mais instrução específica e recorreram mais ao questionamento, tanto geral como especifico, do que os treinadores não licenciados. Este fato foi considerado revelador, para os autores, de uma maior qualificação por parte dos treinadores licenciados, porquanto não só emitiram mais informação substantiva como conferiram maior espaço de problematização ao praticante.

Neste sentido, a formação de treinadores deve incitar os treinadores à reflexão, como já citado, a ter senso crítico, a problematizar a sua prática, dando sentido teórico à sua ação (Mesquita, 2017). Além disso, é importante que o treinador consiga transmitir conteúdos relevantes e que promova um ambiente que favoreça o pensamento crítico e a problematização da prática pelos seus jogadores. De igual modo, é fundamental que o treinador seja ensinado sobre conhecer-se a si próprio, saber em quê estão assentes os seus conhecimentos e quais são eles, para poderem refletir e conhecer melhor as suas competências de modo a direcionar a sua formação de um modo mais assertivo e consistente. Um maior conhecimento de si mesmo, pode conduzir à um superior desenvolvimento das equipes e jogadores do treinador. A partir da formação de qualidade para treinadores, estes estarão mais próximos de terem atitudes e comportamentos no ambiente de treino que promovam a reflexão sobre os problemas que o jogo impõe sobre o jogador, a qualidade da tomada de decisão. Assim, os treinadores estarão aptos a favorecer o desenvolvimento dos jogadores nas suas competências cognitivas, comportamentais, táticas e em

outros aspetos relevantes na formação multidimensional de um jogador de futebol.

Nós, treinadores, que já passamos por uma parte da nossa formação, devemos ter atenção aos momentos das nossas carreiras profissionais que não estamos neste tipo de contexto. Se, por acaso, estivermos em um contexto onde a reflexão sobre a prática e sobre a nossa atuação em treino e competição e onde a atuação pedagógica não contemplar os aspetos citados anteriormente, devemos nos ater aos conhecimentos já adquiridos e não deixar de refletir, primeiramente sobre a nossa prática e conduta durante o processo de treino. Em segundo plano, é importante que continuemos a refletir sobre a atuação dos outros intervenientes no contexto no qual estamos inseridos. Precisamos distinguir entre o que consideramos uma conduta à altura da complexidade do processo de treino e do jogo de futebol e uma conduta não condizente com estes fenómenos.

4.4.3 Relação Treinador-Jogador

Como já referi anteriormente, dou muita relevância à relação entre mim, o treinador e os jogadores da minha equipa. O futebol é feito por pessoas. Sejam os jogadores, treinadores, fisioterapeutas, diretores ou até mesmo os adeptos. Tendo em conta que o desporto é um fenómeno social por excelência e que promove relações interpessoais capazes de determinar as experiências vividas pelo atleta (Coutinho, Mesquita, & Fonseca, 2018), eu acredito que, enquanto treinador, devo construir relações de qualidade com os intervenientes que fazem parte do meu contexto de atuação. Assim, creio que estarei mais próximo de conseguir transmitir aquilo que desejo para a equipa e, consequentemente, mais próximo do objetivo fundamental do jogo, que é a vitória e de uma experiência positiva no futebol por parte dos jogadores.

Nessa época, não sou o treinador principal da equipa. Apesar disso, entendendo que o treinador aparece como a pessoa mais importante para que os jogadores terem uma experiência desportiva positiva (Reverdito, Galatti, Scaglia, & Paes, 2020), tento perguntar-lhes como vão na escola, em casa, sobre os seus

relacionamentos fora do clube e até mesmo relacionamentos com agentes. Dessa forma, tento promover bons sentimentos nos jogadores, garantindo um ambiente favorável para o desenvolvimento e uma prática que tenha o sentido de promover competências nos jogadores.

Durante uma semana de treino, temos várias horas de contacto com os jogadores. Associado a isso, o desporto, neste caso o futebol, tem uma importância muito grande para os nossos jogadores. Por isso, não é surpreendente a influência que temos na forma como esses jogadores se comportam, agem e veem os diversos aspetos do contexto social, desportivo, escolar e familiar. Assim sendo e entendendo o conceito do Clima Motivacional, que se refere a como os fatores ambientais que estão associados a uma atividade, ou seja, o ambiente de treino e competição no caso do futebol, aliado às características individuais de cada jogador e aos demais intervenientes desse ambiente (isto é, pais, treinadores e colegas de equipa) influenciam na motivação de cada jogador (Alvarez, Balaguer, Castillo, & Duda, 2012), tento criar um ambiente positivo em que os jogadores da minha equipa se sintam motivados, competentes, pertencentes a um grupo e que se sintam autónomos nos seus comportamentos no ambiente de treino. Dessa forma, contribuo para a continuidade de participação de cada jogador no desporto e, consequentemente, no clube. De igual modo, ajudo na maior aquisição dos conteúdos e ideias relacionadas ao treino e jogo de futebol, promovendo um maior grau de aprendizagem por parte dos jogadores.

Estando em um escalão sub17, o funil, como eu gosto de falar, está mais apertado do que nunca. Estes jogadores estão a um passo dos juniores e mais outro dos séniores. Quando vejo algum jogador mais relaxado ou algum jogador que eu ache que precisa de se esforçar mais um pouco, tento trazer isso à memória deles. Alguns dos jogadores não estão em seu país de origem e eu, sendo estrangeiro em Portugal, sei das dificuldades que isso provoca na vida de uma pessoa. Principalmente nos mais jovens: deixar família, amigos e toda a sua antiga vida para trás não é tarefa fácil. Mediante isso, tento da maneira que posso ajudar os meus jogadores a se sentirem bem e confortáveis no ambiente de treino do clube.

