



Uma época de desafio:

Conduzir ao Sucesso os Juniores A do *Leixões Sport Club*.

Alexandre Moreira da Silva

Outubro 2009

Universidade do Porto

Faculdade de Desporto

Uma época de desafio:

Conduzir ao Sucesso os Juniores A do *Leixões Sport Club*.

Dissertação apresentada com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências do Desporto, na área de Treino de Alto Rendimento Desportivo, realizada sob a orientação do Professor Doutor Júlio Manuel Garganta da Silva, nos termos do Decreto-lei nº216/92, de 13 de Outubro, Capítulo II, Artigo 5º, pontos 1. e 2. e Capítulo III, Artigo 17º, ponto 1.

Alexandre Moreira da Silva

Outubro 2009

Silva, A. (2009). *Uma época de desafio: conduzir ao Sucesso os Juniores A do Leixões Sport Club.* Porto: A. Silva. Relatório de Estágio Profissionalizante apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Palavras-chave: FUTEBOL, ÉPOCA, CLUBE, TREINADOR, EQUIPA

DEDICATÓRIA

"Impossible is nothing."

(Slogan comercial da Adidas)

Aos meus pais, sempre, mesmo quando não parece.

À minha avó, que me deu tudo aquilo que sabia e poderia dar.

Ao Professor José Manuel Ferreira, que acreditou que eu poderia ser mais que só mais um. O meu nome no Futebol estará sempre ligado a si.

À Cristina. Mudou tudo.

"Aquilo que não me destrói fortalece-me"

(Friedrich Nietzsche, s/d)

À persistência...

Que me guie no equilíbrio entre a insatisfação e o ser feliz.

AGRADECIMENTOS

Ao Professor Júlio Garganta, que sempre esteve disponível para me ajudar com o todo o seu rigor e competência, mesmo quando o tempo era mais escasso.

Ao grupo de trabalho dos Juniores A do Leixões Sport Club por uma época de trabalho e empatia, com momentos bons e também menos bons. São estas experiências que nos fazem melhores treinadores, que nos fazem evoluir.

Ao treinador Joaquim Santos, porque é um senhor do Futebol, ao nível dos melhores do país. Obrigado pela oportunidade, pelas palavras duras, pela desconfiança e pela supervisão apertada. Tudo isto me fez conhecer melhor o Futebol e crescer como profissional exigente.

Aos responsáveis entrevistados do Leixões Sport Club, pela sua disponibilidade, cooperação e simpatia. Em especial, aos jogadores entrevistados, pela coragem demonstrada na exposição de considerações que poderiam colocar em causa o trabalho de uma época e o seu futuro.

À Dona Rosa Oliveira, ex-responsável pelos Mestrados na secretaria. Sem si, talvez tivesse desistido.

À Sandra, porque sem ela tudo tinha sido bem mais difícil. Aos colegas da Portway, pela compreensão e disponibilidade que me garantiram a oportunidade de realizar este trabalho.

ÍNDICE GERAL

DEDICATÓRIA	V
AGRADECIMENTOS	VII
ÍNDICE DE FIGURAS	XIII
ÍNDICE DE ANEXOS	XIII
RESUMO	XV
ABSTRACT	XVII
1. INTRODUÇÃO	1
2. O FUTEBOL NA ACTUALIDADE	5
2.1. Futebol: do passado ao presente	5
2.1.1. Natureza do Homem	6
2.1.2. Natureza do Jogo	11
2.1.3. Efeito do Tempo	16
2.2. O Treinador de Futebol de hoje	22
2.3. A Formação de Futebolistas	28
2.4. Leixões Sport Club: uma realidade singular	35
3. GRUPO DE TRABALHO	42
3.1. Estrutura	42
3.1.1. Coordenador Técnico	43
3.1.2. Treinadores	43
3.1.2.1. Treinador Principal	44
3.1.2.2. Treinador Adjunto	44
3.1.2.3. Treinador de Guarda-Redes	45
3.1.3. Fisioterapeuta	46
3.1.4. Jogadores	46
	IX

3.1.5. Director	47
3.1.6. Técnico de Equipamentos	47
3.2. Funcionamento	48
4. MODELO DE TREINO E PLANEAMENTO	50
4.1. Modelo de Treino	50
4.1.1. Periodização Convencional/Física	51
4.1.2. Periodização Tática	52
4.2. Planeamento	54
4.2.1. Macro Planeamento do Período Preparatório	54
4.2.2. Micro Planeamento da Semana 1 e 2	57
4.2.2.1. Semana 1	58
4.2.2.2. Semana 2	61
4.2.3. Micro Planeamento da Semana 3 e 4	63
4.2.4. Morfociclo-Padrão	65
5. MODELO DE JOGO	70
5.1. Princípios básicos do processo	71
5.1.1. Regras de conduta	71
5.1.1.1. Regras do Balneário	71
5.1.1.2. Regras do Treino	72
5.1.1.3. Regras de Imagem e Equipamento	72
5.1.1.4. Pontualidade	73
5.1.1.5. Assiduidade	73
5.1.1.6. Lesões e Doença	73
5.1.2. Disciplina	73
5.1.2.1. Treino/Jogo	74
5.1.2.2. Arbitragem	74
5.1.2.3. Jogadores	74
	X

5.1.3. Objectivos -----	75
5.1.3.1. Campeonato -----	75
5.1.3.2. Futebol Profissional -----	76
5.1.3.3. Selecção Nacional -----	77
5.2. Sistema de Jogo -----	77
5.2.1. Momento Ofensivo -----	78
5.2.2. Momento Transição Ataque/Defesa -----	78
5.2.3. Momento Defensivo -----	79
5.2.4. Momento Transição Defesa/Ataque -----	79
5.2.5. Bolas Paradas -----	79
5.2.5.1. Defensivas -----	80
5.2.5.2. Ofensivas -----	80
6. REFLECTIR A PRÁTICA -----	81
6.1. Período Preparatório -----	82
6.1.1. A construção de um jogar -----	83
6.1.2. A construção de uma equipa -----	85
6.2. Primeira Volta -----	87
6.2.1. Reflexão sobre o calendário competitivo -----	88
6.2.1.1. Plano da 1ª volta -----	88
6.2.1.2. Avaliação da 1ª volta -----	89
6.2.2. Reflexão Geral -----	90
6.3. Segunda Volta -----	95
6.3.1. Reflexão sobre o calendário competitivo -----	96
6.3.1.1. Plano da 2ª volta -----	96
6.3.1.2. Avaliação da 2ª volta -----	97
6.3.2. Reflexão Geral -----	99
6.4. Problemas Pertinentes -----	102
-----	XI

6.4.1. Dispensas possíveis ou necessárias? -----	102
6.4.2. A liderança dentro da equipa-----	103
6.4.3. Protocolo com o FC Porto-----	104
6.4.4. Imposição da Estrutura de Jogo-----	105
6.4.5. Ligação dos Juniores ao Futebol Profissional-----	106
6.5. Avaliação da Época-----	107
6.4.1. Perspectiva dos jogadores -----	108
6.4.2. Ilações dos treinadores-----	110
6.4.3. Avaliação individual dos jogadores -----	112
7. CONCLUSÕES -----	118
7.1. Perspectivas para o futuro -----	119
8. BIBLIOGRAFIA-----	121
9. SÍNTESE FINAL -----	129
10. ANEXOS -----	135

ÍNDICE DE FIGURAS

QUADRO 1 – MACRO PLANEAMENTO DO PERÍODO PREPARATÓRIO --	56
QUADRO 2 – MICRO PLANEAMENTO DA 1ª SEMANA -----	58
QUADRO 3 – MICRO PLANEAMENTO DA 2ª SEMANA -----	61

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1.....	ENTREVISTA JOGADOR 1	I
ANEXO 2.....	ENTREVISTA JOGADOR 2	VI
ANEXO 3.....	ENTREVISTA JOGADOR 3	X
ANEXO 4.....	ENTREVISTA JOGADOR 4	XIV
ANEXO 5.....	ENTREVISTA JOGADOR 5	XVII
ANEXO 6.....	ENTREVISTA COORDENADOR TÉCNICO	XXI
ANEXO 7.....	ENTREVISTA DIRECTOR GERAL FUTEBOL	XXVII
ANEXO 8.....	TREINADOR EQUIPA PROFISSIONAL	XXXIII
-----		XIII

RESUMO

No Futebol, a união entre o conhecimento científico e a experiência da prática empírica, constitui um importante desafio ao seu desenvolvimento. Trata-se de abrir portas para uma investigação que explora cada realidade como única e procura encontrar ligações entre os problemas concretos que o terreno coloca e o conhecimento científico já existente, permitindo avaliar a sua adequabilidade e identificar ausências e falhas na sua conjuntura actual.

O estágio profissionalizante propõe um trabalho de planeamento, sustentação, intervenção, reflexão e avaliação da prática do dia-a-dia de um treinador de Futebol, que se vê confrontado com uma necessidade constante de identificar e criar respostas para os mais diversos problemas com que se depara na sua profissão. Ao iniciar a prática profissional, este desafio confronta todo o conhecimento e experiência já adquiridos pelo novo profissional, com o conhecimento científico mais actual, elaborando e sustentando as suas decisões, encetando uma ambição constante pela competência.

O trabalho foi realizado no Leixões Sport Club, na liderança de uma equipa de Juniores A (Sub19), presente na 1ª Divisão do Campeonato Nacional de Juniores A da Federação Portuguesa de Futebol. Dentro do universo do clube, este escalão de formação encerra uma realidade singular que tem que ser identificada e estar presente em todos os momentos deste trabalho, permitindo um processo contextualizado e o mais eficaz possível.

A época foi rica em motivos para reflexão, contendo múltiplas situações com relevância e implicações para o desenrolar do processo de treino e jogo. Desde o momento do planeamento até ao momento de avaliação da época, existiu a responsabilidade de conduzir a equipa ao sucesso colectivo e individual, sucesso esse de acordo com o estatuto que o clube detém a nível nacional.

O conhecimento científico providencia dados e hipóteses para a resolução de problemas do terreno, mas qualquer aplicação está dependente da subjectividade da interpretação da realidade, baseada na experiência de observação e de interacção com os jogadores.

Palavras-chave: FUTEBOL, ÉPOCA, CLUBE, TREINADOR, EQUIPA

ABSTRACT

In Soccer, the union between the scientific knowledge and the empiric experience constitutes an important challenge to this sport development. It's about opening doors to an investigation that explores each reality as unique and tries to find connections between specific problems, given by the practice, and the scientific knowledge that already exists, allowing us to evaluate his suitability and identify possible failures and errors in the actual conjuncture.

This professional internship proposes a work of planning, sustainability, intervention, reflection and evaluation of the day-by-day of a Soccer coach, who sees himself confronted with the constant need to identify and create answers to the most different problems that are present in this profession. When beginning the professional career, this challenge brings up all the knowledge that already exists, preparing and supporting decisions, fighting for the constant ambition of competence.

This work took place in Leixões Sport Club, in the leadership of an Under19 team, present in the 1st division of the National Championship of Under19, of the Portuguese Football Federation. Inside the club universe, this level of formation has a very singular reality that has to be identified and be present in all situations, allowing a process with the right context and efficiency.

The season was rich in opportunities of reflection, containing multiples situations with relevance and implications to the development of the process of game and practice. Since planning time until the season evaluation moment, there was always the responsibility to carry the team through a collective and individual development heading to success, according to the club national status in this level of formation.

The scientific knowledge gives data and creates hypotheses to the resolution of problems born in the day-by-day action, but any possible application is dependent to the correct reality interpretation, always based on the coach experience of observation and interaction with the players.

Key words: SOCCER, SEASON, CLUB, COACH, TEAM

1. INTRODUÇÃO

Ser treinador de futebol nos presentes dias não é, de todo, uma profissão simples. Utilizando um exemplo oferecido por Valdano (2001), quando uma equipa sofre um golo o seu treinador parece-nos mais idiota, assim como quando uma equipa marca um golo, este mesmo nos parece mais perto de ser um génio. Desta forma, logo à partida, a fragilidade da confiança depositada nos treinadores pelos diferentes intervenientes neste fenómeno (direcções, adeptos e comunicação social), é bastante condicionadora para o desenvolvimento do seu trabalho no dia-a-dia. Duma maneira geral, como nos adianta Piriquito (2002, p. 4), *“o treinador tem que sobreviver e vencer no mundo da alta competição, dos resultados inadiáveis, das expectativas dos patrocinadores, da crueldade das tribos de «supporters»”,* o que o obriga a reconhecer a alta probabilidade de em múltiplos momentos da sua carreira não conseguir obter o sucesso esperado e cobrado por todos aqueles que envolvem o seu trabalho.

Para além disso, sabemos que o Futebol é um jogo altamente complexo e exigente a todos os níveis: *“...a complexidade do jogo é o próprio jogo, ou seja, a interacção entre as duas equipas, as interacções entre os jogadores da mesma equipa, o jogo das previsibilidades e das imprevisibilidades, que constantemente se confrontam, a aleatoriedade dos acontecimentos, a capacidade de criação das equipas e dos diferentes jogadores, a qualidade do jogo e dos jogadores e, conseqüentemente, os problemas levantados, proporcionam um meio complexo e caótico que, para ser perceptível, tem de ser gerado e analisado nesse envolvimento”* (Oliveira, J.G. 2004, p. 126).

Aclarando ainda mais o nosso propósito, Garganta (2004, p. 229) refere que *“...tal multiplicidade de requisitos torna imprescindível a existência de um sólido capital de competência técnica, de personalidade e de inteligência estratégica”*. Logo, as competências necessárias a um treinador são de tal forma exigentes e presas ao domínio do hipotético (numa atrevida e vulgar designação de “construção da sorte”), que motivam Lobo (2007, pp. 17-18) a realizar a seguinte reflexão: *“Formar uma equipa é como criar um estilo, uma atmosfera.*

Trata-se, acima de tudo, de dar uma alma a um conjunto de jogadores. É um mundo de emoções que a certo ponto parece envolver as personagens futebolísticas, jogadores e treinadores, numa auréola quase mística ou misteriosa.”

Mas o futebol não foi sempre visto desta forma. Todo o processo que envolve a preparação e orientação de uma equipa de futebol para uma ou várias competições, tem sido desenvolvido com o tempo, reagindo às várias tendências de cada época em direcção a um futuro que nos parece cada vez mais rico e próximo do próprio desenvolvimento humano. Como nos sugere Garganta (1995), as influências advêm de diversas correntes de pensamento e exploração de conhecimentos provenientes de várias áreas científicas, atribuindo à ciência estatuto de causa para grande parte desta evolução. Reforçando esta ideia, Cerezo (2000, cit. Leal, 2004) sugere que a ciência desempenha um papel importante no desenvolvimento do treino desportivo e, consequentemente, no crescimento da sua eficácia.

Mesmo dentro daquilo que se considera ciência no futebol, já podemos encontrar diversas formas de entender e pensar o jogo, assim como todo o processo de treino (Leal, 2004). Isto levou a uma inquestionável evolução da formação dos treinadores, que agora se vêem confrontados com uma quantidade enorme de informação que têm de saber filtrar. Só através da familiarização com toda a teoria produzida até hoje, assim como uma profunda especialização num determinado entendimento do jogo e posicionamento metodológico, conciliada com uma perspicaz apreensão da prática através da experiência e questionação, pode-nos permitir realizar uma reflexão válida e eficaz para intervir no terreno. Utilizando uma ideia construída por Garganta (2004), o treinador deve conhecer os diferentes caminhos, optar por um, aquele com o qual se identifica, tendo presente o alcance e limites que esse mesmo caminho envolve.

Num meio onde o empirismo (e inerente subjectividade) sempre esteve presente, surgiram várias tendências ao longo dos anos para o combater, entre as quais o controlo da condição física dos jogadores (e, de acordo com essa lógica, da equipa por consequência). Como refere Faria (1999, p. 6), “a

diversidade dos factores que concorrem para o alto rendimento das equipas e dos atletas, confronta-nos com uma série de problemas de natureza metodológica, que ao nível do treino nos transporta para uma constante reflexão no sentido da identificação das situações problema e da sua resolução". Assim, somos cada vez mais confrontados por uma necessidade de estudar o fenómeno e encontrar toda uma lógica processual que permita obter rendimentos superiores associados a resultados positivos. Consequentemente, e cada vez mais, só com muito trabalho conseguimos construir *treinar e jogar* com qualidade e eficácia que satisfaça os objectivos propostos aos treinadores.

Por conseguinte, neste trabalho propomo-nos a desenvolver um processo de estudo, planeamento, intervenção e avaliação, necessário à condução da equipa do escalão de Sub19 do *Leixões Sport Clube*, participante na 1ª Divisão do Campeonato Nacional de Juniores A (zona Norte), da Federação Portuguesa de Futebol. Neste relatório procuramos expor esse processo, definindo os seguintes objectivos:

- Perceber a evolução do Futebol.
- Conceber como se joga Futebol no Presente.
- Identificar e vivenciar as competências fundamentais exigidas actualmente a um treinador de futebol.
- Reflectir sobre o escalão de formação sub19 e respectivos objectivos e problemas.
- Criar um modelo de jogo.
- Criar um modelo de treino.
- Planear/executar/avaliar o processo de treino e o jogo.
- Reflectir e avaliar todo o trabalho realizado.

De forma a sustentar os objectivos anteriores, adoptamos uma metodologia suportada numa revisão bibliográfica e documental, através da qual se procurou enquadrar as problemáticas em causa e verificar o estado actual do conhecimento que as abordam, suportando as nossas próprias convicções.

Para uma sólida constatação da realidade, realizamos também entrevistas a alguns jogadores da equipa, ao Coordenador Técnico da formação do Leixões Sport Clube, assim como ao Director Geral do Futebol e Treinador Principal da

equipa Profissional. Levadas a cabo entre 10 e 19 de Março de 2009, foram registadas num gravador “*Olympus*” (VN240PC), sempre com o conhecimento e autorização dos entrevistados. Estas individualidades acrescentam um conjunto de conhecimentos e experiências chave para todo o desenvolvimento desta reflexão, assim como para todo o trabalho realizado no clube.

A estruturação deste estudo será organizada nos seguintes pontos:

1. Introdução, onde apresentamos o trabalho e a definição dos objectivos e metodologia para os atingir.
2. O segundo ponto baseia-se numa contextualização do trabalho, procurando responder alargadamente à questão: no futebol de hoje, quem é o treinador da formação do Leixões Sport Club?
3. Segue-se uma identificação com o escalão de formação.
4. Como quarto ponto, apresentamos a organização e planeamento da época desportiva.
5. O quinto ponto é dedicado à criação de um modelo de jogo e modelo de treino para a equipa.
6. No sexto ponto, realizamos a avaliação e reflexão sobre todo o trabalho realizado, assim como a discussão sobre os problemas e questões levantados durante a época.
7. Conclusões sobre o trabalho realizado durante a época desportiva.
8. Bibliografia consultada.
9. Por último, temos em anexo as entrevistas realizadas.

Desta forma, pretende-se elaborar um relatório que constitua uma reflexão crítica a propósito da organização e gestão do treino e da competição de uma equipa de Futebol, ao longo de uma época desportiva, tendo em conta, fundamentalmente, as decisões e as intervenções do(s) treinador(es).

2. O FUTEBOL NA ACTUALIDADE

Antes de iniciar o trabalho a que nos propusemos, necessitamos identificar e caracterizar a realidade que vamos enfrentar. Para tal, recorreremos a uma recolha de informações que nos sirvam de ponto de partida para uma prática situada e devidamente sustentada. É neste sentido que procuramos perceber o Futebol enquanto modalidade desportiva altamente específica, identificar os seus desafios mais actuais, explorar a função e papel do treinador de futebol (com especial enfoque para a Formação), e mergulhar, por último, na realidade concreta do Leixões Sport Club, instituição onde este trabalho foi realizado.

2.1. Futebol: do passado ao presente

“O futebol não se aprende mais ao ar livre e no espaço aberto: nas ruas, nas praças e nos campos por cultivar. É ensinado no recinto fechado. A autorização para participar no jogo passou da amizade com o dono da bola para a matrícula numa escolinha. O jogo ao deus-dará cedeu o terreno à utilidade de aprender a ser jogador. O futebol virou negócio, uma possibilidade choruda de investir e ganhar dinheiro, ainda que revestida de preocupações e ênfases educativas.”

(Bento, 2004, p. 204)

“Se el fútbol es un espectáculo se supone que importan los espectadores. «El que quiera espectáculo que vaya al circo», dicen los que rapiñan este juego. Usted vaya al fútbol y reclámelo, está en su derecho.”

(Valdano, 2001, p. 51)

O Futebol de hoje não é o mesmo de há 50 anos atrás. Também não é o mesmo de há 30 anos, nem de há 10 anos atrás. A principal característica que se mantém é talvez a mais importante, a mais significativa, aquela que é central para um jogo que tem particular destaque no Desporto Mundial. Falamos da dramatização de um confronto onde a imprevisibilidade e a criatividade feita arte, transformam um simples jogo em algo representativo da natureza humana, em que reina o sucesso da adaptação, a luta pela

sobrevivência, e a diferença entre a exaltação e o desespero pode ser inexplicável, de tão anedótica que é.

É por isso que Valdano (2001, p. 27) nos fala da *(in)definição* do futebol como um “*juego estúpido para personas inteligentes*”, mostrando quanto o simples se pode aproximar do complexo à medida que vamos sabendo mais, que vamos entendendo a natureza humana e os desafios que um jogo como o futebol propõe. Apesar de também conhecidas as elevadas exigências ao nível físico/fisiológico que os 90 minutos suscitam aos jogadores (Soares, 2005), é nas exigências intelectuais, incluídas numa extensa e muito particular coordenação neuromuscular, que reside toda a complexidade e grandeza do Futebol. É o domínio do “*saber sobre um saber-fazer*” (Frade, 1989 cit. Oliveira, J.G. 2004, p. 41). Talvez o nosso *holy graal*.

Estas são as bases da modalidade, as suas raízes, o seu segredo, a partir de onde poderemos iniciar a busca por um entendimento devidamente ajustado da realidade. O futebol é diferente de todos os outros jogos, e tudo começa na sua *natureza* e, ainda antes disso, na do seu criador. Consideramos relevante a anterior utilização da palavra *natureza*, pois remonta a um estado primitivo da questão, a um conjunto de traços que caracterizam e identificam algo, obedecendo a uma ordem lógica (neste caso também cronológica) que a rege e explica (Departamento de Dicionários, 2004).

Desta forma, distinguimos 3 grandes pontos fundamentais para o nosso propósito de entender o futebol de hoje: a *natureza do Homem*, a *natureza do Jogo* e o *efeito do tempo*.

2.1.1. Natureza do Homem

“...a adopção do bipedismo foi o passo mais gigantesco da história humana, um passo que tornou tudo possível.”

(Massada, 2001, p. 106)

“O Futebol é um romântico de carne e osso. É feito por homens e faz os homens menos arqueados.”

(Bento, 2004, p. 199)

A singularidade do Futebol é fortemente marcada pela necessidade do jogador ter que intervir sobre o objecto de jogo, a bola, quase exclusivamente com os membros inferiores, ao mesmo tempo que estes estão envolvidos no equilíbrio e deslocamento do corpo (Garganta & Pinto, 1995). Através da impossibilidade de jogar/tocar a bola com os membros superiores (salvo excepção do Guarda-Redes), o jogador depara com um conjunto de problemas muito próprios da modalidade, inerentes às próprias características do Homem. Para se entender estes problemas, parece pertinente recorrer a uma exploração das alterações evolutivas que contribuíram para conformar tais características.

O primeiro e mais importante dado que colocamos na equação é o bipedismo, que segundo Massada (2001, p. 108) é uma *“antiga conquista hominídea, sendo talvez a primeira e a mais importante conquista evolutiva dos hominídeos”*. Ao cabo de cerca de 2 milhões de anos, esta terá originado a libertação dos membros superiores para a manipulação e fabricação de objectos, assim como o alargamento cerebral. Como refere Dunbar (2006), o bipedismo funciona como um dos marcadores fundamentais da Humanidade.

As vantagens da postura bípede são incríveis e reveladoras. De acordo com Massada (2001), o libertar das mãos permitiu o manuseamento de objectos, que com o tempo aperfeiçoou e deu origem a um crescimento do cérebro. Este aumento fez crescer a inteligência e a memória, terá permitido a aprendizagem de acções manipulativas complexas e a criação e produção de linguagem. O Homem tornou-se *“cabeçudo”*, criando novas estruturas cerebrais e, conseqüentemente, novas funções (Massada, 2006). Uma coisa leva à outra, a estruturação social foi sendo cada vez mais complexa, acompanhando um modo de vida em evolução. Assim, o Homem conquistou a Terra, tornando-se no *Ser* mais inteligente que conhecemos.

Ao mesmo tempo que as mãos se especializavam em acções manipulativas refinadas, os pés sofreram uma adaptação oposta, tornando-se nos órgãos de suporte corporal. As diferenças entre ambos são notórias, pois segundo Reichholf (1996 in Maciel, 2008), o pé Humano está adaptado à sua forma de locomoção. Ao longo da nossa história evolutiva, observamos um aumento das

diferenças entre mãos e pés, principalmente depois de adoptarmos a tão revolucionária postura vertical.

Uma das consequências do bipedismo passa pela “*instabilidade potencial*” que esta postura bipodálica comporta, quer através da elevação do seu centro de gravidade, quer através do estreitamento e redução dos pontos de apoio utilizados (Massada, 2001). Por conseguinte, os membros inferiores requerem uma grande especialização para a motricidade corporal, num primeiro passo para o equilíbrio corporal vertical, seguindo para uma capacidade de deslocamento básica, e, por último, é capaz de concretizar uma potencial capacidade de realização de deslocamentos de grande complexidade e diversidade, como a corrida e as mais variadas actividades desportivas. Só assim se justifica o tempo que uma criança demora a aprender a andar, a correr e a saltar, e a progressiva perda destas conquistas na velhice.

Visto que o Futebol requisita essencialmente o trem inferior, apela a uma especificidade funcional aparentemente “*ContraNatura*”, invertendo a tendência de emancipação do trem superior em detrimento do trem inferior (Maciel, 2008). Ainda com base no autor anterior (p. 245), Frade (2006) alega-nos que “*o futebol pede aos pés, aquilo que a evolução programou para as mãos*”. Esclarecedor. No entanto, a designação de “*ContraNatura*” fica-se pelo aparente, visto que foi precisamente esta evolução que permitiu ao Homem criar o Futebol e ter capacidade para o interpretar, para o jogar. Talvez um paradoxo. De qualquer maneira, para que o futebol aconteça, a funcionalidade cerebral humana tem que ser adaptada às exigências deste jogo, sofrendo uma aculturação própria, desviante do que é hábito evolutivo, desenvolvendo as devidas faculdades conquistadas numa educação corporal específica.

Podemos assim concluir que o domínio da bola de Futebol com os membros inferiores, principalmente com os pés, comporta muitos condicionalismos para o jogo. A complexidade é deveras superior quando conjugamos o equilíbrio corporal vertical, os deslocamentos e o manejo da bola, tudo centrado nos membros inferiores, longe do nível dos olhos. A isto acrescentamos o facto que em mais nenhuma actividade do quotidiano da vida das pessoas é realizado algo parecido, ou seja, é uma actividade ímpar, que não possui

transferências directas de mais nenhuma situação. Só jogando Futebol, respeitando a sua especificidade, podemos jogar melhor. Ao pensarmos no exemplo da dança, com a sua prática podemos melhorar a nossa coordenação pedal, os nossos deslocamentos, mas estamos longe do exigido pelo Futebol, da sua complexidade aos mais diversos níveis, não passando de uma transferência indirecta e muito limitada.

Podemos encontrar mais dados interessantes quando consideramos a lateralidade cerebral e motora do Homem. Com base em Massada (2006), sabemos que somos portadores de uma especialização assimétrica ou diferencial entre os hemisférios cerebrais, havendo uma forte convicção de que esta seja a semente de uma lateralidade motora. Assim, o Homem possui uma dominância mecânica de um dos pares de membros, sendo na maior parte das vezes no membro superior e inferior direito. Estas assimetrias são aumentadas com o tempo, através da repetição gestual, com as respectivas adaptações morfológicas e fisiológicas dos membros dominantes.

Esta diferenciação lateral dos membros inferiores é uma problemática muito importante para o Futebol. O domínio da bola, incluindo o remate e passe, é normalmente realizado pelo membro inferior dominante, ou seja, a qualidade com que o jogador actua com o pé dominante é superior à do pé não dominante. Isto provoca um ajuste posicional constante na procura do pé dominante, condicionando a qualidade dos deslocamentos, equilíbrios e posterior rapidez de intervenção sobre o jogo. É para combater estas limitações que cada vez mais se insiste na formação das crianças como ambidextras, incutindo essa funcionalidade cerebral (consequentemente tornada motora) no momento em que o cérebro está a formar o seu “mapa” motor.

Por último, sabendo da essencialidade da sociabilidade humana, não podemos deixar de perceber onde se encaixa o Futebol nas necessidades sociais do Homem e no seu modo de vida. Perante o relevo que o Futebol possui hoje a nível mundial, mexendo com o dia-a-dia de pequenas comunidades, de cidades, de países e até continentes, temos que considerar a hipótese da existência de algum “poder” particular deste Jogo sobre todos os seus adeptos e simpatizantes. Talvez seja *o Jogo do Homem*.

No exemplo Brasileiro, Lima (2005) aponta o Futebol como “*um modo de cidadania*”, reflectindo a própria sociedade brasileira, que encontrou neste Jogo uma forma de se expressar e manifestar. Sendo indesmentível que Brasil é quase sinónimo de Futebol, possuindo o maior Estádio de Futebol do Mundo (Maracanã) e sendo sempre um dos favoritos a vencer o Campeonato do Mundo, o Homem brasileiro comum reconhece no Futebol parte da sua identidade e dedica-lhe parte da sua própria vida.

Já numa perspectiva mais global, Costa (2004) afirma que o futebol é um *fenómeno social total* (onde podemos observar traços das várias instâncias fundamentais da sociedade), de natureza e funcionamento simbólicos numa realidade social concreta, onde está perfeitamente integrado. É neste seguimento que este autor considera que o Futebol pode representar simbolicamente uma sociedade, quer no seu funcionamento global, quer nas suas vertentes mais diversas.

Assim, podemos aferir que o Homem necessita de um conjunto de vivências sociais que suportam toda a lógica comportamental que estes tempos lhe impõem. No Futebol, ele encontra um meio que lhe proporciona muitas dessas vivências, algumas delas de carácter inconsciente, pois remontam à natureza mítica e ritualista das nossas origens. O Futebol funciona muitas vezes como forma de concretização da existência humana, transportando um simbolismo deveras significativo, que leva mesmo Costa (2005) a colocar a hipótese de o Futebol ser o fenómeno social mais significativo do nosso tempo.

Em jeito de conclusão, citando Costa (2005, p. 23), “*o futebol apresenta-se, portanto, como uma epopeia do humano, uma libertação criadora oferecida a cada homem, uma conquista permanente, em que o homem pode alcançar sempre novas vitórias sobre si próprio e tornar-se cada vez mais herói de sua própria vida*”. Talvez isto seja a raiz das respostas para muitas das questões que se colocam hoje no Futebol.

Concluindo, podemos sintetizar que o Futebol apresenta características que o tornam deveras específico, solicitando adaptações e aprendizagens que têm que ser consideradas por um processo de formação de futebolistas de

qualidade, não esquecendo o simbolismo e significado que este jogo carrega para o Homem em todos os momentos.

2.1.2. Natureza do Jogo

“A veces bastan tres segundos para que el fútbol sea maravilloso.”

(Valdano, 2001, p. 36)

O Futebol acontece em torno de uma bola. Símbolo do Sol e de todo um conjunto de representações cosmológicas, a bola está carregada de uma simbologia mítica, que remonta às nossas origens (Costa, 2005). Perante o seu carácter transcendente, o Homem não consegue exercer poder sobre ela, ou seja, o seu domínio é algo superior ao Homem, utópico, mas presente na imaginação e sonhos de todos os que gostam deste Jogo. Somente alguns, idolatrados e elevados a heróis, conseguem atingir um plano superior perto desse sonho. Falamos de jogadores como Pelé, Maradona, Platini e Eusébio, ou mesmo de equipas ou Selecções, como o Brasil de 1970.

Assim, não podendo agarrar ou mesmo tocar a bola com os membros superiores (com excepção para o Guarda-Redes), a sua posse é sempre relativa, não sendo protegida pelas regras do jogo. Neste seguimento, consideramos ajustadas as afirmações de Maciel (2008) que levantam a possibilidade de uma *corporização* da bola, associada a um mapeamento cerebral específico do corpo e a uma *somatização* do próprio Jogo. Só através de uma elevada capacidade táctica individual e colectiva, é que uma equipa pode dominar os constantes constrangimentos bola-espaco-tempo, mantendo-a inalcançável à equipa adversária. As implicações da precariedade da posse de bola são uma das particularidades mais importantes do Jogo de Futebol.

O controlo colectivo da bola pode ser realizado de muitas maneiras, mas tem por norma o objectivo final de ataque à baliza contrária, a concretização do golo. Como a posse de bola é relativa, a finalização adquire capital importância, pois verificamos um baixo número de finalizações associado a uma baixa percentagem de sucesso. Daí que um golo no Futebol seja um acontecimento marcante e decisivo no desenrolar do jogo, o que torna esta modalidade

deveras emocionante e entusiasmante. De acordo com Garganta & Pinto (1995), a baixa percentagem de êxito no Futebol possibilita que equipas de nível inferior derrotem equipas de nível superior. É a ausência da balança da justiça. Por vezes incomoda, outras vezes consola.

Depois de identificado e percebido o problema anterior, é necessário que as equipas se preparem para todas as suas consequências. As equipas pretendem vencer, ou seja, marcar mais golos que o adversário, o que as leva a ter que tornar o seu jogar o mais eficaz possível durante todo o jogo. Isto levanta a questão: como dividir o jogo para que o possamos ler devidamente?

Actualmente, pensa-se que podemos dividir o jogo em 4 momentos que contemplam todo o seu desenrolar. São diversos os autores que defendem esta forma de interpretação do Jogo, entre os quais Frade (1989, in Oliveira, J.G. 2004), Mourinho (1999 in Faria, 1999), Valdano (2001), Oliveira, J.G. (2004), Lobo (2007) e muitos outros. Falamos do *momento ofensivo*, *transição ataque/defesa*, *momento defensivo* e *transição defesa/ataque*. É esta identificação que permite às equipas apresentar uma interpretação colectiva de cada situação de jogo, situando-as permanentemente no seu plano de jogo.

É já um lugar comum afirmarmos que para as equipas criarem e aplicarem um plano de jogo, necessitam de *organização*. Como exemplo, podemos atender à opinião de Teodorescu (1984), que aponta as acções e interacções dos jogadores como carentes de organização. Ao longo dos tempos, esta carência tem vindo a ser mais valorizada, estando associada directamente ao sucesso desportivo (Pinto, 1996). Isto acontece porque as equipas perseguem continuamente um agir colectivo de jogo, de forma a que o “sistema equipa” exponha propriedades que a sobreponham ao “sistema adversário”.

Continuando a nossa viagem, Garganta & Pinto (1994) chamam a atenção para mais algumas características específicas do jogo de futebol, que o tornam distinto dos restantes Jogos Desportivos Colectivos: as dimensões do terreno de jogo, bastante superiores à maioria dos restantes Jogos Desportivos Colectivos; o número de Jogadores, 11 x 11, também mais elevado que a maioria dos jogos; e a duração do jogo, 90min (fora descontos de tempo), o

que requer um prolongar considerável do tempo da performance de cada jogador e da equipa.

Perante as medidas típicas de um campo de Futebol, se dividirmos todo o espaço pelos 11 jogadores em campo, chegamos a um valor entre os 300 e 340 metros quadrados (Castelo, 1994). Para superar a evidente impossibilidade de ocupação de todo o terreno de jogo, recorreremos à atribuição de diferentes importâncias aos espaços de jogo, com destaque para os espaços mais perto dos alvos. Como refere Lobo (2007, p. 204), este é um *“problema geográfico que dará vantagem a quem ocupar todas as zonas do relvado de modo mais inteligente”*. Todo o comportamento de uma equipa é influenciado pelo espaço onde cada situação de jogo ocorre (zona da bola), conjugado com uma leitura do posicionamento dos jogadores adversários e da própria equipa em relação aos alvos (balizas).

Quando observamos o espaço de jogo podemos distinguir um conjunto de divisões e marcações muito próprias do Jogo de Futebol. Os alvos (balizas) situam-se nos topos de um terreno de jogo rectangular, o que de acordo com Garganta & Pinto (1995) dá origem a uma divisão do terreno em duas metades (meio-campo defensivo e ofensivo), ou mesmo em 3 sectores (defensivo, intermédio e ofensivo). Devido à considerável largura, estes mesmos autores afirmam que é possível também dividir o espaço de jogo em 3 corredores (central e laterais). As Grande Áreas, circundantes aos alvos, são zonas muito particulares que implicam diferentes atitudes e comportamentos para a equipa que defende e para a equipa que ataca. Tudo isto permite que as equipas adaptem os seus comportamentos de acordo com aquilo que consideram ser os espaços mais e menos importantes, utilizando padrões comportamentais facilmente identificáveis. A eficiência de uma equipa depende da selecção e deslocamento de jogadores para os espaços correctos, criando (ofensivamente) ou restringindo (defensivamente), perante a variabilidade de cada situação de jogo (Castelo, 1994).

Espaços de jogo com diferentes dimensões possibilitam, ou mesmo exigem, alterações no jogar de cada equipa. Um campo com as medidas máximas permite uma gestão dos momentos de jogo bem diferente daquela que

conseguimos num campo com medidas mínimas. Como sugere Garganta (1997), a restrição do espaço disponível para dar solução a cada situação de jogo implica uma importante diminuição do tempo de acção. Assim, nos campos mais pequenos, os jogadores sofrem uma redução significativa do tempo para resolução dos problemas criados pelas várias situações de jogo, originando uma quebra de eficácia e rendimento (Castelo, 1996). Menos espaço, menos tempo, mais erros, mais contacto físico, mais facilidade de chegar às balizas adversárias, mais imprevisibilidade, tudo isto é colocado na equação somente com a diminuição das dimensões do terreno de jogo. Conjugado ainda com outros factores, como as condições do terreno de jogo (estado da relva) e o clima, este é um aspecto a ter sempre em conta em qualquer competição no Futebol.

Analisemos agora as implicações do número de jogadores em campo. Com 11 jogadores em cada equipa, perfazendo 22 intervenientes, o Futebol apresenta níveis de imprevisibilidade bem mais elevados do que a generalidade dos outros jogos (Castelo, 1996). Isto porque, quantos mais elementos houver num sistema, maior será a probabilidade deste se mover da ordem para a desordem (Boltzmann, cit. por Capra, 1996), ou seja, é mais difícil prever o desenvolvimento do jogo e, consequentemente, é mais difícil conseguir impor uma organização adequada aos objectivos de cada equipa. Também Dufour (1993, cit. Garganta, 1996) afirma que o Futebol evidencia uma estrutura multifactorial de grande complexidade, sendo o Jogo Desportivo Colectivo que comporta maior grau de indeterminismo. Logo, o jogo de Futebol é rico em situações de imprevisibilidade e aleatoriedade, que não podem ser determinadas antecipadamente (Garganta, 1996).

Mais do que não ser possível prever o vencedor do jogo, é extremamente difícil prever o encadeamento e desenrolar de cada situação de jogo, visto que, com base em Castelo (1994), o Jogo exige concentração e capacidade de decisão perante um contínuo fluir de novas situações de jogo, exigindo previsão, reflexão e decisão. Com a simples observação de um qualquer jogo de futebol, podemos identificar a extrema sensibilidade às condições iniciais, isto é, com base em Capra (1996), mudanças diminutas no estado inicial do

sistema podem produzir, ao longo do tempo, consequências em grande escala. Esta característica acarreta implicações no comportamento do sistema, tornando impossível prever o resultado do jogo (Cunha e Silva, 1999).

Outra das características do jogo é o extenso tempo de jogo, que é *“realizado a uma intensidade muito elevada, de forma intermitente e com sequências aleatórias de fases de esforço e repouso”* (Soares, 2005, p. 10). As duas partes de 45 minutos transformam o Jogo numa prova física muito particular de resistência à fadiga, onde a intensidade do jogo é proporcional ao nível competitivo, pois segundo Bangsbo (1994), quanto maior o nível competitivo, mais intenso é o jogo, ou seja, os jogadores deslocam-se mais rápido por espaço de tempo. A intermitência natural do jogo, que tanto requer um sprint como um simples deslocamento a passo ou mesmo o parar, associada a todos os movimentos onerosos de domínio da bola e luta pela sua posse, são extremamente desgastantes e requisitam um padrão muscular de esforço muito específico.

As regras do Jogo relacionadas com as substituições também distinguem esta modalidade de todas as outras, acrescentando exigência e dramatismo. As 3 substituições traduzem-se numa capacidade reduzida para produzir alterações na equipa durante o jogo e numa limitada possibilidade de refrescar a equipa com jogadores não fatigados. Sabemos que dos 11 jogadores de uma equipa, pelo menos 8 têm de concretizar todo o tempo de jogo.

Por conseguinte, sem grande surpresa, o Futebol contém uma considerável propensão às lesões, quer sejam musculares, quer sejam traumáticas articulares e ósseas, provocadas pelo tipo de choque inerente ao jogo. Aceitando isto, existe uma importante dedução a retirar em torno da capacidade de rendimento da equipa: se o Jogo é tão exigente e tão específico, então o treino também tem que o ser, o que implica que tenha que existir uma adequada relação entre o jogo, treino e repouso. No entanto, isto não se verifica na alta competição, onde se verifica um número excessivo de competições com tempos de recuperação inapropriados (Soares, 2007). O desgaste energético e muscular nesta modalidade é de tal forma elevado, que são necessários vários dias para que o organismo se recomponha totalmente e

esteja novamente na sua máxima capacidade para a competição. Segundo Soares (2007, p. 44), “*encontrar a relação ideal entre a carga e recuperação é actualmente uma aspecto essencial do treino*”, que associado a um trabalho rigoroso de prevenção, pode reduzir significativamente as lesões musculares e mesmo as articulares.

2.1.3. Efeito do Tempo

Nas suas primeiras décadas de existência, final do século XIX e início do século XX, o futebol não era mais do que uma “sequência aleatória de acções individuais”, num jogo sem sentido colectivo onde os jogadores se distinguiam pelas suas capacidades de progressão e drible. As próprias regras do jogo estavam adaptadas a essa forma de jogo, principalmente através da primeira lei do fora-de-jogo, que obrigava à progressão individual no terreno de jogo ao impedir passes para colegas adiantados. Logo, o virtuosismo dos jogadores ditava a equipa vencedora (Castelo, 1994; Pinto, 1996; Oliveira, J.G. 2004).

É já na Escócia de finais do séc. XIX que começa a ser utilizado o passe (Castelo, 1994), tornando-se na opção de jogo alternativa à jogada individual, permitindo o desenvolvimento de um sentido colectivo no jogo. Com a criação da *Football Association*, o Futebol cimentou a sua identidade, separando-se definitivamente do rãguebi (Oliveira, J.G. 2004). A alteração à lei do fora-de-jogo foi um dos seus principais alicerces, possibilitando o adiantamento da bola no espaço de jogo. Com o passe, começava a fazer sentido falar em posse de bola, verificando-se que seria possível às equipas terem a bola sob o seu poder, adquirindo o comando e controlo do jogo.

No entanto, para que a introdução do passe fosse efectiva, as equipas necessitavam de algo mais, algo que lhes possibilitasse utilizar todo o espaço de jogo em seu favor, mantendo a bola longe dos jogadores adversários. Tinham que procurar coordenar as suas acções, os seus deslocamentos, os seus posicionamentos. Progressivamente, foi nascendo e crescendo o que Pinto (1996) chama de “*organização colectiva*” das equipas, que começou por ser uma simples distribuição espacial dos jogadores, onde se procurava um posicionamento equilibrado e racional no espaço de jogo. Mesmo assim, a

baixa *dinâmica de jogo* não implicava alterações na disposição dos jogadores em campo, continuando a remeter a diferenciação das equipas para a capacidade de execução dos jogadores (Oliveira, J.G. 2004).

Mais tarde, segundo Pinto (1996), as características do jogo foram-se alterando significativamente, aumentando a autonomia e o espaço de intervenção de cada jogador. O fundamental passava a ser a dinâmica necessária para criar permanentes situações de vantagem, quer defensivas quer ofensivas. Este autor fala-nos numa “*vertente funcional*” que vai obrigando a “*vertente estrutural*” a mover-se, a adaptar-se, a mudar. Assim, as qualidades colectivas das equipas adquirem preponderância, mudando a cara do jogo.

Até chegarmos ao Futebol actual, este passou por vários períodos, com criação de diversos estilos de jogo e predomínio de diferentes dimensões do rendimento. Com base em J.G. Oliveira (2004), até aos anos 70 a dimensão Tática e Técnica eram centrais na evolução do Futebol: a dimensão Tática através da evolução dos sistemas com respectivas ideias de jogo; e a dimensão Técnica através da criação de jogadores com capacidades técnicas que dessem resposta aos novos sistemas e ideias de jogo. Após os anos 70 a conjuntura mudou, respondendo à evolução do Jogo e em relevante medida ao desenvolvimento científico no Desporto e, em especial, no Futebol.

Com o reconhecimento da importância da dinâmica de jogo (o que implicava um maior esforço físico aos jogadores), a capacidade física passou a ser vista como determinante para o êxito das equipas e dos jogadores (Castelo, 1996). Com apoio em J.G. Oliveira (2004), podemos afirmar que a metodologia de treino e fisiologia do exercício adquiriram uma importância central no planeamento e processo de treino, originando uma desfragmentação dos diferentes factores de rendimento. Uma boa parte do treino era dedicada à resistência, força e velocidade, provocando um «destreino» das capacidades táticas e técnicas dos jogadores. Isto implicava que as equipas jogassem mais rápido, mais agressivamente, mais duro, mas pior. Os próprios jogadores eram muitas vezes seleccionados tendo em vista o seu potencial físico, em vez do seu potencial futebolístico. Era o esplendor do futebol físico.

No entanto, mesmo durante esta época, nem todos pensavam desta forma. J.G. Oliveira (2004) aponta Rinus Michels e Stephan Kovacs como os melhores exemplos de defensores de outras formas de entender o Jogo e Treino desta época. Ambos tiveram um papel fundamental no futuro desenvolvimento do Futebol, obrando aquilo que Lobo (2002) denomina de “*grande revolução táctica*”, o “*Futebol Total*”, onde mostraram que o melhor do Futebol assentava na qualidade táctica e técnica dos jogadores e das equipas, que produziam extraordinárias formas de jogar. O Futebol era melhor, mais espectacular, mais bonito, desvalorizando todos os restantes *jogares*.

Por conseguinte, J.G. Oliveira (2004) diz-nos que nesta época foram criadas duas ideias distintas de jogo: a táctico-técnica e a táctico-física. Estas persistiram durante muitos anos, protagonizando uma luta constante de razões e vitórias, apoiada pela lenta profissionalização dos técnicos e pelos instintos de sobrevivência num Desporto mediático e pragmático. Já na actualidade, apesar de ainda existir uma grande divisão, podemos adivinhar para breve um final para este duelo, se é que ele ainda não aconteceu.

Como sugere André Vilas Boas (2008, in Silva, A. 2008), nos últimos 10 anos houve uma grande mudança no vocabulário, no discurso e na forma como as pessoas analisam o jogo. Logo, cremos que todo o Jogo está a ser repensado, quer a nível da sua interpretação e entendimento, quer a nível do planeamento e processo de treino, onde se gera a competição, montra da modalidade. Isto porque é ao nível do treino que, através dos exercícios, podemos melhorar aquilo que deve ser central na preocupação do treinador, isto é, a organização e a qualidade de jogo (Faria, 1999).

E assim chegamos ao Futebol actual, um Jogo de elevada complexidade, onde a dualidade organização/criatividade está em permanente interacção, procurando criar jogares cada vez mais colectivos e coordenados, que promovam uma maior criatividade e sejam mais capazes de gerar e tirar proveito do imprevisto. Atendendo ao referido por Oliveira (2008, in Silva, M. 2008), quanto mais criatividade existir dentro da lógica organizacional da equipa, melhor ou mais rica é a organização de jogo. Os padrões de jogo têm de aparecer, mas não sabemos os detalhes de como estes vão emergir, pois

estes acontecem no domínio do “aqui e agora”. Estes detalhes são de extrema importância para a evolução da equipa e do próprio jogo.

O talento (tendo a criatividade como pedra basilar) e ordem (entenda-se organização), “*estão para o futebol como a moldura e a tela para a pintura*” (Lobo, 2007, p. 48). Um jogar de qualidade não se pode basear somente na ordem, mesmo que a comporte e produza, mas necessita de uma cooperação entre a ordem e desordem para criar uma organização complexa e adaptável (Tamarit, 2007). No seu último livro (2008), Lobo fala-nos numa “*desorganização organizada*”, ou seja, as equipas desorganizam as suas referências posicionais estáticas através de uma dinâmica colectiva, mas sem perder a organização que define e regula o seu sistema de jogo (entenda-se forma de jogar da equipa).

No entanto, tudo isto implica que exista um Modelo de Jogo que conduza e coordene todo o processo de treino e, conseqüentemente, dê origem a um jogar particular de uma equipa, à sua singularidade, ou ainda melhor, à sua identidade. Então, antes de mais, para que uma equipa seja capaz de se auto-organizar, tem que possuir um ADN, uma identidade, que, segundo Frade (2006, in Cardoso, 2006), é necessariamente sustentada numa organização, que emerge do modelo de jogo do treinador aplicado à equipa.

Outro aspecto relevante para decifrar a evolução do Jogo até ao presente, reside nas alterações às Leis do Jogo. Se considerarmos a relatividade da posse de bola como um, ou mesmo o elemento preponderante para este espectáculo desportivo, constatamos que ao longo da sua história foram sendo introduzidas pequenas alterações que, intencionalmente ou não, aumentaram a imprevisibilidade e obrigaram as equipas a cada vez investir na sua capacidade de “ter a bola”. As leis do fora-de-jogo e do atraso ao Guarda-Redes são bons exemplos disto: a lei do fora-de-jogo impede as equipas de posicionar jogadores mais perto da baliza adversária, reduzindo o espaço jogável e obrigando ao confronto pela posse de bola em espaços com maior concentração de jogadores; e a impossibilidade de atrasar a bola com os pés ao Guarda-Redes aumentou a insegurança da circulação de bola em espaços recuados de jogo, obrigando as equipas a serem mais objectivas e

transportarem a bola para o centro do terreno de jogo, isto porque antes os atrasos ao Guarda-Redes serviam como “*porto seguro*” para a manutenção da posse de bola, permitindo mesmo a realização de anti-jogo, visto que a bola nas mãos do Guarda-Redes era, e ainda é, a única situação em que as regras do jogo protegem a posse de bola. Ambas as alterações “levaram” a bola para o meio-campo, resultando num grande crescimento táctico colectivo das equipas directamente associado a um claro aumento da complexidade do Jogo.

Assim, parece-nos evidente que o Jogo foi mudando. Como refere Pacheco (1991), novas necessidades impostas pelo Jogo obrigam a uma constante adaptação por parte dos jogadores e equipas: menor espaço de acção, menor tempo de intervenção, decisão e execução, associado a um aumento das acções colectivas, exigem um novo pensamento táctico, uma nova mentalidade táctica. Hoje, joga-se melhor e imprime-se ritmos muito mais elevados.

Valdano (2002) é claro ao afirmar que os espaços e tempos de jogo estão a diminuir, ao mesmo tempo que a pressão defensiva exercida pelas equipas é cada vez mais agressiva. Segundo Lobo (2007) pode até dizer-se que a intensidade de jogo habita no coração do futebol moderno.

No estudo realizado por Werner Kuhn (2005), o autor refere que um conjunto de 20 antigos treinadores profissionais de idades compreendidas entre 60 e 89, concordaram que o tempo e espaço no Futebol mudaram drasticamente nos últimos 50 anos, tendo aumentado a velocidade de jogo e a qualidade das equipas. Gérard Houiller (2007) corrobora este entendimento ao referir que a evolução é profunda no âmbito da velocidade, da redução de espaços e das exigências técnicas e físicas.

Por outro lado, ao consultarmos Soares (2007), pode-se aferir que as características e números das lesões ocorridas nas grandes competições são indicadores de que o jogo está a ficar mais exigente e propenso ao choque. Também é cada vez maior a capacidade de rendimento dos jogadores e das equipas, que chegam a fazer 70 jogos por época, levantando muitas vezes a sombra do *sobretreino*. O jogo passou a ser demasiado científico para ser só jogo, apesar de ainda manter aquilo que lhe é natural, ou seja, também é demasiado jogo para ser só ciência (Natal, 2005). As equipas e o Jogo estão a

evoluir em conjunto, produzindo espectáculos de ritmo elevado, preenchidos por níveis de concentração e inteligência cada vez mais exigentes. Como diz o povo: *“depressa e bem, há pouco quem”*. É este o desafio actual do Futebol.

Outro aspecto indesmentivelmente decisivo para entendermos o Futebol de hoje, é o mediatismo e o negócio que o envolve. Face à evidência de que o Futebol se tornou na *“modalidade desportiva mais popular do mundo, constituindo-se em fenómeno de atracção de massas inigualável”* (Oliveira, J. 2004, p. 235), *“o futebol continua a aumentar a sua dimensão económica e financeira enquanto grande indústria do entretenimento”* (Seara, 2005). O volume de dinheiro que o Futebol gera chega a ser obsceno para o comum dos trabalhadores, que concedem parte do pouco dinheiro que têm para pagar salários exorbitantes aos participantes no fenómeno (jogadores, treinadores, dirigentes, funcionários, etc.). Como sempre, onde há poder económico acontece a inversão de princípios e valores que alimentam moralmente a sociedade, como friamente explica José Augusto (Santos, 2004, pp. 219-220): *“O jogo passou de Jogo a indústria. Ainda mantém o sortilégio, a magia, o encanto, o chamamento, mas só para quem o vê de fora. Quem o vive por dentro, vê-o como profissão, como alavanca de promoção política, como indústria a rentabilizar, como palco de vaidades, como estratégia financeira, como meio de lavagem de dinheiro sujo, como meio de dissuasão de tensões sociais, etc., mas nunca o sente na sua essência lúdica, porque isso é desejo de nefelibatas alheios à realidade intrínseca do Futebol”*.

Isto acontece a nível internacional, mas também tem uma expressão significativa no nosso país. Mesmo quando consideramos a nossa realidade particular, Costa (2004) é peremptório ao afirmar que *“Portugal é, e continuará a ser, um país de Futebol.”* Basta observar o tempo que o Futebol ocupa nos telejornais das principais estações televisivas para percebermos que ocupa um lugar de destaque na vida social actual, pois como refere o jornalista Miguel Torrão (2008, in Silva, A. 2008), *“Portugal é um país que vive o futebol de uma forma muito particular. Discute-se futebol nos espaços públicos, nos cafés, no local de trabalho. (...) Vivemos muito o futebol, fala-se muito de futebol em*

Portugal...". Arriscamo-nos mesmo a classificar o Futebol como uma parte importante da vida de muitos Portugueses.

Concluindo, o Futebol de hoje é um fenómeno muito singular, cada vez mais exigente e desafiador, que requer cada vez mais profissionais com elevada formação e competência que respondam positivamente à evolução de um desporto moderno (com pouco mais de um século de vida) com um peso muito relevante na conjuntura desportiva e mesmo na sociedade actual.

2.2. O Treinador de Futebol de hoje

"...o que é, afinal, ser treinador? Podem existir igualmente muitas respostas, todas válidas, mas há uma bem clara: É saber de jogadores."

(Lobo, 2007, p. 110)

Tendo em conta as características que, segundo Bühler (1962), estão presentes num grupo estruturado, podemos considerar uma equipa de futebol como sendo de facto um grupo com "*sentimento de nós*". Assim, com base em Neto (2000), classificamos uma equipa de Futebol como um grupo social primário, onde o contacto regular, pessoal e íntimo está constantemente presente ao longo de toda a época. Além disto, sabendo que a consciência das hierarquias são implementadas na percepção social desde os primeiros anos de vida de uma pessoa, para que o grupo funcione e responda positivamente aos desafios que lhe são apresentados, necessita de uma liderança que apresente qualidades valiosas para este contexto, revelando inteligência, criatividade, determinação e tomando decisões eficazes para a obtenção dos objectivos (Bühler, 1962). Sendo assim, como refere Robins (2002), o líder é aquele que tem capacidade de influenciar um grupo em direcção ao alcance positivo de objectivos. A união em torno de um líder foi sempre uma condição indispensável à eficácia de uma existência colectiva, pois é este que, para além de muitas outras coisas, define os objectivos colectivos, assume decisões e representa o grupo para o exterior. Podemos mesmo dizer que quando duas ou mais pessoas se agrupam, surge sempre (naturalmente ou não) um líder que,

por algum motivo, converge nele uma maior confiança e autonomia para decidir pelo grupo, ou seja, detém maior poder e credibilidade do que os restantes elementos. *“Os líderes estão à nossa frente, entre o presente e o futuro, vendo, e criando, o que a maioria ainda não viu, conduzindo-nos precisamente para essa visão de futuro e dessa forma influenciando o comportamento individual e colectivo do grupo onde actuam”* (Lourenço & Ilharco, 2007, p. 167). Como tal, esta conquista não é nada simples, implicando conseguir exercer uma forte e resistente influência sobre todos os liderados, conhecendo as suas particularidades e actuando de forma a potenciar o comportamento de cada elemento, sempre em prol dos objectivos definidos para o grupo no seu todo.

O Futebol não é excepção à regra. Mesmo a estrutura agonística do Jogo, incorporada num “nós” contra um “eles”, funciona como um potente mecanismo de produção de identidades colectivas (Damo, 2007). No entanto, a criação/construção dessa identidade é tanto mais rica, sólida e eficaz quanto mais ajustada é a sua liderança, unindo todos os esforços em torno dos mesmos objectivos, perseguindo metas semelhantes para o “nós” colectivo.

A função do treinador é a de líder do grupo de trabalho, desempenhando um papel crucial no fenómeno. É no mínimo interessante percorrer a linha temporal da vida do Jogo e apercebermo-nos da existência de diversos treinadores que foram, e ainda são, exemplos de como o seu trabalho pode ser determinante para o desenvolvimento do Futebol. Não só os jogadores pertencem ao domínio do imaginário, do sonho, do transcendente, mas também os treinadores ocupam um lugar especial nos lugares das lendas, dos mitos, do fantástico. Talvez seja resultado da dramática condenação a ser aquele indivíduo do 8 ou do 80, do pior ou do melhor, do tudo ou nada, exactamente como refere Valdano (2001, p. 145): *“Lo somos todo: grandes líderes que conducen a la gloria. Y no somos nada: pobres tipos que dependemos de la suerte.”* Um triste fado, que ainda assim consegue ser bastante sedutor, ou não fosse dotado de um posicionamento director e central a todo o fenómeno, tendo na mão a possibilidade de concretizar as esperanças e sonhos de todos os que estão à sua volta. Também Garganta (2006 in Costa, 2006) parece concordar com esta dinâmica de extremos, ao afirmar o seguinte: *“A função de*

treinador é, pois, ampla e muito susceptível, porquanto sujeita a flutuações de humor, quebras psicológicas, depressão, fadiga, acompanhados de uma sensação de isolamento, embora, em contrapartida, temperada com uma sensação de exaltação, de heroicidade”.

Ao percorrermos as páginas de Lobo (2002), concretamente no capítulo “*Aprendendo com os Mestres*”, podemos vislumbrar a estreita relação entre os treinadores (homens de substância, inteligência e cultura) e as suas equipas (conjunto de jogadores que, num dado momento, trabalharam na busca de um mesmo propósito, sujeitando-se ao efeito de uma mesma visão), sugerindo mesmo uma primária mas, por certo, humana dependência. Reforçando esta ideia, Rodrigues e Pina (1999, in Pacheco 2005) consideram que a influência exercida pelo treinador é um dos factores mais potenciadores do sucesso dos jogadores e das equipas em competição. É por isso que Lobo (2007) concorda com Valdano (2001) e afirma que os treinadores devem fundamentalmente saber de jogadores: “*Conhecer-lhes os traços técnicos e táticos, o lado humano e o desportivo, acções e reacções, enfim, tudo!*”. Isto porque, como afirma Araújo (2002), não é o treinador que joga, mas sim os jogadores.

No entanto, o *saber de jogadores* não se esgota aqui, pelo contrário. Prolonga-se a todo um conjunto infindável de aspectos que concorrem todos os dias para a construção de uma equipa, e o treinador tem que ser capaz de os abarcar a todos, reforçando constantemente a sua posição de líder. Como sugere Valdano (2007b), “*gerir a incerteza, a diversidade, a crise, a emotividade, a fadiga, a mobilidade, a mudança permanente...requer um factor de equilíbrio forte representado na figura do treinador*”. A complexidade da missão do treinador é de tal forma elevada que exige uma preparação muito meticulosa para que este consiga dar resposta aos constantes novos desafios que lhe vão sendo colocados ao longo da época. A cada problema, a cada treino, a cada jogo, toda a sua acção é reflectida, adaptada e readaptada na forma de experiência, concretizada num trabalho cada vez mais competente. Como refere Garganta (2006 in Costa, 2006), o “*treino será sempre, por definição, a recusa do destino, da sorte e do azar, não podendo, nunca, ser neutro*”. É este o poder do treinador, que se baseia na possibilidade de

construir o futuro da sua equipa, seja ele mais ou menos próximo daquilo que tinha imaginado, mas é sempre resultado do processo de interacção com a equipa adversária e com a imprevisibilidade inerente ao próprio jogo.

Por conseguinte, já não basta conhecer o Jogo, é preciso muito mais. Hoje existe um amplo conjunto de competências requeridas a um Treinador, que devem ser assentes numa base de conhecimentos oferecida pelas diversas áreas científicas do Desporto (Bloom, 1997 in Cunha, 2008). No entanto, Frade (2005) vai muito mais longe, alegando que é necessário possuir um conjunto muito mais alargado de conhecimentos para realmente «*saber de futebol*». Com efeito, para este autor “*quem só sabe de futebol, nem de futebol sabe*”, dado que existe um conjunto de áreas científicas (não incluídas no grupo das ciências do Desporto) que nos dão um precioso apoio na interpretação e teorização (prática) de todo o processo de treino e jogo, sendo exemplos disso a Neurociência, a Filosofia e a Física Teórica. Kirschner et al. (1997) parece suportar esta perspectiva, entendendo a competência como todo o conjunto de conhecimentos que um individuo detém e consegue utilizar com eficácia, sugerindo que é tanto mais competente quanto maior a sua capacidade de absorção e aplicação de conhecimentos diversificados. Como dizia Pitágoras (487-420 a.C.), “*o homem é a medida de todas as coisas*”, o que sugere que o nosso conhecimento é que dá origem às nossas necessidades, ou seja, quanto mais sabemos, mais perguntas vão sendo levantadas e mais complexo e rico se torna todo o processo de treino e jogo.

Tudo isto realça a imprescindibilidade actual de uma formação exigente e rica, capaz de preparar o treinador para enfrentar uma realidade prática extremamente competitiva, onde o insucesso, ainda que temporário, não é tolerável. Torna-se imprescindível a existência de um sólido capital de competência técnica, de personalidade e de inteligência estratégica (Garganta, 2006 in Costa, 2006) que permita ao Treinador responder da melhor forma em todos os momentos do seu trabalho. Seja através da frequência de cursos de treinadores e acções de formação, seja através da aprendizagem e investigação nas faculdades, ou mesmo através da acumulação de experiência no terreno (reflectida e autodidacta), é hoje evidente que um treinador tem que

estar em permanente *update*, utilizando em seu favor o farto bombardeamento de informação a que somos sujeitos diariamente, nunca esquecendo (com base em Coushin & Smith, 2006) que é a capacidade de aplicação do conhecimento que define os melhores Treinadores.

Quando falamos em sucesso ou insucesso do treinador, precisamos saber exactamente de que é que estamos a falar. Qual é a medida de sucesso de um treinador? Em primeira análise, sendo a medida de carácter mais evidente, são os resultados. O número e relevância das vitórias alcançadas (relativas ou efectivas, visto que em certas condições ter sucesso pode passar por empatar um jogo ou mesmo perder por poucos golos de diferença) representam os dados mais objectivos para classificar o trabalho de um treinador. Daí a tolerância de clubes e respectivos adeptos ao insucesso desportivo ser bastante reduzida, colocando nos ombros do treinador toda a responsabilidade de conduzir o equipa aos resultados mínimos esperados. Isto faz do treinador uma de duas coisas: herói ou vilão. É precisamente este dramatismo que Valdano (2007a) evidencia quando afirma que *“nada importa porque o treinador é responsável até pela pouca sorte”*, valendo a sua palavra mais ou menos de acordo com a tabela de classificação (Valdano, 2001). Um exemplo disso foi o caso concreto de Rijkaard no Barcelona, pois *“esteve sempre no mesmo lugar e, apesar disso, colocavam e tiravam-no do trono em função dos méritos e deméritos dos seus melhores jogadores”* (Valdano, 2007a). Quando é tão alta e evidente a probabilidade de insucesso no Futebol (para haver um vencedor tem que haver um derrotado, o que torna todos os treinadores potenciais perdedores), são muito poucos os que conseguem aguentar com sucesso toda a pressão que a profissão impõe. Como refere Fábio Capello (2005, in Pacheco, 2005) o treinador tem que possuir uma forte personalidade e mostrá-la em todos os momentos da sua vida profissional, pois segundo Jaurès (in Mialaret, 1987) não ensinamos aquilo que sabemos ou julgamos saber, mas o que somos. É por tudo isto que Valdano (2001) afirma que *“ser treinador”* é colocar as ideias em perigo em cada jogo, a cada minuto, a cada situação, não se livrando ninguém desta lei.

Apesar desta evidência, existem outros critérios que nos permitem avaliar o trabalho de um treinador, entre os quais a organização e exigência do trabalho realizado diariamente, o respeito e a admiração conquistada aos jogadores e muitos outros pormenores passíveis de ser considerados. Como exemplo, José Mourinho (2003) sugere que a distinção entre treinadores se faz em dois pontos: *“Um é saber treinar – que nem todos sabem –, saber conduzir uma equipa para ter determinados comportamentos tácticos em campo. O outro ponto é o da motivação e da crença”*. Torna-se evidente que antes do elemento mais básico e determinante para a avaliação do trabalho de um treinador – o resultado – existe um leque alargado de critérios que nos permitem classificar a competência e adivinhar o futuro sucesso competitivo do treinador.

Apesar desta pluralidade, a qualidade de jogo da equipa ocupa um lugar de destaque nesta hipotética lista de critérios. Para avaliarmos a competência de um treinador através da qualidade de jogo, além de conhecer e entender profundamente o Jogo, temos que saber o que observar, como sustentar tal juízo. Quando confrontado com esta mesma problemática, Oliveira (2008, in Silva A., 2008) afirma que qualidade de jogo *“pressupõe sempre uma equipa organizada, qualidade dos jogadores em termos ofensivos, defensivos, de transições, que põem essa qualidade ao serviço do colectivo, e esse colectivo é de tal forma bom e pensado de determinada forma que evidencia o melhor que cada jogador tem”*. Com base em Silva A. (2008), a qualidade de jogo está intimamente relacionada com a organização de jogo, ou seja, é tanto maior quanto mais colectivo e criativo for o desempenho de uma equipa, apresentando uma forma de jogar única e passível de ser identificada.

Admitindo a justeza desta perspectiva, esta tem implicações profundas na avaliação da competência de um treinador. No Futebol de hoje, um treinador necessita construir um *jogar* para a sua equipa, sustentado pela criação de princípios que promovam uma ideia colectiva de jogo, sempre equilibrando aquilo que é a ordem da equipa com a necessária criatividade que os seus jogadores são capazes de produzir a cada situação de jogo. Assim, actualmente o Futebol vive uma espécie de crise de identidade, onde uns destacam a necessidade de o Futebol se tornar cada vez mais um espectáculo,

repleto de qualidade, emoção e beleza, enquanto que outros ainda valorizam o resultado acima de qualquer outra coisa, sendo indiferente a forma como a vitória é alcançada. Um dos desafios colocados aos treinadores de hoje, passa por escolherem qual a sua postura, como querem ser vistos pelos outros, tendo presente que quando mais riscos correrem, menor probabilidade terão de vingarem nesta profissão. É ciente disto que Valdano (2007c) realiza o seguinte desabafo: *“O arsenal definiu um estilo de jogo que se confronta com os tópicos do futebol britânico. No país que mais explorou o jogo aéreo, o Arsenal parece ter proibido os golos marcados de cabeça.... Não sei se ganharão alguma coisa. O que sei é que os jogadores gostam, que todos procuram ter a bola como se fossem meninos e que dessa cumplicidade nascem coisas fantásticas. Quando há uma jornada europeia interessam-me muitos jogos, mas se não vejo o Arsenal tenho a impressão de estar a perder tempo”*. Curiosamente, este mesmo Arsenal terminou em 3º lugar no campeonato inglês, não vencendo nenhuma competição de relevo.

2.3. A Formação de Futebolistas

“Chegar aos palcos do futebol é um sonho de muitos, mas apenas privilégio de uns poucos.”

(Oliveira, J. 2004, p. 235)

Como modalidade altamente específica, o Futebol necessita de muitos anos de aprendizagem e prática num lento processo de desenvolvimento do jovem futebolista. No actual panorama da formação portuguesa, um jogador pode usufruir de 10 anos de competição organizada entre clubes, variando as regras das competições em cada escalão em respeito às características próprias de cada idade, numa aproximação contínua ao Futebol Sénior. Assim, pretende-se que o nível competitivo vá subindo até muito próximo daquilo que será a realidade sénior e, quando for caso disso, da realidade profissional no Futebol.

Ao longo dos anos, a formação de jogadores de Futebol tem sofrido diversas modificações, acompanhando a própria evolução do Jogo. Como sugere

Fernandes (2004), a actualidade do Futebol profissional é de tal forma exigente, que a formação de jogadores começa a surgir cada vez mais como um aspecto central ao surgimento de futebolistas de alto nível. Ao aumentarmos as exigências do Futebol Profissional, estamos a aumentar as exigências no Futebol de Formação, visto que a relação entre ambos é, ou deve ser, bastante íntima. É neste sentido que se torna necessário criar campeonatos cada vez mais competitivos, recorrendo desde cedo a uma selecção de talentos (ou possíveis talentos) que sejam sujeitos a um processo de formação com a melhor qualidade possível, contendo a competitividade e exigência adequada ao seu melhor desenvolvimento. Só assim poderemos desenvolver cada vez melhores jogadores, aproximando o Futebol Português ao melhor Futebol Europeu. Os Campeonatos Nacionais (de juniores A, B e C) são claros exemplos disso, onde se pretende que os melhores jogadores joguem nas melhores equipas, sejam ensinados pelos melhores treinadores e confrontem os melhores adversários do país. Estes campeonatos são organizados e estruturados pela Federação Portuguesa de Futebol, assim como as Selecções de cada geração (Carvalho, 2002).

Por conseguinte, uma das condições essenciais para o desenvolvimento do jovem futebolista passa por ter formas de competição adequadas à sua idade, de forma a permitir um correcto desafio às suas capacidades. Com base em Cardoso (2007), devem existir adaptações aos regulamentos e organização nos diversos escalões de formação, protagonizando uma progressão no grau de complexidade da competição. Só assim se pode respeitar as suas limitações, rejeitar a especialização precoce e abraçar a especificidade na sua plenitude, sendo esta a evolução que pode permitir combater a constante afluência de jogadores estrangeiros aos nossos campeonatos profissionais, incentivando (ou mesmo obrigando, dado os investimentos cada vez maiores dos clubes nas suas formações) a promoção e rentabilização dos talentos produzidos/desenvolvidos nos nossos clubes.

Assim, os jovens futebolistas sofrem uma grande pressão exercida pela maravilhosa possibilidade de ascenderem à elite do Futebol Profissional, usufruindo de todo um conjunto de regalias (fundamentalmente económicas e

sociais) que transformam a vida dos jovens por completo. O sonho, sustentado diariamente pela admiração dos seus ídolos e pelas suas diferentes histórias de conquista, é alimentado pela íntima imaginação de um futuro de relevo, repleto de vitórias nos melhores palcos do mundo. No entanto, este problema não fica por aqui. Bem mais nociva é a pressão exercida pelos pais (ou Encarregados de Educação), que transferem para os seus filhos os sonhos que não conseguiram concretizar. Aos olhos dos pais os seus filhos são quase sempre os melhores, o que não implica que não sejam extremamente críticos em relação às suas prestações, depositando neles todas as esperanças de mudança das suas vidas. Isto dificulta bastante a missão dos treinadores, que se vêm confrontados com a necessidade de retirar pressão e ansiedade aos seus jogadores, tendo um cuidado redobrado para manter o equilíbrio entre a educação e a obtenção do rendimento, entre a seriedade de todo o processo e o divertimento que o Futebol deve proporcionar enquanto Jogo apaixonante.

Com base em Damo (2007), a ideia socialmente aceite da vida boémia e desregrada dos futebolistas, não é de todo condizente com a realidade do Futebol de hoje. Pelo contrário, as rotinas dos treinos e jogos exigem dedicação integral, atitudes consequentes e elevada disciplina mental e corporal. Apesar disto, a nível intelectual e cultural ainda existe um longo caminho a percorrer para dotar adequadamente a generalidade dos jogadores de Futebol, pois ainda estão muitas vezes associados ao abandono escolar precoce em resposta a uma dedicação completa às suas carreiras desportivas.

Perante este cenário concreto, é fácil de depreender que a convivência entre o Futebol de Formação e a Escola não é simples. Segundo Marques (1999), esta relação é por norma conflituosa. Mesmo variando conforme o nível competitivo, o tempo gasto em treinos e jogos, para não falar de todo um desgaste emocional e físico que o treino e competição exige, cria a necessidade de uma organização e capacidade de trabalho que só os jovens com algum suporte familiar conseguem ultrapassar. Obter rendimento na Escola e no Futebol é uma tarefa que sempre se mostrou difícil, tendo que sobreviver às dificuldades e às pressões que a ilusão do profissionalismo da alta competição no Futebol comporta. Com efeito, num estudo realizado por

Carvalho (2002), encontrou-se uma elevada percentagem de reprovações no Secundário por parte de um conjunto de jogadores de um clube de elite nacional. O facto é que muitos dos jovens vêm no Futebol a sua futura profissão, deixando para segundo plano o seu investimento escolar, onde muitas vezes frequentam somente pela imposição social da escolaridade obrigatória, exercida pela própria família ou mesmo pelo clube.

Nos escalões mais avançados, essencialmente nos Juniores (sub19), podemos distinguir com alguma facilidade os jovens que investiram no seu percurso escolar (que se encontram a finalizar o secundário ou já a frequentar cursos superiores) dos que abandonaram já os estudos ou ainda se encontram a finalizar a escolaridade obrigatória. O sucesso destes últimos no Futebol é bastante mais dramático do que os restantes, pois vêm as suas oportunidades de trabalho reduzidas por falta de formação, pois dedicaram decisiva parte das suas juventudes ao Futebol (treino/recuperação) e ao ócio (visto o baixo número de horas diárias que o Futebol implica na Formação). Os clubes de maior projecção e estatuto muitas vezes aplicam uma forte política de promoção da educação escolar, ao obrigarem os jovens a frequentar o ensino ou até, algumas vezes, a controlarem o seu rendimento escolar. Alguns conseguem mesmo “reservar” instituições de ensino que acolhem os seus jogadores, facultando-lhes uma Formação adequada e dentro de horários convenientes, resolvendo o problema do concílio entre os horários escolares e os horários dos treinos. Estas preocupações foram evidenciadas no Iº Fórum para Treinadores do Futebol juvenil de Clubes de Elite, acontecido em Maio de 2001 (Carvalho, 2002), onde se concluiu que a relação entre a escola e o clube deve ser muito mais próxima, permitindo ao jovem investir numa carreira desportiva sem comprometer a sua carreira escolar.

Sendo o Futebol Jovem em Portugal maioritariamente amador, os Treinadores que os clubes contratam para conduzir os seus processos de Formação são também amadores, pouco especializados e investem pouco nas suas carreiras. *“Uma vez que é sabido que, a orientação de equipas de jovens, está muitas vezes entregue a pessoas sem qualquer tipo de preparação, o investimento na qualidade de formação do treinador, revela-se como um*

elemento fundamental no desenvolvimento do processo de ensino/aprendizagem do futebol" (Carvalho, 2002, p. 19). No nosso país, salvo em cinco ou seis clubes, os Treinadores não têm possibilidades para dedicar o tempo necessário aos seus clubes, reduzindo bastante a qualidade dos serviços que poderiam oferecer caso fossem profissionais. Isto resulta na existência de dois tipos de Treinadores de jovens futebolistas: os que estão na fase inicial de uma carreira de Treinador de Futebol, que necessitam ganhar experiência e mostrar trabalho para atingirem mais tarde o Futebol Profissional, ou seja, estão de passagem; e os que encontram no Futebol uma actividade extra-laboral que lhes permite estar por dentro do Jogo, vivenciando uma actividade desafiadora e satisfatória, funcionando como espécie de *hobby* remunerado, o que pode implicar que a sua competência e rendimento fique aquém do desejado.

Mesmo assim, os Treinadores da Formação sofrem de uma grande necessidade de obtenção de resultados. O meio é bastante competitivo, tendo que dar resposta a uma espécie de *selecção natural* dos melhores, quer estes sejam "produzidos" pelas Faculdades, ou sejam antigos Jogadores de Futebol que encontram na carreira de Treinador uma forma de se manterem na modalidade e utilizarem todo um conjunto de conhecimentos e experiências adquiridas nas suas anteriores carreiras. Todos querem ir mais longe, estar nos melhores clubes, ter os melhores jogadores, o que tem consequências nas condutas e prioridades estabelecidas por eles próprios, tendo muitas vezes origem até nos próprios clubes. Apoiado em vários autores, Cunha (2008) sublinha que o Futebol enquanto actividade formativa é muitas vezes esquecido, sendo sobrevalorizado o rendimento, o resultado e a competitividade, sem relevar o processo. É aqui que mesmo na Formação se coloca o problema da ética desportiva, pois como refere Garganta (2006 in Costa, 2006), *"o mundo está repleto de triunfadores que não souberam colocar um limite às suas ambições. As vitórias, incluindo as desportivas, só o são de facto se delas ficar algo que as transcenda"*, reforçando a ideia de Vergílio Ferreira de que *"o importante não é o que acontece, mas o que fica em nós desse acontecer"*. Isto nunca deveria ser esquecido na Formação.