Conhecendo a importância da qualidade dos relacionamentos em contextos desportivos para a formação e o desenvolvimento dos jogadores (Reverdito, Galatti, Strachan, & Scaglia, 2020) é que chamo a atenção para essa temática. Por mais que eu não seja o treinador principal da equipa e que a voz mais ouvida no ambiente de treino seja a do treinador principal, entendo que a minha parcela de influência tanto no ambiente, quanto nos diferentes jogadores, seja reduzida. Entretanto, não me furto de tentar colocar em prática os conceitos que mencionei. Acredito que consegui construir uma boa relação com grande parte dos jogadores e sinto que quando quero transmitir algo a esses jogadores, a ideia é passada e é bem aceite, seja essa ideia de cunho tático, comportamental ou sobre qualquer outro assunto.

4.4.4 Transmissão de Informações e Relacionamentos interpessoais

As relações interpessoais sempre tiveram muita importância para mim principalmente no trabalho. Acredito que uma das grandes "marcas" que deixamos, seja onde for, é a nossa marca pessoal ou seja, é a forma como nos apresentamos e a forma de estar dentro da instituição que estamos a representar. Obviamente, somente o nosso jeito de ser e estar, sozinhos, não fazem de ninguém um profissional de excelência. Entretanto, se não formos "boas pessoas", se não respeitarmos as outras pessoas do clube e se não demonstrarmos bons valores intrínsecos, de pouco valerá a nossa grande qualidade enquanto profissionais.

No início e ao longo deste relatório, referi por algumas vezes a importância que eu dou a estes assuntos. Creio que quanto mais demonstrarmos bons valores, bons princípios e respeito, mais as pessoas nos terão como "mais-valia", fazendo com que a nossa marca pessoal seja impressa por onde passemos. O cumprimento de horários e tarefas, as conversas "jogadas fora", o cumprimento ao chegar e ao sair, o olhar nos olhos enquanto se fala e ser verdadeiro e transparente com os colegas, são pormenores muito "pormaiores" em qualquer âmbito da sociedade, especialmente no futebol, alvo desta reflexão.

Também referi ao longo deste documento, a importância de se ter um processo bem planeado e preparado para se ter mais possibilidades de êxito. Dito isto, quando o nosso planeamento para a realização de algo é feito, as informações sobre a forma de realização, devem correr de forma fluída para as pessoas que necessitam dessas informações. O conhecimento das informações relativas ao processo da equipa, é fundamental para todos. É claro que há níveis de conhecimento. Ou seja, devido a hierarquia existente no clube, alguns vão (e devem) saber mais que outros. Contudo, há uma zona comum onde todos devem ter conhecimento do que acontece no seio da equipa, até para o bom funcionamento do processo.

Para isso, um bom sistema de transmissão das informações é fundamental. Reuniões agendadas com um período regular de ocorrência e grupos em aplicativos de mensagens instantâneas podem facilitar esse processo de transmissão de informações. Fazer com que as informações chegues até todos os intervenientes, é uma questão de respeito com os profissionais, facilita o dia a dia de trabalho de todos, evita problemas de comunicação e de relacionamentos. Acredito que isto, aliado a um bom planeamento e preparação das atividades e entrega das informações necessárias, seja fundamental para o bom andamento do processo desportivo.

4.4.5 O papel do analista

Ao longo deste relatório, explicitei a importância do processo de Observação e de Análise para o contexto competitivo de uma equipa de futebol. Este processo permite à equipa uma avaliação concreta do desempenho individual e coletivo no decorrer da competição, auxilia na tomada de decisões da equipa técnica por meio das informações recolhidas nos jogos, permite a elaboração de exercícios condizentes com a necessidade da equipa e com o modelo de jogo pretendido pelo treinador e vários outros aspetos que já foram abordados anteriormente. Para isso, o analista de desempenho, precisa ser reconhecido pela equipa técnica e pelo clube. Com isso quero dizer que o analista precisa ser parte integrante e ativa no processo de ensino-aprendizagem que é o treino. O modelo de jogo, a estratégia para um determinado jogo e outras questões referentes à

equipa precisam ser expostas e explicadas para que o analista possa, de forma coerente com o que é pretendido pelo treinador, ter critérios e avaliar o desempenho da equipa e dos jogadores. A partir desse fluxo constante de informações que devem correr dentro da equipa técnica, os critérios de análise e de avaliação serão mais concretos em relação ao que se pretende para a equipa. Então, todo o trabalho realizado e o que é repassado para a equipa técnica, terá mais valor.

Conversando com outros profissionais da análise e conhecendo as suas perspetivas sobre essa profissão e a perceção dos outros agentes do clube, fico com a clara impressão de que essa valorização referida acima, muitas vezes não é feita da forma que deveria. Sinto que muitos desses agentes veem o analista como um "simples" editor de vídeo, ou "somente" a pessoa que vai filmar os treinos e os jogos, quando isso é somente a "ponta do *iceberg*". Durante este relatório, defendi que o analista é uma pessoa que deve deter um conjunto de profundos conhecimentos sobre os fenómenos do jogo associados a uma capacidade de leitura e de interpretação destes mesmos fenómenos. Posto isto, não faz sentido uma pessoa com um grande conhecimento sobre o jogo, ser taxada como "*cameraman*" ou editor de vídeos e serem deixados na bancada a filmar os treinos e os jogos a pensar que o trabalho está concluído.

Acrescento ao já referido o profundo conhecimento que o analista precisa ter sobre o jogo de futebol, o profundo e completo conhecimento que o analista precisa ter sobre a própria equipa. Após ver o jogo uma, duas ou três vezes, com um olhar ativo e problemas bem definidos para a avaliação do desempenho, é uma das pessoas que mais deve conhecer os pormenores da equipa. Por isso, tendo em conta a integração que deve haver entre os elementos da equipa técnica e os departamentos que trabalham para o aumento do desempenho coletivo, acredito que o *feedback* dado ao analista não deve se resumir ao relatório entregue à equipa técnica ao fim dos jogos. Pelo contrário, acredito na intervenção ativa por parte deste elemento, participando das discussões e debates sobre a equipa, nas elaborações dos exercícios de treino, na preparação da estratégia para os jogos e na medida do possível, estar presente em campo durante os treinos, possibilitando estar o mais inserido possível dentro do processo.