Outra das características muito presentes no Futebol de Formação, é a influência e intervenção da família dos jogadores. Como já referimos anteriormente, muitas vezes os próprios pais (ou encarregados de educação) têm uma conduta muito questionável, sendo incapazes de ter uma leitura isenta e justa sobre as opções tomadas pelos treinadores, tendo como única verdade o vislumbamento de um potencial incrível no seu filho. Isto leva a que os próprios jovens sofram pressões em casa, estejam constantemente confrontados com o orgulho e a desilusão dos seus pais, o que os torna jogadores cada vez mais instáveis e susceptíveis a quedas de confiança. Por outro lado, no caso dos jogadores menos utilizados, a frequente alusão dos seus familiares ao treinador de forma negativa, tornam-se mais indisciplinados, menos empenhados e menos determinados no processo de treino e jogo. Segundo Valdano (2001), basta ver uma partida entre jovens para comprovar que o Futebol é um lugar onde os pais viram as suas frustrações para os filhos, apresentando o exemplo de Puskas, que sabiamente agradeceu ao seu pai os conselhos que não lhe deu.

Por último, e cada vez mais relevante, temos que fazer referência ao “Industrialismo” que parece querer instalar-se no Futebol Jovem. A “caça ao talento” é cada vez mais intensa, causando uma espécie de batalha entre os clubes para garantir os melhores jogadores nos plantéis dos diferentes escalões. Cada vez mais surge o trabalho organizado de observação e recrutamento, o que resulta em diversas transferências de jogadores entre clubes. A recente regra da fácil desvinculação dos jogadores dos escalões de Escolas e Infantis, ainda aumentou mais este corupio de Verão e Inverno. Só a partir dos Iniciados é que os clubes formadores passam a deter direitos sobre os serviços dos jogadores, começando aqui o verdadeiro jogo. A moeda de troca varia entre o dinheiro, bens materiais e outros jogadores, havendo no entanto algumas situações em que os clubes realizam protocolos de cedência de jogadores (definitiva ou temporária), normalmente realizado para “rotação” de jogadores de primeiro ano em campeonatos nacionais, ou seja, quem os cede são os melhores clubes, os que têm maiores e melhores plantéis.

Quem beneficiou com este crescer do Futebol de Formação foram os Gestores de Carreiras Desportivas, vulgo Empresários de Futebol. Ao depararem-se com a crescente preocupação e investimento dos clubes no recrutamento dos jovens com maior potencial, perceberam que poderiam começar também a obter rendimentos neste novo negócio. Sendo capazes de proporcionar um apoio e orientação importante para o jovem jogador de Futebol que sonha ser Profissional, têm um peso cada vez mais relevante nas decisões tomadas e nas oportunidades que surgem a estes jovens. Como refere Jacquet (2006), há gestores que preparam bons planos de carreiras mas há também quem só esteja nesta área por dinheiro, criando um perigoso ambiente em torno do jovem jogador, pois como adianta Giraldez (2006), a visão do Futebol como um negócio pode fazer perder a essência do Desporto. Isto adquire tal importância que Damo (2007, p. 114) considera que hoje *“há um jogo que os meninos precisam aprender a jogar, tão importante quanto o jogo de futebol propriamente dito...”*, o que sublinha a importância actual destes agentes no futebol de formação.

Dado que ainda são poucos os clubes que possuem orçamentos elevados para a Formação, os Empresários estão essencialmente ligados aos jogadores dos maiores clubes, ou então ligados a outros jovens que demonstrem possuírem capacidades acima da média, associados ao vislumbre de uma possível transferência para esses clubes ou a entrada para o futebol profissional a curto prazo. Essencialmente, é uma figura positiva que pode ajudar o jovem futebolista a encontrar o melhor caminho na sua carreira (Jacquet, 2006). É por tudo isto que Damo (2007, p. 122) considera que *“ter um agente/empresário é um signo de distinção entre os meninos em formação, e não sem razão. Não ter agente/empresário ou ter um vínculo com os de má reputação, isto sim é que é despresticioso, de quem não tem seus capitais futebolísticos reconhecidos.”* Com efeito, o facto de um jovem ter um Empresário representa uma mudança de estatuto, incrementando a sua auto-percepção e a imagem que transmite para o meio, aumentando as suas hipóteses de sucesso. Principalmente no último ano de Júnior, os agentes podem ter um papel decisivo na carreira do jovem jogador. É na sua transição

para o Futebol Sénior que um plano de carreira, com os passos certos, pode catapultar o jovem para uma carreira brilhante como jogador.

São vários os exemplos de jogadores que ao chegarem a Seniores, começam a jogar num clube humilde e conseguem uma progressão vertiginosa até atingirem os clubes de top. Actualmente, a nível externo, temos o exemplo de Ribery, que começou por jogar em clubes de divisões secundárias francesas, sendo hoje um dos melhores jogadores a nível mundial. Em Portugal também temos exemplos desses, como o caso de Cissokho, que viveu uma ascensão incrível até ao mais alto nível. Os passos correctos dados na hora certa podem ser decisivos para exporem todo o potencial de um jogador. É aqui que os agentes podem ser muito importantes, orientando e criando oportunidades adequadas para os jovens futebolistas, isto porque a entrada no profissionalismo sofre de um problema de adaptação e integração, como foi reconhecido no Iº Fórum para Treinadores do Futebol juvenil de Clubes de Elite, acontecido em Maio de 2001 (Carvalho, 2002).

2.4. Leixões Sport Club: uma realidade singular

“...o treinador quando chega a um clube tem de compreender que vai para um clube com um determinado tipo de história, com determinado tipo de cultura, com um determinado historial num país com determinadas características. E o treinador tem que compreender tudo isso e o modelo de jogo tem que envolver tudo isso.”

(Oliveira, 2006 in Silva, M. 2008)

Para se ser treinador de Futebol, temos que ter uma equipa para treinar. O trabalho dos treinadores está sempre dependente da existência de equipas para construírem e liderarem. Assim, cada equipa técnica necessita de um conjunto de jogadores agrupados em representação de um clube, que por sua vez representa uma povoação, uma freguesia, parte ou mesmo uma cidade, dentro de um país concreto. Só reconhecendo isto é que podemos perceber que todo o trabalho deve ser contextualizado a uma realidade única, que irá sempre constituir um porquê para uma série de decisões que permitirão

“espremer” ao máximo todas as potencialidades de uma equipa. Como nos indica Oliveira (2008, in Silva, A. 2008), “*as culturas dos clubes são fundamentais para se jogar com determinadas características*”, o que se nos sugere uma interdependência fundamental e imprudente de ignorar. Por conseguinte, temos necessidade em conhecer e entender a história do Leixões Sport Club, situando-o no nosso presente, não só no futebol mas em tudo aquilo que o envolve, adivinhando desde já a sua relevante importância social e política para a cidade de Matosinhos.

Tudo começou em 1907, com a formação de 3 núcleos desportivos que visavam a prática das modalidades inscritas nas suas designações: o «*Lawn Tennis de Matosinhos*», «*Lawn Tennis do Prado*» e o «*Leixões Footballers*». Os dois referentes ao Ténis dispunham dos seus *courts*, enquanto que o referente ao Futebol dispunha somente de um terreno exíguo na Rua de Brito Capelo, um simples espaço amplo e brávio, sem qualquer tipo de infraestrutura que o assemelhasse a um campo de Futebol.

Demorou apenas alguns meses para que os responsáveis por estes núcleos se sentassem e discutissem uma possibilidade que a todos servia: uma fusão, num único clube, com o objectivo de servir a comunidade através de um conjunto de actividades desportivas, que conduzissem a um desenvolvimento físico e intelectual das suas gentes. A data oficial do nascimento da colectividade foi o dia 28 de Novembro de 1907.

De seguida, deu-se a criação do emblema do clube, que se mantém até hoje. Para simbolizar a junção dos 3 núcleos desportivos, cada um destes «emprestou» um elemento que o representasse: a bola de futebol dos «*Footballers*», a raquete de Ténis do «*Lawn*» e, o mais curioso, o bastão de críquete do «*Prado*», pois ali também se jogava este tradicional jogo Britânico. A designação do clube também se manteve, com vocábulos ingleses, pois era de Inglaterra que chegavam as influências que levavam à prática destes jogos, com ênfase nos jovens portugueses que estudavam por lá e que regressavam com novos hábitos e necessidades.

De acordo com as suas origens, o LSC foi marcado por um forte carácter eclético, resistindo até hoje com uma variedade ampla de modalidades

desportivas, com especial ênfase actual para o futebol, voleibol e natação. Inserido numa cidade pertencente ao Distrito do Porto, é movida por um forte sentimento de identidade e de independência. As suas gentes, boa parte pertencente a dois quadrantes bem distintos (os “homens do mar”, como os pescadores e comerciantes de peixe, e os empresários industriais, de posses e estatuto social), encontrou no LSC uma identificação comum e um sentido de unidade, onde se podiam afirmar perante todas as restantes cidades do país, mas principalmente perante as cidades vizinhas. O resultado foi um clube de trabalho, guerreiro, ambicioso e destemido, em que a exigência é alimentada por um forte sentido de orgulho nas suas raízes, elevando a imagem exterior da cidade. Como refere Luís Luís (Anexo 6), o Leixões é um “...clube emblemático de Matosinhos, que expressa um pouco a alma das gentes daqui da terra, ligadas à vida do mar. É um clube de paixão, especial e único, que quem cá passou dentro percebe e levará sempre consigo”. Daí que o poder político da cidade, sabendo da importância e simbolismo do clube para os seus eleitores, tenha estado ao longo da história por diversas vezes ligado ao clube.

Outra das características do LSC passa por uma massa associativa apaixonada, orgulhosa e dedicada. Mais recentemente, em 2003, formou-se a denominada “Máfia Vermelha”, a claque oficial do clube, que se define como uma das mais fervorosas e activas clagues do país, que em conjunto com uma numerosa massa associativa, permitem um apoio constante e significativo à equipa, mesmo fora de casa. Um dos sentimentos históricos dos seus adeptos baseia-se na fidelização ao Leixões, visto que muitos dos adeptos dos clubes mais pequenos são também adeptos de um dos 3 grandes clubes portugueses. Muitos adeptos Leixonenses são adeptos exclusivos do Leixões, e querem vitórias contra qualquer equipa adversária.

Naturalmente, um clube com estas características tem que possuir um valioso historial. De facto, desde cedo o Leixões começou a marcar a história do futebol nacional. Com apenas 6 anos de existência, em 1913, em parceria com o *Futebol Clube do Porto*, fundam a *Associação de Futebol do Porto*, numa altura em que existiam já vários clubes na região do Porto. Participou em 34 edições do Campeonato Regional do Porto, o qual venceu na época de

39/40. A nível nacional, estreia-se na 1ª divisão em 36/37, descendo de divisão nesse mesmo ano. Na época seguinte, sagra-se campeão nacional da 2ª divisão. Em Maio de 1942, sagra-se Campeão Nacional de Juniores, o único título nacional até hoje conquistado pelo seu futebol juvenil.

Na década de 50, começa a ser criada a história (virada mito) dos “bebés”, que marca a vida e futuro do clube. Um funcionário da capitania, de seu nome Óscar Marques, assume o cargo de treinador dos juniores do clube, preparando o terreno para o que viria. Reconhecendo um grande potencial aos jovens jogadores do clube, o Presidente Alfredo Santos ordena ao treinador Principal do Clube que coloque os jovens vindo dos juniores a jogar nos seniores. O resultado foi de tal forma positivo, que grande parte destes jogadores fizeram parte da equipa que conquista mais tarde a Taça de Portugal (em 1961) frente ao poderoso Futebol Clube do Porto, em pleno Estádio das Antas, com uma vitória por 2-0. No ano seguinte, progrediram até aos Quartos de Final da Taça das Taças, e atingiram a melhor classificação de sempre do Leixões na 1ª divisão: 5º lugar. Alguns destes jogadores progrediram na sua carreira, sendo contratados pelos grandes clubes do país, assim como também conquistando a honra de fazerem parte da Selecção Nacional.

A construção do Estádio do Mar chegaria em 1964, precisamente na época em que se qualificam pela primeira vez para a Taça UEFA (participando também na época 67/68). No entanto, o destino reservara um mau período, pois desde a época de 1988/89 que o LSC ficara afastado da 1ª divisão Nacional, relegado aos escalões secundários do Futebol Nacional. Foram demasiados anos de silêncio de um gigante adormecido, que lentamente começou a despertar. Na época 2001/02, com Carlos carvalho ao leme da equipa, competindo na 2ª divisão B, o LSC realiza a proeza de atingir a final da Taça de Portugal, onde jogaria de igual para igual com outro clube de dimensão muito superior, o Sporting Clube de Portugal. Acabaria por sair derrotado pela margem mínima, mas conquistava a história Europeia, sendo o primeiro e único clube de escalões secundários a participar na Taça UEFA. Algo estava a renascer, como o futuro viria a confirmar.

Finalmente, no ano do centenário do clube, época 2006/07, o Leixões Sport Clube sagra-se Campeão Nacional da 2ª Divisão e ascende à 1ª Liga Portuguesa. O seu lugar natural era recuperado. Depois de uma época de uma feliz prova para evitar a descida de divisão, o LSC surgiu na época 2008/09 com grande esperança de alcançar a estabilidade que permitiria ao clube realizar todo o seu potencial. Depois de uma primeira volta brilhante, o clube terminou o campeonato longe dos lugares de despromoção, encetando quase até final uma entusiasmante luta pelos lugares europeus.

De seguida apresentamos o seu Palmarés Desportivo no Futebol:

- 55 Presenças na Taça de Portugal (Vencedor em 1960/1961)
- 22 Presenças na I Liga/I Divisão
- 6 Presenças na II Liga/Liga de Honra (Campeão em 2006/2007)
- 40 Presenças na II Divisão B (Campeão em 2002/2003)
- 1 Presença na Supertaça Cândido de Oliveira (2002/2003)
- 1 Presença na Antiga I Liga
- 3 Presenças na Antiga II Liga (Campeão em 1937/1938)
- 6 Presenças no Campeonato de Portugal
- 1 Presença na Taça das Taças (Quartos-de-final em 1961/1962)
- 3 Presenças na Taça UEFA
- Campeão Nacional de Juniores (1947)

Por tudo isto, o Leixões Sport Club encerra uma realidade muito singular, que temos que compreender para que exista um devido enquadramento entre todo o grupo de trabalho, órgãos directivos do clube e massa associativa. O ar que se respira no clube é único e deve ser explorado na sua integridade.

Com efeito, parece-nos fundamental que a equipa de Juniores do clube espelhe a imagem de marca do clube, transmitindo um espírito orgulhoso, lutador e determinado. O facto de ser uma instituição centenária, com história no futebol nacional, acarreta responsabilidades e um sentido de honra ao envergar a camisola do clube. Isto deve ser uma constante em todos os momentos do trabalho, de forma a que o prestígio do clube seja sempre condizente com a prestação e atitude da equipa.

Por outro lado, pela posição que o clube ocupa no panorama nacional do futebol de formação, sabemos que é um clube respeitado e temido por todas as equipas, até as mais poderosas. As expectativas são sempre grandes,

principalmente tendo em conta a época passada, em que a equipa de sub19 foi apurada em 2º lugar para a fase final do campeonato nacional de Juniores A, apuramento de campeão nacional, onde deu uma boa réplica, principalmente contra os clubes de Lisboa, que sofreram bastante para ganhar pontos contra o Leixões. Mesmo nessa fase, o clube apresentou-se sempre com equipas ofensivas, destemidas e confiantes, nunca se subvertendo ao poderio desproporcional das outras equipas, resultando em jogos emocionantes e repletos de qualidade.

Outro aspecto importante é o facto do Leixões não remunerar financeiramente os jogadores dos Juniores, ao contrário dos outros clubes que normalmente lutam pelo acesso à fase final. Esta remuneração passa muitas vezes por contratos de formação ou mesmo profissionais, dando desde cedo estabilidade e independência financeira ao jovem jogador.

Apesar de possuir um “lar”, local onde acolhe alguns jovens jogadores de cidades mais longínquas, proporcionando-lhes condições para estudarem e evoluírem enquanto jovens e jogadores de Futebol, são grandes as dificuldades que o clube enfrenta para conciliar os horários escolares com os dos treinos dos Juniores. Daí o diferente horário de treino das equipas A e B, ou seja, da equipa que compete no Campeonato Nacional do seu escalão e da equipa que compete no Campeonato Distrital da Associação de Futebol do Porto. Só a equipa A tem a necessidade de treinar à tarde, em horário escolar, para que todas as condições de trabalho sejam verificadas, condizendo com a exigência superior do Campeonato em que está envolvida. A outra equipa, os sub18, treinam ao final da tarde e em condições mais precárias, as que o clube consegue oferecer a essa hora pós escolar.

O amadorismo é pleno, apesar da consciência colectiva que só um trabalho muito perto do profissionalismo poderá levar a resultados positivos. Mais uma vez, apela-se ao orgulho e honra de jogar no Leixões, assim como ao sonho de cada um dos jogadores poderem atingir os seus sonhos no futebol profissional, tão perto de iniciarem esse percurso no Futebol Sénior. É o trabalho realizado durante a época que os tornará mais aptos e apetecíveis para o futebol profissional do LSC, ou, em alternativa, para outros clubes que os podem

contratar na época seguinte. Um ano evidentemente dramático, até porque é neste que se devem colher os frutos de um longo investimento pessoal e familiar do jovem futebolista.

Bibliografia consultada sobre o Leixões Sport Club

Coelho, J. & Pinheiro, F. (2002). *A Paixão do Povo – História do Futebol em Portugal*. Porto: Edições Afrontamento.

Dias, M. (2001). *O Futebol no Porto – das origens com port wine ao estatuto de força social*. Porto: Campo de Letras.

Galego, B. (2000). *Leixões Sport Club – Marcos importantes da sua História*. Matosinhos: Editorial Maresia.

Contribuidores da Wikipédia (2009). *Leixões Sport Club*. Wikipédia, a enciclopédia livre; cited 2009 maio 4]. Available from: http://pt.wikipedia.org/w/index.php?title=Leix%C3%B5es_Sport_Club&oldid=14929915

3. GRUPO DE TRABALHO

“As identidades são feitas de integração. No fundo do meu eu, há outros eus.”

(Edgar Morin in Cyrulnik & Morin, 2004, p. 82)

Aceitando que *“nenhum de nós existe independentemente de nossas relações com os outros”* e que *“o que é crítico é a relação criada entre o ambiente e a pessoa”*, sabemos que *“tudo depende das pessoas envolvidas e do momento”* (Wheatley, 1992, p. 49). Por conseguinte, consideramos central perceber como é estruturada toda a equipa alvo deste trabalho e as bases do seu funcionamento, sem deixar de apresentar todos os elementos envolvidos e as mais valias que detêm para o grupo de trabalho.

3.1. Estrutura

Num primeiro passo, interessa saber como é constituído o grupo de trabalho dos Juniores A (sub19) do Leixões Sport Club. Só a partir daí é que poderemos determinar as funções de cada elemento, estabelecendo as devidas missões e limites de intervenção.

O escalão de Juniores do Leixões foi composto por duas equipas: uma exclusivamente sub18, que disputou a 1ª Divisão do Campeonato Distrital de Juniores da Associação de Futebol do Porto; e uma sub19, que disputou a 1ª Divisão do Campeonato Nacional de Juniores A da Federação Portuguesa de Futebol. Interessa-nos explorar somente o grupo de trabalho dos sub19, pois apesar da próxima relação existente entre ambas as equipas, este estágio profissionalizante centrou-se especificamente no trabalho desenvolvido nos sub19, ou seja, na equipa de Juniores A.

Desta forma, com vista à estruturação desta organização, podemos distinguir seis diferentes funções: coordenador técnico, treinadores, fisioterapeuta, jogadores, director e técnico de equipamentos. Para uma completa percepção desta estrutura, vamos identificar e explorar cada um destes cargos:

3.1.1. Coordenador Técnico

É o líder da formação do Leixões SC, representando o centro das decisões de carácter técnico. Possui duas grandes áreas de intervenção: definir e supervisionar as equipas técnicas para cada escalão; e gerir os plantéis de cada escalão, contratando e dispensando jogadores.

Na primeira área de intervenção, além de contratar, orientar e coordenar a acção dos treinadores que compõem as várias equipas técnicas, é responsável por criar e desenvolver as matrizes de trabalho do clube, com vista a implementar uma ideia única de formação no clube, permitindo aos jogadores usufruírem de uma aprendizagem rica e progressiva que resulte no aproveitamento dos “jogadores da casa” pelo Futebol Profissional.

Na segunda área de intervenção, o Coordenador Técnico é responsável pela escolha dos jogadores para cada equipa/geração, liderando o processo de contratações e dispensas nos períodos de inscrições das diferentes competições. Associado a esta tarefa, também é da sua competência acompanhar a evolução dos jogadores, fazer a ligação entre o clube e os Encarregados de Educação (quando os jogadores forem menores) e certificar-se que os acordos realizados com os jogadores são cumpridos. Por outro lado, também é responsável pelo planeamento e organização dos locais de treino e jogo, assegurando as condições necessárias para que o trabalho das equipas se possa desenrolar da melhor forma possível.

Este cargo foi desempenhado pelo Mestre Luís Luís, formado na Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, possuindo um largo curriculum no futebol como jogador e como treinador, além de ter já desempenhado neste mesmo clube as funções de treinador principal dos Juniores A (sub19). Paralelamente, também é Professor de Educação Física.

3.1.2. Treinadores

A equipa técnica foi constituída por 3 elementos: treinador principal; treinador adjunto; e treinador de guarda-redes. As funções/papéis de cada um

estão bem definidos, permitindo um trabalho unidireccional, coeso e eficaz. Assim, passamos a apresentar de forma geral essas funções/papéis de cada um, além de fazer uma pequena alusão às suas carreiras no futebol:

3.1.2.1.Treinador Principal

É o líder de todo o processo. Como tal, é o responsável máximo da equipa, quer em treino quer em jogo. Respeitando as orientações do Coordenador Técnico, está incumbido de definir um modelo de jogo e um modelo de treino para a sua equipa. Tem um peso decisivo na escolha dos jogadores que compõem o seu plantel, indicando ao Coordenador Técnico a lista de dispensas e os jogadores a inscrever.

Naturalmente, também é o responsável por coordenar e supervisionar o trabalho dos restantes treinadores. O planeamento, execução e avaliação do treino e jogo está constantemente sujeito ao seu parecer, de forma a que o “caminho” que pretende construir não seja desviado em nenhum momento.

Este cargo foi desempenhado por Joaquim Santos, ex-jogador profissional de futebol, natural de Matosinhos e simpatizante do Leixões, o qual foi o seu clube de formação enquanto jogador. Possui actualmente o nível 1 de treinador de futebol, atribuído pela Associação de Futebol do Porto. Está ligado ao LSC como treinador pela 6ª época consecutiva, tendo iniciado o seu percurso como treinador adjunto dos Juniores, passando posteriormente a treinador principal da equipa de Sub18, até que na época 2007/2008 assumiu a equipa A deste mesmo escalão. Este primeiro ano à frente da equipa A foi coroado de sucesso, qualificando-se historicamente para a fase final, para apurar o Campeão Nacional de Juniores A com SL Benfica, FC Porto e Sporting CP.

3.1.2.2.Treinador Adjunto

É o principal apoio do treinador principal, sendo responsável por emitir o seu parecer em grande parte das suas decisões. Participa na definição do modelo de jogo e modelo de treino, assim como em todo o planeamento realizado durante a época. Na realização do treino é responsável pelos momentos de alongamentos e reforço muscular geral, além de outras múltiplas tarefas presentes na realização de todos os restantes exercícios de ordem táctica e

técnica, de acordo com o planeamento. Está também incumbido de provocar uma maior proximidade aos jogadores, obtendo informações pertinentes para o treinador principal e identificando problemas que surjam ou possam surgir no seio da equipa.

Este cargo foi desempenhado por Alexandre Silva, licenciado em Desporto e Educação Física pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, com a especialização em Futebol de Alto Rendimento, sendo autor da dissertação de Monografia "*Pensar Futebol...em que «língua»?*". Possui também o curso de treinadores de nível 2 (UEFA B) reconhecido pela Federação Portuguesa de Futebol, leccionado na Associação de Futebol do Porto. Passou já por clubes como o FC Oliveira do Douro e FC Maia, ingressando em 2006 no Leixões SC como treinador adjunto dos Juniores A e treinador principal do escalão de Escolas, mantendo-se, até à época em que se realizou este trabalho, em funções nos Juniores A.

3.1.2.3. Treinador de Guarda-Redes

Tem como principais funções o treino, orientação específica e avaliação dos Guarda-Redes de acordo com o Modelo de Jogo definido para a equipa, ou seja, prepara-os para responderem às necessidades implicadas no jogar da equipa (em que a sua própria acção está incluída).

Ao nível do treino, funciona com 2 níveis de planeamento diferentes: o planeamento geral do trabalho da equipa, em que os guarda-redes podem ser incluídos; o planeamento específico dos guarda-redes, em que trabalham à parte da equipa. Possui um peso decisivo na escolha e gestão dos guarda-redes para os jogos, informando o treinador do desenvolvimento do seu trabalho e resultados práticos.

Este cargo foi desempenhado por Joaquim Costa, ex-guarda-redes profissional e treinador de guarda-redes no LSC há 9 épocas consecutivas. Natural de Matosinhos, possui um forte sentido de pertença à cidade e ao clube. Inicialmente trabalhou em escalões inferiores, mas foi no escalão de Juniores que estabilizou nos últimos anos. Possui actualmente o nível 1 de treinador de futebol, atribuído pela Associação de Futebol do Porto.

3.1.3. Fisioterapeuta

Tem com missão fundamental a prevenção e o tratamento das lesões contraídas pelos jogadores. Acompanha a equipa em treino e em jogo, possibilitando uma rápida intervenção sobre a lesão, impedindo que esta se agrave e iniciando desde logo a recuperação adequada. Numa fase posterior, acompanha os jogadores no departamento médico (Estádio do Mar) onde dispõe de todo um conjunto de equipamentos e materiais que promovem e aceleram a recuperação, assim como, já numa fase final desta, acompanha os jogadores no relvado a lentamente voltarem a ganhar disponibilidade física e respectiva confiança.

É responsável também pelo uso de meios externos de prevenção de lesões, quer em treino quer em jogo, tal como aquecimentos musculares, protecções articulares (com ligaduras, tapes, etc.) e protecção de feridas.

Este cargo foi desempenhado por Manuel Machado, licenciado em fisioterapia pela Escola Superior de Saúde do Vale do Sousa e futuro Osteopata, curso em fase de conclusão na Escola de Osteopatia de Madrid. Encontra-se ligado ao futebol desde há 4 anos, iniciando a sua carreira nas selecções distritais de Paredes e na Académica de Leça (Futsal). No ano seguinte ingressa no Leixões SC, onde na época seguinte fica responsável pelo acompanhamento e tratamento dos Juniores A.

3.1.4. Jogadores

De acordo com o escalão, o plantel de jogadores é Sub19 (nascidos em 1990/1991), o último escalão de formação em Portugal. O plantel foi constituído por uma mistura das gerações (Sub18 e Sub19), prevalecendo naturalmente a geração de 2º ano, que termina este ano a sua formação.

A maior parte dos jogadores são da formação do clube mas, como se verifica todos os anos, existe um número considerável de jogadores que chegam de outros clubes. Alguns vêm de clubes inferiores para valorizar as suas carreiras, enquanto que outros vêm do FC Porto, quer em empréstimo (Sub18), quer definitivamente (sub18 e 19 dispensados), valendo em ambas as

situações um protocolo de cedência de jogadores entre os dois clubes, com vantagens particulares para cada um dos clubes.

A geração de 2º ano não conseguiu atingir feitos significativos durante os vários anos de formação no clube, o que concorda com a imagem de uma equipa irregular, limitada e problemática que foi cultivada ao longo do tempo. As referências da equipa são os centro campistas *S* e *P*, o lateral esquerdo *NS* e o avançado (*JS*). Só um destes jogadores (*NS*) é que possui já alguma experiência no campeonato a disputar, pois foi titular em vários jogos na época anterior, chegando mesmo a ser utilizado durante toda a fase final.

3.1.5. Director

É o responsável por todo o trabalho logístico que envolve a equipa, desde a organização dos jogos ao acompanhamento diário dos treinos da equipa. É o delegado ao jogo e representa a direcção do clube junto das restantes entidades (adversários, árbitros e organizadores das competições).

Este cargo foi desempenhado por Rogério Bolhões, simpaticante do clube de grande sentido de responsabilidade e capacidade organizativa. Ingressou no Leixões SC para director das camadas mais jovens (Infantis), mas depressa se destacou dos demais directores e foi convidado na época 2007/2008 para ser o responsável pelos Juniores A, mantendo-se no mesmo cargo para o ano corrente deste trabalho.

3.1.6. Técnico de Equipamentos

Visto que a equipa treina e joga fora das instalações do clube, este cargo foi dividido por 2 elementos: o Sr. Avelino, responsável pelo tratamento dos equipamentos no Estádio do Mar; e o Sr. Daniel, responsável pelos equipamentos dos jogos, acompanhando a equipa quer em casa quer fora.

Ambos são funcionários muito antigos do clube e possuem grande experiência no desempenho das suas funções.

3.2. Funcionamento

À parte do plantel de jogadores, todos os restantes elementos do Grupo de Trabalho mantiveram-se os mesmos da época anterior. Todos tiveram funções e papéis perfeitamente definidos, interligados por um forte sentido de pertença e competência, criando um clima positivo, confiante e motivador. Este ponto de partida é bastante importante, pois acrescenta segurança a todo o processo, além de proporcionar um ambiente de trabalho profissional e conquistador, repleto de oportunidades para todos os jogadores.

Quer no treino quer no jogo, os elementos do grupo de trabalho são sempre os mesmos, não havendo presenças estranhas ao normal funcionamento do trabalho da equipa. Assim, o ambiente de treino está sempre controlado e estável, assim como o balneário tem acesso limitado em dia de jogo, protegendo-o de distrações. A familiaridade e ligações entre os elementos da equipa é muito importante para que a crença e confiança no trabalho realizado seja sempre forte, concretizando as potencialidades da equipa em competição.

Todo o processo é sustentado num elevado sentido de rigor e disciplina, que permite manter constantemente a equipa proprietária de um comportamento profissional, com uma atitude sempre focada e empenhada em lutar pelos objectivos definidos. São várias as regras bem vincadas e sempre presentes em cada momento do processo de treino e jogo, para que todos saibam sempre quais os limites comportamentos aceitáveis (Kormelink & Seeverens, 1997), e ao mesmo tempo que cria um sentido de unicidade e pertença que consideramos fundamental numa equipa de futebol. Visto ser o período final da formação destes jogadores, pretende-se que estes fiquem preparados a enfrentar um meio duro, exigente e impaciente, onde as oportunidades escasseiam. Falamos do Futebol Profissional.

O facto de no ano anterior se ter atingido a qualificação para a fase final da 1ª divisão do Campeonato Nacional de Juniores A, aumenta as expectativas que envolvem todo o grupo de trabalho, principalmente as dos jogadores que vêm na possibilidade de repetição desse feito uma excelente oportunidade para abrir as portas para um futuro de sucesso no Futebol. Logo, a época inicia com

elevadas ambições dos jogadores, associadas a uma redobrada confiança na equipa técnica e restantes elementos de apoio.

Outro aspecto a ter em conta, está relacionado com o espaço de treino e jogo disponível. Devido às insuficientes e deficientes instalações que o clube detém, este proporciona ao grupo de trabalho dos Juniores A o aluguer das instalações do Padroense FC (campo sintético) para treino e jogo. Como tal, o funcionamento dos Juniores A está de alguma forma distanciado da realidade diária do clube, reflectindo-se também no baixo nível de assistência dos sócios aos jogos. Isto provoca um certo isolamento do grupo, tornando-o mais fechado e coeso, imune a qualquer tentativa de prejudicar o seu funcionamento, favorecido pela tranquilidade que goza no trabalho do dia-a-dia. Por outro lado, é mais reduzido o apoio e contacto com as gentes do clube (treinadores, jogadores, funcionários e sócios), diminuindo a exposição da equipa a toda a mística e sentimento presentes no seio do clube. Como diz o ditado, *“longe das vistas, longe do coração”*, pois é senso comum que somos mais felizes e realizados quando somos acarinhados no nosso meio ambiente, o que no desporto também pode significar um maior rendimento.

Outro dado importante prende-se com a possibilidade de qualquer um poder observar os nossos treinos, pois o campo situa-se numa zona ampla, rodeada de edifícios e com visibilidade a partir da rua. A presença de familiares dos jogadores e observadores anónimos são bastante frequentes, o que diminui a privacidade do trabalho e, conseqüentemente, a capacidade de surpresa que pode nascer do treino. Isto deve que ser considerado e estar sempre presente na hora do planeamento e execução do treino.

4. MODELO DE TREINO E PLANEAMENTO

“Qual, de entre de vós, se quiser construir uma torre, não começa por se sentar...?”

Lucas, 14, 28 (cit. Le Moigne, 1994, p. xxx)

Ao longo da história da humanidade, a necessidade de reflexão e planeamento apresenta-se como uma constante intemporal, revelando-se fundamental para a concretização de grandes obras e feitos, como a construção das *Pirâmides de Gize* e a batalha de Tróia. O homem é capaz de coisas extraordinárias quando investe e explora a *organização*.

Como já verificamos anteriormente, o Futebol é um jogo complexo que requer organização. Para responder a esta necessidade, recorreremos a um planeamento rigoroso e criativo, que permita adaptações à imprevisibilidade natural do processo e, ao mesmo tempo, revele os objectivos que pretendemos atingir ao longo do tempo, sugerindo desde logo um traçado padrão por onde imaginamos que iremos seguir.

Antes de expormos o planeamento da época, importa identificar as premissas fundamentais do modelo de treino, para ser clara a linha de ideias que irão liderar todas as decisões relacionadas com o planeamento. De acordo com o já referido, esta reflexão é realizada através de uma partilha de conhecimentos e crenças entre o treinador principal e o treinador adjunto, identificando as concordâncias e discordâncias que provocam a criação e desenvolvimento de ideias. Por conseguinte, vamos procurar definir o caminho metodológico, sem esquecer aquilo que é o tradicional e esperado pelo clube.

4.1. Modelo de Treino

Para iniciarmos esta interessante e árdua epopeia, consideramos fundamental que nos situemos a nível metodológico. Só assim se poderá perceber de onde vêm determinadas ideias que serão chaves para entender o sentido de todo o processo. Assim, são duas as correntes metodológicas utilizadas no nosso trabalho: a Periodização Convencional/Física; e a Periodização Tática. Passamos então a explorar essas duas grandes fontes

metodológicas que inspiram o nosso modelo de treino, realçando o que cada uma destas nos oferece de útil para a criação da nossa própria lógica e, posteriormente, do nosso próprio processo.

4.1.1. Periodização Convencional/Física

Sabendo que esta corrente metodológica prima pelo fraccionar dos denominados *factores de rendimento*, tratando-os individualmente, permite facilmente isolar aquilo que pretendemos melhorar ou manter. Por outro lado, através deste trabalho desintegrado é deveras mais acessível de programar e controlar o efeito do treino (essencialmente a nível físico).

Por conseguinte, sabendo dos problemas disciplinares, falta de união e insucesso desportivo que a equipa padece, optamos por isolar o *factor físico* do todo que treinamos. Desta forma, pensamos que será possível manter a equipa sempre focada, com espírito de sacrifício e alimentar uma fonte de aproximação entre os jogadores: a reacção colectiva a algo negativo e que nenhum deles gosta. Também ganhamos outra arma na condução do treino, pois sempre que se registar fracas prestações no treino específico do nosso jogar (*azias*, baixa motivação e falta de empenho), podemos recorrer ao *castigo* do treino físico. Temos consciência que perdemos qualidade de treino e que o jogar da equipa nunca será tão complexo como poderia ser, mas consideramos que este é o caminho mais seguro para uma época em que o plantel de jogadores disponíveis não dá garantias para um campeonato tranquilo na posição natural do clube (entre os cinco primeiros classificados). Depois do sucesso da época anterior, importa manter a imagem do clube de candidato ao apuramento para a fase final do campeonato, até por uma questão de estatuto do clube no futuro, o que facilitará épocas de sucesso.

Outra característica presente nesta corrente metodológica é a utilização dos jogos de treino como *integrador* dos factores de rendimento. Não como único propósito, mas consideramos que seria uma boa opção realizar jogos de treino contra a nossa equipa de Sub18, já que nos encontramos perante uma série de condicionalismos relevantes, que iremos expor de seguida. Sabemos já, por experiência do ano anterior, que a maioria dos titulares do Nacional de Juniores

é convocada para jogar às quartas-feiras pela equipa Sénior no Campeonato Intercalar da Associação de Futebol do Porto, o que nos deixa o treino de quarta-feira limitado a um número reduzido de jogadores. A partir da falta de ritmo competitivo dos jogadores pouco utilizados e da falta de condições de trabalho da equipa de Sub18 (treina num campo pelado ao final da tarde), optamos por permitir que esta venha treinar connosco às quartas-feiras, no nosso campo e durante o nosso horário. Assim, solucionamos os anteriores problemas com a realização de uma espécie de *jogo de treino* contra os Sub18, possibilitando que ambas as equipas obtenham maior rendimento no treino e que os jogadores Sub18 sejam observados mais de perto pelo líder do escalão, o treinador da equipa sub19.

4.1.2. Periodização Táctica

Uma boa parte do processo que decidimos implementar este ano tem origem em muitos dos pressupostos desta metodologia de treino, visto que lhe reconhecemos eficácia (pois já esteve presente no processo da época anterior, e com êxito) e um elevado potencial, principalmente para quem a domine e consiga utilizar na plenitude. Devido à sua complexidade, necessita de uma formação bastante particular e sólida por parte dos treinadores, o que na nossa realidade não é possível, pois a equipa técnica partilha de diferentes formações e formas de ver e entender o jogo.

Por serem vários e requererem uma devida explicação do porquê e do como serão implementados, optamos por enumerar os vários pressupostos metodológicos que fazem parte do nosso processo desta época:

- ✓ Modelização sistémica do nosso jogar

Apesar da mutilação provocada pela desintegração do físico, procuramos reencaminhar sistematicamente o trabalho em direcção à complexidade natural do jogar da nossa equipa, construído através de exercícios que promovam a organização pretendida, sempre partindo de uma perspectiva sistémica na integração constante da hierarquia de princípios de jogo dos 4 momentos que constroem o desenvolvimento do jogo.

✓ Construção dos exercícios no morfociclo

Reservando a possibilidade de alteração às orientações originais, todos os exercícios construídos para a criação do jogar da equipa são pensados, decididos, planeados e executados partindo dos princípios metodológicos da Alternância Horizontal em Especificidade, da Progressão Complexa e das Propensões, respeitando as premissas da Inteireza inquebrantável do Jogo, do reduzir sem empobrecer, da (des)integração dos princípios e da articulação de sentido para a especificidade do modelo de jogo.

✓ Respeito pelos padrões de contracção muscular

A desintegração do trabalho físico respeita os padrões de trabalho muscular presentes em cada dia do morfociclo. Em vez de entrar em conflito com esses padrões ou de alguma forma actuar isoladamente, respeita-os, reforça-os e actua em total sintonia.

✓ O Período Preparatório é periodizado pela construção do jogar

Nas semanas que antecedem o início do campeonato, todo o trabalho é programado tendo como preocupação fundamental a construção gradual de um jogar para a equipa, ou seja, a criação de uma organização de jogo que obedeça ao modelo de jogo que vai emergindo ao longo do tempo (através da interacção entre as ideias/convicções dos treinadores, as interpretações dos jogadores e a realidade do clube). A intenção é chegar ao primeiro jogo da época perto num patamar de rendimento elevado, que nos permitam entrar a vencer qualquer adversário.

✓ Fragmentação do jogar em princípios de jogo

Uma organização de jogo perspectivada de um ponto de vista sistémico, necessita de princípios que a regule, que lhe confira ordem. Só assim poderão emergir padrões colectivos de jogo, alimentados por uma fractalidade que em níveis de organização mais micro lhe confira toda a criatividade essencial a um jogo repleto de imprevisibilidade como o futebol. É para nós evidente a necessidade de criar princípios, sub-princípios e sub dos sub-princípios de jogo para que a organização nasça e se desenvolva em toda a sua plenitude.

4.2. Planeamento

A época tem a sua abertura oficial com a apresentação de todo o grupo de trabalho, realizada no Auditório do Estádio do Mar. O coordenador técnico dá as boas vindas ao plantel e anuncia os objectivos a perseguir durante a época, enquanto que logo depois o treinador transmite as informações necessárias para o início do trabalho na semana seguinte.

No entanto, muito antes, foi necessário planejar toda esta nova época, iniciando pelo Período Preparatório, que recebe especial atenção. Assim, começamos pelo planeamento das primeiras quatro semanas, antecedentes à primeira semana do nosso morfociclo padrão, que termina com o jogo de abertura do Campeonato. Estas quatro semanas têm de proporcionar um progressivo aumento do rendimento desportivo, contendo uma adaptação faseada à ideia de jogo que a equipa irá assumir no futuro, resultando num jogar perfeitamente definido e eficaz à partida para o primeiro morfociclo padrão, ou seja, à partida para o início da preparação específica para o primeiro jogo do campeonato.

Vamos então explorar os diversos planeamentos realizados esta época, identificando os seus propósitos e justificando-os de acordo com a lógica presente no nosso processo de trabalho. Obedecendo à lógica que reveste todo este trabalho, não iremos mostrar o “caminho” realizado, mas antes apresentar as nossas convicções e ordem de ideias na construção desse mesmo “caminho”, apoiado na evidência que pode existir muitas formas de o percorrer (tratadas no “aqui e agora” da prática, singulares e irrepetíveis por natureza). Simplificando, não acreditamos em “receitas”.

4.2.1. Macro Planeamento do Período Preparatório

Como já demos a entender anteriormente, este período de 4 semanas é deveras importante para a criação da identidade da equipa, reflectida na construção de um jogar singular e estável que permita enfrentar com sucesso o início deste difícil campeonato.

O tempo necessário de treino nestas quatro semanas (densidade de trabalho) tem que ser pensado de acordo com a riqueza do jogar pretendido,

tendo em conta a idade e qualidade dos jogadores. Só assim podemos decidir o que treinar, quando treinar e, mais à frente, o como treinar. Para que tal aconteça de forma pragmática e eficaz, existe um conjunto de cinco preocupações a ter em conta aquando da estruturação de conteúdos e objectivos por todos os treinos das quatro semanas. São essas preocupações que apresentamos a seguir:

- ✓ A forma de manejo da bola correspondente ao estilo de jogo pretendido deve estar sempre presente ao longo do tempo, com maior incidência nas duas primeiras semanas para extinção de outros comportamentos;
- ✓ Os Princípios de jogo (macro e micro) dos quatro momentos de jogo devem ser construídos progressivamente ao longo do tempo, obedecendo a uma ordem crescente de complexidade (aumentando o pormenor, ou seja, acrescentando sub-princípios);
- ✓ Os padrões/rotinas de trabalho (incluindo alongamentos e reforço muscular geral) e as regras de conduta/comportamento estão inicialmente muito presentes, perdendo destaque ao longo do tempo;
- ✓ Progressiva aproximação em intensidade e exigência ao morfociclo padrão, incluindo no treino exclusivo do factor físico;
- ✓ Equilíbrio entre o binómio esforço/recuperação, proporcionando máxima assimilação de conteúdos e prevenção de lesões.

Em relação ao tempo de treino durante estas semanas (densidade), existe outro aspecto a considerar. Sabemos que os jogadores que constituem este plantel não possuem qualquer experiência de jogo nesta competição (com excepção do jogador NS, todos os outros jogaram a época anterior no Campeonato Nacional de Sub17 ou na 1ª divisão do Campeonato Distrital de sub19), o que implica que haja uma grande necessidade de adaptação às novas exigências. Como tal, aproveitando o facto dos jogadores se encontrarem em férias escolares, consideramos ser importante que nestas 4 semanas haja uma inicial utilização de alguns treinos *bidiários*, aumentando o tempo de treino e, consequentemente, a possibilidade de uma melhor solidificação das ideias de jogo presentes em cada uma das diferentes fases de

trabalho, além de permitir uma significativa utilização de exercícios de recuperação muscular para um melhor controlo e prevenção de desequilíbrio do binómio esforço/recuperação.

O resultado foi o quadro 1 onde podemos encontrar uma planificação da frequência de treinos ao longo das 4 semanas do Período Preparatório:

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado	Domingo
1ª Semana	28 Tarde – 16h	29 Manhã – 9h Tarde – 16h	30 Tarde – 16h	31 Manhã – 9h Tarde – 16h	01 Tarde – 16h	02 Jogo (?)	03 Descanso
2ª Semana	04 Tarde – 16h	05 Manhã – 9h Tarde – 16h	06 Tarde – 16h	07 Manhã – 9h Tarde – 16h	08 Tarde – 16h	09 Jogo (?)	10 Descanso
3ª Semana	11 Tarde – 16h	12 Tarde – 16h	13 Tarde Jogo (?)	14 Tarde – 16h	15 Tarde – 16h	16 Jogo (?)	17 Descanso
4ª Semana	18 Tarde – 16h	19 Tarde – 16h	20 Tarde – 16h	21 Tarde – 16h	22 Tarde – 16h	23 Jogo “Torneio da Póvoa”	24 Jogo “Torneio da Póvoa”

Quadro 1 – Macro Planeamento do Período Preparatório

Apesar de estar sujeito a possíveis alterações, este foi o calendário de treinos que foi possível marcar, não esquecendo que a sua elaboração está dependente da disponibilidade das instalações. Para que este plano fosse uma realidade, os treinos de manhã foram programados na sua maioria para Perafita (campo do F.C. Perafita), podendo ainda haver ajustamentos nas horas de início do trabalho.

Outra particularidade do nosso planeamento passa pela necessidade de realizar jogos de treinos contra vários tipos de equipas adversárias, sejam elas equipas seniores da 2ª divisão B ou da 3ª divisão Nacional, equipas seniores dos campeonatos regionais ou equipas juniores nossas adversárias (torneios). Por ser difícil marcar jogos de treino contra equipas seniores, que vêm as equipas de juniores como adversários mais fracos (o que no decorrer dos jogos

não se verifica, originando por vezes violentas reacções por parte dos seniores), o planeamento destes jogos são normalmente alterados conforme as disponibilidades dos adversários, obrigando a mudanças no calendário de treinos. Apesar disto, a intenção é conseguir marcar estes jogos no dia e hora dos jogos do campeonato, iniciando a adaptação ao ritmo competitivo padrão.

O torneio da Póvoa é um torneio quadrangular em que participaram além de do Leixões SC, as equipas juniores do SC Beira-Mar, Gil Vicente FC e Varzim SC, com apenas dois jogos para cada equipa (meias finais, final e apuramento do 3º lugar), um no sábado e outro no domingo, sendo um tradicional teste bastante importante para o fechar do Período Preparatório.

4.2.2. Micro Planeamento da Semana 1 e 2

Estas duas primeiras semanas são extremamente importantes para o desenrolar de toda a época. Acreditamos que é neste curto espaço de tempo que estabelecemos o rumo a tomar pela equipa, pelo menos naquilo que é mais fundamental. No final deste período esperamos que o grupo esteja perfeitamente identificado com o trabalho, o plantel definido, as regras implementadas e, por último e não menos importante, o estilo de jogo perfeitamente assimilado (entenda-se estilo de jogo como a sua matriz de jogo, o conjunto dos grandes princípios, ou seja, o como ataca, como defende e como faz as transições).

Dado que estas duas semanas constituem o primeiro contacto com o plantel, esperamos uma evidente necessidade de adaptação do planeamento ao desenrolar do exercício, do treino, da semana e por aí em diante. Será a interacção entre as nossas ideias e as interpretações dos jogadores que dará origem a um trabalho único, representado pelo *nosso modelo de jogo*.

De seguida iremos abordar individualmente cada uma das duas semanas, colocando a nu as ideias que servem de base a todo o trabalho de planeamento:

4.2.2.1. Semana 1

Por ser a primeira e por ser fundamental criar hábitos e rotinas de trabalho, esta semana tem que conter o tempo necessário para mostrar aos jogadores como é que pretendemos que o dia-a-dia se desenrole. Isto acontece a nível das regras de conduta no treino, da dinâmica de realização e sucessão de exercícios, dos exercícios padrão de recuperação e de reforço muscular geral.

Assim, o tempo dedicado a exercícios aquisitivos (para o nosso jogar) é menor do que será no futuro, embora esta diferença se vá esbatendo à medida que a semana vai avançando. Por outro lado, toda a semana será centrada na aprendizagem das bases do nosso *jogar*, pretendendo-se que os jogadores distingam claramente os comportamentos pretendidos daqueles que não nos identificam. Existe um caminho, uma ideia de jogo, e os jogadores têm que perceber que este é um processo singular, que terá de ser apreendido e explorado através de muito trabalho. Quanto mais bem sucedida for esta primeira semana, mais elevado será o nível atingido pela equipa nas semanas seguintes, ou seja, ganha-se tempo.

Por conseguinte, conforme podemos observar no quadro seguinte, a semana de trabalho foi bastante densa, com 6 dias de treino seguidos, em que 2 destes dias tiveram treino de manhã e à tarde, somando um total de 8 unidades de treino. O dia de descanso (recuperação passiva) foi no Domingo, tendo este um papel relevante para a preparação de uma nova semana de trabalho, que pressupõe já maior complexidade e intensidade que a anterior.

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado	Domingo
	28	29	30	31	01	02	03
1ª Semana	Tarde – 16h	Manhã – 9h30 Tarde – 16h	Tarde – 16h	Manhã – 9h30 Tarde – 16h	Tarde – 16h	Manhã – 10h	Descanso

Quadro 2 – Micro Planeamento da 1ª Semana

Mergulhando na organização de conteúdos ao longo da semana, são diversas as preocupações a ter em conta: progressão dos conteúdos do simples para o complexo (de acordo com os grandes princípios de jogo);

equilíbrio do binómio esforço/recuperação (quer ao longo, quer entre os treinos); alternância do padrão de esforço muscular mais requisitado; e assimilação das rotinas e regras de trabalho. Assim, procuramos construir os grandes princípios de jogo do momento ofensivo e do momento defensivo, estabelecendo uma ordem que simboliza a ambição ofensiva da equipa (e mesmo no próprio campeonato), ou seja, começamos primeiramente por preparar o momento ofensivo e só depois o momento defensivo.

De seguida, procuramos descrever a lógica presente no planeamento de cada unidade de treino desta primeira semana:

- *Segunda-feira*

O primeiro treino é muito importante. Pretendemos que o primeiro contacto com o plantel no balneário seja uma imagem da época que inicia. A forma de organização do balneário, os comportamentos aceites, as regras impostas, tudo tem que ser claro através de uma liderança forte e segura. Já no campo, com tempo reduzido de treino, é fundamental que os jogadores percebam o rigor necessário desde o início até ao final do treino, recorrendo a um aquecimento simples mas bem definido, e a uma situação de jogo com todos os jogadores envolvidos.

- *Terça-feira Manhã*

Consideramos fundamental que os jogadores percebam desde logo a importância da relação com bola na nossa forma de jogar. Se queremos dominar o jogo, ter a bola, temos que ter jogadores que se relacionem muito bem com a bola, principalmente com a bola junto ao solo, logo começamos o treino com exercícios que estimulem especificamente o contacto coordenativo e sensitivo com a bola, sempre contendo variabilidade, o que de acordo com Hodges & Williams (2005), promove a aprendizagem das habilidades técnicas. Neste treino procuramos também iniciar a adaptação muscular a um regime de alta tensão, ou seja, onde a excentricidade seja dominante, utilizando exercícios puramente físicos, mas que consideramos serem portadores de alguma transferência para o trabalho muscular realizado em jogo.

- *Terça-feira Tarde*

Para mantermos a bola em nosso poder, temos que conseguir circular a bola. O passe (não um qualquer, mas aquele que pertence ao nosso padrão de jogo) é fundamental que seja interiorizado o mais rápido possível. Logo, todo o treino será dedicado ao entendimento do que é a “nossa” qualidade de passe e como é que esta se insere na circulação de bola em equipa, perante um adversário.

- *Quarta-feira*

Neste treino, pretendemos mostrar aos jogadores como vamos aplicar a “nossa” circulação de bola à estrutura que teremos que adoptar. Os exercícios têm de privilegiar o aumento de dificuldade na circulação de bola por toda a equipa, abordando os diversos problemas que as várias zonas do campo nos criam. O padrão básico de acção de cada jogador com bola começa a ser definido, dentro da ordem e da liberdade que esse padrão comporta.

- *Quinta-feira Manhã*

Treino dedicado essencialmente à gestão física dos jogadores. Por um lado, procuramos recuperar muscularmente os jogadores, realizando um trabalho de alongamentos nos músculos mais fustigados nos últimos dias. Por outro, continuamos a adaptação ao esforço semanal padrão, realizando alguns exercícios de relação com bola em que a velocidade de contracção muscular é dominante, mas mantendo sempre uma baixa densidade de treino. No final, realizamos um intenso reforço muscular superior, completando o reforço de manutenção realizado diariamente.

- *Quinta-feira Tarde*

Para aumentar a dificuldade de circulação, temos que ensinar a equipa a recuperar a bola. Como tal, temos que procurar introduzir as noções fundamentais de intervenção defensiva na zona da bola, sempre em busca da posse de bola. No final do treino, pretendemos realizar uma situação de jogo com defesa passiva, que obrigue os atacantes a avaliar as opções de circulação perante uma defesa organizada.

- *Sexta-feira*

No momento ofensivo consideramos fundamental a noção de amplitude e profundidade da equipa, de forma a ser possível manter a bola sempre

inalcançável ao adversário. Com referências espaciais marcadas no campo, pretendemos mostrar o conjunto de deslocamentos típicos aos jogadores que têm essa missão, ou seja, de abrir a equipa. O treino será então baseado em situações de jogo (posse de bola em estrutura) sem finalização, mantendo sempre os princípios básicos defensivos.

- *Sábado*

Treino que deverá ter como principal objectivo o reforço e avaliação da semana de trabalho. Recorrendo ao tradicional exercício de “treino holandês”, procuramos solidificar as aprendizagens realizadas ao longo da semana mas também introduzir a noção de transição (quer defensiva, quer ofensiva). Os padrões de jogo conseguidos serão sempre direccionados ao já assimilado, impedindo desvios que considerarmos significativos à construção da identidade da equipa.

- *Domingo*

Dia de folga. Descanso.

4.2.2.2. Semana 2

Nesta segunda semana, no sentido de acelerarmos o processo de construção do nosso jogar, pretendemos manter ainda a alta densidade de trabalho, planeando 8 unidades de treino (ver quadro 3), em que uma delas será um jogo de treino, no Sábado, contra adversário ainda a determinar. É fundamental que desde já os jogadores seja testados em competição, de forma a podermos ter todos os dados importantes para ser possível tomar as melhores decisões na definição do plantel, sabendo que quanto mais rápidas forem, melhor.

	04	05	06	07	08	09	10
2ª Semana	Tarde – 16h	Manhã – 9h30 Tarde – 16h	Tarde – 16h	Manhã – 9h30 Tarde – 16h	Tarde – 16h	Jogo Equipa Sénior	Descanso

Quadro 3 – Micro Planeamento da 2ª Semana

Ao nível dos conteúdos, pretendemos que no final desta semana os grandes princípios dos 4 momentos do jogo sejam expressados pelo jogar da equipa em

competição, erguendo uma identidade que a distinga. Para que tal aconteça, sabemos que a semana terá de ser bastante intensa no crescimento táctico da equipa, dedicando-lhe a maior parte do tempo disponível, apesar de nunca se perder o equilíbrio do binómio esforço/recuperação e o reforço muscular superior, em busca de uma harmonia corporal.

Mais uma vez, embora agora partindo do princípio que a primeira semana decorreu conforme previsto, expomos aqui a lógica presente no planeamento de todas as unidades de treino previstas para esta segunda semana:

- *Segunda-feira*

Pretendemos rever os conteúdos abordados na semana anterior, ou seja, criar exercícios que promovam a circulação de bola em estrutura e o posicionamento defensivo na zona da bola. Depois disto, pretendemos que se introduza as movimentações padrão de procura da baliza adversária, terminando com finalização, nesta fase ainda sem oposição.

- *Terça-feira Manhã*

Para a equipa ser eficaz nos momentos de transição, é necessário uma mudança de atitude imediata á percepção da mudança da posse de bola. É necessário criar um exercício que estimule esta reacção, tendo sempre presente que tem que ser colectiva. Precisamos isolar o sector defensivo da equipa (quatro defesas) e definir os posicionamentos e deslocamentos defensivos padrão de protecção à nossa baliza.

- *Terça-feira Tarde*

Insistindo nos conteúdos trabalhados de manhã e contextualizando-os aos problemas concretos do jogo, queremos colocar a defesa a defender a sua baliza, perante uma equipa atacante que tem especial atenção ao momento de transição ataque/defesa.

- *Quarta-feira*

Procurar simular uma situação de jogo, procurando centrar a atenção na qualidade aplicada nos diferentes momentos de jogo, ou seja, dividir o treino em 4 partes, centrando cada uma no pormenor de um determinado momento de jogo.

- *Quinta-feira Manhã*

Recuperação muscular, avaliando os casos que apresentem maior fadiga. Pretendemos também que este treino seja mais lúdico, com vários desafios de relação com bola, desenvolvendo a capacidade de controlo corporal da bola.

- *Quinta-feira Tarde*

Interessa-nos começar a intensificar o ritmo de jogo, o que nos leva a planejar para este treino trabalhar a dinâmica de circulação de bola com redução do espaço de jogo, dificultando a progressão da bola pelo corredor central. Tudo isto mantendo a atenção nas transições defesa/ataque, com apoio do 1ª ou 2º passe no apoio do corredor contrário ao da bola.

- *Sexta-feira*

Em preparação para o jogo do dia seguinte, pretendemos começar a procurar um onze inicial, criando uma situação de jogo que nos permita tomar decisões. Serão trabalhados também os princípios de acção das bolas paradas ofensivas e defensivas (cantos e livres laterais).

- *Sábado*

Jogo de treino.

- *Domingo*

Dia de folga. Descanso.

4.2.3. Micro Planeamento da Semana 3 e 4

Continuando a construção do jogar da equipa, depois de assimilados os grandes princípios dos quatro momentos de jogo, importa agora introduzir os sub-princípios e os sub dos sub-princípios. Como tal, iniciaremos a preparação do pormenor, das variações de acordo com a intenção colectiva de circunstância e com a particularidade das características de cada jogador. As bolas paradas também requerem uma atenção especial, dando início à definição de todo um conjunto de comportamentos colectivos claros, objectivos e eficazes.

No entanto, ao contrário das duas primeiras semanas, não realizamos o planeamento concreto de conteúdos e da respectiva lógica subjacente. São diversos os autores que corroboram, como é o exemplo de Oliveira (2004),

Frade (2005) e Campos (2008), a construção dos grandes princípios de jogo serão extremamente influenciados pelo decorrer do processo, pois resultam da interacção entre as ideias apresentadas pelo treinador e as interpretações diversas e singulares a cada jogador. Assim, não será possível prever o resultado desta construção, definindo antecipadamente e com clareza os princípios do modelo de jogo da equipa, pilares do planeamento a ser realizado. Sabendo disto, só perante o resultado das duas primeiras semanas, onde construiremos os grandes princípios de jogo da equipa, é que será possível criar ideias sobre os conteúdos do pormenor a submeter à acção da prática, planeando a lógica subjacente a cada semana e, posteriormente, o planeamento concreto de cada treino.

Em relação às rotinas de trabalho e à gestão física da equipa, esta é controlada através dum controlo da intensidade de jogo treinado. Assim, as semanas 3 e 4 serão uma aproximação progressiva ao morfociclo-padrão, pois interessa ir adquirindo uma forma de jogar cada vez rica (e por isso mais intensa) até a equipa se encontrar num *patamar de rendibilidade* (segundo Romano, 2007) adequado para o bom aproveitamento (com a máxima especificidade que for possível obter) do primeiro morfociclo-padrão, anterior à iniciação da competição. Utilizando o exemplo de Mourinho (2006), este afirma não pretender que a sua equipa oscile de desempenho, mas que pelo contrário mantenha patamares de rendibilidade elevados. Isto implica um cuidado extra no planeamento e execução de cada treino e cada exercício, certificando-nos que esta progressão se verifica efectivamente e que causa a construção pretendida, sempre tendo como alvo o cumprimento dos elevados objectivos de rendimento que a representação do Leixões Sport Club impõe neste escalão e nesta competição, em aproximação ao Futebol profissional.

O culminar deste período com o torneio “Ala Arriba”, onde realizamos dois jogos contra equipas do nosso campeonato, serviu de avaliação ao trabalho realizado, permitindo verificar se o patamar de rendimento é o previsto no planeamento. Assim, poderemos partir para a semana de preparação da competição com uma clara noção do que necessita ser mantido e do que necessita ser melhorado (ou seja, do sucesso das quatro semanas de

preparação), nunca esquecendo que esta semana já será de preparação para um jogo específico, contra um adversário particular, que requer um planeamento adequado.

4.2.4. Morfociclo-Padrão

Como já verificamos anteriormente neste trabalho, o treino constitui uma forma de preparação de cada jogo, ou seja, o treino *cria* o jogo. Como tal, o período de tempo disponível para treinar entre jogos carece de planeamento, sabendo que o sucesso desse planeamento, representado pelo grau de organização e aproveitamento conseguidos a nível macro (semana) e micro (treino), será directamente proporcional ao rendimento da equipa em competição. Salvo algumas excepções do futebol profissional, esse período de tempo é normalmente constante, havendo regularidade na distância temporal entre jogos. É o nosso caso no Campeonato Nacional de Juniores A.

Perante este cenário, a estrutura e composição (ou por outras palavras, a morfologia) deste ciclo semanal (o que o transforma num *morfociclo**) adquire uma importância decisiva. O seu propósito é simplesmente garantir que o período de preparação do jogo resulte da melhor forma possível, e assim a equipa esteja na sua máxima força à partida para cada jogo.

A primeira questão que se coloca na hora de construir e organizar o morfociclo padrão, passa por saber qual o dia de jogo e a que horas se realiza. No Campeonato Nacional de Juniores A, os jogos realizam-se aos Sábados, às 17h (hora de Verão) ou às 15h (hora de Inverno). Isto provoca algumas particularidades que têm de ser analisadas:

- Sabendo que os nossos treinos se realizam às 16h30m, o último treino antes do jogo só poderá ser realizado aproximadamente 24h ou 48h antes da competição.
- O treino após a competição poderá ser realizado ao domingo de manhã (em parte do relvado do Estádio do Mar) ou à segunda-feira às 16h30, correspondendo respectiva e aproximadamente a 16h e 48h após o jogo.

* Expressão criada por Frade, 2005

- O jogo da Liga Intercalar da Associação de Futebol do Porto acontece à quarta-feira, restando 72h de recuperação aos jogadores que forem utilizados.

Com base nestes dados, optamos por compor o morfociclo padrão com cinco unidades de treino, iniciadas com a recuperação ao domingo de manhã e finalizadas com o treino de sexta-feira. Consideramos que o treino de domingo de manhã é perfeito para realizar o rescaldo do jogo do dia anterior (palestra), visto estar bem fresco na memória de todos, além de permitir acelerar a recuperação dos jogadores (com actividade física contínua e de baixa intensidade aliada a um extenso trabalho de alongamentos). Por sua vez, o treino de sexta-feira facilita uma conversa sobre o jogo do dia seguinte, proporciona a realização de um predisposição física para o jogo e o treino específico das bolas paradas (tudo com baixa densidade e tempo de envolvimento). Devido a razões que veremos mais à frente, o facto de alguns jogadores da equipa serem utilizados à quarta-feira pelo futebol profissional, também acrescenta importância ao treino de sexta-feira, visto que estes jogadores têm de ser integrados nos treinos de forma particular.

Sabendo que o dia de folga é obviamente a segunda-feira, resta-nos tomar decisões sobre os treinos de terça-feira, quarta-feira e quinta-feira. Para tal, consideramos quatro diferentes preocupações:

- Conteúdos Tácticos/Estratégicos – Para que haja alternância de conteúdos, apesar de nunca existirem descontextualizados daquilo que é o *jogar* inteiro, cada treino centra a atenção nos princípios de um ou mais momentos do jogo.
- Envolvimento cognitivo – De acordo com as exigências emergentes dos próprios conteúdos tácticos, é necessário que seja ponderada a gestão da estimulação produzida em cada um destes treinos.
- Envolvimento emocional – A pressão, rigor e exigência no treino é algo que consideramos fundamental à preparação para o jogo, interferindo directamente nos níveis de confiança da equipa, tendo que ser gerida cuidadosamente.

- Regime muscular – O regime de tensão muscular deve variar e proporcionar a estimulação mais apropriada, ao mesmo tempo que permite a recuperação atempada para assegurar o patamar de rendimento pretendido.

Apesar de distinguirmos estas quatro preocupações, elas estão intimamente ligadas, originando um padrão de treino particular, mas sem deixar de ter lógica e a necessária coerência. De lembrar que o morfociclo não é composto só de três, mas pelas cinco unidades de treino mais a competição, tendo todas estas o seu devido papel e importância. O propósito de isolar e explorar mais aprofundadamente estas três unidades de treino prende-se simplesmente com a maior complexidade de planeamento que implicam, pois são estes os treinos aquisitivos que constroem o jogar da equipa (com excepção para as bolas paradas, que estão confinadas ao treino de sexta-feira).

Sem mais demoras, partimos para o planeamento concreto destas três unidades de treino, procurando expor os conteúdos e restantes preocupações:

- Terça-feira – Princípios/sub-princípios do momento de transição ataque/defesa e sub-princípios do momento ofensivo (finalização); envolvimento cognitivo médio, com enfoque nas mudanças de atitude; envolvimento emocional elevado, com enfoque na determinação e agressividade; regime muscular excêntrico, com alta tensão muscular em repetições curtas mas de intensidade máxima.
- Quarta-feira – Princípios/sub-princípios do momento ofensivo e do momento defensivo; envolvimento cognitivo elevado, com estimulação contínua e complexa; envolvimento emocional médio, com enfoque no rigor e perfeccionismo; regime muscular concêntrico contínuo, com média tensão muscular em repetições longas e de intensidade média.
- Quinta-feira – Princípios/sub-princípios do momento de transição defesa/ataque e sub-princípios do momento defensivo (defesa da baliza); envolvimento cognitivo médio, com enfoque na tomada de decisão após recuperação da bola; envolvimento emocional médio,

com enfoque na elevação do prazer e níveis de confiança; regime de velocidade de contracção muscular, com média tensão muscular em repetições curtas e de intensidade elevada.

Tal como já referenciamos anteriormente, o nosso processo de treino comporta a desfragmentação e isolamento do factor físico, quer como forma de controlo emocional, quer como forma de controlo do nível físico da equipa. No que diz respeito ao morfociclo padrão e mais concretamente ao conjunto dos três treinos aquisitivos que estamos a tratar, esta particularidade é contemplada essencialmente no treino de terça-feira. Respeitando o regime muscular e o elevado envolvimento emocional planeados para este treino, optamos por recorrer ao trabalho exclusivamente físico, focando os grupos musculares em acções (de alguma forma) próximas às desenvolvidas em jogo. A experiência de anos anteriores diz-nos que este tipo de trabalho previne eficazmente as lesões musculares, além de possivelmente servir de muleta para um mais intenso desempenho em jogo.

Para terminar, consideramos também importante que seja contemplado no morfociclo padrão o trabalho de reforço superior, importante para o equilíbrio e harmonia corporal dos jogadores. Como tal, consideramos que é nos três treinos aquisitivos que é mais adequado o seu desenvolvimento, distanciando devidamente este trabalho da competição. Quanto à organização, acreditamos que faz todo o sentido que obedeça ao padrão de regime muscular programado para cada treino, criando o seguinte planeamento:

- Terça-feira – baixo número de repetições, resistências e intensidades elevadas, alternância nos grupos musculares requisitados;
- Quarta-feira – alto número de repetições, resistências e intensidades baixas, alta diversidade de exercícios;
- Quinta-feira – baixo número de repetições, baixas resistências mas alta velocidade de contracção, alternância nos grupos musculares requisitados;

Apesar de inicialmente estabelecermos um número geral de repetições, comum a todos os jogadores, pretendíamos que a curto prazo eles fossem capazes de realizar o seu trabalho individualizado, provocando um maior nível

de adaptações e respondendo às suas necessidades particulares. Este tipo de trabalho requer responsabilidade por parte dos jogadores e um constante acompanhamento por parte dos treinadores, evitando o trabalho insuficiente, o excessivo e possíveis desequilíbrios musculares.

Com base neste conjunto de decisões, consideramos que estavam criadas todas as condições para que cada morfociclo obedecesse ao mesmo padrão, ao mesmo tempo que seria possível criar em cada semana um plano de trabalho particular e totalmente direccionado a um determinado jogo, em oposição a um adversário concreto.

5. MODELO DE JOGO

“A guerra é uma questão de vital importância para o estado; à província, de vida ou de morte; o caminho para a sobrevivência ou ruína. É obrigatório que seja minuciosamente estudada.”

(Sun Tzu, 500 a.c. in Griffith, 2007, p. 91)

Partilhando da opinião de Frade (2005), consideramos que o Modelo de Jogo de uma equipa é algo extremamente vasto e complexo, sendo constituído por tudo aquilo que origina um determinado comportamento e não outro qualquer. Logo, não se limita às ideias que existem na expressão de um jogar, indo muito além disso. O Modelo de Jogo está presente em todos os momentos da equipa, funcionando como causa ou consequência.

Neste sentido, distinguimos aquilo que é o conjunto de princípios que dão origem ao jogar particular da equipa (o *Sistema de Jogo* da equipa, segundo A. Silva, 2008), e toda a base de sustentabilidade do trabalho da equipa, que optamos por designar de princípios básicos do processo. Ambos existem em interdependência, tendo que existir uma grande coerência entre ambos, representando um projecto sólido e credível para todos os seus intervenientes.

Iremos assim começar então por apresentar os princípios básicos do processo, onde podemos encontrar todas as decisões relevantes para criar o ambiente e estado de espírito que acreditamos serem fundamentais para concretizarmos as nossas ideias de jogo. É neste sentido que Cassidy et. al. (2004) nos alertam para a importância da criação de uma filosofia de trabalho para a equipa, que permita a construção de uma consistente e coerente forma de pensar colectiva, direccionando a acção da equipa técnica.

Posteriormente apresentaremos o nosso *sistema de jogo*, ainda que sem grande profundidade, pois sabemos já que o pormenor requer uma grande necessidade de criação/construção, em adaptação ao longo de toda a época. Sabemos para onde vamos, mas não sabemos bem por onde vamos. Só o “aqui e agora” nos dirá.

5.1. Princípios básicos do processo

Como já vimos anteriormente, o Leixões Sport Club é uma instituição com diversas singularidades, que requer uma elevada contextualização de todo o trabalho. Não é possível construir uma equipa que não seja ambiciosa, que não acredite ser possível vencer qualquer adversário, muito porque são esses os próprios fundamentos do clube.

Assim, desde o primeiro dia, é necessário implementar um conjunto alargado de pressupostos, que sirvam de bússola para qualquer interveniente, em todos os momentos do trabalho desenvolvido durante a época. Só assim se pode criar um processo coerente, que promova a coesão e que contribua para a probabilidade de sucesso. Para se fazer parte deste grupo de trabalho, é necessário que se cumpram todos estes princípios.

Para uma melhor interpretação, iremos organizar estes princípios básicos do processo em três grandes áreas de intervenção: Regras de conduta; Disciplina; e Objectivos.

5.1.1. Regras de conduta

Esta primeira área de intervenção é deveras importante, pois cria um ambiente de trabalho responsável e justo. Apoiado numa aplicação segura e intransigente, estas regras têm de servir como base da grande exigência e profissionalismo que deve imperar no nosso processo, sem nunca abandonar o futebol profissional como referência. Como tal, possui uma grande pluralidade, abrangendo diferentes temas e espaços.

Desde que o jogador chega ao treino ou à concentração até que a abandona, deve adoptar uma imagem e comportamento adequado, comum ao exigido aos restantes jogadores e partilhado pelos responsáveis da equipa técnica. De seguida, expomos os pilares das nossas regras de conduta, fundamentais para o bom funcionamento do processo.

5.1.1.1. Regras do Balneário

Importante local de sociabilização, não realizamos supervisão ao balneário, responsabilizando os jogadores em geral e os capitães em particular, por tudo

o que por lá acontecer. O estado final do balneário deverá ser o mais asseado possível, resultado de uma utilização impecável das instalações.

Por outro lado, a entrada dos elementos da equipa técnica no balneário deve ser sempre seguida de ordem, silêncio e atenção. Cada jogador poderá intervir, sempre que tal lhe for requisitado. A organização do balneário é livre, mas na hora da palestra os jogadores devem-se aproximar e formar um único grupo, onde todos se vejam, adoptando uma postura adequada a quem está a trabalhar desde esse momento.

Em dias de jogo, o balneário é a base da equipa, só saindo quando há necessidade. A ponderação e concentração são imperiosas, num ambiente controlado e profissional.

5.1.1.2. Regras do Treino

A partir do momento em que o treino é iniciado, os jogadores estão às ordens dos treinadores. Após cumprimentos, devem reunir e esperar instruções, evitando comportamentos inúteis e retardadores.

O treino não serve para sociabilização. Qualquer conversa que exista, por se tratar de aspectos importantes sobre o nosso trabalho, deverá ser aberta a toda a equipa. Mesmo durante os alongamentos ou trabalho de reforço muscular superior, tratando-se ainda de treino, a atenção não deve dispersar.

Nenhum jogador pode abandonar o espaço de treino sem autorização, incluindo idas ao WC. Os momentos de hidratação estão perfeitamente definidos no treino, só existindo quando for dada essa indicação pelos treinadores.

5.1.1.3. Regras de Imagem e Equipamento

Os jogadores só podem treinar quando devidamente equipados com o equipamento de treino do clube (camisola da cor do dia), botas com pitões adequados ao relvado sintético, sem esquecer as meias e caneleiras. Não podem apresentar acessórios impróprios, como brincos, anéis, relógios, pulseiras ou voltas.

Nos dias de jogo, têm de se apresentar devidamente equipados com o fato de treino do clube ou com camisola e calções de saída, além de saco do clube.

Não é permitida a utilização de qualquer tipo de chapéu, de brincos, pulseiras ou voltas. A aparência deve ser cuidada e limpa.

5.1.1.4. Pontualidade

Em dia de treino, a pontualidade é fundamental para a organização e concentração. Só serão tolerados atrasos quando devida e antecipadamente justificados.

Em dia de jogo, não são tolerados atrasos a nenhum elemento do grupo de trabalho. Nos jogos fora, a hora de saída da camioneta limita o espaço temporal para comparecer na concentração.

5.1.1.5. Assiduidade

Não são aceites faltas injustificadas ao treino. Qualquer falta tem que ser devidamente justificada e provada, incorrendo de averiguação e avaliação de toda a situação.

Falta ao jogo origina processo disciplinar por parte da Coordenação Técnica.

5.1.1.6. Lesões e Doença

Salvo excepção em lesões graves prolongadas, qualquer jogador lesionado tem que comparecer nos treinos, e só após estes é que deverá dirigir-se ao Departamento Médico no Estádio do Mar para tratamento.

Em caso de doença, o jogador deverá comparecer no treino para avaliação do seu estado de saúde. Após esta avaliação poderá ser-lhe dado uns dias de baixa para recuperação. Em situações mais graves, o jogador deverá dirigir-se a um hospital ou instituição de saúde e ser-lhe passado um atestado médico que deverá fazer chegar aos responsáveis do clube.

5.1.2. Disciplina

A equipa técnica é líder de todo o processo de trabalho. Como tal, tem que se assegurar que as hierarquias são correctamente cumpridas, num clima de respeito onde cada um sabe o seu lugar.

A experiência diz-nos que no escalão de Sub19, o direito à opinião deve ser lentamente conquistado pelos jogadores, transformando a liderança fortemente

autoritária inicial em uma liderança mais próxima da democrática. Isto quando é possível, ou seja, quando o plantel tem características que o permitem realizar. Caso contrário, a liderança autoritária mantém-se.

5.1.2.1. Treino/Jogo

Os jogadores, quer em treino quer em jogo, cumprem ordens. A sua liberdade de decisão é claramente definida em treino, aplicando-se posteriormente em jogo. No entanto, qualquer ordem dos treinadores sobrepõe-se sempre ao inicialmente planeado.

É dever do jogador ouvir sempre os treinadores e aceitar as suas deliberações, quer estas sejam, na sua opinião, positivas ou negativas, justas ou injustas. Qualquer demonstração de desagrado, física ou verbal, será severamente punida.

A acção dos jogadores em campo e fora deste, deve sempre ter presente a correcta representação do Leixões Sport Club. Comportamentos violentos, provocadores ou desrespeitosos perante qualquer pessoa (seja adversário, adepto, árbitros, etc.) darão origem a um processo disciplinar instaurado pela coordenação técnica.

5.1.2.2. Arbitragem

Os jogadores devem proteger os interesses da equipa junto da arbitragem, mas nunca questionar ou protestar qualquer decisão. Esta tarefa está confinada aos responsáveis do clube, especialmente aos treinadores e directores. Qualquer advertência aos jogadores que origine uma expulsão no jogo, deverá ser analisada e devidamente punida, pois prejudica toda a equipa e todo o trabalho realizado.

5.1.2.3. Jogadores

A relação entre jogadores deve ser sempre correcta e bem intencionada. No treino, no balneário ou no exterior do clube, os jogadores são responsáveis por uma conduta que honre a relação de companheiros de equipa, onde o respeito, cooperação e tolerância deve estar sempre presente.

Qualquer desavença entre jogadores deve ser rapidamente controlada, sem que haja qualquer consequência física ou que provoque qualquer mau estar no

seio do plantel. Os jogadores que não cumprirem esta determinação, serão suspensos e enfrentarão um processo disciplinar instaurado pela coordenação técnica.

5.1.3. Objectivos

Todo o trabalho realizado por uma equipa deve ser balizado por objectivos. São estes que unem a equipa e que dão motivação para trabalhar mais e melhor. No futebol de formação os objectivos ainda são mais importantes, constituindo uma importante fonte de motivação. Na prática, são os objectivos que levam os jovens a transcenderem-se no seu dia-a-dia.

Colocando de parte os objectivos individuais, em que um deles é comum a todos os jogadores (jogar com regularidade), consideramos necessário criar também objectivos para a equipa, que por sua vez dão origem a um existir colectivo e unidireccional, decisivo para o sucesso da equipa.