4.5 Avaliação reflexiva do desenvolvimento da prática

Antes de iniciar a reflexão sobre o desenvolvimento da prática durante a época desportiva 2020/2021, é importante ressaltar a importância da reflexão sistemática e contínua para o desenvolvimento pessoal e profissional. Durante todo o processo, é fundamental que a reflexão seja feita para que possamos avaliar, corrigir e potencializar a nossa prática em todos os nossos níveis de atuação. Desde a preparação para a prática, até o momento de conclusão da mesma, passando pelos relacionamentos interpessoais, preparação, planeamento e execução dos treinos, preparação e execução do processo de observação e de análise, a postura apresentada nos jogos, treinos e outras atividades referentes à época desportiva.

De uma forma geral, acredito que todos as expectativas e objetivos estabelecidos para esta época foram cumpridos. Pude trabalhar em um clube participante na 1.ª divisão nacional, estar envolvido no mais alto contexto competitivo do escalão sub-17, além de conseguir dar continuidade na minha evolução enquanto profissional do futebol, tema que será abordado um pouco mais adiante. Ainda durante esta época, consegui criar boas relações com os integrantes da nossa equipa, sejam os jogadores, os treinadores, os diretores ou o técnico de equipamentos. Uma das coisas que mais prezo durante a prática profissional, são os bons relacionamentos e, durante esta época, este objetivo também foi cumprido.

Um fator que condicionou fortemente o desenvolvimento da prática, foi a pandemia causada pelo vírus Covid-19. Durante algum tempo, fiquei relutante em inserir no presente relatório citações à esta pandemia. Contudo, se não o fizesse, a contextualização do desenvolvimento da prática durante a época 2020/2021, não seria completa. Muito influenciado pela paralisação dos treinos e das competições causadas pela pandemia, acredito que esta época tenha sido a época mais difícil para todas as pessoas que trabalham diretamente ou indiretamente com o futebol, seja o futebol de formação ou o futebol profissional. Definitivamente, não foi fácil termos de trabalhar com a expectativa incerta da volta aos treinos e competições. Além disso, a todo o momento, eram levantados questionamentos como *“Não sabemos quando poderemos voltar”*, *“Estamos a*

treinar para quê?", "Como podemos ajudar os nossos jogadores a continuarem a evoluir e a não ficarem desanimados com essa situação?".

E a respeito dos jogadores, estes sim merecem todo o louvor. Durante todo o período que estivemos parados e longe dos relvados, eles se mantiveram inabaláveis na absoluta certeza de que voltaríamos e voltaríamos mais fortes. Mostravam-se motivados e empenhados. Pediam-nos treinos extras, estavam presentes nos treinos, sempre com bom humor e disposição para treinarem. Quando voltamos aos treinos no campo, mesmo com limitações, respeitaram-nas todas. Sofreram sem balneários em dias de chuva e frio. Tudo o que lhes foi pedido, cumpriram com rigor. Até que pudemos voltar aos treinos "normais" e às competições. E, aí sim, tiveram o que mereciam.

Como referi, o período que passamos parados não foi fácil. Exigiu muito empenho, determinação, disciplina e foco no nosso objetivo a longo prazo que era voltar às competições. Principalmente nesses períodos, muitas vezes ficamos demasiadamente relaxados e desmotivados. Afinal de contas, não tínhamos contacto direto com os jogadores ou o campo de treino e, no meu caso especificamente, não conseguia exercer a minha principal responsabilidade dentro da equipa técnica. No início da época, criei expectativas que, por conta deste contexto, não foram atingidas. Este ponto foi um dos mais difíceis de lidar e dececionantes no decorrer dos tempos parados.

Durante todo o tempo, tínhamos de recorrer à disciplina e persistência para conseguir fazer o melhor trabalho possível com as ferramentas que tínhamos disponíveis. Olhando por uma perspetiva positiva, estes aspetos citados anteriormente, são aspetos intrínsecos ao desporto. São características que vemos nos grandes profissionais do futebol, que aprendemos desde logo cedo na prática desportiva. Assim, entendi que vencer este "adversário", superando cada dia de treinos *online*, era uma forma de desenvolver em nós, características fundamentais para os profissionais do desporto.

Em relação ao cumprimento das tarefas propostas, desde o primeiro dia de reunião na pré-época, acredito que cumpri tudo o que foi proposto pela equipa técnica: horários, presença em reuniões, palestras, treinos *online* e presenciais, relatórios e qualquer outro tipo de tarefas propostas. Creio que este é o primeiro

passo para quem quer se destacar no ambiente profissional. Lembro-me de uma certa vez que me perguntaram qual a melhor dica que poderia dar para alguém que quisesse começar a trabalhar com o futebol. A minha resposta foi justamente nesse sentido: faça o seu melhor. Esteja disponível, cumpra prazos e horários. Seja simpático e gentil com as pessoas. Este é o primeiro passo. E foi justamente isso que eu fiz durante esta época. Associado a isso, acrescento o conjunto de conhecimentos e saberes necessários para atuar no alto nível do futebol. Não hierarquizo estes pontos, mas são ambos são preponderantes e complementares para o profissional do futebol.