Um plantel unido em torno de uma ou mais metas, cria um ambiente de trabalho com uma força e vitalidade própria, estando presente em todos os momentos em que a equipa seja desafiada ou simplesmente testada, despontando um elevado orgulho próprio.

5.1.3.1. Campeonato

A participação num campeonato do calibre da 1ª divisão do Nacional de Juniores A, que é somente o mais competitivo da formação em Portugal, já é por si só uma fonte de motivação. No entanto, como já verificamos anteriormente, o Leixões Sport Club goza de um estatuto especial nesta competição: o de candidato a passar à segunda fase, ou seja, ficar entre os 2 primeiros classificados. Luís Luís (anexo 6), Coordenador Técnico da formação do clube, não assume este objectivo, mas reforça a luta pelos lugares de destaque no campeonato: *“Lutar sempre para que o Leixões esteja nos primeiros lugares, estar sempre nos lugares cimeiros”*.

Conscientes do valor e limitações do plantel, além de estar a ser formado com muitos jogadores novos e de 1º ano, os objectivos competitivos definidos pelos responsáveis do clube para esta época passam por assegurar a

manutenção o mais rapidamente possível e, posteriormente, procurar ficar na metade superior da tabela.

Apesar disto, com base na nossa experiência e auto-confiança, acreditamos que podemos formar uma equipa que obtenha resultados acima dos esperados, fazendo jus ao estatuto que o clube conquistou neste campeonato nos últimos anos. Como tal, é necessário que os jogadores tenham consciência do que isso significa, da dificuldade que uma meta destas comporta e do trabalho que têm pela frente, isto caso queiram realmente materializar esse estatuto de candidato à segunda fase do campeonato.

De acordo com esta meta e desde o primeiro dia, todo o trabalho foi orientado para a busca da vitória. As exigências são máximas, procurando colocar a equipa sistematicamente sobre a pressão de não poder falhar, preparando-a para ocupar os primeiros lugares da tabela classificativa. Este é o grande objectivo apresentado à equipa, ou seja, trabalhar para vencer todos os jogos, enfrentando cada um com a responsabilidade, dedicação e empenho necessários para o alcance sistemático de vitórias.

5.1.3.2. Futebol Profissional

Mesmo sabendo que o Treinador do Futebol Profissional do Leixões SC (anexo 8) considera que “...há uma diferença muito grande, e tem que haver, entre o trabalho de um júnior e o trabalho de um sénior...”, afirmando que se “...integrar 2 atletas dos juniores no plantel sénior, quem está na bancada percebe perfeitamente quem são os dois atletas juniores”, temos que procurar orientar todo o nosso trabalho para uma rápida e máxima aproximação do nível dos jovens futebolistas ao dos futebolistas profissionais do clube.

Tendo presente que qualquer dos jogadores do plantel já poderá, por ter idade suficiente, ser chamado para assinar contrato e representar o Leixões Sport Club nas competições profissionais, parece-nos claro que devemos ter como ambição fazer crescer os nossos jogadores e prepará-los para o futebol profissional, utilizando as suas prestações no campeonato como barómetro.

Por outro lado, a própria Liga Intercalar, onde alguns jogadores serão utilizados em conjunto com o restante plantel profissional do clube, servirá de montra para estes jovens. O rendimento que conseguirem apresentar nesta

competição, poderá abrir portas no próprio clube, ou mesmo em clubes mais modestos mas que não deixam de ser uma boa aposta para início de carreira.

5.1.3.3. Selecção Nacional

Por último, todos os anos temos alguns jogadores que têm qualidade para representarem a Selecção Nacional de Sub18 e Sub19, dependendo da geração. Sendo um clube importante no panorama nacional, o Leixões Sport Club tem legitimidade para pretender ter jogadores internacionais nas suas fileiras, sendo um dos objectivos perseguidos pela formação do clube.

Neste caso concreto, além de contarmos já com alguns internacionais, quer da Selecção de Sub18 quer da Sub19, pretendemos que as suas chamadas se verifiquem novamente esta época e que se afirmem como mais-valias, além de procurar que novas caras sejam observadas pelos responsáveis da Federação Portuguesa de Futebol.

Este objectivo só é concretizado se a equipa estiver bem e tiver sucesso no campeonato, permitindo que todos os seus jogadores mostrem o seu valor e chamem a atenção sobre si. Este facto funciona como mais um motivador colectivo, visto que só se apoiando na equipa (na concretização dos objectivos da equipa) é que os jogadores poderão ter individualmente maior sucesso.

5.2. Sistema de Jogo

Aquilo que identifica uma equipa em competição é as ideias de jogo que apresenta. Essa leitura permite-nos objectivar a forma de jogar de uma equipa, encontrando padrões de acção que têm origem no *sistema de jogo* da equipa, ou seja, o conjunto de princípios que permitem à equipa estar constantemente organizada ao longo do tempo de jogo. Com efeito, o *sistema de jogo* de uma equipa estrutura os seus princípios em 4 momentos de jogo (ofensivo, transição ataque/defesa, defensivo, transição defesa/ataque) e num 5º momento extra, cada vez mais importante, as bolas paradas.

Nesta fase de planeamento de todo o processo, sabendo que o *sistema de jogo* é uma construção em permanente evolução que se adapta constantemente à interacção entre as ideias do treinador e as interpretações dos jogadores, só poderemos apresentar um projecto dos grandes princípios

para cada momento do jogo, que contém ideias que serão bastante importantes para a construção do jogar futuro da equipa.

Outro aspecto que também iremos fazer referência é a imposição de uma estrutura de jogo comum a todos os escalões da formação do clube, pois esta época existiu uma imposição directiva para a adopção de uma estrutura de jogo comum em toda a formação (iremos reflectir sobre esta decisão mais á frente neste trabalho).

5.2.1. Momento Ofensivo

Pretendemos ser uma equipa dominadora, que obriga o adversário a recuar para junto da sua área. Para que tal aconteça, sabemos que temos que ter a bola, que temos que ser capazes de circular a bola por toda a equipa e ter a devida segurança e paciência para não deixar outra alternativa ao adversário que não seja recuar no terreno.

O facto de termos que jogar estruturalmente com 3 avançados permite-nos estar melhor distribuídos pelo terreno de jogo, facilitando o aumento das distâncias entre jogadores e consequente maior facilidade de circulação, mas, por outro lado, também facilita o controlo próximo dos nossos jogadores mais adiantados pelo adversário, dificultando a criação de espaços vazios. Assim, sabemos que teremos que ter uma dinâmica posicional elevada para conseguirmos ter bola no meio-campo adversário.

O apoio dos laterais será importante, mas será fundamental a capacidade dos nossos extremos no 1x1, de forma a conseguirmos aproximar da baliza adversária através de incursões pelos corredores laterais e cruzamentos.

5.2.2. Momento Transição Ataque/Defesa

Como queremos ter a bola no meio-campo ofensivo, não nos interessa recuperar a bola no nosso meio-campo. Assim, a transição ataque/defesa deverá ser forte e eficaz na zona da bola, envolvendo um número considerável de jogadores, com vista a não deixar o adversário organizar nem sair do seu meio-campo defensivo.

Sabendo que grande parte das equipas deste campeonato apresenta um jogar longo e objectivo, também será decisivo que a equipa consiga organizar rapidamente em profundidade o sector defensivo, de forma a evitar ser surpreendida com esse estilo de jogo.

5.2.3. Momento Defensivo

Realizaremos *defesa zona*, visto que entendemos a acção defensiva como colectiva, gerindo-a conforme a zona da bola, concentrando o espaço e fechando linhas de passe possíveis.

Se a equipa quer ter a bola, tem que procurar recuperá-la o mais cedo possível, o que se traduz na aplicação de uma acção pressionante somente à entrada do terço defensivo do adversário, convidando-o a jogar em passe curto (e consequente subida da linha de pressão), quando ao mesmo tempo se mantém a equipa curta mas preparada para reagir ao passe longo, assegurando o ataque da 1ª e da 2ª bola.

5.2.4. Momento Transição Defesa/Ataque

A equipa terá que ser capaz de avaliar as situações e distinguir claramente qual a decisão a tomar no momento de transição: se tem condições para acelerar o jogo em busca da baliza adversária; ou se deve tirar a bola da zona de recuperação, procurando zonas seguras para iniciar a preparação do momento ofensivo.

Com 3 avançados, sabemos que temos mais linhas de passe possíveis para realizar eficazes transições defesa/ataque com aceleração do jogo e rápida procura da baliza adversária, algo que deverá ser aproveitado.

5.2.5. Bolas Paradas

Como momento do jogo cada vez mais importante, não podemos deixar de lhe atribuir uma relevante dose de atenção. São diversos os tipos de bolas paradas que o jogo contempla, mas iremos abordar somente aqueles que acontecem

com maior frequência e são mais padronizados, ou seja, os lançamentos de linha lateral, cantos e livres laterais.

5.2.5.1. Defensivas

Nos lançamentos de linha lateral, pretendemos realizar um posicionamento zonal, preparando a entrada da bola em jogo.

Já em relação aos cantos, optaremos pela marcação individual, atribuindo responsabilidades a cada jogador na marcação.

Por último, nos livres laterais, formaremos uma linha de defesa zonal que define a zona de fora-de-jogo.

5.2.5.2. Ofensivas

Nos lançamentos de linha lateral, quando acima da linha de meio-campo, pretendemos realizar movimentações contrárias entre dois jogadores, procurando criar condições para a bola entrar em jogo em boas condições. Quando abaixo da linha de meio-campo, utilizaremos com maior frequência o lançamento em profundidade, com a intenção de fazer subir a equipa no terreno.

Nos cantos, será formada uma linha de ataque à baliza, onde cada jogador entrará numa zona específica pré-definida, além de um jogador se posicionar ao 1º poste, pronto para vir apoiar o canto curto ou simplesmente desviar o cruzamento.

Quanto aos livres laterais, será formada uma linha de ataque à baliza na entrada da área, que procurará desviar a bola batida tensa nas costas da defesa.

6. REFLECTIR A PRÁTICA

“Acontece muitas vezes ter um pai um filho feio e extremamente desengraçado, mas o amor paternal lhe põe uma peneira nos olhos para que não veja estas enormidades, antes as julga como discrições e lindezas, e está sempre a contá-las aos seus amigos, como agudezas e donaires.”

(Cervantes, 2004, p. 7)

Como líderes do processo de treino e jogo, a tarefa de reflectir e avaliar o trabalho realizado é complexa e exigente. Com base em Cassidy et al. (2004), as múltiplas possibilidades de interpretação de cada situação pode levar à confusão e dispersão da reflexão, além de que actualmente a facilidade da alusão à reflexão pode mesmo torná-la paradoxalmente irreflectida.

Isto requer abandonar a natural tendência de auto-defesa dos treinadores, expondo com veracidade pensamentos, linhas de orientação, confessando erros, justificando decisões. No final, trata-se de aceitar que podíamos ter sido melhores, ao mesmo tempo que dizemos sim ao desafio de aprendizagem e evolução que este trabalho nos propõe. Segundo Jones (2008), a chave para a evolução de um treinador é a reflexão. Assim, aceitando o desafio de Miguel de Cervantes, não nos iremos revestir de “amor paternal”, porque senão não passaríamos de treinadores medíocres, de treinadores sem ambição e vontade de conquista, com os quais nenhum jogador deveria ser confrontado no seu caminho de crescimento.

No dia-a-dia da condução deste processo, a experiência que detemos para o desempenho das nossas funções adquire um papel fundamental. Como indicam Jones (2006) e Lyle (2008), a base da formação dos treinadores de futebol está nas experiências acumuladas no exercício de funções de jogador, treinador adjunto e treinador principal, dando origens a convicções nas mais diversas questões. São estas experiências que segundo Jones (2008, p. 155) constroem um “*knowing-in-action*”, que permite obter decisões seguras e quase instantâneas para as mais variadas situações, apesar de poder sempre surgir situações imprevistas, que requerem outro tipo de recursos para analisar o problema e encontrar respostas.

Por conseguinte, sempre que sentirmos necessidade, iremos apoiar a nossa reflexão em duas fontes de informação que se nos afiguram de fundamentais para uma devida tentativa de obter respostas ou, por vezes, somente questões. Essas fontes são a informação recolhida nas entrevistas, realizadas aos diversos intervenientes neste processo, e o conhecimento científico. Desta forma, o sumo obtido será mais rico e pertinente, tornando também mais útil e válido todo este trabalho, quer aos seus autores, quer a qualquer leitor que procure encontrar nele um conjunto de situações causa-efeito que enriqueça ideias e convicções, apartando para segundo plano a unicidade da realidade que aqui é tratada, tão semelhante mas também tão diferente de outras tantas realidades de outros clubes e equipas de Sub19.

Respondendo a este agora nosso compromisso, iremos começar por reflectir sobre o Período Preparatório, passaremos pelo desenrolar de todo o campeonato, para depois chegarmos à identificação das nossas principais inquietações e depois concluir com a avaliação geral de toda a época.

6.1. Período Preparatório

De acordo com o planeamento, o Período Preparatório teve a duração de quatro semanas, nas quais foi construída uma equipa e uma forma de jogar. A pergunta que para nós era fundamental responder era a seguinte: será que estamos preparados para iniciar o campeonato?

Tivemos dois grandes indicadores que nos mostraram que estávamos preparados. Um desses indicadores foi a vitória no Torneio *Ala Arriba*, organizado pelo Varzim SC, onde conseguimos impor o nosso jogar contra equipas que serão nossas adversárias no campeonato (SC Beira-Mar e Gil Vicente FC). Apesar de serem equipas que teoricamente lutam por objectivos diferentes dos nossos, estes jogos permitiram-nos tirar dúvidas quanto aos jogadores que naquele momento conseguiam interpretar melhor o nosso jogar, além de existir alguma semelhança no valor destas equipas com aquelas que iremos enfrentar nos primeiros jogos do campeonato. Esta confiança no trabalho realizado, na superioridade que já detínhamos sobre os nossos adversários, só pode ser criada com vitórias e com a sensação que o nosso

projecto de equipa e de jogo é credível, o que nasce na concretização de cada jogada, com o sucesso de cada principio, com a superioridade em cada disputa de bola. E a competição é fundamental para testar tudo isto.

O segundo grande indicador baseou-se na riqueza de conteúdos que foi possível abordar nestas quatro semanas. Perante o planeamento realizado, não foi necessário realizar grandes adaptações, pelo menos a nível macro, pois tivemos tempo suficiente para construir um jogar com toda a amplitude programada para atingirmos o nível inicial necessário ao alcance da primeira vitória do campeonato.

6.1.1. A construção de um jogar

Conhecendo bem este campeonato, desde os primeiros treinos que percebemos que esta não seria uma equipa capaz de realizar uma circulação de bola curta de grande mobilidade e segurança, isto porque não possuía um meio-campo que detivesse a qualidade, experiência e conhecimento de jogo suficiente para o conseguir só com três jogadores a ocupar este sector. A imposição, por parte do Director Desportivo do clube, da utilização de uma estrutura de 1-4-3-3 em todas as equipas da formação do clube, mostrava-se desde já bastante limitativa. Com o reforço do meio-campo com mais um jogador (numa estrutura de 1-4-4-2), seria bem mais fácil de criar rotinas de circulação curta, protegida por uma maior proximidade dos jogadores à zona da bola, isto em caso de perda de bola. Mas estava fora de questão.

Como tal, sabíamos que nos jogos mais equilibrados iríamos facilmente cair na tentação do jogo directo para os avançados e, mais importante, que se não estivéssemos preparados para sermos eficazes a praticar este estilo de jogo, não teríamos sucesso num campeonato altamente competitivo como este. Era então necessário construir um jogar que contivesse as duas alternativas, que possibilitasse à equipa alternar entre o ataque organizado e o ataque rápido, explorando a determinação e velocidade dos nossos avançados. Esta seria a grande adaptação às ideias iniciais que pretendíamos aplicar no processo, identificada e preparada a partir da 2ª semana de trabalho.

O padrão de passe passou a ser diferente, com maior imprevisibilidade, trazida pela preponderância do levantar a bola do chão. O padrão de recepção também passou a ser diferente, carregando na importância de conseguirmos colocar a bola no chão o mais rapidamente possível, assim como na capacidade de utilizar o jogo aéreo para colocar a bola no colega mais próximo.

Por conseguinte, no momento ofensivo o grande princípio não será o domínio do jogo como previsto inicialmente, mas sim o controlo do jogo, tendo a segurança defensiva sempre presente, reduzindo o risco ao máximo possível. Na prática, a equipa tem que ser capaz de identificar se tem condições para circular e realizar ataque organizado, tendo constantemente a alternativa de jogar em profundidade, quer para aproximar a bola da baliza adversária, quer para simplesmente afastar a bola da nossa linha defensiva. A falta de extremos capazes de segurar a bola e entrar no 1x1 no corredor lateral, obriga a equipa a jogar com os avançados mais centralizados, saindo sistematicamente um deles para procurar criar uma linha de passe que permita avançar a equipa no terreno de jogo. O pivot defensivo, com algumas limitações na criatividade com que consegue coordenar a circulação da equipa, tem que ser capaz de dar condições aos laterais para que estes possam progredir no terreno, ou mesmo colocar a bola no chão nos avançados, visto que o passe longo no ar deve ser realizado pela defesa, principalmente os centrais, com mais espaço para preparar o passe e evitar intercepções dos adversários.

No momento defensivo, contamos com uma grande disponibilidade por parte dos avançados, formando uma primeira linha de pressão que não permita ao adversário realizar ataque organizado, levando a recorrer ao passe longo, mas ao mesmo tempo também permitir recuperações de bola o mais perto da baliza adversária possível. A nível do quarteto defensivo, a defesa zona é cumprida na íntegra, com excepção na dobra ao lateral junto à linha lateral, que é realizada pelo médio interior desse lado, pois só em último caso é que o central sai da zona central para esse efeito.

Ao nível das transições, optamos por reforçar a transição ataque/defesa da nossa linha avançada, que tem características apropriadas para conseguir reagir à perda com grande eficácia. A pouca mobilidade do meio-campo,

principalmente do pivot defensivo, permite ter sempre a equipa equilibrada no momento de perda da bola, assegurando resposta rápida a um possível ataque rápido adversário. Na transição defesa/ataque, aproveitando a velocidade dos nossos interiores no transporte de bola, iremos reforçar a entrada de bola no interior do lado contrário ao da bola para ataque rápido pelo corredor central, sempre com 3 linhas de passe (em largura e profundidade).

Para as bolas paradas as ideias iniciais foram bem assimiladas, acrescentando algumas opções a nível ofensivo que permitam surpreender o adversário, como o exemplo dos cantos curtos.

6.1.2. A construção de uma equipa

A primeira dificuldade com que nos deparamos no período preparatório foi a extensão do plantel. Com um número já considerável de jogadores de 2º ano (dezasseis), acrescentamos doze de 1º ano e três à experiência, ficamos com um plantel de trinta e um jogadores. Com somente dois treinadores para vinte e oito jogadores (os três guarda-redes estão entregues ao treinador de guarda-redes), a qualidade de treino fica bastante condicionada, sendo urgente a redução do plantel.

Se a definição do plantel já era um objectivo do período preparatório, este passou a ser necessário o mais cedo possível, de forma a que o planeamento não seja prejudicado e seja possível cumpri-lo o mais fielmente possível. A assimilação de princípios é bastante inferior quando a repetição (e a consequente experiência da variabilidade) é bem menos densa do que seria se o plantel tivesse um número razoável de elementos. Num exemplo prático, se quisermos treinar os centrais numa qualquer acção defensiva, sabendo que cada central deve realizar pelo menos dez repetições, se tivermos cinco centrais em vez de quatro, aumentamos de vinte para vinte e cinco repetições, o que significa mais 25% de repetições e consequente tempo do exercício, além de aumentar o intervalo entre repetições, diminuindo o efeito e a concentração na tarefa. Tem sérias implicações na gestão do treino a nível micro (na unidade de treino) e logicamente também a nível macro (no planeamento semanal), influenciando todo o planeamento do período

preparatório, ainda mais sabendo da imprescindibilidade do elevado tempo de treino na aquisição da *expertise* no Futebol (Hodges & Williams, 2005).

Para resolvermos este problema, tivemos que definir prioridades. Os jogadores à experiência tiveram que ser rapidamente avaliados, imperando a objectividade e também a probabilidade de cometer erros nessa mesma avaliação. Como suspeitávamos, nenhum destes jogadores apresentou condições para que fosse considerada com alguma solidez a sua integração no plantel. Afastados os jogadores à experiência, decidimos seleccionar os jogadores de 1º ano que pouco acrescentavam à equipa, destacando-os para os treinos com a equipa de Sub18. Esta redução no plantel ficou concluída até ao final da segunda semana do período preparatório, permitindo encarar as semanas três e quatro com um número mais aceitável de jogadores no plantel.

Outra dificuldade que encontramos está directamente ligada à pluralidade do plantel. Como uma parte significativa do plantel são jogadores dispensados (quatro) ou emprestados pelo FC Porto (dois), criou uma espécie de rivalidade com os jogadores que já eram do Leixões SC, que viram os seus lugares ameaçados por jogadores que chegavam com qualidade reconhecida (campeões nacionais de iniciados e juvenis e até mesmo internacionais). Era necessário unir o balneário, fazer nascer um objectivo comum que os fizesse direccionar esforços. Enfim, fazer uma equipa. Isto consegue-se com envolvimento, igualdade de oportunidades e transparência nas opções. No final das quatro semanas estávamos no bom caminho, com um bom ambiente e empenho por parte de todos os jogadores, ficando por saber ainda qual seria a reacção da equipa à primeira convocatória e equipa titular. Um sector delicado era o defensivo, com opções de 1º e 2º ano para cada posição. Sabendo que em igualdade de circunstâncias sempre foi assumido que jogaria um jogador de 2º ano, visto que este é um ano crítico que requer exposição/visibilidade, restava saber se a diferença de qualidade seria a suficiente para dar a titularidade nos primeiros jogos a um jogador de 1º ano.

Por último, esta geração Sub19 estava “rotulada” de fraca, indisciplinada e pouco trabalhadora, tudo adjectivos que faziam jus ao seu desempenho modesto ao longo dos vários anos no clube. Ao longo do período preparatório

ficou claro para nós que a equipa apresentava algumas fontes de instabilidade, quer ao nível comportamental/disciplinar, quer ao nível do profissionalismo e dedicação ao projecto, não esquecendo que falamos agora não só da geração de Sub19, mas também de vários jogadores da geração de Sub18 que fazem parte do plantel. Sabendo disto, teríamos que utilizar um estilo de liderança perto do autoritário, impedindo proactivamente a indisciplina. Este tipo de liderança tem algumas desvantagens, visto que pode proporcionar mal-estar e desarmonia no balneário, principalmente quando reforçado pelo insucesso da equipa (Jones, 2006). Assim, conseguimos evitar que estas eventuais fontes se desenvolvessem, mas ao mesmo tempo criávamos a possibilidade de algumas dificuldades futuras, essencialmente ao nível da satisfação e capacidade de trabalho de alguns jogadores.

6.2. Primeira Volta

O nosso trabalho no período preparatório foi realizado sempre tendo em vista uma entrada forte e vitoriosa no campeonato. Sabemos, por experiência, que tradicionalmente as equipas se apresentam no início do campeonato com um nível de rendimento aquém daquele que mais tarde irão alcançar, possibilitando ganhar uma vantagem pontual inicial bastante importante para o desenrolar do tempo. Assim, para nós é fundamental vencer os primeiros jogos e assegurar o mais rapidamente possível um lugar na frente do campeonato.

Para enfrentarmos cada jogo do campeonato, é essencial que o trabalho seja organizado da melhor forma, contemplando necessariamente uma forte componente estratégica, o que implica o início da aplicação dos morfociclos padrão logo à 5ª semana de trabalho.

Será também durante esta primeira volta que o plantel se irá definir melhor, dando origem a possíveis alterações em Dezembro, na reabertura do período de transferências. São vários os jogadores que deixam algumas dúvidas sobre a sua capacidade para esperar, criar e aproveitar oportunidades para ajudar a equipa, o que, sendo uma realidade, enfraquece determinantemente a equipa.

6.2.1. Reflexão sobre o calendário competitivo

Mesmo que todas as equipas joguem entre si mais tarde ou mais cedo, consideramos inquestionável a importância do calendário competitivo. A ordem de confrontos mostra-nos um mapa que permite elaborar um plano de época, onde determinamos os períodos mais críticos e decisivos. Não obstante, este plano é adaptado e readaptado jornada a jornada, conforme o sucesso dos objectivos que definimos.

6.2.1.1. Plano da 1ª volta

Apesar da sorte no sorteio ser bastante relativa e subjectiva (depende do desenrolar do campeonato e da opinião e preferências de quem faz esta dedução), consideramos que o sorteio foi bastante positivo para o Leixões SC. A distribuição dos jogos permite realizar facilmente um plano para esta 1ª volta e perceber quais os jogos que serão mais determinantes para alcançar os nossos objectivos, assim como aqueles que se adivinham mais complicados.

É fundamental que a equipa entre a ganhar no campeonato e faça 6 pontos nas duas primeiras jornadas (FC Infesta e SC Beira-Mar). Depois temos um conjunto de dois jogos com grau de dificuldade elevado (Boavista FC e FC Porto), em que pelo menos um destes jogos teremos que vencer, para nos mantermos colados aos primeiros lugares do campeonato. Com pelo menos nove pontos, partiremos para um conjunto de seis jornadas (FC Famalicão, FC Vizela, Rio Ave FC, Merelinense FC, Gondomar SC e CD Candal), que serão o grande teste à capacidade e determinação desta equipa. Se conseguirmos pelo menos cinco vitórias ($15+9=26$ pontos), será suficiente para garantirmos que estamos nos dois primeiros lugares à 10ª jornada. Assim, teremos alguma segurança pontual para partirmos para um conjunto de três jogos com adversários directos (SC Braga, Vitória SC e Académica de Coimbra), que serão determinantes para a manutenção no topo da tabela. Por último, iremos defrontar mais duas equipas que teremos que vencer para manter/aumentar as distâncias pontuais (Gil Vicente FC e FC Penafiel).

Por conseguinte, apontamos como objectivo a conquista de pelo menos trinta e cinco pontos (dos quarenta e cinco possíveis) nesta 1ª volta, dando

uma margem muito limitada para um campeonato que sabemos muito competitivo. No entanto, caso este objectivo seja cumprido, temos plena convicção que estamos muito bem posicionados para uma séria luta pelo acesso à fase final da prova.

Sabemos também que da 11^a à 13^a jornada estamos em desvantagem em relação aos restantes adversários directos. Durante estas três jornadas, todas as três equipas têm jogos mais acessíveis que lhes permite pontuar com alguma facilidade e aproveitar deslizes da nossa parte.

6.2.1.2. Avaliação da 1^a volta

A 1^a volta começou de forma algo tímida, com uma vitória mais difícil do que seria de prever face ao FC Infesta, colocando algumas dúvidas sobre o sucesso da preparação para este jogo e a capacidade da equipa alcançar um patamar de rendimento satisfatório, apesar do plantel não estar todo disponível devido à impossibilidade de inscrição de alguns dos novos jogadores do clube. No entanto, a segunda jornada começou a fazer desvanecer estas dúvidas através de uma sólida vitória sobre o SC Beira-Mar. Os primeiros seis pontos estavam assegurados, faltava agora conquistar pelo menos mais três nos confrontos com o Boavista FC e FC Porto. Conseguimos melhor (quatro pontos), e por pouco não conquistamos mesmo os 6 pontos, pois o jogo contra o FC Porto terminou com um empate injusto para o que aconteceu em campo.

À 4^a jornada liderávamos a classificação, situação que se manteve até à 9^a jornada. Dos seis jogos que considerávamos fundamentais para manter a liderança, só conseguimos vencer três, empatando os restantes. Consequentemente, perdemos a liderança do campeonato à 10^a jornada. Desta forma, não cumpríamos os objectivos planeados, falhando a conquista dos três pontos contra Rio Ave FC, Merelinense FC e CD Candal, todos adversários bastante complicados, mas que uma equipa que pretenda alcançar a fase final tem que conseguir vencer. Mesmo assim, ocupávamos o 2^o lugar da tabela, a três pontos do 3^o classificado, o que ainda dava alguma margem de manobra para os grandes embates que se seguiam.

Em nove pontos possíveis, conseguimos levar para Matosinhos somente um ponto. Mais grave, as duas derrotas contra o SC Braga e Vitória SC foram

ambas desanimadoras, com resultados que mostravam alguma superioridade destes adversários directos (duas bolas a zero). À 13ª jornada, já tínhamos descido ao 5º lugar na classificação. Apesar de todo o desalento, a equipa conseguiu ultrapassar este mau período e venceu as duas últimas jornadas, voltando a aproximar-se dos únicos lugares apetecíveis.

Terminamos a 1ª volta em 4º lugar, com vinte e nove pontos realizados (menos seis do que pretendíamos), a três pontos do 2º classificado. Nada estava perdido. Por outro lado, estes vinte e nove pontos asseguravam com alguma segurança o primeiro objectivo traçado para esta época: a manutenção neste campeonato. Na realidade, a equipa fez uma 1ª volta muito acima das expectativas, fazendo o clube acreditar que seria possível a esta equipa lutar pelo grande objectivo de garantir o passaporte para a fase final.

6.2.2. Reflexão Geral

A competição iniciou com alguma ansiedade dentro do plantel, alimentada quer pelas dúvidas no potencial da equipa, quer pela luta intensa na conquista da titularidade em algumas posições. Havia muitas questões que necessitavam de respostas, mas que só seriam dadas pelo início do campeonato.

Na semana que antecedeu o primeiro jogo do campeonato, aconteceu o primeiro episódio de um problema que se iria arrastar pelo menos até Dezembro, no final da primeira volta e reabertura do período de transferências. Com a existência de quatro centrais no plantel (dois eram já jogadores do clube e titulares da equipa até então, enquanto que os outros dois entravam este ano para o plantel vindos do FC Porto, o B era emprestado e Sub18 e o S era Sub19 e tinha sido dispensado), a tensão era enorme sobre quem seriam os centrais titulares. No período preparatório foram todos devidamente testados e na semana decisiva que antecedia o primeiro jogo, ainda estava um lugar em aberto (o central B tinha o seu lugar assegurado, enquanto que o D e o S ainda disputavam a outra vaga). Ainda com esta dúvida presente, no treino de quinta-feira optamos por colocar o central S a jogar pela equipa que tudo indicava ser a titular no primeiro jogo do campeonato. A reacção do central D tem que ser registada, pois começou a errar decisões atrás de decisões, quebrando

emocionalmente de tal forma que não aguentou continuar a treinar. Algo que nunca tínhamos visto, mas que espelhava a pressão que estes jovens jogadores podem por vezes suportar.

O jogador em questão vivia no lar do clube, longe da família, natural de uma cidade do interior do país. A falta de apoio familiar próximo conjugado com os sonhos e ilusões que a carreira de futebolista pode criar, podem dar origem a uma carga emocional elevadíssima que pode mesmo levar ao desespero, levando o jovem a duvidar de si mesmo e a encarar de forma negativa toda a sua vida. Como refere Jones (2006), a ambiguidade e complexidade de situações desta sensibilidade não podem ser eliminadas, pelo contrário, devem ser tidas em conta na construção de uma decisão. Como tal, apesar de toda a delicadeza da situação, consideramos que a perspectiva da equipa técnica sobre estes acontecimentos deve ser a mais pragmática possível. A primeira conclusão que retiramos destes acontecimentos, sabendo de antemão que a decisão sobre quem seria o central titular ainda estava em ponderação, é que o central D não possui a estabilidade emocional que um jogador de futebol tem que ter, em especial um que jogue numa posição tão sensível a erros. Em caso de alguma infelicidade durante o jogo, nada nos garantia que este jogador não fosse “abaixo” e tivesse mesmo que ser substituído. Ora, nos Juniores A, o *top* do futebol de formação, não podemos estar condicionados por riscos destes. A decisão ficou então evidentemente tomada, com o central S a assumir a titularidade e a agarrar a oportunidade, acabando por protagonizar exibições de grande nível e destacando-se como um dos valores seguros do plantel.

O central D viveu mais uma situação do género, mostrando em conversa privada com os treinadores toda a sua insatisfação com o facto de não ser utilizado. Curiosamente, no dia seguinte sai um castigo interno do clube ao central S, que o impede de jogar nos jogos seguintes. Perante esta situação, consideramos que o central D continuava sem mostrar qualquer estabilidade emocional para abraçar a titularidade, avançando o central N para fazer dupla com o central B. Como é fácil de prever, o central D acabou por pedir para sair em Dezembro, depois de ter jogado somente 11 minutos em toda a primeira volta, ingressando no FC Infesta.

Acima de tudo, sabemos hoje que o central S tinha efectivamente mais condições para ajudar a equipa no campeonato, reforçado a justeza da nossa decisão. No entanto, é razoável que digamos que nunca iremos saber se o jogador iria ou não responder positivamente à titularidade, mas sendo o escalão de Sub19 o ultimo ano de formação dos jogadores de futebol, temos sempre que considerar a capacidade de rendimento destes jovens e a possibilidade da sua integração no futebol profissional a curto prazo. Este tipo de instabilidade não é compatível com a exigência e resistência emocional que é necessário ter no futebol profissional. Como refere José Mota (anexo 8), *“primeiro tem que se perceber que para se singrar no futebol profissional tem que se ter uma força mental elevada. Depois, sem ambição não se faz absolutamente nada”*.

Mas esta situação não foi única. Após as primeiras jornadas e a utilização de uma equipa titular constante, começa a nascer um movimento de abandono e desmotivação dentro do plantel. São vários os jogadores de 2º ano que ao verificarem que seria difícil conquistarem um lugar na equipa titular, começam a desmotivar no treino e a pedir para sair para outros clubes. O lateral Q, os centrais N e D, os médios A e PA, e por último o avançado A, acabaram todos por mostrar vontade em abandonar o clube para tentarem jogar em outros clubes nossos adversários neste mesmo campeonato.

Esta situação mereceu uma séria reflexão da nossa parte. Parece-nos claro que alguns jogadores do Leixões SC não estão preparados para sobreviver no mundo extremamente competitivo do futebol, deixando-se facilmente derrotar por jogadores que apresentam inicialmente maior qualidade, mas que não deixam de ser mais novos (Sub18) e inexperientes. Por outro lado, constatamos que este grupo de jogadores não sabe o que é pertencer a uma verdadeira equipa, unida com um espírito colectivo e solidário em torno de objectivos comuns. Só assim se pode perceber este tipo de egocentrismo, que coloca os interesses individuais muito à frente de qualquer interesse colectivo. Não temos dúvidas que é extremamente difícil construir uma equipa heterogénea (com um conjunto de jogadores provenientes de diferentes clubes e de diferentes gerações) para resistir às elevadas exigências de um

campeonato como o da 1ª divisão do Campeonato Nacional de Juniores A, mas torna-se ainda mais difícil se esses mesmo jogadores iniciarem a época com uma única preocupação central: jogar. Entendemos que, sendo este o último ano da formação dos jogadores Sub19, estes considerem importante o número de minutos que efectivamente jogam, mas não podemos impedir que a “selecção natural” actue e que os melhores sejam os escolhidos para representar o clube e ajudar a equipa. É que só assim estes jogadores podem perceber que têm que evoluir mais para poderem responder positivamente aos desafios futuros do futebol sénior, e uma das mais nobres missões da formação passa por situar os jogadores perante os seus pares e criar condições para que cada jogador se desenvolva o máximo possível.

É claro que estes acontecimentos enfraqueceram a equipa. O treino tornou-se menos competitivo, os jogadores mais desconfiados e afastados, o balneário dividiu-se em diferentes grupos e obviamente os objectivos da equipa ficaram para segundo plano. Enquanto os resultados fossem aparecendo e aquele conjunto de 13/14 jogadores mais utilizados se mantivessem concentrados e fortemente determinados, tudo se manteria camuflado, mas sabemos que nenhuma equipa se pode manter no alto nível, na luta pela superação a cada jogo, contando com tanta instabilidade e um conjunto tão limitado de jogadores verdadeiramente envolvidos no projecto de equipa. De facto um problema, que no final da primeira volta nos parecia por demasiado significativo, levantando algumas questões que posteriormente iremos abordar.

Outra reflexão que merece ser feita, diz respeito ao número reduzido de golos marcados e sofridos. Um dos galhardetes da equipa nesta primeira volta foi a sua elevada eficácia defensiva. Mantendo-se sempre durante os 15 jogos como a equipa menos batida no campeonato, chegou mesmo a ter somente 2 golos sofridos ao cabo de 7 jornadas. Com base num rendimento fantástico dos dois centrais titulares da equipa (S e B), apoiado por um rigor elevado na preparação do equilíbrio defensivo no momento ofensivo, a equipa primava pela sua segurança defensiva, respeitando a intenção assumida desde cedo de ser capaz de controlar os jogos, numa atitude humilde e pragmática apoiada na elevada paciência implicada na procura do golo que daria a vitória.

Por outro lado, ao contrário da eficácia defensiva, a equipa apresentou uma preocupante incapacidade de marcar golos. Ao fim ao cabo, no final desta primeira volta era a equipa com menos golos marcados entre os seis primeiros classificados deste campeonato, com apenas vinte e um golos marcados em quinze jogos. Várias explicações podem ser adiantadas para este facto, todas hipóteses válidas e com alguma probabilidade de serem influentes nestes números: adopção de baixo risco nas acções ofensivas; postura demasiado defensiva dos adversários; ineficácia dos nossos atacantes; baixa capacidade de segurar a bola perto da baliza adversária; fraco aproveitamento das bolas paradas; e baixa participação do nosso meio-campo nas zonas de finalização.

Para finalizar, ao nível das lesões, continuamos a registar o sucesso obtido na última época. À parte de uma pequena inflamação muscular do avançado V obtida na primeira semana de treinos da época, os números são claros, contando apenas com uma lesão muscular em toda a primeira volta. Este dado para nós é muito significativo, por se tratar de jogadores em final de maturação (Sub18 e Sub19), já com volumes musculares e índices de força em aproximação ao futebolista adulto, mas ainda mais significativo por se tratar de jogadores sujeitos a um ritmo de trabalho elevado, alguns deles obrigados a realizar dois jogos por semana, em que um desses jogos é ao serviço da equipa profissional do clube.

Este sucesso ao nível da preparação e gestão do esforço dos jogadores é para nós resultado de um rigoroso planeamento do microciclo semanal, sempre com base no nosso morfociclo padrão. Quer ao nível do equilíbrio entre o esforço e recuperação, quer ao nível da adaptação muscular às exigências da competição, o trabalho é sempre realizado com o máximo cuidado. A sucessão do trabalho de tensão, duração e velocidade continua a mostrar-se válida, permitindo à equipa apresentar-se ao sábado num patamar de rendimento elevado. Mesmo ao nível das lesões traumáticas, a primeira volta aconteceu com alguma tranquilidade, sem nenhuma lesão que afastasse qualquer jogador do treino por mais que dois dias consecutivos.

No entanto, nem tudo foi positivo. Já referida, a única lesão muscular que aconteceu teve como causa um mau controlo do treino por parte da equipa

técnica. A meio de um treino da 4ª semana do período competitivo (terça-feira, 16 de Setembro), foi realizado um exercício de finalização que fugia ao padrão semanal de esforço, solicitando repetidamente (embora com intervalos consideráveis) máxima velocidade de contracção muscular. Já perante um estado de fadiga, não interrompemos o treino a tempo de evitar que o médio LP sofresse uma rotura muscular com alguma gravidade nos ísquio-tibiais (longa porção do bicípete crural). Consultando Ekstrand et. al. (2003, pp. 57-60), confirmamos que o treino inabitual leva a um aumento da probabilidade de ocorrência de roturas musculares, assim como a repetição excessiva de movimentos agressivos ao músculo aumenta a probabilidade de realizar micro-roturas, que por sua vez podem levar às roturas musculares. Além de ser um jogador importante, que tinha conquistado a titularidade nos últimos jogos, esta foi uma prova da sensibilidade do treino e da exigência que o trabalho da equipa técnica tem que comportar. As causas da lesão podem ser múltiplas, mas o erro de gestão do trabalho muscular no treino tem certamente algum peso. Uma imprudência lamentavelmente realizada, com um custo elevado para o jogador.

6.3. Segunda Volta

Já no ano de 2009, a 2ª volta iniciou com ainda tudo em aberto. A proximidade pontual na classificação, a maior estabilidade no plantel (após três saídas, em que duas foram transferências para o FC Infesta) e a experiência adquirida tanto na 1ª volta como na Liga Intercalar, faziam nascer esperanças numa melhor 2ª volta do campeonato, mais concretamente, que desse acesso aos dois primeiros lugares da classificação.

A crença existia de forma generalizada, mas tanto a equipa técnica como os jogadores sabiam que iria ser muito difícil superar todas as limitações que existiam e conseguir fazer mais pontos do que os adversários directos (SC Braga e Vitória SC), até porque ambos possuíam equipas recheadas de talentos portugueses e estrangeiros. O investimento destes clubes era grande, muito superior ao investimento realizado pelo LSC, o que não era propriamente

mau, pois acrescentava responsabilidades a estas equipas, mas o duelo de forças parecia difícil de equilibrar.

6.3.1. Reflexão sobre o calendário competitivo

Agora já conhecidas as equipas adversárias, a análise do calendário competitivo ainda nos parece mais pertinente. Consideramos decisiva a abordagem realizada a cada jogo, conscientes de que a margem para falhar está muito reduzida. Não temos dúvidas da importância do planeamento competitivo, muito menos nesta fase tão sensível, fornecendo um caminho à equipa, um rumo em torno do qual nos temos que unir, jogo após jogo.

6.3.1.1. Plano da 2ª volta

Retiramos da 1ª volta dois problemas significativos: os empates com equipas do meio da tabela (Rio Ave FC, Merelinense FC e CD Candal), que nos retiraram 6 pontos; e os maus resultados contra os rivais SC Braga, Vitória SC e Académica de Coimbra. A agravar este cenário, sabemos que temos mais dois adversários que nos podem roubar pontos (Boavista FC e FC Porto), além dos jogos em Famalicão e Gondomar, contra equipas que têm grande necessidade de pontuar para fugirem aos lugares de despromoção.

Assim, voltamos a dar grande importância aos primeiros quatro jogos, nos quais não nos podemos distanciar pontualmente do grupo da frente. Será certamente extremamente difícil, até porque num destes jogos deslocamo-nos a Olival, para defrontar o agora líder FC Porto.

Depois desta fase inicial, segue-se o conjunto de jogos que nos poderão levar novamente para uma posição de acesso à fase final. São quinze pontos em discussão e teremos que conquistar todos, sem falhas, sem desculpas, mostrando uma personalidade forte, resistente à pressão de arriscar o sucesso final da equipa em cada jogo. Se assim conseguirmos, poderemos encarar com grande confiança e determinação os confrontos seguintes contra os adversários directos na luta pela fase final do campeonato.

Já na recta final, nos casos concretos da Académica de Coimbra (que está a fazer um campeonato discreto, algo longe de lugares de destaque) e do FC

Penafiel (que está a fazer um campeonato bem acima do esperado, encontrando-se perto do grupo da frente), é essencial que consigamos vencer estes jogos, pois estas últimas jornadas poderão ser decisivas para desfazer uma hipotética baixa diferença pontual entre os possíveis finalistas.

A exigência é muito grande. Só uma equipa realmente forte e unida poderá abraçar este desafio e ir à conquista de um sonho que poucos conseguem realizar, marcando as suas vidas trazendo uma confiança e optimismo positivo para o início da carreira como jogadores seniores e talvez profissionais.

6.3.1.2. Avaliação da 2ª volta

Inicialmente, tudo corria conforme planeado. A equipa estava confiante, determinada e venceu os dois primeiros jogos sem grande dificuldade, cumprindo a sua obrigação. Já mais próximos do 2º lugar, recebemos o Boavista FC e não conseguimos ir além de um empate a duas bolas. Mau prenuncio, não vencemos em casa uma equipa que tínhamos vencido fora, apesar de ser sempre um adversário extremamente difícil. No final do jogo sabíamos que não nos tínhamos atrasado na corrida, mas que tínhamos perdido a hipótese de ascender ao 2º lugar, aproveitando os deslizos de Vitoria SC (empate) e SC Braga (derrota).

Na jornada seguinte, tudo mudou. Nada nos fazia adivinhar que a equipa poderia sair do Olival com um resultado tão negativo: 7-1. A história do jogo dividiu-se pelo intervalo, num demonstração hedionda do potencial do futebol. Na primeira parte, com o Leixões a defender com rigor e paciência, com três centrais, explorando sempre que podia e execução de rápidos contra-ataques, acabou com o FC Porto a vencer por 2-1, um resultado normal e justo para o que se tinha passado nestes primeiros 45 minutos de jogo; para a segunda parte, erro capital, resolvemos arriscar e retirar um central para alargar a frente de ataque, restituindo a nossa estrutura de base (1-4-3-3) com base na crença que seria possível jogar de igual para igual com este adversário e tentar levar para casa os três pontos, que tanta falta nos faziam depois do empate com o Boavista FC. Não foi nada disso que se passou. Toda a equipa começou rapidamente a perceber que não estava á altura do opositor, os desequilíbrios nasciam por todos os lados, com jogadores a retraírem-se com receio de

serem ultrapassados, com receio da possibilidade do insucesso. O resto foi um festival de golos e um afundar progressivo da equipa na vergonha e desilusão. Desapareceram do jogo os jogadores que estavam emprestados ou tinham sido dispensados do FC Porto, claramente afectados com o desenrolar dos acontecimentos. Um pesadelo, que não sabíamos quando iria terminar. Já não estava em causa o acesso à fase final, mas principalmente o recuperar de tanto que se tinha perdido. Voltaríamos a ser os mesmos?

Como receávamos, o pesadelo iria continuar. A semana de trabalho foi apagada e triste, sem qualquer tipo de chama. A equipa não recuperava do desaire do Olival, desconfiando cada jogador de si próprio e de todos. Por mais que se falasse com o plantel, as emoções do jogo estavam demasiado marcadas na mente de todos. Era fundamental que chegasse o jogo seguinte, uma possibilidade de iniciar a recuperação da equipa. Pelo contrário, o jogo terminou empatado a zero com um dos últimos classificados, num jogo feio e duro, num relvado em más condições. Nada ajudava. O buraco para onde a equipa se tinha afundado, alargava em vez de diminuir.

No jogo seguinte, uma luz de esperança surgiu, ao vencermos o FC Vizela por 5-1. Aproximamos do 3º lugar e voltamos aos golos, ensaiando uma reviravolta no rendimento da equipa. Os sorrisos, ainda discretos e receosos, voltaram a surgir, mas ainda faltava entrar na equação um novo factor, que até então não se tinha dado conta dele.

Seguia-se o jogo com o Rio Ave FC em Vila do Conde, equipa contra a qual tínhamos empatado na 1ª volta. Numa jornada onde todas as equipas do topo da tabela empataram, fomos presenteados com uma das piores arbitragens de que temos memória. Perante um árbitro inexperiente e de má qualidade, o jogo teve um único protagonista, errando sistemáticas decisões em vantagem de ambas as equipas, mas que tornavam o jogo numa tempestade de emoções e inconformismo. Fomos derrotados por 1-0.

Seguia-se um empate a duas bolas em casa e uma derrota em Gondomar, por 2-1, em mais um jogo com uma má arbitragem, iniciada com uma expulsão nos primeiros 20 minutos de jogo, com o resultado ainda a zero, por alegadas palavras dirigidas ao árbitro da partida. O resto do jogo foi uma luta desigual

por parte da equipa do Leixões, que procurou sempre a vitória, mesmo quando sofreu mais expulsões. O adeus definitivo às ambições de atingirmos os primeiros lugares. Ainda empatamos com o CD Candal em casa, perdemos em Guimarães nos últimos minutos do jogo e fomos derrotados por um superior SC Braga e pela Académica de Coimbra. Terminamos o campeonato com duas vitórias, sendo que a ultima foi particularmente satisfatória, por ter sido contra o FC Penafiel, que se encontrava já com o 5º lugar garantido (acima de nós), num jogo que mostrou que esta equipa poderia mesmo ter atingido outros patamares neste campeonato.

A classificação final indicava quarenta e cinco golos marcados e trinta e sete golos sofridos. Comparando com os vinte e um golos marcados e dez golos sofridos da 1ª volta, podemos facilmente concluir que a 2ª volta foi bem mais negativa defensivamente que a primeira, sofrendo quase três vezes mais golos. Consideramos que o jogo do Olival foi determinante para estes resultados, pois destroçou uma defesa até então brilhante, que nunca mais recuperou os seus níveis de confiança.

6.3.2. Reflexão Geral

Esta 2ª volta fica marcada pela derrota pesadíssima contra o FC Porto. Não podemos deixar de a considerar como o momento chave deste campeonato, onde tudo se desmoronou e a equipa perdeu a confiança em si mesma. Questionamo-nos diversas vezes sobre qual seria o desenvolvimento daquele jogo se não tivéssemos arriscado, se podíamos ter até vencido, ou simplesmente termos sido derrotados por poucos golos de diferença. A equipa não teria sido afectada da mesma forma, mantendo a nossa eficácia e confiança defensiva, acreditando com a mesma convicção que seria possível lutar pelos lugares de relevo. Será que fomos incompetentes ao considerar que poderíamos arriscar? Mas se não arriscássemos, que mensagem estaríamos a enviar à equipa? Que repercussões é que isso poderia ter?

A avaliação desta decisão é muito complexa e provavelmente nunca poderíamos chegar a nenhuma conclusão objectiva. A coerência na liderança do processo sempre foi importante para nós, o que nos impedia de adoptar

qualquer tipo de atitude de falta de crença na capacidade e qualidade da equipa. O risco de colocar a equipa a defender somente com quatro defesas num campo com elevadas dimensões, perante uma equipa que detém alguns dos melhores jogadores do país e os melhores jogadores do norte, era certamente elevado, até porque a equipa não tinha vivido durante a semana os cuidados que teriam que ter para aplicarem esta alteração (provavelmente o grande erro que cometemos). Mesmo assim, pensamos que dificilmente poderíamos adivinhar o impacto das nossas decisões, o desfecho deste jogo e as consequências que ele teria.

Um dos casos mais delicados no plantel foi o lateral NS. Depois de muito prometer na época anterior, conquistando inclusive a oportunidade de ser internacional, teve uma época pobre, sem brilho, mostrando-se desmotivado e alheado de tudo o que se passava à sua volta. No jogo de Olival foi provavelmente onde esteve pior, incapaz de na 2ª parte travar o extremo DV, do FC Porto. Devido à sua importância e polivalência no plantel, acabou por ser utilizado em três posições distintas no campeonato: lateral, médio interior e extremo. Sendo um jogador alto, possante, veloz, de elevada capacidade técnica e dono de uma excelente capacidade de cruzamento e remate, podia ser utilizado com bom rendimento em qualquer das posições, de acordo com as necessidades da equipa em cada jogo. Talvez esta variação de funções seja uma das respostas para a sua época menos conseguida. Talvez as expectativas criadas em torno da hipótese de realização de um contrato de formação com o clube também o sejam. Utilizando o exemplo apresentado por Jones (2006, p. 52), é difícil conseguir gerir o tipo ideal de intervenção que um treinador tem sobre um jogador, dando origem a um resultado que pode ser oposto ao desejado. Aquilo que sabemos é que este jogador não esteve tão bem como podia e desejaríamos que tivesse estado, não evoluiu aquilo que se esperava e não deu á equipa tudo aquilo que o seu potencial lhe permitia. Um caso que nos deixa frustrados.

A forma de ultrapassar um jogo muito mau, é outro assunto que merece a nossa atenção. Questões como a se devemos dar treino no dia seguinte, que argumentos utilizar para justificarmos o resultado, como proteger a equipa

daquilo que a imprensa e envolvimento irão dizer, que objectivos traçar para os treinos seguintes, como controlar possíveis revoltas dentro da equipa, etc. São inúmeras as acções que podemos decidir realizar para que a equipa consiga recuperar o mais rapidamente possível, e todas elas requerem ponderação e decisão. Antes de qualquer coisa, consideramos que logicamente cada caso é um caso, que não existem receitas de como ultrapassar uma situação destas, e que cada passo dado tem tanto de imprevisível como a alternativa que consideramos para esse mesmo passo. Depois, muito daquilo que será central ao ultrapassar do problema, será avaliado e decidido na hora, no “aqui e agora”, perante a observação atenta dos sinais que a equipa no geral e cada jogador em particular forem emitindo. Temos que ser capazes disso, de dar o apoio necessário a cada caso e de estar vigilantes para sermos capazes de agir com rapidez e eficácia. É nestas alturas que o líder deve mostrar mais segurança e determinação, cativando e impulsionando os jogadores, num processo que pode ser rápido ou demorar o seu tempo.

Por outro lado, no seguimento dos maus resultados da 2ª volta, sabíamos que o descontentamento demonstrado por alguns jogadores no início da época, teria condições para obter uma nova vida. Em períodos negativos, é natural que a contestação às opções da equipa técnica aumente, principalmente quando existe uma equipa heterogénea, perante a qual as decisões podem sempre ser vistas de diversos prismas. Neste caso em particular, a questão da titularidade de vários jogadores de 1º ano e vindos do FC Porto em detrimento de jogadores da casa de 2º ano, voltou ainda com mais força. Começaram a surgir pedidos de reuniões de pais e agentes com o coordenador técnico, e até mesmo com os responsáveis directivos do clube, sempre alegando a defesa dos interesses dos jogadores que representavam. Em lugares públicos da internet onde se podem comentar os jogos, também começaram a surgir mensagens de crítica e até insultos. Tudo isto contribuiu para a instabilidade do processo, para a criação dos grupos dentro do balneário e o enfraquecimento da equipa no todo. Tudo se torna mais difícil, e todos parecem interessados em complicar ainda mais as coisas.

Com o passar do tempo, sentimos que perdemos a equipa e que pouco já havia a fazer para contrariar toda a situação. Não valia a pena tentar remediar o que estava feito, nada de significativo poderia acontecer. A certa altura, nós próprios já começávamos a pensar na época seguinte, seleccionando os jogadores de 1º ano, além de identificar potencialidades e fragilidades no grupo de jogadores do clube que seriam de 2º ano na época seguinte.

6.4. Problemas Pertinentes

A época foi recheada de problemas que, melhor ou pior, foram sendo resolvidos. Agora, no final, é necessário realizar uma análise que nos permita perceber e reconhecer o que se passou em momentos chave do campeonato, avaliando a justeza das soluções encontradas e as suas consequências, sem esquecer de apontar todas as alternativas que no presente nos parecem servir melhor a cada situação.

6.4.1. Dispensas possíveis ou necessárias?

Esta primeira questão parece-nos central a todas as considerações a serem realizadas sobre esta época. Não temos duvidas de que a formação do plantel deveria ter sido pensada de outra forma, evitando alguns problemas graves que influenciaram o decorrer dos acontecimentos ao longo do tempo.

A ilação mais significativa diz respeito à definição do plantel no início da época. Sabendo que o conjunto de jogadores de 2º ano do clube necessitava claramente de ser reforçado para poder realizar um campeonato tranquilo, parece-nos óbvio neste momento que é deveras importante analisar quem são esses reforços, de onde vêm e que impacto poderão ter na construção de uma equipa com esse mesmo conjunto de jogadores.

Se esses reforços forem jogadores de 1º ano do clube e jogadores de 1º ou 2º ano vindos de outros clubes, então há uma noção que temos que ter: os jogadores de 2º ano do clube devem ser criteriosamente seleccionados, não só pelo seu potencial futebolístico, mas também pela sua capacidade de reacção ao insucesso, pela sua integridade e personalidade. Isto para dizer que, qualquer jogador de 2º ano do clube que não for utilizado ou simplesmente for

preterido em relação aos reforços, será sempre um potencial foco de instabilidade na equipa. Assim, jogadores de 2º ano com pouca probabilidade de jogarem com regularidade e de assumirem um papel relevante na equipa, devem ser seriamente considerados como possíveis dispensas da equipa. Só em casos que os jogadores apresentem elevada humildade e desejo de pertencer a esta equipa, é que lhes poderá ser dada a oportunidade para tentarem ajudar a equipa. As situações que levarem mais dúvidas poderão ficar em avaliação até Dezembro, sendo nessa altura tomada uma posição definitiva do clube em relação aos jogadores em questão.

Logo, concluímos que alguns jogadores que fizeram parte do plantel até ao final da temporada, deveriam ter sido dispensados logo no início da época, ou, em último caso, em Dezembro. Alguns destes casos forem realmente problemáticos, incitando a divisão do plantel e procurando influenciar decisões dos colegas jogadores e da equipa técnica. Nos lugares destes, poderiam ter sido integrados no plantel mais jogadores de 1º ano, evitando inúmeros problemas e preparando com maior proximidade e cuidado a equipa já para o ano seguinte. Não temos dúvidas que o treino teria sido mais proveitoso, o plantel mais competitivo e a equipa mais unida, forte e sonhadora.

6.4.2. A liderança dentro da equipa

Ligado também ao problema anterior, está a falta de liderança da equipa no balneário e em campo. Os capitães mostraram-se sempre pouco influentes, pouco interventivos e muito receosos de assumirem um papel de destaque. Exemplo disso foi a necessidade de mudança de capitão ainda na 1ª volta, com origem num atraso a uma concentração para um jogo, algo que, como já foi referido neste trabalho, não é admissível a nenhum jogador da equipa, quanto mais ao capitão que deve ser um exemplo.

Mesmo após a mudança, os jogadores escolhidos não corresponderam às expectativas, limitando-se a envergar a braçadeira em campo e a ter a conduta necessária. Neste campeonato, onde a atitude e determinação da equipa em campo pode decidir um jogo, é necessário a existência de uma liderança forte, segura, reconhecida e respeitada por todos, capaz de levar a equipa a unir e

sincronizar em qualquer momento da partida. Por outro lado, no balneário (no treino e mesmo no jogo) é necessário que haja alguém que identifique divisões, haja contra elas e que transmita as informações mais importantes à equipa técnica, permitindo um constante acompanhamento de tudo o que se passa com a equipa. Com um verdadeiro líder no balneário, talvez muitas das situações que enfraqueceram a equipa fossem facilmente anuladas.

6.4.3. Protocolo com o FC Porto

Após dois anos consecutivos de funcionamento deste protocolo, parece-nos claro que o Leixões SC só tem a ganhar com ele. Os jogadores provenientes da formação do FC Porto têm qualidade, são evoluídos tecnicamente, conhecem o jogo com alguma profundidade, têm experiência nos campeonatos nacionais e alguns são mesmo internacionais. Sejam de 1º ou 2º ano, têm sempre condições para discutir um lugar na equipa titular do Leixões, constituindo-se como mais-valias para o plantel. Também representam um importante meio para colmatar fragilidades nos plantéis do clube.

No caso dos jogadores emprestados pelo FC Porto (1ª ano), é natural que estes jogadores cheguem ao clube com intenções de jogar e realizar uma época que os transporte para um regresso ao seu clube de origem. No entanto, como é óbvio, são sujeitos ao mesmo tipo de treino e avaliação de rendimento que os restantes jogadores, não detendo qualquer tipo de preferência. Esta época, os dois jogadores que ingressaram no clube nestas condições, foram um central e um lateral esquerdo, ambos utilizados com regularidade, embora mais o central B, que realizou a totalidade dos jogos em que esteve disponível, o que comprova o papel importante que estes jogadores desempenharam durante toda a época.

Concordamos que o Leixões SC, por ser um clube com uma posição forte no panorama da formação nacional, tem que ter todo o cuidado na integração destes jogadores provenientes do FC Porto. É necessário evitar a todo custo que estes jogadores apresentem uma atitude de superioridade e protagonismo na equipa, que certamente seria mal encarada pelo resto da equipa. Por outro lado, temos que ser capazes de garantir igualdade de atenção e oportunidades

para todos os jogadores do plantel, recusando estatutos especiais e a criação de situações propensas a qualquer tipo de pressão exterior. Os jogadores com formação no Leixões SC não são inferiores aos da formação do FC Porto, partindo em igualdade de circunstâncias no início da época.

6.4.4. Imposição da Estrutura de Jogo

Tal como já referimos anteriormente, foi imposta pelo Director Geral do Futebol uma estrutura de jogo comum para todos os escalões da formação do Leixões SC. Esta decisão foi transmitida no início de época, em reunião com todos os treinadores da formação do clube, sendo aberta à discussão qual a estrutura de jogo a definir como única. Naturalmente, ou não fosse predominante no futebol actual, foi escolhida a estrutura 1-4-3-3, muito pelo equilíbrio espacial e pendor ofensivo que proporciona, indo de encontro à sugestão do próprio Director Geral do Futebol,

No nosso caso em particular, equipa técnica dos Juniores A, nunca partilhamos desta opinião. Antes de mais, consideramos que constitui uma limitação para a construção de um jogar, que tem nos princípios de jogo definidos e nas características particulares de cada jogador as suas bases fundamentais, e não numa estrutura de jogo. Para além disso, os nossos jogadores não foram formados para apresentarem as características condizentes com uma estrutura em particular, mas para colocarem ao serviço do colectivo as suas próprias características, adaptadas a um estilo de jogo que é correspondente à identidade do clube. Por outro lado, consideramos que esta imposição é limitadora para o crescimento de alguns jogadores com grande potencial, pois não lhes permite concretizar em campo todas as suas capacidades e com isso valorizar mais os nossos próprios jogadores.

Um exemplo prático que aconteceu esta época, diz respeito à concretização do elevado potencial que o avançado JS detém. Por a estrutura dar lugar só a um ponta de lança, este jogador teve que ser adaptado a extremo, retirando-lhe a possibilidade de realizar uma dupla promissora com o avançado TP, isto caso recorrêssemos a uma estrutura de jogo com dois avançados. Assim, ambos os

jogadores estiveram abaixo das expectativas, realizando uma época discreta e pouco concretizadora.

Outro problema significativo que já abordamos anteriormente, passa pela necessidade de construir um meio campo com apenas três elementos, aumentando a exigência aos jogadores deste sector. O Leixões SC pretende ter sempre equipas que dominem o adversário, que saibam ter a bola e que apresentem um estilo de jogo atractivo e vistoso. Com apenas três médios, aumenta a dificuldade de circulação e de ocupação do espaço central da equipa, podendo dar origem ao afastamento das linhas de profundidade. Esta época esta dificuldade foi notória e quando foi reconhecida por alguns adversários, tornou-se realmente problemática.

Concluindo, somos da opinião que as equipas do Leixões SC devem ser construídas tendo como base fundamental os mesmos grandes princípios de jogo, mas a forma como cada equipa constrói os seus sub-princípios e distribui espacialmente os seus jogadores deve ser da responsabilidade da equipa técnica, que tem como objectivo o maior desenvolvimento possível de todos os jogadores e a obtenção de prestações e resultados que prestigiem o clube.

6.4.5. Ligação dos Juniores ao Futebol Profissional

Ao contrário do esperado, para os responsáveis do Futebol Profissional e em especial para o Director Geral Futebol do Leixões SC o campeonato disputado pelos Juniores A não é muito competitivo, o que distancia o Futebol de Formação do Futebol Profissional. Assim, Vítor Oliveira (anexo 7) refere que “*o quadro competitivo é fraco, temos 4 ou 5 jogos por época realmente difíceis e de bom nível, que valoriza o jogador e fá-lo crescer, em todos os aspectos relacionados com o jogo. Nos outros jogos somos normalmente tão superiores que o crescimento não é um crescimento acentuado, não feito em bases sólidas. Precisávamos de campeonatos mais competitivos, para que a dificuldade do próprio campeonato nos fizesse crescer*”.

Mesmo assim, a época foi muito bem sucedida ao nível da ligação com a equipa de futebol profissional do clube. Foi constante a participação de vários juniores nos jogos da Liga Intercalar, permitindo que a equipa técnica do

Futebol Profissional conhecesse e acompanhasse a evolução dos nossos jogadores durante a época. Foi ao longo desta ligação que alguns jogadores juniores foram ganhando o seu espaço e conquistando a atenção dos responsáveis do clube, o que mais tarde levou à vinculação ao clube de três jogadores que terminavam a sua formação. Não é um número significativo, mas é positivo tendo em conta que se manteve o número da época passada.

De futuro, prevemos que estes jogadores sejam emprestados a clubes de níveis competitivos mais baixos, permitindo continuar a sua formação. Esta decisão é defendida pelos responsáveis do clube, com destaque para Luís Luís (Anexo 6), que adianta que *“hoje o clube vê com bons olhos a aposta na continuação da formação dos jovens mais talentosos em outros níveis competitivos, até que estejam prontos para regressar”*.

Esta presença assídua de um elevado número de juniores na Liga Intercalar, não está livre de consequências nefastas ao trabalho realizado nos Juniores A. No treino de quarta-feira era recorrente o número reduzido de jogadores para treinar, o que ainda agravava o sentimento de indiferença que estes jogadores apresentavam para o trabalho, originando um jogo de treino fraco e pouco intenso. Além disto, não podemos esquecer das limitações nos treinos de terça e quinta-feira, onde os jogadores convocados e mais utilizados no jogo da Liga Intercalar tinham necessariamente de recuperar, integrando o treino só parcialmente. Uma gestão delicada, que dificulta todo o processo de construção de um jogar de qualidade para a equipa.

6.5. Avaliação da Época

“Viver com um espírito evolutivo significa engajar-se com plena ambição e sem qualquer reserva na estrutura do presente, e ainda assim deixar-se levar e fluir para uma nova estrutura quando chegar o momento certo.”

(Jantsch, s/d in Wheatley, 1992, p. 86)

No final do trabalho de uma época, temos de ser capazes de avaliar o trabalho realizado. Somos da opinião que um treinador competente tem que ser crítico em relação ao seu trabalho, encontrando sempre em todas as épocas

algumas coisas que podia ter feito melhor e que poderiam ter resultado em mais sucesso competitivo e individual dos seus jogadores.

Tendo em conta os objectivos definidos, não podemos deixar de considerar que esta época foi positiva. Em relação aos resultados desportivos, conseguimos terminar o campeonato na metade superior da tabela, longe dos lugares de despromoção e ensaiando por um período considerável a hipótese de seguirmos para a fase final. Já em relação à evolução dos jogadores e entrada no futebol profissional, consideramos que conseguimos desenvolver os jogadores e torná-los mais aptos para o futebol sénior, chegando mesmo três a vincular-se ao clube. Os jogadores de 1º ano prometem uma época seguinte de grande nível, constituindo uma equipa essencialmente de 2º ano, que será uma candidata natural à fase final do campeonato.

No entanto, temos a perfeita consciência que a época poderia ter corrido melhor. Algumas decisões revelaram-se inapropriadas ou, pelo menos, tiveram consequências aquém das expectativas. Alguns destes casos já foram abordados neste trabalho, enquanto outros, menos significativos, pertencem a um alargado leque de pequenas decisões que vão sendo levadas a cabo na prática do dia-a-dia. Temos a convicção que não fomos mais felizes no campeonato por limitação nossa, embora seja claro para nós que, mesmo assim, realizamos um trabalho competente e com valor para o clube.

6.4.1. Perspectiva dos jogadores

As entrevistas realizadas a cinco jogadores da equipa permitiu-nos obter uma interessante visão sobre o trabalho desenvolvido esta época. Procurando formar uma amostra aleatória, mas assegurando que seria heterogénea, realizamos um sorteio para encontrarmos os jogadores a entrevistar. Dividimos o plantel por cinco grupos de jogadores com determinadas características e estatutos (capitães de equipa, 2º ano titular, 2º ano pouco utilizado, 1º ano titular e 1º ano pouco utilizado), e sorteamos o representante de cada grupo. Assim assegurávamos que recolhíamos a opinião de jogadores mais satisfeitos e de jogadores menos satisfeitos, permitindo uma mais rica confrontação de ideias e perspectivas.

Duma forma geral, todos os cinco jogadores consideram que jogar no Leixões SC é um privilégio, pois é um dos melhores clubes de formação a nível nacional, que está agora a crescer também no futebol sénior. Todos eles também têm o sonho comum de virem a ser profissionais de futebol e, se possível, atingir um nível internacional, estabelecendo como primeira meta a vinculação ao Leixões SC para terem a oportunidade de jogar na 1ª Liga.

Curiosa é a avaliação que todos os jogadores fazem do potencial da equipa, considerando que tinha valor para atingir a fase final do campeonato. No entanto, reconhecem que algo não correu bem e apontam a falta de união e de trabalho como as principais razões para esse insucesso, associado a divisões no balneário da equipa.

Positiva é o adjectivo que utilizam para classificar a época, excedendo as expectativas iniciais, apontando a falta de sorte e algumas arbitragens como causas relevantes para não ter sido melhor. O jogador Q tem um ponto de vista um pouco diferente, pois pertence à geração Sub19 e está nesta equipa há alguns anos, revelando que a equipa nunca jogou tão bem e nunca foi habituada a ganhar com tanta frequência como este ano.

O trabalho físico à terça-feira e todo o aproveitamento semanal dos treinos é questionado, pois apesar de lhes reconhecerem sentido, consideram que deveria conter mais “*trabalho táctico*” e menos trabalho físico. A capacidade física e a quase ausência de lesões musculares na equipa é referida, mas os jogadores questionam se não poderia ser feito de outra forma, que também lhes permitisse jogar melhor.

Uma perspectiva interessante foi apresentada pelo jogador S, atribuindo responsabilidades à equipa técnica pela falta de confiança que a equipa mostrou desde o início da época. Efectivamente, dá que pensar, pois uma equipa que realiza um início de época tão positivo, deveria sentir-se confiante para abraçar o resto do campeonato. Se a equipa técnica poderia ter influenciado isto? Provavelmente, arriscando uma abordagem mais positiva e motivadora, mas também mais propensa a permitir comportamentos desviantes e inaceitáveis no futebol profissional, principalmente numa equipa que vinha conotada de indisciplinada e pouco trabalhadora.

6.4.2. Ilacões dos treinadores

Com base no ponto anterior, podemos supor que existiu alguma incoerência na definição dos objectivos competitivos para a equipa. Não somos dessa opinião. Perante a heterogenia do plantel, a falta de experiência num campeonato tão exigente e as limitações do plantel ampliadas pela imposição de uma estrutura de jogo, consideramos que fomos realistas ao jogar na defensiva e não nos deixarmos entusiasmar pelos brilhantes resultados iniciais da equipa. O campeonato é longo e sempre muito competitivo. A ida à fase final é um objectivo extremamente difícil de conseguir, em que só uma equipa verdadeiramente forte, unida e recheada de qualidade é que poderia concretizá-lo no Leixões SC, na luta desigual contra clubes que realizam investimentos fortíssimos neste campeonato.

A equipa tinha alguma qualidade, mas desde cedo que mostrou que seria muito fácil de perder o sentido colectivo que foi criado no período preparatório e mantido nas primeiras jornadas. Aos primeiros maus resultados, adivinhava-se uma quebra em múltiplos aspectos. Deixamos no ar somente a hipótese que caso o plantel fosse definido de forma diferente (como já foi sugerido anteriormente neste trabalho), talvez o potencial da equipa fosse mais elevado e proporcionasse uma mais fácil gestão do plantel.

Mesmo assim, consideramos que os jogadores não corresponderam às naturais expectativas criadas todos os anos em torno dos jovens futebolistas que compõe a equipa de Juniores A do clube. Na generalidade do plantel, os jogadores não mostraram a atitude, determinação e ambição necessárias para constituírem uma sólida aposta para o Futebol Profissional. Como refere Luís Luís (anexo 6), estes devem deter um conjunto de qualidades e capacidades fundamentais: *“...aspectos psicológicos e sociais, bastante importantes, a capacidade de integrar uma micro sociedade altamente competitiva, desenvolver qualidades nesse âmbito que lhe permita dar respostas às exigências de uma equipa como o Leixões, que está no patamar mais elevado de rendimento em Portugal, nomeadamente a auto-estima, a auto-confiança, a capacidade de superação, a resistência à frustração, o controlo da ansiedade e a estabilidade emocional”*.

Por conseguinte, o conhecimento profundo do campeonato e a nossa experiência com equipas deste escalão, levaram a que treino a treino, jogo após jogo, fôssemos perdendo a crença no sucesso da equipa. O baixo profissionalismo no treino, a baixa determinação em campo e os problemas frequentes na motivação dos jogadores e jogo de influências no balneário, eram indícios claros de que seria extremamente difícil alcançar algo de significativo este ano, mesmo quando a equipa vencida os primeiros jogos.

Em relação ao treino, são várias as ilações que retiramos das nossas reflexões, da confrontação entre o jogar treinado e o jogar jogado, e também das opiniões dos jogadores entrevistados.

Temos hoje a convicção que o treino de terça-feira centrou-se demasiado em aspectos físicos, utilizando tempo que poderia ser aproveitado para enriquecer o jogar da equipa, mas as divisões do plantel devido à Liga Intercalar tornava mais difícil o planeamento e organização do treino, convidando a uma periodização mais simples e controlada.

Aliás, uma das decisões que ainda não avaliamos resultados práticos neste trabalho foi a forma encontrada para manter a aplicação e disciplina no treino. O recurso ao “castigo físico”, aplicando intensos treinos de preparação física, não só se mostraram pouco influentes para a união da equipa, como também não funcionaram como fonte de crescimento da capacidade de esforço e superação. Pelo contrário, foram provavelmente uma justificação para alguma falta de qualidade do nosso jogar, mais notória nos jogos com as melhores equipas, pois o tempo de treino efectivo desse jogar ficava ainda mais reduzido, depois de estar já limitado pelas implicações da Liga Intercalar.

No treino de sexta-feira, foram ainda em número significativo os treinos em que gastamos demasiado tempo na palestra, conversando com os jogadores, impossibilitando o treino das bolas paradas. Foi uma opção que com o tempo nos apercebemos que não fazia grande sentido, pois perdíamos em dois sentidos, visto que não adiantava tentar falar com os jogadores sobre os mesmos temas de sempre, e as bolas paradas sempre poderiam fazer a diferença nos jogos.

Por último, outra importante ilação passa pelo baixo rendimento obtido dos jogadores que treinavam à quarta-feira, no jogo contra a equipa de 1º ano. Sem evitar que os Sub18 viessem treinar ao nosso campo, consideramos que teria sido mais proveitoso se ambas as equipas tivessem treinado em meio campo, envolvendo todos os jogadores com intensidades mais elevadas e propensões nas acções de jogo pretendidas.

6.4.3. Avaliação individual dos jogadores

Para concluir a avaliação da época, precisamos agora de nos voltarmos para os jogadores, pesando o seu nível de preparação para a época seguinte, a sua evolução e o seu potencial. Associado a esta avaliação, teremos necessariamente de sugerir soluções para o futuro do jogador a curto ou médio prazo, uma exigência que o clube faz na requisição de um relatório aos treinadores sobre a época mas com especial enfoque neste assunto.

De seguida passaremos a apresentar este mesmo relatório, reservando-nos o anonimato dos jogadores e toda a subjectividade que uma avaliação deste género comporta:

- GR 1 (2º ano)

Apesar de ter suscitado algumas dúvidas à partida para esta época, mostrou-se capaz de ser o Guarda-Redes titular durante toda a época. Com a sua baixa estatura e algumas fragilidades entre e fora dos postes, foi capaz de evoluir e fazer uma época bastante positiva. Com a sua vontade de vencer e personalidade forte, foi capaz de exercer um importante papel em campo perante os seus colegas. O seu descontrolo emocional e impertinência poderão causar-lhe problemas no futuro.

- GR 2 (1º ano)

A sua época fica manchada por incidentes causados no campeonato distrital, causados essencialmente por um elevado descontrolo emocional. Sendo de primeiro ano, esperemos que cresça neste aspecto para o próximo ano. É um Guarda-redes impulsivo, por vezes decide mal quando pressionado, mas apresenta algumas potencialidades a trabalhar. Morfologicamente bem dotado, pode realizar uma grande época no ano seguinte.

- Lateral Direito 1 (2º ano)

Limitado pela forte concorrência e pela sua baixa estatura, só se conseguiu afirmar na equipa na segunda volta do campeonato, mais por demérito do seu concorrente do que por seu próprio mérito. Combativo, determinado e trabalhador são as suas principais características positivas. Pensamos que será difícil que atinja um nível significativo no futebol sénior.

- Lateral Direito 2 (1º ano)

Dono de um grande potencial, perdeu a titularidade quando mudou a sua postura no treino. Desmotivado e com pouca confiança, desapareceu como jogador. Apresentou uma postura por vezes destabilizadora do balneário. É um lateral completo, que só necessita de estar devidamente enquadrado no processo e de acreditar nas suas potencialidades.

- Lateral Esquerdo 1 (2ºano)

Apesar de ainda ter realizado bons jogos, teve uma época pobre e desapontante. Todo o potencial que mostrou no ano anterior, acabou por não aparecer esta época. Mesmo assim não deixou de mostrar que é excelente a bater bolas paradas, que é dono de uma velocidade e capacidade técnica elevada e que consegue realizar excelentes cruzamentos para a área. Um jogador a considerar para o futuro do clube.

- Lateral Esquerdo 2 (2º ano)

Não teve oportunidades para jogar, por um lado porque tinha concorrência de qualidade, por outro porque nunca mostrou que poderia ser uma opção segura. Defensivamente cumpre bem a sua função, mas com bola apresenta variadas fragilidades. No entanto, teve sempre um comportamento exemplar no treino, no balneário e nos jogos da equipa de sub18, servindo sempre o clube da melhor forma.

- Lateral esquerdo 3 (1º ano)

Prejudicado pela lesão na parte final do campeonato, foi um jogador que mostrou ter valor e que pode ter um papel importante na próxima época. Apesar de ainda apresentar dificuldades no jogo aéreo, mostrou melhorias em todo o seu trabalho defensivo e potenciou o seu trabalho com bola, quer numa

primeira fase de organização quer no último terço do terreno. Apesar de ser algo instável emocionalmente, é determinado e confiante.

- Central 1 (2º ano)

Como era esperado, teve dificuldades na luta por um lugar no onze inicial, pois a concorrência era composta por jogadores mais completos e experientes. Algo inconsciente em algumas acções perigosas para a nossa baliza, deixou sempre algumas dúvidas quanto às garantias que oferecia. A sua elevada estatura, atitude positiva e trabalhadora fazem dele um jogador útil que foi utilizado por várias vezes durante o campeonato.

- Central 2 (2º ano)

Um jogador que no começo mostrou algumas dificuldades de adaptação, acabou por realizar uma época brilhante. Central valente, determinado e ambicioso, trabalhou sempre de forma profissional. Seguro ofensiva e defensivamente, veloz e forte no contacto, tem tudo para poder ter um futuro como jogador profissional de futebol. É talvez o jogador mais valioso daqueles que terminam a formação este ano.