Fundamentalmente quando passamos a treinar no campo, em condições mais parecidas com o "normal", ficou claro que o que eu penso como o que faz sentido para mim no que diz respeito ao treino, não era a forma como o treinador principal e os outros adjuntos pensavam o treino. Nesse tipo de situações, apesar de ter as minhas convicções sobre a minha forma preferida de guiar o processo de treino e sabendo que essas convicções podem ser modificadas com o meu amadurecimento enquanto profissional, é fundamental que a ideia vigente sobre o referido processo seja absorvida. Foi esta atitude que tentei mostrar durante a época. Não existe somente uma forma de jogar e de treinar no futebol. Existe aquilo que faz mais sentido para mim e aquilo que faz mais sentido para o meu colega e isso está totalmente relacionado com as nossas experiências enquanto indivíduos e enquanto profissionais do futebol. Apesar das ideias que baseiam o processo de treino serem diferentes, o objetivo do treino é o mesmo: melhorar o desempenho individual e coletivo da equipa. Sendo assim, acredito que a melhor postura que se pode apresentar é de abraçar a ideia em vigor e irmos todos juntos para o mesmo objetivo.

Nos treinos, acredito que de uma forma geral, estive bem. Como referi anteriormente, sempre cumpri os horários e dias de treino e realizando todas as atividades e designações propostas pela equipa técnica. Entretanto, acredito que em alguns momentos da época, me retraí e não mostrei uma postura ativa para tentar situações que se mostraram durante a época. Acredito que tenha aceitado as situações de uma forma muito passiva, ou seja, ao identificar um dado cenário que na minha perspetiva poderia ser diferente, não busquei saber as razões e motivos pelos quais esses cenários aconteciam dentro da equipa e,

simplesmente, aceitei essas circunstâncias da forma como estavam, guardando internamente estes questionamentos. Claramente, sem me eximir da responsabilidade que cabe a mim neste quesito, essa postura que adotei em alguns momentos, foi muito baseada nas informações que retirava do contexto no qual eu estava inserido.

Refletindo sobre estes aspetos, acredito que tenha me intimidado, não mediante o clube, mas pelas pessoas que estavam juntamente comigo durante a época. A partir de alguma circunstância que não expunha para os meus colegas, aceitava aquilo como “normal” ou como sendo a forma que as coisas aconteciam nesse contexto e, por fim, acabava por me retrair. Reitero que esta reflexão sobre a minha postura mediante o contexto, nada tem a ver com os relacionamentos que criamos durante a época. Estes, por sua vez, sempre foram muito bons e geravam um ambiente descontraído dentro do grupo. Nesse sentido, penso que a minha postura mediante estes cenários, poderia ter sido uma postura mais ativa no sentido de ir atrás das razões de questionamentos que realizava comigo mesmo e saber se este contexto poderia ser modificado de alguma forma junto a equipa técnica.

No que diz respeito a minha principal atribuição dentro da equipa técnica, a observação e a análise dos jogos, a minha avaliação é muito positiva. Apesar de não ter tido a possibilidade de exercer esta função por um período alargado de tempo, devido às circunstâncias advindas da pandemia, o período que a exerci, cumpri-a da melhor forma possível. Como referi ao longo deste relatório, apesar de ter me formado com o intuito de trabalhar como treinador, sempre estive ligado à análise e à observação. Ao longo desta época, entendo que tenha sido o período que exerci essa função com mais eficiência e com mais capacidade de aplicar os conhecimentos que já havia construído, passando por todas as fases do processo de observação e de análise, desde a “Preparação e Planeamento” até a “Distribuição e Aplicação”.

Encontrei alguma dificuldade de compreender o que a equipa técnica como um todo pretendiam para o jogo da equipa, por conta da dificuldade que enfrentamos durante a época e as limitações no que toca à operacionalização do modelo de jogo devido ao espaço e tempo que tínhamos disponíveis para os treinos. Por isso, recorri, muitas vezes, à minha interpretação do modelo de jogo da equipa,

buscando compreender em conversas informais com a equipa técnica, nos exercícios de treino e nos *feedbacks* que eram passados aos jogadores, qual era a real ideia de jogo do treinador para a equipa. Entendo que, no fim, tenha conseguido perceber e compreender qual era a ideia pretendida para a equipa. Dessa forma, as análises feitas dos jogos da nossa equipa, tiveram sempre a sua problematização baseada em critérios advindos do modelo de jogo da equipa.

Além dos relatórios de observação e de análise da nossa equipa, realizei, em conjunto com outro elemento da equipa técnica, os relatórios de análise dos jogos dos nossos adversários. Ainda que essa tarefa não tenha sido designada a mim, me prontifiquei a ajudar na realização destes relatórios, uma vez que eu sinto que tenho capacidade para ajudar na realização desta tarefa e poderia contribuir, mais um pouco, para o sucesso desportivo da nossa equipa. Com essa atitude, quis demonstrar mais ainda o meu comprometimento e envolvimento com a equipa e o seu sucesso. Apesar de ter sido desgastante, por ter acumulado as outras tarefas além das minhas próprias e ter investido uma quantidade elevada de horas para a realização dos dois relatórios como também outras tarefas inerentes ao processo competitivo da equipa, creio que consegui retirar bons frutos deste trabalho. Pude confrontar e aplicar o meu conhecimento com a prática em alto nível e constatei que, embora tivesse uma limitação de tempo e condições de trabalho, a função que desempenhei, esteve à altura da exigência que o futebol de alto nível pede aos seus profissionais.

Talvez a maior dificuldade que tenha encontrado durante a realização deste relatório e da concomitante época desportiva, foi o facto de ter de aliar a responsabilidades destas duas “funções” com a responsabilidade de um “terceiro trabalho”. Muitas vezes, abri mão de situações de “trabalho pessoal” para a realização das tarefas relacionadas com o clube, com o sentimento de teria de me esforçar para ter um reconhecimento ao final da época desportiva. Ao longo da realização deste estágio, isso se tornou um verdadeiro impasse. Ao mesmo tempo que precisava me empenhar e mostrar as minhas qualidades enquanto profissional para o clube, também precisava ter um “trabalho pessoal” para cumprir uma série de compromissos pessoais.