- Central 3 (1º ano)

Um exemplo em tudo o que faz. O único aspecto menos positivo prendeu-se com a sua capacidade de superar o insucesso, principalmente após o jogo fora com o FC Porto. Foi lentamente recuperando a confiança, mas não voltou a registar exibições condizentes com o seu potencial. Rápido, seguro, forte no jogo aéreo (apesar de não ser muito alto), é um central completo. Ainda com mais um ano de júnior, deve ser seguido atentamente pelo Futebol Profissional.

- Pivot defensivo 1 (2º ano)

Um jogador com algum potencial, não se conseguiu destacar. Foi uma peça importante na equipa, mas deixou sempre a ideia de que podia fazer mais, contrariando o estilo de jogo directo em que a equipa caiu em vários jogos. Na sua posição, precisava querer mais a bola e ter maior capacidade criativa. Mesmo assim, fez uma época positiva e é um jogador para acompanhar nos próximos anos.

- Médio interior 1 (2º ano)

Ainda sem definir bem as suas principais características, foi um jogador sempre presente na equipa titular. Decisivo em alguns jogos, principalmente devido à sua boa capacidade de finalização, teve um papel importante na equipa. É um jogador com qualidade técnica, dono de uma boa interpretação do jogo e uma atitude em treino muito positiva. Um jogador a não perder de vista nos próximos anos.

- Médio interior 2 (2º ano)

Mostrou mais nos últimos jogos do que em toda a época, talvez por ter sofrido um amadurecimento. Um jogador tímido e aparentemente pouco ambicioso, tem qualidade para crescer caso deixe fluir uma forma de estar mais emocional. Boa capacidade de remate, forte porte físico, talvez consiga atingir os Campeonatos Nacionais de Seniores.

- Médio interior 3 (2º ano)

Influenciado pelo seu meio familiar, foi um jogador problemático durante toda a época. Tem potencial, qualidade técnica e características físicas, mas a sua capacidade de decisão e de trabalho é reduzida para este nível competitivo. Pensamos que provavelmente terá sérias dificuldades em se impor no futebol profissional.

- Pivot defensivo 2 (1º ano)

Mais um jogador com um potencial elevado, travado por 2 lesões graves durante a época. É guerreiro, determinado, sabe o que quer, tem sempre uma atitude exemplar e é capaz de organizar o jogo da equipa com um futebol simples, rápido e inteligente. Uma promessa para o ano seguinte.

- Médio interior 4 (1º ano)

Realizou uma época em progressão, terminando como uma peça fundamental da equipa. Com elevada capacidade técnica, boa capacidade criativa e rapidez de execução, pode ser uma dos elementos mais valiosos do plantel da próxima época. Tem boa atitude em treino mas perde um pouco pela sua personalidade introvertida.

- Avançado 1 (2º ano)

Teve poucas oportunidades para jogar, sendo mais utilizado pela equipa de sub18. Tem alguma capacidade técnica e é veloz em progressão, mas apresenta alguma inconsequência no seu futebol. Consideramos que será um jogador que dificilmente atingirá o futebol profissional.

- Avançado 2 (2º ano)

Talvez o jogador com maior qualidade ofensiva do plantel, tendo em conta a sua capacidade técnica, criatividade e robustez física. É um avançado puro, para jogar na área ou nas imediações dela. Sofre claramente de um deficiente acompanhamento familiar e das respectivas consequências, mostrando comportamentos desapropriados e imaturos. Com outro tipo de atitude e mentalidade, poderia ser um jogador de grande valor a não perder de vista. Vai depender da sorte que tiver com os treinadores que vier a ter.

- Avançado 3 (2º ano)

Muito querer, grande determinação e ambição. Mesmo assim, faltam-lhe argumentos para ser o grande ponta de lança que por vezes parece poder vir a ser. O tempo de ataque da bola e a capacidade de segurar a bola de costas para a baliza deixam algo a desejar, embora compense estas debilidades com uma capacidade de trabalho extraordinária. É um jogador a acompanhar nos próximos anos.

- Avançado 4 (1º ano)

Talvez por ser de primeiro ano, foi um jogador que não investiu tudo aquilo que podia neste ano. Teve períodos em que trabalhou bem e mostrou o seu potencial, e teve outros em que esteve mais apagado. Acabou a época com a chamada à selecção e com algumas melhorias no seu rendimento. É um avançado com potencial, veloz, bom tecnicamente, é confiante, falta-lhe decidir aquilo que quer fazer no futebol.

- Avançados 5 (1º ano)

Um pouco à imagem do avançado 4 mas ainda mais capaz do melhor e do pior, foi um jogador que prometeu numa determinada fase da época, chegando a ser titular dos Sub19. Muito forte tecnicamente e robusto

fisicamente, é um jogador que pode fazer a diferença se souber quando partir para o 1x1 e quando passar a bola.

- Avançado 6 (1º ano)

Jogador de baixa estatura, consegue compensar a altura com uma boa elevação e tempo de salto, tornando-o forte no jogo aéreo. Determinado, rápido e com uma boa capacidade de remate, teve na sua fraca capacidade de finalização o seu grande problema.

7. CONCLUSÕES

O presente trabalho foi iniciado com ambição de desenvolver capacidades práticas e teóricas no exercício da profissão de treinador de futebol, assim como poder partilhar todo um conjunto de experiências e reflexões que possam servir para apoio prático e teórico para futuros trabalhos.

Pretendeu-se que o trabalho expusesse de forma acessível aquilo que é tradicionalmente escondido no futebol: o que se passa nos bastidores da construção de uma equipa. Para que tal fosse possível e nunca se perdesse a objectividade, seleccionou-se os assuntos mais relevantes, para que fosse possível respeitar a coerência e rigor necessários a um trabalho prático com sustentação científica.

De apoio ao conhecimento científico utilizado, as entrevistas foram decisivas para reforçar e validar as considerações que fomos expondo ao longo do trabalho, permitindo confrontar ideias e perceber com outra profundidade a realidade vivida no clube.

Em síntese e ressaltando outras interpretações possíveis deste relatório, o cruzamento de conhecimentos científicos sobre o assunto com as práticas e reflexões levadas a cabo, permite-nos concluir o seguinte:

- Actualmente, o Leixões Sport Club ocupa um lugar de destaque na formação de futebolistas a nível nacional, fornecendo condições e oportunidades para que os seus jovens futebolistas Sub19 se desenvolvam e compitam com os melhores jogadores do país.
- O escalão de Sub19 apresenta um estatuto de candidato natural aos lugares de acesso à fase final do campeonato, assumindo a ambição de vencer todos os jogos e liderar o campeonato.
- A criação de uma forma de jogar que esteja de acordo com o estilo de jogo do clube, não é sempre possível, pois implica jogadores com determinadas características e capacidades.

- A imposição de uma estrutura de jogo comum a todos os escalões, dificulta a tarefa de construção de uma forma de jogar com o “DNA” do clube, assim como a obtenção do sucesso competitivo.
- O trabalho de planeamento de um período preparatório é constantemente adaptado e readaptado ao que vai acontecendo no dia-a-dia.
- Todas as decisões tomadas pela equipa técnica na gestão do plantel e da competição podem originar consequências imprevisíveis, o que nos leva a concluir que a condução de equipas de futebol é sensível e que tem que ser devidamente ponderada e avaliada.
- O insucesso de um jogador ou de uma equipa na competição deve ser acompanhado de um conjunto de medidas que promovam uma rápida reacção positiva.
- A avaliação criteriosa e respectivas decisões sobre que jogadores irão constituir um plantel, são determinantes para o desenrolar da época e o sucesso desportivo da equipa.
- A multiplicidade de hipóteses e factores que contribuem para uma tomada de decisão por parte de um treinador, constitui a rejeição de uma infinidade de alternativas que serão sempre potencialmente mais eficazes que a decisão tomada para resolver um qualquer problema.
- A capacidade de auto-critica de um treinador é um instrumento indispensável à sua evolução e sucesso.
- O sucesso de uma época depende não só da concretização dos objectivos definidos, mas também da sua justeza às capacidades e potencialidades da equipa.

7.1. Perspectivas para o futuro

Esta época foi de grande enriquecimento profissional. A possibilidade de participar num processo de alto rendimento, onde as exigências foram elevadas e sistematicamente aproximadas à elite nacional do Futebol profissional, constituiu uma fonte farta de experiência, conhecimento e reflexão. No final, consideramos que aconteceu uma preparação para alcançar sucessos

futuros mais sólidos, ou até mesmo para abraçar projectos ainda mais desafiantes, que possam dar continuidade à natural evolução da carreira.

A nível da investigação, parece-nos bastante pertinente algumas das questões levantadas neste trabalho. Saber até que ponto poderemos diferenciar e validar o conhecimento que advém da experiência do terreno, do conhecimento apurado na investigação científica, poderá ser um dos segredos para o desenvolvimento do trabalho dos treinadores de Futebol. Se existir uma maior preocupação académica na investigação de todos os problemas que afectam os treinadores de Futebol na liderança das suas equipas, poderá mesmo formar-se uma forte intimidade entre as suas convicções e a utilização do conhecimento científico disponível, mesmo sabendo que todas as situações que ocorrerem serão únicas e impossíveis de relacionar.

O impacto dos resultados extremos positivos ou negativos, também nos parece ser pertinente. As reacções colectivas a resultados muito positivos ou muito negativos, podem ser reduzidas ou potenciadas pelos treinadores, mudando completamente o curso de uma competição.

Por último, sugerimos que seja investigada a construção e manutenção de um clima positivo de vitória numa equipa, identificando também momentos críticos e formas de avaliação da sua concretização. Apesar da óbvia complexidade da questão, não nos restam dúvidas que o sucesso de uma equipa passa muito pelo assegurar que as constantes agressões externas ou internas que as equipas sofrem constantemente sirvam de reforço e não de enfraquecimento da equipa.

8. BIBLIOGRAFIA

Bangsbo, J. (1994). *Fitness Training in Football – a Scientific Approach*. Copenhagen: HO+Storm, Bagsvaerd.

Bento, J. (2004). Olhares e Estados de Alma in J. Garganta, J. Oliveira & M. Murad (Eds.), *Futebol de muitas cores e sabores* (pp. 195-218). Porto: Campo de Letras.

Bühler, C. (1962). *A Psicologia na vida do nosso tempo*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2ª edição de 1976.

Campos, C. (2008). *A justificação da Periodização Tática como uma fenomenotécnica – a singularidade da Intervenção do Treinador como a sua impressão digital*. Tui: MCSports.

Capra, F. (1996). *A teia da Vida – Uma nova compreensão científica dos Sistemas Vivos* (9ª ed.). São Paulo: Editora Cultrix.

Carvalho, J. M. (2002). *Contributo para a formação profissional de jogadores de futebol – estudo em clubes da Associação de Futebol do Porto da Iª e IIª Ligas de Futebol Profissional*. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Cardoso, M. (2007). *Para uma teoria da competição desportiva para crianças e jovens – um estudo sobre os conteúdos, estruturas e enquadramentos das competições desportivas para os mais jovens em Portugal*. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Cassidy, T., Jones, R. & Potrac, P. (2004). *Understanding Sports Coaching – the social, cultural and pedagogical foundation of coaching practice*. Oxon: Routledge, Taylor & Francis Group.

Castelo, J. (1994). *Futebol modelo técnico-tático do jogo: identificação e caracterização das grandes tendências evolutivas das equipas de rendimento superior*. Lisboa: FMH.

Castelo, J. (1996). *Futebol – A organização do jogo*. Lisboa: Edição do autor.

Cervantes, Miguel de (2004). *D. Quixote de la Mancha*. Tradução dos viscondes de Castilho e de Azevedo da obra original *El ingenioso hidalgo Don Quijote de la Mancha*. (1605 - 1615). Mediasat Group, S.A.

Costa, A. (2004). Abordagem Sócio-Antropológica do Futebol em Portugal, País de Futebol in J. Garganta, J. Oliveira & M. Murad (Eds.), *Futebol de muitas cores e sabores* (pp. 55-70). Porto: Campo de Letras.

Costa, A. (2005). *Do futebol a uma nova imagem do homem e da sociedade in Futebol e Sociedade – um olhar transdisciplinar*. Rio de Janeiro: EdUERJ.

Costa, I. (2006). *Análise do perfil de Liderança de Treinadores de Futebol do Campeonato Brasileiro Série A 2005*. Belo Horizonte: Universidade Federal de Minas Gerais.

Cunha, G. (2008). *Análise da Auto-percepção dos Treinadores de Futebol no Domínio dos Conhecimentos e Competências Profissionais e no Reconhecimento das Necessidades de Formação*. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Cunha e Silva, P. (1999). *O lugar do corpo: elementos para uma cartografia fractal*. Lisboa: Instituto Piaget.

Cushion, C. J. & Smith, M. (2006). *An investigation of the in-game behaviours of professional, top-level youth soccer coaches* in *Journal of Sports Sciences*, April 2006, 24(4): 355-366. Edited by Taylor & Francis Group.

Cyrułnik, B. & Morin, E. (2004). *Diálogo sobre a Natureza Humana*. Lisboa: Instituto Piaget.

Damo, A. (2007). *Do Dom à profissão – formação de futebolistas no Brasil e na França*. São Paulo: Aderaldo & Rothschild Editors, 2007.

Departamento de Dicionários (2004). *Dicionário da Língua Portuguesa*. Porto: Porto Editora.

Dunbar, R. (2006). *A história do Homem: uma nova história da evolução da humanidade*. Lisboa: Quetzal Editores.

Ekstrand, J., Karlsson, J. & Hodson, A. (2003). *Football Medicine*. London: MD, Taylor & Francis Group.

Faria, R. (1999). «Periodização Tática». *Um Imperativo Conceptometodológico do Rendimento Superior em Futebol*. Porto: Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Fernandes, J. (2004). *O processo de formação de jogadores de futebol na Ilha de São Miguel (Açores): que realidade?* Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Frade, V. (2005). *Notas de Curso de Metodologia I – Futebol*. Porto: FCDEF-UP (documento não publicado).

Garganta, J. (1995). Fundamentos Teóricos: Para uma Teoria dos Jogos Desportivos Colectivos. In *O Ensino dos Jogos Desportivos*. CEJD. Porto: FCDEF-UP

Garganta, J. & Pinto, J. (1995). *O Ensino do Futebol*. In *O Ensino dos Jogos Desportivos*. CEJD. Porto: FCDEF-UP.

Garganta, J. (1996). *Modelação da Dimensão Táctica do Jogo de Futebol*. In *Estratégia e Táctica nos Jogos Desportivos Colectivos*. Porto: FCDEF-UP.

Garganta, J. (1997). *Modelação táctica do jogo de Futebol. Estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento*. Porto: Tese de Doutoramento apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto.

Garganta, J. (2004). Atrás do Palco, nas Oficinas do Futebol in J. Garganta, J. Oliveira & M. Murad (Eds.) *Futebol de muitas cores e sabores* (pp. 227-234). Porto: Campo de Letras – Editores, S.A..

Gilbert, W. & Trudel, P. (2001). *Learning to coach through experience: reflection in model youth sport coaches* in *Journal of teaching in Physical Education*, 21, 16-34. Edited by Human Kinetics Publishers.

Giraldez, A. (2006). Interview in *Europeans views of youth soccer*. *Soccer Journal* September/October 2006. Edited by National Soccer Coaches Association of America.

Griffith, S. B. (2007). *Sun Tzu – A Arte da Guerra: nova edição ilustrada*. Universidade de Oxford: Evergreen.

Hodges, N. & Williams, A. (2005). Practice, instruction and skill acquisition in soccer: Challenging tradition in *Journal of sports sciences*, June 2005; 23(6): 637-650. Edited by Taylor and Francis Group.

Houiller, G. (2007). Citação da entrevista à revista *France Football* de 25 de Setembro de 2007 in *De l'entraînement à la performance en football*. Bruxelas: Group de Boeck, 2008.

Jacquet, A. (2006). Interview in *Europeans views of youth soccer*. *Soccer Journal* September/October 2006. Edited by National Soccer Coaches Association of America.

Jones, R. (2006). *The Sports Coach as Educator*. Oxon: Routledge, Taylor & Francis Group.

Kirschner, P., Vilsteren, P., Hummel, H. & Wigman, M. (1997). *The design of a study environment for acquiring academic and professional competence*. *Studies in Higher Education*, 22 (2), pp.151-171.

Kormelink, H. & Seeverens, T. (1997). *Team Building*. Spring City: Reedswain INC.

Kuhn, W. (2005). *Changes in Professional Soccer: A Qualitative and Quantitative Study* in T. Reilly, J. Cabri & D. Araujo (Eds.), *Science and Football V* (pp. 184-195). London: Routledge.

Leal, P. R. (2004). *Rendimento no Futebol. Diferentes entendimentos, diferentes orientações metodológicas*. Porto: Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Lima, E. (2005). *Tema transversal: uma questão de inovação ou mudança?* in *Futebol e Sociedade – um olhar transdisciplinar*. Rio de Janeiro: EdUERJ.

Le Moigne, J. L. (1994). *O Construtivismo dos Fundamentos*. Lisboa: Instituto Piaget.

Lobo, L. F. (2007). *O Planeta do Futebol*. Lisboa: Prime Books.

Lourenço, L. & Ilharco, F. (2007). *Liderança – As lições de Mourinho*. Lisboa: Booknomics.

Lyle, J. (2008). Dealing with complexity in conceptualising coaching in team sports in Tavares, F., Graça, A., Garganta, J. & Mesquita, I. (Eds). *Olhares e Contextos da Performance nos Jogos Desportivos* (pp. 122-130). Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Maciel, J. (2008). *A (In)(Corpo)r(Acção) Precoce dum jogar de Qualidade como Necessidade (ECO)ANTROPOSOCIALTOTAL – Futebol um Fenómeno AntropoSocialTotal, que «primeiro se estranha e depois se entranha» e... logo, logo, ganha-se!* Porto: Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Marques, A. (1999). Crianças e adolescentes atletas: entre a escola e os centros de treino...entre os centros de treino e a escola! in *Seminário Internacional Treinos de Jovens*. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva, Secretaria de Estado do Desporto.

Massada, L. (2001). *O bipedismo no homo sapiens: postura recente, nova patologia*. Lisboa: Editorial Caminho.

Massada, L. (2006). *O Homem é um animal assimétrico: especulação sobre um estudo antropológico efectuado em jovens atletas*. Lisboa: Editorial Caminho.

Mialaret, G. (1987). *La psycho-pédagogie*. Paris: PUF.

Mourinho, J. (2003). Artigo jornalístico na revista *Ideias & Negócios* de Junho de 2003.

Mourinho, J. (2006). Entrevista in Oliveira, B., Amieiro, N., Resende, N. & Barreto, R. (2006). *Mourinho, porquê tantas vitórias?* Lisboa: Gradiva.

Natal, A. (2005). *Notas de Curso de Metodologia I – Futebol*. Porto: FCDEF-UP (documento não publicado).

Neto, F. (2000). *Psicologia Social – volume II*. Lisboa: Universidade Aberta.

Oliveira, J. (2004). *Entre o sonho e a realidade, um mundo de expectativas e compromissos in Futebol de muitas cores e sabores*. Porto: Campo de Letras – Editores, S.A..

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

Pacheco, R. (2005). *Segredos de Balneário*. Camarate: Prime Books.

Pinto, J. (1996). *A Tática no Futebol: Abordagem Conceptual e Implicações na Formação in Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos*. Porto: FCDEF-UP.

Piriquito, H. (2002). Prefácio de: Araújo, J. (2002). *Liderança – Reflexões sobre uma experiência profissional*. Porto: Vida Económica.

Robbins, S. P. (2002). *Comportamento Organizacional*. São Paulo: Prentice Hall.

Romano, J. (2007). *O enquadramento conceito-metodológico pluridimensional da intensidade – a filógenese de um conceito*. Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Seara, F. (2005). Artigo jornalístico in *Jornal O JOGO* de 8 Outubro de 2005.

Silva, A. (2008). *Pensar Futebol...em que «língua»? Implicações para a construção de um qualquer «jogar»*. Porto: Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Silva, M. (2008). *O desenvolvimento do jogar, segundo a Periodização Táctica*. Tuy: MCSports.

Soares, J. (2005). *O treino do Futebolista – Resistência, Força e Velocidade*. Porto: Porto Editora.

Soares, J. (2007). *O treino do Futebolista – Lesões e Nutrição*. Porto: Porto Editora.

Tamarit, Xavier (2007). *¿qué es la «Periodización Táctica»?* Tuy: MCSports.

Teodorescu, L. (1984). *Problemas de Teoria e Metodologia nos Jogos Desportivos*. Lisboa: Livros Horizonte.

Valdano, J. (2001). *Apuntes del balón*. Madrid: La Esfera de los Libros, S.L..

Valdano, J. (2007a). Artigo jornalístico no *Jornal A Bola* do dia 29 de Setembro.

Valdano, J. (2007b). Artigo jornalístico no *Jornal A Bola* do dia 13 de Outubro.

Valdano, J. (2007c). Artigo jornalístico no *Jornal A Bola* do dia 27 de Outubro.

Wheatley, M. J. (1992). *Liderança e a Nova Ciência – Aprendendo organização com um Universo ordenado* (9ª ed.). São Paulo: Editora Cultrix.

9. SÍNTESE FINAL



Universidade do Porto

Faculdade de Desporto

Uma época de desafio:

Conduzir ao Sucesso os Juniores A do *Leixões Sport Club*.

Alexandre M. Silva*

Outubro 2009

Resumo

O estágio profissionalizante representa um passo simbólico na aproximação da investigação à prática do terreno. Assim, propõe um trabalho de planeamento, sustentação, intervenção, reflexão e avaliação da prática do dia-a-dia de um treinador de Futebol, que se vê confrontado com uma necessidade constante de identificar e criar respostas para os mais diversos problemas com que se depara na sua profissão. Procura-se uma união entre o conhecimento científico e a experiência da prática empírica, o que constitui um importante desafio ao desenvolvimento do Futebol.

O trabalho no terreno foi realizado no Leixões Sport Club, na liderança da equipa de Juniores A (Sub19), presente na 1ª Divisão do Campeonato Nacional de Juniores A da Federação Portuguesa de Futebol.

A época foi rica em motivos para reflexão, contendo múltiplas situações com relevância e implicações para o desenrolar do processo de treino e jogo. Desde o momento do planeamento até ao momento de avaliação da época, fomos confrontados com diversos problemas e desafios que obrigaram a uma exigente reflexão na procura das melhores respostas.

Palavras-Chave: futebol, época, clube, treinador, equipa

Introdução

Ser treinador de Futebol nos presentes dias é uma profissão bastante complexa e exigente. Como refere Garganta (2004, p. 229), existe uma multiplicidade de requisitos que “...*torna imprescindível a existência de um sólido capital de competência técnica, de personalidade e de inteligência estratégica*”. A ciência contribuiu decisivamente para a evolução da complexidade do Futebol, originando diversas formas de entender e pensar o jogo, assim como todo o processo de treino (Leal, 2004). Isto levou a uma inquestionável evolução da formação dos

treinadores, que agora se vêem confrontados com uma quantidade enorme de informação que têm de saber filtrar. Utilizando uma ideia construída por Garganta (2004), o treinador deve conhecer os diferentes caminhos, optar por um, aquele com o qual se identifica, tendo presente o alcance e limites que esse mesmo caminho envolve.

Assim, somos cada vez mais confrontados por uma necessidade de estudar o fenómeno do Futebol e encontrar toda uma lógica processual que permita obter rendimentos superiores associados a resultados positivos. Consequentemente, e cada vez mais, só com muito trabalho se consegue construir um *treinar* e uma forma de *jogar* com qualidade e eficácia que satisfaça os objectivos propostos aos treinadores.

Por conseguinte, neste trabalho propomo-nos a desenvolver um processo de estudo, planeamento, intervenção e avaliação, necessário à condução da equipa do escalão de Sub19 do *Leixões Sport Clube*, participante na 1ª Divisão do Campeonato Nacional de Juniores A (zona Norte), da Federação Portuguesa de Futebol. Tudo isto implica uma análise ao Futebol actual, saber quem são os treinadores, reflectir sobre o escalão Sub19, criar um modelo de treino e jogo, planear/executar/avaliar e reflectir sobre todo o trabalho realizado.

O Futebol ontem e hoje

O domínio da bola de Futebol com os membros inferiores, principalmente com os pés, comporta muitos condicionalismos para o jogo. A complexidade aumenta quando conjugamos o equilíbrio corporal vertical, os deslocamentos e o manejamento da bola, tudo centrado nos membros inferiores, longe do nível dos olhos. A isto acrescentamos o facto que em mais nenhuma actividade do quotidiano da vida das pessoas é realizado algo parecido, ou seja, é uma actividade ímpar, que não possui transferências directas de mais nenhuma situação. Só jogando Futebol, respeitando a sua especificidade, podemos jogar melhor.

Considerando os constantes constrangimentos bola-espaco-tempo para o domínio da bola em jogo, só através de uma elevada capacidade táctica individual e colectiva é que é possível mantê-la inalcançável à equipa adversária. As implicações da precariedade da posse de bola são uma das particularidades mais importantes do Jogo de Futebol.

O Futebol também proporciona um meio rico em vivências sociais, algumas delas de carácter inconsciente, pois remontam à natureza mítica e ritualista das nossas origens. O Futebol funciona muitas vezes como forma de concretização da existência humana, transportando um simbolismo deveras significativo, que leva mesmo Costa (2005) a colocar a hipótese de o Futebol ser o fenómeno social mais significativo do nosso tempo.

Actualmente, acreditamos que todo o Jogo está a ser repensado, quer a nível da sua interpretação e entendimento, quer a nível do planeamento e processo de treino, onde se gera a competição, montra da modalidade. Isto porque é ao nível do treino que, através dos exercícios, podemos melhorar aquilo que deve ser central na preocupação do treinador, isto é, a organização e a qualidade de jogo (Faria, 1999).

O treinador de Futebol da Actualidade

A função do treinador é a de líder do grupo de trabalho, desempenhando um papel crucial no fenómeno. É no mínimo interessante percorrer a linha temporal da vida do Jogo e apercebermo-nos da existência de diversos treinadores que foram, e ainda são, exemplos de como o seu trabalho pode ser determinante para o desenvolvimento do Futebol. Não só os jogadores pertencem ao domínio do imaginário, do sonho, do transcendente, mas também os treinadores ocupam um lugar especial nos lugares das lendas, dos mitos, do fantástico.

No Futebol de hoje, um treinador necessita construir um *jogar* para a sua equipa, sustentado pela criação de princípios que promovam uma ideia colectiva de jogo, sempre equilibrando aquilo que é a ordem da equipa com a necessária criatividade que os seus jogadores são capazes de produzir a cada situação de jogo. Assim, actualmente o Futebol vive uma espécie de crise de identidade, onde uns destacam a necessidade de o Futebol se tornar cada vez mais um espectáculo, repleto de qualidade, emoção e beleza, enquanto que outros ainda valorizam o resultado acima de qualquer outra coisa, sendo indiferente a forma como a vitória é alcançada.

Formação de Futebolistas

Como modalidade altamente específica, o Futebol necessita de muitos anos de aprendizagem e prática num lento processo de desenvolvimento do jovem futebolista. No actual panorama da formação portuguesa, um jogador pode usufruir até 10 anos de competição organizada entre clubes. As rotinas dos treinos e jogos exigem dedicação integral, atitudes consequentes e elevada disciplina mental e corporal. Apesar disto, a nível intelectual e cultural ainda existe um longo caminho a percorrer para dotar adequadamente a generalidade dos jogadores de Futebol, pois ainda estão muitas vezes associados ao abandono escolar precoce em resposta a uma dedicação completa às suas carreiras desportivas.

Já no final da formação, os passos correctos dados na hora certa podem ser decisivos para exporem todo o potencial de um jogador. É aqui que os agentes podem ser muito importantes, orientando e criando oportunidades adequadas para os jovens futebolistas, isto porque a entrada no profissionalismo sofre de um problema de adaptação e integração

O Leixões Sport Club e os Juniores A

O Leixões é um clube de trabalho, guerreiro, ambicioso e destemido, em que a exigência é alimentada por um forte sentido de orgulho nas suas raízes, elevando a imagem exterior da cidade. Como refere Luís Luís (Anexo 6), o Leixões é um “...*clube emblemático de Matosinhos, que expressa um pouco a alma das gentes daqui da terra, ligadas à vida do mar. É um clube de paixão, especial e único, que quem cá passou dentro percebe e levará sempre consigo*”.

A imagem de marca do clube passa por um espírito orgulhoso, lutador e determinado. O facto de ser uma instituição centenária, com história no futebol nacional, acarreta responsabilidades e um sentido de honra ao envergar a camisola do clube. Isto deve ser uma constante em todos

os momentos do trabalho realizado nos Juniores A, de forma a que o prestígio do clube seja sempre condizente com a prestação e atitude da equipa.

Por outro lado, pela posição que o clube ocupa no panorama nacional do futebol de formação, sabemos que é um clube respeitado e temido por todas as equipas, até as mais poderosas. As expectativas são sempre grandes, principalmente tendo em conta a época passada, em que a equipa de Sub19 foi apurada em 2º lugar para a fase final do campeonato nacional de Juniores.

O Grupo de Trabalho

Para que se perceba a estruturação desta organização, podemos distinguir seis diferentes funções: coordenador técnico, treinadores, fisioterapeuta, jogadores, director e técnico de equipamentos. À parte do plantel de jogadores, todos os restantes elementos do Grupo de Trabalho mantiveram-se os mesmos da época anterior. Todos tiveram funções e papéis perfeitamente definidos, interligados por um forte sentido de pertença e competência, criando um clima positivo, confiante e motivador. Este ponto de partida é bastante importante, pois acrescenta segurança a todo o processo, além de proporcionar um ambiente de trabalho profissional e conquistador, repleto de oportunidades para todos os jogadores

Todo o processo é sustentado num elevado sentido de rigor e disciplina, que permite manter constantemente a equipa proprietária de um comportamento profissional, com uma atitude sempre focada e empenhada em lutar pelos objectivos definidos. São várias as regras bem vinculadas e sempre presentes em cada momento do processo de treino e jogo, para que todos saibam sempre quais os limites comportamentos aceitáveis (Kormelink & Seeverens, 1997), e ao mesmo tempo que cria um sentido de unicidade e pertença que consideramos fundamental numa equipa de futebol. A época inicia com elevadas ambições dos jogadores, associadas a uma redobrada confiança na equipa técnica e restantes elementos de apoio.

Planeamento

O tempo necessário de treino nas primeiras quatro semanas tem que ser pensado de acordo com a riqueza do jogar pretendido, tendo em conta a idade e qualidade dos jogadores. Só assim podemos decidir o que treinar, quando treinar e, mais à frente, o como treinar. Para que tal aconteça de forma pragmática e eficaz, existe um conjunto de cinco preocupações a ter em conta aquando da estruturação de conteúdos e objectivos por todos os treinos das quatro semanas. São essas preocupações que apresentamos a seguir: a forma de manejamento da bola correspondente ao estilo de jogo pretendido; os Princípios de jogo (macro e micro) dos quatro momentos de jogo devem ser construídos progressivamente ao longo do tempo, obedecendo a uma ordem crescente de complexidade; os padrões/rotinas de trabalho (incluindo alongamentos e reforço muscular geral) e as regras de conduta/comportamento estão inicialmente muito presentes, perdendo destaque ao longo do tempo; progressiva aproximação em intensidade e exigência ao morfociclo padrão, incluindo no treino exclusivo do

factor físico; equilíbrio entre o binómio esforço/recuperação, proporcionando máxima assimilação de conteúdos e prevenção de lesões.

Modelo de Jogo

Assim, desde o primeiro dia, é necessário implementar um conjunto alargado de pressupostos que levem à estruturação e solidificação de um modelo de jogo, servindo de bússola para qualquer interveniente, em todos os momentos do trabalho desenvolvido durante a época. Só assim se pode criar um processo coerente, que promova a coesão e que contribua para a probabilidade de sucesso. Para se fazer parte deste grupo de trabalho, é necessário que se cumpram todos estes princípios ou normas: Regras de conduta; Disciplina; e Objectivos.

Aquilo que identifica uma equipa em competição é as ideias de jogo que apresenta. Essa leitura permite-nos objectivar a forma de jogar de uma equipa, encontrando padrões de acção que têm origem no *sistema de jogo* da equipa, ou seja, o conjunto de princípios que permitem à equipa estar constantemente organizada ao longo do tempo de jogo. Com efeito, o *sistema de jogo* de uma equipa estrutura os seus princípios em 4 momentos de jogo (ofensivo, transição ataque/defesa, defensivo, transição defesa/ataque) e num 5º momento extra, cada vez mais importante, as bolas paradas.

Reflectir a Prática

Terminamos a 1ª volta em 4º lugar, com vinte e nove pontos realizados (menos seis do que pretendíamos), a três pontos do 2º classificado. Nada estava perdido. Por outro lado, estes vinte e nove pontos asseguravam com alguma segurança o primeiro objectivo traçado para esta época: a manutenção neste campeonato. Na realidade, a equipa fez uma 1ª volta muito acima das expectativas, fazendo o clube acreditar que seria possível a esta equipa lutar pelo grande objectivo de garantir o passaporte para a fase final.

Terminamos o campeonato com duas vitórias, sendo que a última foi particularmente satisfatória, por ter sido contra o FC Penafiel, que se encontrava já com o 5º lugar garantido (acima de nós), num jogo que mostrou que esta equipa poderia mesmo ter atingido outros patamares neste campeonato. A classificação final indicava quarenta e cinco golos marcados e trinta e sete golos sofridos. Consideramos que o jogo do Olival foi determinante para estes resultados, pois destroçou uma defesa até então brilhante, que nunca mais recuperou os seus níveis de confiança.

Tendo em conta os objectivos definidos, não podemos deixar de considerar que esta época foi positiva. Em relação aos resultados desportivos, conseguimos terminar o campeonato na metade superior da tabela, longe dos lugares de despromoção e ensaiando por um período considerável a hipótese de seguirmos para a fase final. Já em relação à evolução dos jogadores e entrada no futebol profissional, consideramos que conseguimos desenvolver os jogadores e torná-los mais aptos para o futebol sénior, chegando mesmo três a vincular-se ao clube. Os jogadores de 1º ano prometem uma época seguinte de grande nível, constituindo

uma equipa essencialmente de 2º ano, que será uma candidata natural à fase final do campeonato.

No entanto, temos a perfeita consciência que a época poderia ter corrido melhor. Algumas decisões revelaram-se inapropriadas ou, pelo menos, tiveram consequências aquém das expectativas. Alguns destes casos já foram abordados neste trabalho, enquanto outros, menos significativos, pertencem a um alargado leque de pequenas decisões que vão sendo levadas a cabo na prática do dia-a-dia. Temos a convicção que não fomos mais felizes no campeonato por limitação nossa, embora seja claro para nós que, mesmo assim, realizamos um trabalho competente e com valor para o clube.

Conclusões

Em síntese, foi possível concluir o seguinte: actualmente, o Leixões Sport Club ocupa um lugar de destaque na formação de futebolistas a nível nacional; o escalão de Sub19 apresenta um estatuto de candidato natural aos lugares de acesso à fase final do campeonato; os Juniores A têm de apresentar um estilo de jogo condizente com o do clube; a estrutura de jogo não deve ser imposta; o planeamento de um período preparatório é constantemente adaptado e readaptado ao que vai acontecendo no dia-a-dia; a condução de equipas de futebol é sensível e que tem que ser devidamente ponderada e avaliada; o insucesso de um jogador ou de uma equipa deve ser eficazmente acompanhado; a constituição do plantel é determinante para o desenrolar da época e o sucesso desportivo da equipa; a capacidade de auto-crítica de um treinador é um instrumento indispensável à sua evolução e sucesso; e o sucesso de uma época depende não só da concretização dos objectivos definidos, mas também da sua justeza às capacidades e potencialidades da equipa.

Bibliografia

Leal, P. R. (2004). *Rendimento no Futebol. Diferentes entendimentos, diferentes orientações metodológicas*. Porto: Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Garganta, J. (2004). *Atrás do Palco, nas Oficinas do Futebol* in J. Garganta, J. Oliveira & M. Murad (Eds.) *Futebol de muitas cores e sabores* (pp. 227-234). Porto: Campo de Letras – Editores, S.A..

Faria, R. (1999). *«Periodização Táctica». Um Imperativo Conceptometodológico do Rendimento Superior em Futebol*. Porto: Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Costa, A. (2005). *Do futebol a uma nova imagem do homem e da sociedade* in *Futebol e Sociedade – um olhar transdisciplinar*. Rio de Janeiro: EdUERJ.

Kormelink, H. & Seeverens, T. (1997). *Team Building*. Spring City: Reedswain INC.

10. ANEXOS

Anexo 1

10.03.2009

Entrevista a João Patrão

(Jogador sub-19)

- **A.S. – Descreve-nos quem és tu...**

- **J.P.** – Sou o João Patrão, tenho 19 anos e sou médio ofensivo. Vim do Marinhass, há 3 anos, quando era juvenil de 1ª ano, numa altura em que lá se disputava o campeonato distrital da 1ª divisão de juvenis.

- **A.S. – Como é que apareces no Leixões?**

- **J.P.** – Através de contactos de um meu amigo também do Marinhass, vim com ele fazer uns treinos à experiência ao Leixões. O mister Tó Pedro gostou de mim, e convocou-me logo nessa altura para ir fazer um torneio à Guarda com a equipa A de Juvenis.

- **A.S. – Como é que situas o Leixões no panorama nacional de futebol?**

- **J.P.** – O Leixões é um bom clube que neste momento está bem ao nível sénior. Mesmo na formação, apesar de abaixo dos 3 grandes, situa-se logo a seguir, embora o Braga e Guimarães tenha bem melhores condições do que nós.

- **A.S. – Então, o que significa para ti ser jogador do Leixões?**

- **J.P.** – É uma coisa muito boa. Em relação ao salto que dei, passar do Marinhass para o Leixões, foi tipo um sonho vir jogar para o Leixões. Está muito bem cotado a nível nacional.

- **A.S. – Quais são os teus objectivos no futebol?**

- **J.P.** – Ser profissional de futebol. Sonho um dia jogar na *Premier League*. Mas neste momento gostava de assinar contrato com o Leixões, ficar ligado ao clube, para a curto prazo poder fazer parte do plantel Sénior do clube. Gostava depois de poder jogar num dos 3 grandes, especialmente no Benfica.

- **A.S. – Para que um jogador consiga concretizar aquilo que ambicionas, como é que imaginas que tenha que ser a sua progressão na carreira?**

- **J.P.** – Primeiro, se não for possível ficar na 1ª Liga, ir para as Ligas secundárias, para poder evoluir mais e saber o que é o futebol Sénior. Depois

jogar na 1ª Liga, e se tiver qualidade e continuar a trabalhar bem lá para os 23/24 anos sair para o estrangeiro, principalmente para Inglaterra.

- **A.S. – Como vês o teu valor individual no seio desta equipa?**

- **J.P.** – Primeiro, penso que para o campeonato que tenho feito sou um jogador importante para a equipa. A equipa podia dar muito mais do que aquilo que está a dar, mas mesmo assim estamos a fazer um campeonato bom. O meu papel dentro da equipa parece-me importante, visto que me dou muito bem com o grupo e que eles gostam de mim.

- **A.S. – Como avalias o teu papel como capitão da equipa?**

- **J.P.** – Eu sou capitão de equipa desde o meio da época, e fui designado pelo treinador da equipa. Penso que tenho desempenhado bem esse papel e que o grupo na generalidade está de acordo com isso. Acho que tenho dado tudo por esta equipa.