Refletindo sobre isso ao longo da época, cheguei a conclusão de que as equipas que tem a possibilidade de terem realmente profissionais, no sentido de viverem para trabalharem com o futebol, estão muito à frente das demais. Estes clubes terão seus profissionais mais bem-dispostos, mais descansados e mais motivados para trabalharem pelo clube. No fim das contas, este clube terá um profissional que desempenhará melhor as suas funções. É totalmente diferente ter um profissional que trabalha um dia inteiro e no fim do dia ainda vai dar treino, do que ter um profissional que "vive" para planear, preparar e operacionalizar o treino. Por mais que se tenha boa vontade de trabalhar como "voluntário", o tempo disponível para isso e a disponibilidade para empenhar cem por cento das nossas competências durante este tempo, não sejam as melhores, justamente pelo facto de que essas pessoas terem que dividir o trabalho no clube com algum outro "trabalho pessoal", como referi.

A circunstância que vivenciamos ao longo da época 2020/2021 por conta da pandemia, influenciou grandemente a realização do relatório. No começo da época, havia muita incerteza sobre a retomada das competições e se o estágio durante a referida época teria ou não algum tipo de validade perante as autoridades competentes. Associado a isso, a expectativa de termos ou não competições e a espera para termos algum tipo de notícias sobre isso, fez com que a escrita do relatório fosse sendo postergada à espera de algum tipo de confirmação da realização das competições. Até que chegou um determinado momento que o relatório tinha de ser escrito, independentemente da realização ou não das competições na formação, por conta da aproximação da data de entrega do relatório de estágio.

Em conclusão, como referi, acredito que retiro do desenvolvimento da prática muitos pontos positivos. Apesar da pandemia que vivenciamos durante a época desportiva 2020/2021, consegui observar o quanto amamos o futebol. Ainda que enfrentamos todas essas dificuldades no decorrer desta época, não desanimamos e não desistimos do futebol. Em todo o momento, tínhamos a expectativa de que, mais cedo ou mais tarde, voltaríamos aos relvados, treinos e competições. Mesmo tendo de depreender muito esforço e dedicação, o estágio foi concluído com sucesso. Aprendi bastante, reforcei conceitos e certezas sobre a prática profissional e sobre relacionamentos interpessoais,

apliquei conhecimentos, errei e consegui identificar os motivos e razões para esses erros, reflexão esta que tem me ajudado e continuará a me ajudar a crescer e amadurecer enquanto pessoa e profissional do futebol. Este relatório é sobre isso.

5 Desenvolvimento Profissional

Assumindo o Estágio Profissional como uma experiência rica em oportunidades de crescimento pessoal e profissional, iniciei esta época desportiva com expetativas bastante elevadas. Exerci uma função que já havia exercido anteriormente, entretanto, em contextos diferentes. Definitivamente, o período que estive a realizar o Estágio, foi grandemente enriquecedor. Convivi com pessoas diferentes, lidei com distintas formas de ver o jogo e o treino, consegui aplicar conhecimentos, observei e refleti sobre a minha prática profissional. Contudo, tendo em consideração as condicionantes que se foram apresentando ao longo de época desportiva, entendo que termino esta época com um "gostinho de quero mais".

Concluindo este relatório e o respetivo estágio profissional, encerro mais uma etapa na minha formação académica. Assim como coloquei como objetivo ainda quando estava a terminar a Licenciatura em Ciências do Desporto, dou como cumprido mais este passo. Da maneira como referi no início deste documento, a realização do Mestrado e do Estágio Profissional, não tinham como objetivo final a obtenção de um diploma por si só. Evidentemente, o diploma é importante. Mas, no final, o que fica são as experiências que vivenciamos, o conhecimento que construímos durante o processo e as competências ganhas e desenvolvidas.

Apesar do "gostinho de quero mais", me desenvolvi como nunca durante esta época desportiva. Embora o contexto de treino que tínhamos disponível não fosse o melhor, seja por questões de tempo, espaço ou outros fatores, poderia ter me desenvolvido mais em aspetos relativos ao treino, como por exemplo, as intervenções durante os exercícios, a planificação dos exercícios e sua relação com o modelo de jogo, os tempos dedicados a cada exercício e o tempo efetivo de cada sessão de treino. Relacionado sobre este assunto, senti falta dos momentos de partilha de conhecimentos de e experiências entre os elementos da nossa equipa técnica e dos elementos de outras equipas técnicas do clube. Creio que este momento de partilha, é fundamental para criar um ambiente agradável e leve, resultando em um contexto que seja promotor de aprendizagens.

Como mencionei, durante a realização do estágio, pude aplicar muitos conhecimentos que construí ao longo da minha formação, sobretudo no que diz respeito à observação e à análise de jogo. Pude desenvolver o meu olhar ao observar novos modelos de jogo e analisá-los, desenvolvi a minha capacidade de planeamento e de preparação para as atividades e a forma de apresentação das informações recolhidas do processo de observação e de análise, ou seja, melhorei a apresentação dos meus relatórios, seja em contexto de documento escrito ou de apresentação em público. Poder exercer estas funções em um contexto de elevada exigência como é o Campeonato Nacional de sub-17, foi uma experiência incrível. No decurso da época, confrontamos algumas das equipas com maior qualidade no contexto do escalão sub 17 do país. Equipas com diferentes jogadores, treinadores e ideias. Poder ter a oportunidade de analisar e de observar estas equipas e, muitas vezes, ter que "ensinar" sobre elas, no sentido de ter de apresentar as análises que produzi, foi fantástico. Sem dúvida alguma, estas experiências foram bastante agregadoras e me deram a certeza de que, por ter feito uma autoavaliação positiva do trabalho de observação e de análise, além da avaliação externa também ter sido positiva, fui capaz de aplicar o conhecimento que construí no decorrer dos anos com êxito, com as ferramentas que tinha à minha disposição.

Como resultado da elaboração e escrita do presente relatório, recorri a inúmeras referências bibliográficas para servir de embasamento para este documento. Esta foi mais uma parte extremamente enriquecedora. Ao ler obras, livros e artigos de diversos autores, consegui desenvolver o meu conhecimento sobre diversos assuntos sobre o futebol, encontrei pontos de vista diferentes sobre os quais eu não tinha me debruçado. Aprendi sobre tarefas que já realizava "instintivamente", sem saber que aquilo já havia sido registado por alguém e tive a oportunidade de "ter contacto", através das suas obras, com muitos profissionais do futebol que hoje estão a trabalhar no mais alto nível do futebol mundial. Pude conhecer e aprofundar o meu conhecimento sobre o que pensam sobre futebol, seus argumentos, como regem e desenvolvem a sua prática profissional e, também, como pensam e são como homens.

Mencionei que esta época desportiva talvez tenha sido a época que mais me desenvolvi enquanto profissional. E de facto foi. Fora do contexto do clube, como

parte do “trabalho pessoal”, como expus anteriormente, pude aplicar ainda mais os meus conhecimentos, principalmente no que diz respeito ao trabalho de análise individual com jogadores e os indicadores de desempenho por posição e exercer, como nunca antes, o trabalho com o futebol. Trabalhei individualmente com jogadores de diferentes partes do mundo, conheci profissionais com enorme talento e pessoas que, quem sabe, nunca teria contacto se não fosse este trabalho fora do clube. Pude ensinar sobre o futebol para inúmeras pessoas, ministrei aulas e palestras sobre variados assuntos relacionados com o futebol. Menciono este assunto, por conta da extrema importância que teve no decorrer desta época e pelo facto de que, este trabalho fora do clube, só foi possível por conta da minha busca por conhecer e aprender mais sobre o futebol. Nisso, tanto a minha formação na Licenciatura, como no Mestrado e outras formações que realizei ao longo desta época, têm um papel vital neste sentido.

Assim, a partilha de conhecimentos, a formação contínua e a aprendizagem, estiveram presentes durante toda essa época desportiva. Na medida que ensinava e partilhava as minhas experiências enquanto profissional do futebol, eu me desenvolvia um pouco mais. Busquei novos conhecimentos e novas perspetivas para poder compartilhar com outros aquilo que eu aprendi. Através dessas aprendizagens, eu conseguia aplicar na minha prática dentro do clube. Então, este ciclo de aprendizagem – partilha – aplicação, foi essencial para o meu desenvolvimento profissional durante esta época de estágio, sobretudo no que diz respeito à observação e à análise de desempenho.

Acredito que o treinador deve possuir um conjunto de conhecimentos sobre o jogo de futebol e sobre assuntos que estão à sua volta. Nesse sentido, o conhecimento aprofundado sobre a observação e sobre a análise de jogo, é um conhecimento fundamental para o treinador de futebol. Por mais que o treinador não se debruce sobre o jogo e realize exaustivas análises e que não produza relatórios relativos a análise, essa é, sem dúvida alguma, uma área que o treinador deve dominar. Afinal, conseguir ler e interpretar o jogo para a pessoa que toma as decisões finais dentro de uma equipa é crucial. Nesse sentido, vejo toda essa experiência que vivi ao longo dessa época, como muito valorosa no sentido de ter conseguido acumular conhecimentos e saberes para um dia, se

me for apresentada a oportunidade, exercer a função de treinador de uma equipa.

Pessoalmente, entendo que foi um período muito enriquecedor. Desenvolvi capacidades de gerenciamento do tempo, vivenciei um clube de enorme relevância no contexto português, tive o prazer de conhecer pessoas extraordinárias, amadureci enquanto pessoa, pude aumentar a minha capacidade de reflexão e de tirar conclusões mais acuradas dessas reflexões, além de ter conseguido fazer uma autoavaliação dos meus erros e acertos durante esta época desportiva. Para mais, me expus a outras ideias e pensamentos, colocando à prova o que eu considerava como sendo o que fazia mais sentido para mim. Assim, consolidei as minhas convicções acerca do processo de treino e de competição no futebol. Termino este período de estágio com convicções mais maduras e ajustadas tendo em comparação com o início da época. Com toda a certeza, saio uma pessoa muito melhor de que quando o iniciei e, também, mais conhecedora, capacitada e competente.

Por fim, mas não menos importante, quero ressaltar o quão importante é o processo de reflexão sobre a nossa prática no sentido do desenvolvimento profissional e pessoal. Nós só seremos capazes de evoluir pessoalmente e profissionalmente se refletirmos sobre as nossas práticas, ações e comportamentos. Se não for assim, não conseguiremos identificar o que nos levou a tomar certas decisões e como executamos essas decisões e, na sequência, corrigir erros e potencializar acertos. Nesse ponto de vista, o relatório de estágio tem parte fundamental. O pensar e refletir sobre a nossa prática, com o intuito de “colocar no papel” a reflexão e pensamentos sobre a prática, nos ajuda a desenvolver esse “sentido reflexivo” e, consequentemente, identificar ações e comportamentos que estão de acordo e que não estão de acordo com o que pretendemos e o que é sabido como sendo boas práticas para o treinador de futebol, para então, sermos capazes de retificar e desenvolver as nossas ações e comportamentos, com o objetivo de nos tornarmos melhores profissionais e pessoas a cada dia.

6 Considerações Finais

Concluindo este último ponto do relatório de estágio, também concluo o objetivo que havia traçado ainda quando estava na licenciatura em Ciências do Desporto. Quando iniciei o meu percurso académico, eu não tinha absolutamente nenhuma certeza do que estava por realizar, nem dos caminhos que pretendia percorrer. Ao longo da minha formação, passei a compreender mais da magnitude de onde eu estava a estudar, das pessoas à minha volta e me conscientizei da grande importância que a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto teria e estava a ter na minha formação. Somente após o início da minha formação, é que tracei como objetivo a realização deste mestrado.

O que eu quero passar como mensagem dessa pequena história, é que não precisamos, necessariamente, ter todo o nosso caminho traçado logo ao início da trajetória. O caminho é muito irregular: dias bons, dias difíceis, dias de querer desistir de tudo e dias que tudo parece estar como sempre sonhamos. Um dia temos a certeza do que queremos fazer e atingir e no outro dia, já mudamos de planos e passamos a fazer coisas totalmente diferentes das quais imaginamos primariamente. Tudo isso vai depender da nossa capacidade individual de acreditarmos em nós mesmos e termos a coragem de tomarmos decisões que, muitas vezes, “não fazem sentido” ou que fogem do “fluxo normal” das coisas, neste caso especificamente, da profissão “desporto”. Uma decisão que tomamos, pode mudar drasticamente o rumo das nossas vidas.

Como referi ao longo deste relatório, a formação é um processo contínuo, exige esforço, a reflexão sistemática da nossa parte, seja pela nossa prática profissional, seja pela observação da prática dos nossos colegas de profissão ou pela busca diária por mais conhecimento. Tenho a certeza de que a cada dia que estive envolvido com assuntos académicos, me formei um pouco mais. A cada aula, a cada teste e a cada trabalho feito, desenvolvi as minhas capacidades e conhecimentos que me trouxeram até o dia de hoje.

Um outro fator determinante para a nossa formação e desenvolvimento profissional, é estarmos permanentemente ligados à prática. Ainda no primeiro ano da licenciatura, ouvi de um Professor que não fazia sentido nós nos

desligarmos do nosso desporto de eleição durante o período da faculdade. Este Professor continuava a dizer que se quiséssemos trabalhar com o desporto, era importante mantermos vínculos com esse desporto desde o início do nosso percurso académico. E foi exatamente isso que me auxiliou no meu processo de formação. Desde o primeiro ano da licenciatura, estive ligado ao processo de treino de formação. Foram anos que eu aprendi de forma grandiosa, mesmo antes de ter qualquer título de treinador. De facto, grande parte dos conhecimentos e aprendizagens que tive durante estes cinco anos, se deram na prática profissional.

Durante a minha prática profissional relacionada com a realização deste relatório, pude afirmar muita das ideias que eu já havia construído sobre o processo de treino de futebol. Termino este ano de estágio com muito mais certeza sobre o que acho que é a "minha forma" de enxergar o futebol e o seu processo de treino. Formas de treinos, criação de exercícios, planeamento, comunicação entre os elementos da equipa técnica, elementos diretivos e jogadores… tive a oportunidade de refletir sobre todos estes aspetos durante a época. Apesar dessa "minha forma" não ser a única e a mais correta, uma vez que não há formas certas de treinar ou jogar, é a que me faz mais sentido e que compactua com a maneira que eu enxergo o treino, o jogo e a vida. Tenho a certeza de que daqui há algum tempo, a "minha forma" irá se alterar, vou observar e entender o jogo e o treino de outra forma. E fico muito tranquilo com isso, porque estamos constantemente formando as nossas ideias, opiniões e a nós mesmos.

Este ano de Estágio Profissional também me colocou desafios no âmbito da observação e da análise de jogo. Como já referi, eu sempre estive ligado de alguma forma a este processo. Entretanto, sinto que durante esta época fui "posto à prova" de facto. Fui levado a mostrar desempenho do mais alto nível. Desde a preparação e planeamento das atividades, preparação nos dias de jogos e execução das atividades referentes à observação e à análise, seja a análise dos jogos propriamente dita, ou a elaboração e entrega dos relatórios para a equipa técnica. Acredito que o saldo final tenha sido bastante positivo e que tenha cumprido um dos objetivos iniciais deste Estágio: desenvolver-me enquanto profissional do futebol.

Termino este ciclo de cinco anos dentro da faculdade com a certeza de que aproveitei tudo o que tinha para aproveitar, dei o meu melhor em todas as atividades que me predispus a realizar e aprendi muito. Pude me formar enquanto profissional do desporto e do futebol, tendo construído bases sólidas para consolidar um futuro trabalhando com o futebol.

Para o futuro, espero poder continuar a aprender, a conhecer mais e a me desenvolver enquanto profissional do futebol. Para além disso, busco por continuar a trabalhar com o futebol. Como eu referi anteriormente, sabendo que o caminho é irregular. Acrescento, ainda, que o caminho não é único. Cabe a cada um de nós identificarmos as nossas habilidades, aptidões e capacidades e aproveitarmos as oportunidades que aparecem no nosso caminho.

Finalizando este documento, agradeço a todos aqueles que fizeram parte deste trajeto de licenciatura e de mestrado: meus pais, Professores, amigos, treinadores e jogadores. Foram cinco anos de esforço, dedicação e persistência que, sem essas pessoas, o trajeto, talvez poderia não ter sido cumprido e não teria sido tão enriquecedor como foi. Por fim, coloco expectativa para que este relatório, sirva como um instrumento de partilha de conhecimentos. O que foi escrito, foi fruto das minhas reflexões e conhecimento adquiridos ao longo do meu percurso académico e profissional. Anseio que outros possam sentir-se ajudados com os conhecimentos e experiências depositadas neste documento.

7 Referências

Alvarez, M. S., Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (Junho de 2012). The Coach-Created Motivational Climate, Young Athletes' Well-Being, and Intentions to Continue Participation. *Journal of Clinical Sport Psycholgy*, pp. 166-179.

Boavista, F. C. (s.d.). Consult. 7 set 2020, disponível em https://boavistafc.pt/estrutura/

Boavista, F. C. (s.d.). Consult. 7 set 2020, disponível em https://boavistafc.pt/futebol-formacao/

Boavista, F. C. (s.d.). Consult. 7 set 2020, disponível em https://boavistafc.pt/historia/boavista-de-hoje/

Boavista, F. C. (s.d.). Consult. 7 set 2020, disponível em https://boavistafc.pt/palmares/

Castelo, J. (1996). *Futebol - A Organização do Jogo.*

Cohen, N. J., & Squire, L. R. (1980). Preserved Learning and retention of Pattern-Analyzing Skill in Amnesia: Dissociation of Knowing How and Knowing That . *American Association for teh Advancement od Science*, 207-210.

Costa, T. M. (2018). Observação, *Análise e Interpretação do Jogo de Futebol: Práticas, Reflexões, e Indagações em contexto de Alto Rendimento.* Porto: T. Costa. Relatório de Estágio Profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Treino de Alto Rendimento apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Coutinho, P., Mesquita, I., & Fonseca, A. (2018). Influência parental na participação desportiva do atleta: uma revisão sistemática da literatura. *Revista de Psícologia del deporte/Journal of Sport Psychology*, 47-58.

Priberam Dicionário. Cosult. 13 mai 2021 disponível em https://dicionario.priberam.org/observa%C3%A7%C3%A3o

Farias, C. (2018). Abordagem tática ao processo de treino nos jogos desportivos coletivos: teorização e operacionalização de metodologias centradas nos atletas. *Comité Olímpico de Portugal, Anuário do treino desportivo*, 49-62.

Federação Portuguesa de Futebol. (2020). Consult. 2 out 2020 disponível em https://www.fpf.pt/

Garganta, J. (1997). *A modelação tática do jogo de futebol: Estudo da organização da fase ofensiva.* Porto: J. Garganta. Dissertação de Doutoramento apresentada à faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Garganta, J. (2001). A análise da performance nos jogos desportivos. Revisão acerca da análise do jogo. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 57-64.

Garganta, J. *efdeportes.com - Revista Digital.* Consult. 13 mai 2021 disponível em https://www.efdeportes.com/efd40/fcienc.htm

Garganta, J. (2008). Modelação Tática em Jogos Desportivos Coletivos: A desejável cumplicidade entre pesquisa, treino e competição. Olhares e Contextos da Performance nos jogodes desportivos coletivos, pp. 108-121.

Garganta, J., Guilherme, J., Barreira, D., Brito, J., & Rebelo, A. (2013). *Fudamentos e Práticas para o Ensino e Treino do Futebol.* Porto: FADEUP.

Guilheme, J. (2004). *Conhecimento Específico em Futebol: Contributos para a definição de uma matriz dinâmica do processo ensino-aprendizagem/treino do jogo.* Porto: J. Guilherme. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Lopes, R. M. (2005). *O Scouting em Futebol: Importância atribuída pelos treinadores à forma e ao conteúdo da observação ao adversário.* Porto: R. Lopes. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Magill, R. A. (2011). *Motor Learning and Control: Concepts and Application.* New York: McGraw Hill.

Marques, A. (2004). Fazer da competição dos mais jovens um modelo de formação e educação. Em A. Gaya, A. Marques, & G. Tani, *Desporto para crianças e jovens. Razões e finalidades* (pp. 75-96). Porto Alegre: UFRGS.

Matos, P. M. (2001). *Motivos, Dificuldades e Formação do Dirigente Desportivo do Concelho de Santo Tirso.* Porto: P. Matos. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Meinberg, E. (2002). Training: a special form of teaching. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 115-123.

Mesquita, I. (2017). O valor das Pedagogias Críticas na Formação de Treinadores com Mente de Qualidade. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 223-233.

Mesquita, I., Farias, C., Oliveira, G., & Pereira, F. (2009). A Intervenção Pedagógica sobre o Conteúdo do Treinador de Futebol. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 25-38.

Pivetti, B. (2012). *Periodização Tática: O futebol-arte alicerçado em critérios.* São Paulo: Phorte Editora.

Porto. (s.d.). Consult. 8 set 2020 disponível em http://www.agoraporto.pt/desporto/parque-desportivo-de-ramalde_28?p

Português, D. O. *Dicionário Online Português*. Consult. 14 Abr 2021 disponível em https://www.dicio.com.br/ideia-2/

Reverdito, R., Galatti, L., Scaglia, A., & Paes, R. (2020). Youth participaiton in sport in a context of vulnerability: Perception of positive and negative experiences. *Revista de Ciencias del Deporte*.

Reverdito, R., Galatti, L., Strachan, L., & Scaglia, A. (2020). Coaching and continuity make a difference: competence effects in a youth sport program. *Journal of Physical Education and Sport*.

Rosado, A., & Mesquita, I. (2007). A Formação para ser Treinador. *1º Congresso Internacional de Jogos Desportivos. Actas do 1º Congresso Internacional de Jogos Desportivos.* Porto.

Scaglia, A. J. (2017). Pedagogia do Jogo: O Proceso Organizacional dos Jogos Esportivos Coletivos enquanto modelo metodológico de ensivo. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 27-38.

Silva, P. M. (2006). *A Análise do Jogo em Futebol: Um estudo realizado em clubes da Liga Betandwin.com.* Lisboa: P, Silva. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa.

Teoldo, I., Guilherme, J., & Garganta, J. (2015). *Para um Futebol Jogado com Ideias: Concepção, Treinamento e Avaliação do desempenho tático de jogadores e equipes.* Curitiba: Appris.