- **A.S. – Quando dizes que a equipa podia dar mais, que importância achas que podias ter enquanto capitão de equipa para que isso acontecesse?**

- **J.P.** – É difícil, porque temos jogadores que quando dizemos as coisas “entra a 100 e sai a 200”... Já tentei falar com o grupo, para dar mais um pouco, para aproveitar esta recta final para conseguirmos o objectivo, mas parece-me que por muitos ainda terem mais um ano como juniores, deixam correr as coisas, prejudicando a equipa. A maior parte dos de 2º ano estão a dar tudo para conseguir, mas a outra parte da equipa esforça-se e corre, mas não nos limites, poderiam dar mais. Não são todos, mas uma boa parte.

- **A.S. – Quais os objectivos competitivos que consideras adequados a esta equipa, tal e qual como ela é?**

- **J.P.** – Quando vi o plantel, a equipa, sempre acreditei que poderíamos chegar à fase final. Temos valor, mas talvez tenha faltado um maior espírito de grupo.

- **A.S. – O que é esse espírito de grupo? Como se manifesta?**

- **J.P.** – É mais união, lutar todos para o mesmo lado. No início de época, quando houve vários jogadores descontentes a pedirem para sair, isso não era bom para o balneário, desanimava a equipa. Se tivéssemos todos o objectivo comum de chegar lá, penso que poderíamos tê-lo feito.

- A.S. – Em relação a essa questão, os jogadores em causa queixavam-se de falta de oportunidades para jogar. Como é que tu achas que nos Juniores estes problemas podem ser resolvidos?

- J.P. – É óbvio que todos os jogadores gostavam de jogar, mas penso que o modelo de trabalho do treinador é o mais adequado, pois penso que mudanças constantes na equipa não é bom, porque o entrosar dos jogadores demora tempo. Mas claro que é complicado para quem não joga, ficar de fora ou ter que ficar no banco e não poder entrar, compreendo a frustração.

- A.S. – Como é que avalias a época desportiva até este momento?

- J.P. – A nível pessoal, penso que está a ser uma época boa. O início que podia ter sido melhor, mas penso que recuperei a tempo. A nível colectivo é que penso que podia ser bem melhor. Também temos sido claramente prejudicados pelas arbitragens, mas se fossemos mais unidos talvez fosse possível lutar contra isto. Mesmo assim, podendo nesta fase estarmos melhor classificados, penso que a época tem sido muito positiva, pois no Leixões ninguém acreditava que pudéssemos fazer um campeonato tão bom. A minha geração sempre foi desvalorizada.

- A.S. – A nível pessoal, que pensas que poderias ter feito mais?

- J.P. – Eu passei por uma fase de adaptação aos novos jogadores que foi algo difícil, pois estava habituado a jogar com os colegas do ano anterior, e que com as várias entradas no plantel teve que haver um período de adaptação e conhecimento.

- A.S. – Que fragilidades consideras ter como jogador? O que gostavas de melhorar?

- J.P. – Primeiro, gostava de ter um físico mais forte, mais poderoso. Eu queria ter entrado no ginásio no início da época, mas não deu devido aos horários da faculdade. A nível táctico, penso que tenho aprendido muito este ano, quer a nível de movimentação, de procura de espaços, enquadramento com a bola nas recepções, etc. Este ano tenho aprendido muito.

- A.S. – Tenta fazer uma descrição dos teus treinadores. Quem são eles para ti e o que achas deles enquanto treinadores de futebol?

- J.P. – O mister principal é muito bom. É muito rigoroso, mas isso é fundamental para o trabalho da equipa e bem-estar do grupo. Percebe muito de

futebol, o que se demonstra nos treinos e com a evolução da qualidade dos jogadores. Também tem sido sempre justo.

Em relação a si, penso que é um bom treinador-adjunto ou preparador físico, que nos faz trabalhar bastante duro, principalmente à terça-feira. É um bom amigo, fácil de conversar e que nos ajuda e esclarece quando temos dúvidas. Quando o mister principal não está, apesar de a equipa não trabalhar exactamente da mesma forma, trabalha na mesma e o mister consegue liderar bem o treino.

O mister Costa, apesar de muito rezingão, é também um excelente treinador, tem feito um trabalho excelente com os Guarda-Redes, que não têm falhado. A nível pessoal, tem-me dado muitos conselhos que me ajudam muito.

- A.S. – O que mudavas dos treinos desta época?

- J.P. – O treino de terça-feira parece-me um pouco exagerado, demasiado físico. Este tipo de treino é importante, mas poderíamos ter um pouco mais de bola neste dia. Os restantes treinos penso que estão bem. Essencialmente, o que o grupo menos gosta é do treino de terça-feira.

- A.S. – Então a terça-feira é um treino que pensas haver necessidade de ser revisto, que poderíamos ter atingido outros tipos de resultados se este treino fosse diferente...

- J.P. – Não. Não é isso que quero dizer. Até porque o facto de nós aguentarmos facilmente os 90 minutos de jogo e de não termos tido quase nenhuma lesão muscular, mostram a importância deste treino. O que queria dizer era que poderia ser introduzida alguns períodos de “bola” neste treinos, ou mesmo fazer os treinos com bola.

- A.S. – Não achas isso mentiroso? Dar-te a mesma coisa, mas disfarçada?

- J.P. – Depende como cada jogador encarar o treino e os exercícios. Mas o facto de ter bola anima-nos mais para o exercício, motiva-nos mais.

- A.S. – O que mudavas no teu trabalho durante este ano? Como o avalias?

- J.P. – Há dias e dias. Tenho treinos que não consigo ultrapassar aquilo que se passa lá fora, e não me consigo concentrar devidamente no treino, podendo

dar mais do que o que dou. Mas na maior parte das vezes, quando estou bem psicologicamente, dou tudo no treino, esforço-me ao máximo.

- A.S. – Considerando aquilo que classificas-te como falta de união da equipa e falta de espírito de grupo, como pensas que isso poderia ser ultrapassado?

J.P. – É uma questão complicada. Penso que isso deveria partir de cada um, as próprias pessoas é que deveriam tentar mudar isso.

Anexo 2

10.03.2009

Entrevista a Seixas

(Jogador Sub-19)

- **A.S. – Descreve-nos quem és tu...**

- **C.S.** – Sou o Cristiano Rafael da Silva Seixas, tenho 18 anos, sou natural de Amarante e jogo no Leixões. Este é o meu 2º ano de Júnior. Comecei no Amarante, até aos juvenis de 1º ano, de onde fui para o Porto, e só vim para o Leixões este ano. Sou um central que se posiciona bem, que faz bons passes longos, com algumas falhas de concentração e de responsabilidade em jogo, além de não ser muito forte no jogo aéreo.

- **A.S. – Como enquadras o LSC no panorama nacional de clubes, tanto a nível sénior como na formação?**

- **C.S.** – O Leixões neste momento é um dos melhores clubes a nível nacional. Abaixo dos 3 grandes, já se pode comparar aos restantes clubes, muito pelo campeonato que está a realizar este ano. Embora, se passam dificuldades económicas do clube num ano de sucesso, talvez o clube tenha dificuldades em manter este nível competitivo. Quanto à formação, já desde o tempo em que estava no Amarante, o Leixões era visto como um clube grande, o terceiro grande, depois de Porto e Boavista. Levar 3 ou 4 do Leixões já era bom... Mesmo quando estava no Porto, quando jogava contra o Leixões, o objectivo era simplesmente ganhar, não importava se por um, porque já sabíamos que não era fácil.

- **A.S. – Quais são os teus objectivos e sonhos no futebol?**

- **C.S.** – Para mim o futebol é tudo. Eu quero ser um grande jogador de futebol. Talvez jogar no estrangeiro, mas gostava era de jogar na Liga dos Campeões.

- **A.S. – Como perspectivas o teu futuro no LSC? Como pensas que podes chegar a esse teu sonho?**

- **C.S.** – O que eu queria, neste momento, era ficar na equipa Sénior do Leixões. Já era muito bom para mim. Mesmo que fosse emprestado a equipas de escalões secundários, se o Leixões fizesse contrato comigo era sinal que reconhecia o meu valor e que contavam comigo a curto prazo. De qualquer

forma, penso que mais tarde ou mais cedo vou conseguir atingir os meus objectivos no futebol.

- A.S. – Que valor consideras ter para esta equipa? Como te situas no seu seio?

- C.S. – Eu acho que já fiz épocas bem melhores que esta, mas mesmo que estivesse ao meu mais alto nível, não me considero melhor que ninguém. Somos um grupo em que todos temos valor, quer eu que estou a jogar, quer o meu colega que está no banco ou que não foi convocado. Como tenho jogado quase sempre, acho que o mister me considera um jogador com valor e que contribui para os objectivos da equipa. Não sou uma peça vital na equipa, mas penso que sou importante.

- A.S. – Quais os objectivos competitivos que consideras adequados a esta equipa?

- C.S. – Sinceramente, no início da época, quando me comecei a sentir mais confiante dentro deste grupo, dizia aos meus colegas que tínhamos equipa para lutar pelo título nacional. Pela qualidade que tínhamos, poderíamos ter uma hipótese muito boa para chegar lá em cima. Com o passar do tempo, vimos que o nosso objectivo passava mais por conseguir atingir a 2ª fase, o que estava perfeitamente ao nosso alcance. Tínhamos mais que qualidade para isso.

- A.S. – Então o que correu mal? Estamos a 6 jornadas do fim e com uma distância pontual considerável para que se possa atingir esse objectivo.

- C.S. – O nosso valor tem sido mostrado sempre dentro de campo. Não temos tido é sorte. Os árbitros têm-nos prejudicado, e apesar de termos sido sempre superiores às outras equipas, não temos tido sorte para as vencer. Por esta altura, já podíamos estar qualificados.

- A.S. – Como avalias a época desportiva?

- C.S. – O balanço da época até é positivo. Podia ter sido muito melhor, mas penso que fomos das melhores equipas deste campeonato, senão a melhor. Alguma falta de sorte e determinadas arbitragens é que tornaram a época menos positiva.

- A.S. – Descreve os 3 elementos da equipa técnica.

- **C.S.** – O mister principal é bom treinador, eu gosto dele, independentemente de ele me colocar a jogar ou não. No entanto, considero-o algo exagerado na forma como fala com os jogadores. Às vezes penso se ele não poderia falar de outra forma para nós. Pessoalmente, é uma pessoa espectacular, e eu sei que ele nos fala assim porque sabe que somos capazes de fazer melhor. Mas na altura é difícil de ouvir. De resto, penso que não é ele que tem a culpa de não estarmos mais acima no campeonato.

O mister adjunto, mesmo que haja gente que não goste dele, eu considero que me ajuda a levar isto a sério. Podia ser mais agressivo e menos tolerante com alguns jogadores que não são tão sérios a trabalhar. Se calhar não vê, ou não quer ver, mas acho que devia ser mais severo.

O mister Costa, para mim que vinha do Porto e não o conhecia, foi um bocado difícil de ouvir. Gosta de falar sobre tudo, de dar sempre a opinião, o que não é fácil de interpretar no início. Agora, depois de o conhecer melhor, vi que a má impressão que tinha não era correcta. Ele tenta sempre nos ajudar, nos fazer ver os problemas que temos, e gosto do mister.

Penso que todos os treinadores poderiam ter tentado dar mais confiança à equipa. Não aqueles elogios “baratos”, mas tentar mostrar a cada jogador que tem qualidade e que pode dar muito mais. O que às vezes ouvi dizerem, é que a nossa equipa não tem confiança. Ainda me lembro naquelas primeiras 11 ou 12 jornadas, em que pensava: estamos em 1º lugar, sem nenhuma derrota, mas não jogamos com aquela alegria de estar em primeiro, aquela confiança. Se calhar, se isto não fosse assim, a equipa fosse mais unida. Uma equipa que consegue estes resultados tem que ser uma grande equipa.

- **A.S.** – **O que é que mudavas nos treinos desta época?**

- **C.S.** – Eu no Amarante tinha treinos mais físicos, mais cansativos, o que aqui também acontecesse, apesar do tipo de trabalho ser completamente diferente. Eu vinha habituado já do Porto, a ter só bola, a rematar à baliza, a não correr muito, a correr só com exercícios que nós gostamos com bola. Nós durante este ano podíamos ter tido exercícios com bola, em que corrêssemos o mesmo, mas que não fosse tão difícil de fazer. Podia custar um bocado, mas se no último momento chutássemos à baliza, já ficávamos todos contentes.

- **A.S.** – **Como avalias o teu trabalho durante esta época? O que mudavas?**

- **C.S.** – Eu sempre que fui com intenções de dar o máximo nos jogos. A minha vontade era sempre dar mais, dar mais, até a equipa não poder, mas chegar ao final com a vitória. Eu sei que acabo por não ter dado tudo aquilo que podia, porque mesmo o meu pai me diz que quem me viu e quem me vê não parece a mesma pessoa. Eu era mais agressivo, levava tudo na minha frente, mas desde o tempo que estive parado o ano passado com duas lesões, nunca mais consegui ter a mesma atitude. Eu podia fazer 2 jogos seguidos, que o que importava era ganhar. Este ano acho que me faltou um pouco disso, a raça, a atitude, a determinação para vencer.

Anexo 3

11.03.2009

Entrevista a Carlos André

(Jogador Sub-18)

- **A.S. – Descreve-nos quem és tu...apresenta-te.**
- **C.A.** – Sou o Carlos André Paulo Almeida, tenho 17 anos, joguei no Espinho, Sporting e agora no Leixões. Sou de Espinho, embora tenha vivido em Alcochete durante o tempo que estive no Sporting. No espinho, comecei por ser extremo esquerdo, no Sporting fui adaptado a defesa direito, e vim para o Leixões como um defesa direito. Sou um jogador rápido, tecnicamente evoluído, mas tenho que melhorar essencialmente a minha leitura e posicionamento defensivo.
- **A.S. – Como enquadras o LSC no panorama nacional de clubes, tanto a nível sénior como na formação?**
- **C.A.** – Nos juniores, é das melhores equipas a nível nacional, o ano passado foi à fase final. Mesmo a nível sénior, é uma equipa razoável que este ano até está a fazer um excelente campeonato. Penso que fiz uma boa opção em ter vindo para cá.
- **A.S. – Como interpretas a tua vinda do Sporting para o Leixões?**
- **C.A.** – Eu acho que foi o melhor para mim. Eu sabia que se ficasse lá provavelmente não iria ser muito utilizado, por isso preferi vir para outro clube, onde mesmo que não soubesse se iria jogar, seria mais acessível a isso, para tentar jogar.
- **A.S. – Quais são os teus objectivos e sonhos no futebol?**
- **C.A.** – Evoluir todos os dias para chegar a profissional. O meu sonho era jogar no Manchester United, mas o meu objectivo agora é chegar aos Seniores do Leixões.
- **A.S. – Sendo um jogador de 1º ano, como perspectivas o teu futuro no LSC? Como pensas que podes chegar a esse teu sonho?**
- **C.A.** – Tenho que trabalhar, cada vez melhor, querer ainda mais, para tentar chegar aos Seniores. O meu objectivo é esse, pertencer ao plantel profissional do Leixões, e tenho ainda mais um ano de Júnior para isso.

- **A.S. – Para ti, este é um ano de aprendizagem e não de resultado imediato?**

- **C.A.** – Sim, porque é muito difícil, até porque o Leixões não tem apostado muito nos juniores que acabam a formação todos os anos. Ainda tenho o último ano para tentar atingir esse objectivo. Depois é esperar por oportunidades e ter sorte para atingir os meus sonhos.

- **A.S. – Que valor consideras ter para esta equipa? Como te situas no seu seio?**

- **C.A.** – Mesmo sendo primeiro ano de júnior, penso que estou ao nível dos outros. Nem melhor, nem pior.

- **A.S. – Quais os objectivos competitivos que consideras adequados a esta equipa?**

- **C.A.** – Nós este ano tínhamos muitos jogadores de 1º ano, comparando com as outras equipas. Por um lado é bom, mas por outro não é, porque saem prejudicados os jogadores de 2º ano. Em relação aos objectivos, penso que podíamos ter feito um bocadinho melhor, acho que podíamos, quem sabe, chegar à segunda fase. Tínhamos equipa para isso, esse era o objectivo mais adequado a esta equipa, mas depois começamos a ir a baixo...

- **A.S. – O que achas que aconteceu?**

- **C.A.** – A equipa devia ser mais unida, devíamos remar todos para o mesmo lado. Às vezes nota-se que há uns que querem mais que os outros.

- **A.S. – E isso tem relação com o problema do 1º e 2º ano?**

- **C.A.** – Alguns de 1º ano não trabalharam assim muito bem, mas alguns de 2º ano que não jogavam originavam confusões e alguma desorientação no balneário. A divisão entre os que jogavam e os que não jogavam foi negativo para a equipa.

- **A.S. – Como avalias a época desportiva?**

- **C.A.** – Não foi má de todo, ainda faltam alguns jogos e muita coisa pode acontecer. Foi positiva, mas podíamos ter feito mais. Sei que já é muito difícil atingirmos agora a 2ª fase, mas temos que continuar a trabalhar e ganhar os próximos jogos. Se no final ficarmos em 4º lugar, como o mister diz ficar em 3º, 4º ou 5º lugar é a mesma coisa, o que interessa é o 1º e 2º lugar, paciência... Para o ano temos que trabalhar mais e procurar atingir o objectivo. Penso que

a equipa de juniores para o ano vai ser melhor que a deste ano. Tem mais qualidade.

- **A.S. – Sentiste que houve algum momento onde a equipa desceu de rendimento?**

- **C.A.** – Desde o jogo com o Boavista, em nossa casa, que fomos a baixo. Esse jogo era importante termos vencido, o que não aconteceu. Tínhamos equipa para eles, como para todas as outras, como vimos na 1ª volta, mas em vez de melhorarmos, pioramos.

- **A.S. – Descreve os 3 elementos da equipa técnica.**

- **C.A.** – O mister principal, acho que às vezes exagera na forma como fala para nós. Eu sei que é o feitio dele, mas acho que às vezes deveria apoiar mais os jogadores. Eu sei que muitas vezes é preciso ser duro com os jogadores. Acima de tudo acho que é um bom treinador, com esse senão. Até porque não estamos mal classificados e no ano passado foi à fase final.

O mister adjunto penso que também exagera nas coças que nos dá, no início de época e mais para meio, tudo bem, mas semanalmente não, todas as terças não. É para o nosso bem, para podermos evoluir, mas não é fácil para nós. Por outro lado, o mister dá-nos apoio quando não estamos bem, tanto para o bem como para o mal, chamando-nos à atenção e ajudando-nos a superar as coisas.

O mister Costa é um bocado resmungão, critica-nos muito, nós sabemos que é para o nosso bem, mas às vezes cansa. Penso que deveria ser mais tolerante, porque é normal que não façamos tudo bem.

- **A.S. – O que é que mudavas nos treinos desta época?**

- **C.A.** – O que mudava? Mais finalização, talvez mais posse de bola e circulações tácticas, jogadas ofensivas. Nós fazemos, mas podíamos fazer mais, talvez se não dedicássemos tanto tempo ao trabalho físico. Quando cheguei ao Leixões, não foi fácil. No Sporting não fazíamos assim trabalho físico, nem na pré-época. Eu sei que não temos lesões musculares esta época, mas mesmo assim...

- **A.S. – O que mudavas no teu trabalho durante esta época?**

- **C.A.** – Tenho que me aplicar mais, tenho que me esforçar mais. Há dias em que não me consigo esforçar tanto como noutros dias. Na altura em que perdi a

titularidade andava cansado, com câibras, em baixo. Não sei que se passava comigo. Diziam-me que não me esforçava, e eu não percebia porquê. Nem percebi bem porque sai da equipa. E há uma coisa que não percebo mesmo, que já se passava no Sporting, quando há um ou dois defesas direitos disponíveis para jogar, porque se coloca um central ou um jogador do meio-campo a jogar nessa posição. São opções, e de certeza que o mister tem as suas razões, mas acho injusto.

Anexo 4

11.03.2009

Entrevista a Moura(Jogador Sub-18)

- A.S. – Descreve-nos quem és tu...

- **M** – Sou o Moura, tenho 17 anos, sou júnior de 1º ano, jogo no Leixões há 5 anos e pratico futebol já há 10 anos, 5 no Porto e 5 no Leixões. Vim para o Leixões emprestado nos iniciados de 1º ano, e fiquei cá definitivamente. Sou um médio ofensivo, ou médio interior e este ano ainda aprendi a jogar a médio mais defensivo.

- A.S. – Como enquadras o LSC no panorama nacional de clubes, tanto a nível sénior como na formação?

- **M** – O Leixões é um clube que está agora a crescer, e que daqui a 2 ou 3 anos pode estar ao nível do Porto, Sporting e Benfica, se mantiver esta evolução. Como já foi o Boavista, pode vir a ser o chamado 4º grande. A nível da formação, é um clube onde a maioria dos jovens gostaria de jogar, tirando os dos 3 grandes. Está ao mesmo nível de bons clubes como o Guimarães, Braga, Boavista, etc.

- A.S. – Quais são os teus objectivos e sonhos no futebol?

- **M** – Eu gostava de ser profissional de futebol, fazer do futebol a minha vida, mas sei que é muito complicado. Se fosse possível, gostaria de chegar a jogar na liga espanhola ou inglesa.

- A.S. – Como perspectivas o teu futuro no LSC? Como pensas que podes alcançar esse teu sonho?

- **M** – Eu sei que é complicado nós chegarmos ao 2º ano de júnior e ficarmos no plantel sénior do Leixões, o que normalmente faz é apostar nos jogadores aos 21 ou 22 anos. Isso talvez me possa prejudicar um bocado, pois pode já ser tarde. Por exemplo, o Porto empresta jogadores a clubes da 2ª divisão ou 1ª divisão, o Leixões empresta ao Padroense, que é um clube de 3ª nacional, o que torna mais complicado dar o salto. No entanto, existem jogadores que conseguiram, como o Ricardo Carvalho. Mas isto tudo também depende da nossa atitude, do nosso querer, do nosso trabalho.

- A.S. – Que valor consideras ter para esta equipa? Como te situas no seu seio?

- M – Eu tento sempre ajudar os meus colegas, como eles me ajudam a mim. Há sempre aqueles jogadores que sobressaem, e depois aqueles que trabalham para os outros. Eu penso que sou um jogador que apoia os outros, que trabalha para os outros. Até por ser de 1º ano acho natural que não seja um jogador que faça a diferença. Este ano aprendi a defender, a trabalhar nos dois sentidos, a ter menos liberdade no meu posicionamento. Nos últimos jogos que tenho feito, acho que tenho sido um elemento importante para a equipa.

- A.S. – Quais os objectivos competitivos que consideras adequados a esta equipa?

- M – Por alguns momentos que passamos, acho que merecíamos passar à fase final. Houve alguns momentos em que facilitamos, e deixamos as coisas passar facilmente. Esta não é uma equipa de muito trabalho, que se ajuda pouco. Isso dificultou tudo.

- A.S. – Como avalias a época desportiva?

- M – Pessoalmente, acho que foi uma boa época, foi muito bom estar a jogar no campeonato nacional de juniores, sendo de 1º ano. A nível colectivo, acho que fizemos uma boa época, apesar de haver alguns jogos em que teoricamente éramos mais fortes e facilitamos, o que levou a que estejamos na posição actual.

- A.S. – Descreve os 3 elementos da equipa técnica.

- M – O treinador principal, pelo menos a mim, ensinou-me coisas novas, como a atitude defensiva, e mesmo ofensiva, coisa que o ano passado não tinha. Acho que é um treinador de trabalho, que gosta de trabalhar fisicamente, mas que também gosta de jogar, de circular a bola. É um bom treinador. Às vezes assusta um bocado, pela maneira como fala connosco, mas deve ser porque já passou pelo futebol sénior e nos está a tentar preparar para isso.

O mister adjunto acho que sabe o que faz e o que quer fazer, mas que algumas vezes não pode mostrar aquilo que quer, talvez por ser somente o treinador adjunto. Às vezes a informação que transmite não é a mesma do treinador principal, o que nos confunde um pouco. Mas sabemos que numa situação dessas temos que obedecer ao treinador principal. De qualquer maneira, apoia-

nos sempre e ajuda-nos a melhorar as coisas que fazemos menos bem, mostrando o porquê de fazer desta ou de outra forma.

O mister Costa, apesar de implicar um bocado connosco, penso que é para o nosso bem, visto que conhece os problemas que vamos encontrar no futebol sénior. Tudo aquilo que diz é para nos tentar ajudar.

- A.S. – O que é que mudavas nos treinos desta época?

- M – Penso que poderíamos ter insistido mais no treino das bolas paradas, no treino da finalização e mesmo no treino táctico de toda a equipa. Talvez assim conseguíssemos ter mais bola nos jogos, jogar mais, recorrendo menos ao pontapé para a frente. Com os jogadores que temos poderíamos ter mais capacidade de ter a bola.

- A.S. – Como avalias o teu trabalho durante esta época? O que mudavas?

- M – Mudava a determinação e confiança com que iniciei a época. Talvez por ser de 1º ano, tive receio em tentar dar tudo aquilo que podia, em assumir o jogo, em colocar em jogo todas as minhas qualidades. Também acho que poderia ter melhorado mais o meu posicionamento e atitude defensiva.

Anexo 5

12.03.2009

Entrevista a Queiroz

(Jogador Sub-19)

- **A.S. – Descreve-nos quem és tu...**

- **Q** – O meu nome é Pedro Miguel Queiroz da Silva e tenho 18 anos. Estou no Leixões desde os Infantis B, vim às captações e fiquei, depois de ter vindo do Lavrense.

- **A.S. – Como enquadras o LSC no panorama nacional de clubes?**

- **Q** – O Leixões como clube de formação penso que é dos melhores do nosso país. Mesmo o trabalho dos séniores este ano está a reflectir esse trabalho de formação que têm tido ao longo destes anos. Já há algum tempo que penso que o Leixões é das melhores equipas, até porque senão não tinha tentado vir para cá, mas espero que consiga usar mais o valor dos jovens que tem conseguido criar no futebol profissional.

No futebol sénior, ainda está um bocadinho aquém do que pode estar, apesar de neste momento ter uma boa classificação na Liga. Com o tempo pode mesmo crescer para o nível dos grandes clubes. Mesmo a nível da formação, há 4 ou 5 clubes em Portugal que têm muito melhores condições que nós, podendo o Leixões evoluir muito ainda nesse aspecto.

- **A.S. – Quais são os teus objectivos e sonhos no futebol?**

- **Q** – Neste momento, posso dizer que é arranjar um clube sénior e conseguir ter alguma estabilidade. É lógico que um clube com alguma dimensão é o sonho de qualquer um... Acima de tudo, o meu sonho passa por ser profissional de futebol, é levar a vida de profissional, depois é óbvio que qualquer um gostaria de chegar a um grande clube europeu. Tenho etapas humildes definidas, em que a primeira seria a de até aos 20 anos conseguir atingir aqui em Portugal ou em Espanha uma 2ª liga B ou 3ª nacional. Neste momento o futebol está a par dos estudos, mas se surgir alguma oportunidade que eu ache que possa trazer sucesso no futuro, atiro-me de cabeça, completamente.

- **A.S. – Como perspectivas o teu futuro no LSC?**

- **Q** – Eu espero que se não surgir boas oportunidades, como em Espanha ou em algum clube em que eu tenha alguns conhecimentos, que me arranjem um clube com trabalho sério, onde possa “recomeçar” a minha carreira. Uma pessoa tem sempre o sonho de ficar no clube de formação, mas temos que ser sérios e pensar que não podemos ficar todos. O Leixões apesar de apostar em alguns jovens, não tem tido uma aposta muito séria, porque nos últimos anos são muito poucos os que ficam no clube.

- **A.S. – Que valor consideras ter para esta equipa? Como te situas no seu seio?**

- **Q** – Eu acho que sou um jogador importante...não tão importante porque não tenho tido os minutos que se calhar deveria para ser importante, mas penso que o sou por ser um bom colega, um bom companheiro no balneário e por ter trabalhado para ajudar a conseguir atingir os objectivos da nossa equipa. Não tenho tido os minutos de jogo que gostaria, mas mesmo assim acho que tenho realizado um trabalho positivo.

- **A.S. – Quais os objectivos competitivos que consideras adequados a esta equipa?**

- **Q** – Eu acho que a nossa equipa tem valor suficiente para lutar pela passagem à próxima fase, penso que mostramos isso durante a época, apesar de nos últimos jogos não termos tido os resultados necessários para conseguir esse feito. Talvez tenha ficado algo debilitada a nível psicológico com um ou outro desaire que afeitou a equipa, principalmente o jogo com o Porto. A partir daí a equipa foi abaixo, não só pelos comentários de dentro e de fora, a própria equipa foi abaixo.

- **A.S. – Como avalias a época desportiva?**

- **Q** – A época tem sido ótima, não em comparação com os resultados do ano passado em que passamos à fase seguinte, mas temos feito pontos, estivemos ainda bastante tempo lá em cima no 1º e 2º lugar, e uma equipa como a nossa... Eu tenho estado ao longo destes anos nesta equipa, e apesar de ter havido muitas alterações, nunca foi uma equipa habituada a ganhar sempre, a trocar a bola, nunca foi uma equipa ganhadora, apesar de ser uma equipa à Leixões, de luta, aguerrida. Acho que esta época lutamos contra isso e temos

conseguido, pois apesar de não estarmos na posição que devíamos, temos feito um belo campeonato.

- **A.S. – Achas que os jogadores de 1º ano têm ajudado nessa “reconstrução” do ADN da equipa?**

- **Q** – O pessoal de 1º ano, neste momento, não conta como 1º ano, contam como normais jogadores da equipa e o valor deles tem sido mais uma ajuda. Se eles não fizessem parte do grupo, seria completamente diferente, não sei se teríamos ganho mais ou menos, mas seria diferente.

- **A.S. – Descreve os 3 elementos da equipa técnica.**

- **Q** – O mister Joaquim penso que tem uma personalidade bem definida, mais impetuoso, mais à “antiga”, mais directo e sério nos seus assuntos. Mostrou ao longo da época que tem os seus conhecimentos tácticos, e penso que tem feito um bom trabalho, mesmo que os últimos resultados não sejam muito positivos. A nível das opções, penso que poderia ter havido outra gestão do plantel, até para fortalecer o grupo em si. Houve jogos em que os jogadores menos utilizados poderiam ter sido lançados para dar alguns minutos. Penso que outro tipo de gestão poderia ter sido benéfico, embora seja muito discutível.

O mister Alexandre tem sido um treinador adjunto eficaz, útil em tudo aquilo que é necessário, como nos aspectos tácticos, ajudando a entender os erros que vamos cometendo. Penso que nos tem ajudado na parte da preparação física e nos outros aspectos técnico-tácticos do jogo. Acho que o balanço é bastante positivo dos 3 treinadores.

O mister Costa, apesar de não ter uma relação tão directa com ele por ser o treinador dos Guarda-Redes, acho que, à sua bela maneira de ser, tem tentado ajudar. Às vezes exagera um bocadinho pela sua maneira de intervir, exalta-se um bocadinho na sua maneira de ensinar, mas nota-se que nos quer ajudar, que nos quer fazer entender.

- **A.S. – O que é que mudavas nos treinos desta época?**

- **Q** – O treino de terça-feira, aquela parte mais física, acho que é compreensível e importante. O treino de quarta-feira, normalmente o treino de conjunto com a equipa B, apesar de ser um treino que eu gosto bastante, acho que nem sempre se deveria fazer. Torna-se um hábito que leva a que os jogadores às vezes não levem o treino muito a sério. O treino de sexta-feira,

que nunca tinha feito nada do género, acho que é importante pela palestra e pelo activar para preparar o jogo do dia seguinte, mas penso que talvez não seja tão importante como os outros. Na minha opinião, apesar da importância da palestra, talvez seja um treino dispensável. Quanto aos exercícios, penso que deveríamos ter uma maior continuidade nos exercícios tácticos durante a época.

- A.S. – Como avalias o teu trabalho durante esta época? O que mudavas?

- Q – No início da época penso que fui rigoroso, prestável, trabalhador. Depois, fui vendo as coisas desmoronar-se, anemicamente fui abaixo e o meu trabalho provavelmente baixou um bocadinho. Também com a entrada na faculdade, tive que faltar a alguns treinos, o que acaba por prejudicar o trabalho contínuo de uma época. Mas penso que por volta do meio da época recuperei e voltei a estar bem, a trabalhar bem, e comecei a ser convocado para os jogos. Pode haver dias menos bons, mas penso que no geral tenho trabalhado bem.

Anexo 6

19.03.2009

Entrevista a Prof. Luís Luís
(Coordenador Técnico)

- A.S. – Que clube é hoje o Leixões? Como o enquadra no panorama nacional de clubes?

- L.L. – O Leixões é uma instituição centenária de grande prestígio no futebol nacional, como indicam os largos anos em que participou na divisão maior do futebol português. Também é um clube eclético, tendo tradições fortes em outras modalidades, como o Voleibol e a Natação. Ao nível do futebol, até pela expressão que muitas vezes é utilizada para referir as equipas Leixonenses, “os Bebés”, essa famosa geração de jogadores do clube, o Leixões é reconhecido a nível nacional como um clube que apresentou sempre atletas de grande qualidade numa formação de grande qualidade. Isto tudo para além de ser um clube emblemático de Matosinhos, que expressa um pouco a alma das gentes daqui da terra, ligadas à vida do mar. É um clube de paixão, especial e único, que quem cá passou dentro percebe e levará sempre consigo.

- A.S. – Qual a sua opinião sobre o estado da formação no futebol em Portugal?

- L.L. – Teoricamente, parece haver o reconhecimento que é necessária uma aposta mais forte no futebol de formação, o que na prática ainda não corresponde à realidade dos clubes. Muitos utilizam o *slogan* de aposta e propaganda à formação, mas são muito poucos os que alicerçam as suas estruturas numa aposta considerável no futebol de formação. De qualquer das formas, existe cada vez mais o reconhecimento da sua importância para os clubes. Muitas vezes, mesmo em termos administrativos, como o exemplo das regras de estrangeiros a jogar na formação, colocam obstáculos para a evolução e desenvolvimento dos nossos jovens. Penso que o Sporting é o único clube em Portugal que assume uma verdadeira aposta na formação. Os outros clubes apostam na formação pontualmente, conforme o produto que a formação lhes oferece. O único que pensa a longo prazo é o Sporting.

- A.S. – E a nível das selecções nacionais? Será que o país está a formar talentos suficientes?

- L.L. – Penso que sim, embora a articulação da formação, da base para o topo, não está a ser feita da melhor forma, até pelos quadros competitivos. Há preocupações em que as selecções tenham as melhores condições, tenham espaço e tempo para poderem evoluir, não sei se haverá maior ou menor preocupação com os resultados, mas os talentos que vão surgindo são essencialmente fruto do trabalho que os clubes fazem. Depois, a articulação de baixo para cima está muito mal estruturada, pois se entendermos que a competição é um momento fundamental para o desenvolvimento dos jovens, verificamos que há intervalos de idades em que não há competição organizada, o país não tem capacidade logística para tal, e os quadros competitivos mais baixos estão completamente desactualizados. Não faz sentido os Iniciados, quem não foi apurado, estar parado 6 meses. O mesmo se passa com os juvenis. Temos que encontrar alternativas, como participar nos campeonatos distritais, mas isso é totalmente descabido. Reajustaram nos juniores e bem, ao menos fazem 30 jogos, mas em baixo não.

- A.S. – Dentro do próprio clube, no *universo* Leixões, como é que é vista a formação do clube?

- L.L. – Eu penso que no universo Leixões, o futebol de formação é um parente bastante acarinhado pela massa associativa. Creio que o próprio clube tem vindo lentamente, lenta e progressivamente a apostar na formação. O leixões também é um caso muito próprio, porque se olharmos para o plantel profissional estão lá 5 atletas da formação do clube, estatisticamente são perto de 25% do plantel. É um clube que também tem tentado rentabilizar a sua formação, mas que nos últimos anos tem estado agarrado a dois condicionalismos: primeiro, os objectivos competitivos, colocar o clube no patamar que é seu por direito; depois a estabilidade, que mesmo perante os problemas que conhecemos, o clube tem vindo a ganhar.

- A.S. – Como explica as baixas taxas de integração dos jovens que finalizam a sua formação nos juniores no plantel profissional?

- L.L. – Isso passa pela perspectiva que os elementos do futebol profissional têm dos jogadores que estão nessa fase de transição. De qualquer forma, eu

também concordo que o final administrativo da formação não corresponde ao momento final da formação do atleta. Assim, vejo de forma positiva a possibilidade dos atletas continuarem a evoluir noutros níveis competitivos. Há uns anos atrás também queria ver os atletas a integrarem de imediato o plantel profissional, hoje se calhar partilho da opinião que é melhor eles competirem nos anos a seguir ao final da formação, do que fazerem parte do plantel, sem se assumirem como elementos preponderantes, o que temos que reconhecer que não é fácil, não só no Leixões.

- A.S. – Quando vemos jogadores com 18 e 19 anos a jogar nos maiores clubes a nível internacional, isso é algo que não se poderá passar no Leixões?

- L.L. – Não é impensável. Existiram algumas experiências no Leixões nos últimos 7/8 anos, em que alguns juniores passaram logo para o plantel profissional. Mas é um facto que não se impuseram. Hoje o clube vê com bons olhos a aposta na continuação da formação dos jovens mais talentosos em outros níveis competitivos, até que estejam prontos para regressar. Este ano não se sucedeu, não quer dizer que para o ano não se suceda.

- A.S. – Considera possível que o Leixões produza algum talento que com o passar dos anos consiga atingir aquele patamar que todos eles sonham, das grandes Ligas Europeias e mesmo da Liga dos Campeões? Mesmo eles sendo emprestados e só entrando no plantel do Leixões alguns anos depois, será possível essa progressão?

- L.L. – Não sei se temos nas nossas equipas atletas com esse talento, não digo que seja inato, mas que normalmente se revela precocemente. Tenho algumas reservas nesta resposta.

- A.S. – Quais as principais diferenças que existem entre o trabalho realizado nos juniores e o trabalho realizado nos séniores?

- L.L. – Sem ter este ano acompanhado os treinos dos séniores, penso que em termos dos principais princípios não há grandes diferenças. Nos meios e estratégias adoptadas penso que também não. Ao nível do treino, dos princípios de jogo, naquilo que é o modelo de jogo dos séniores, nós temos procurado sempre que o nosso modelo de jogo e treino ligado àquilo que é a essência do Leixões: são sempre equipas competitivas, de gestão de bola, de

circulação de bola, equipas ambiciosas, dinâmicas, com boa qualidade de jogo. Apesar de não ter acompanhado, penso que não há grande diferença em termos metodológicos entre o trabalho dos juniores e o trabalho dos séniores. Creio que um júnior, por aquilo que vão vivenciando antes, vai chegar aos séniores e sentir que a intensidade é outra, o que é natural pois está a jogar com jogadores com outra maturação, mas ao nível da organização, da complexidade dos exercícios, não terá problemas.

- A.S. – Qual a ênfase que considera importante que seja dada no trabalho realizado com os juniores? Em que é que eles devem evoluir mais para estarem à altura do futebol sénior?

- L.L. – Ao nível da organização, do conhecimento sobre o jogo, cada vez mais, conhecer o jogo e os comportamentos que deve ter em jogo, de acordo com a imprevisibilidade que é o jogo, mas com alguma previsibilidade que o jogo também tem. Nos aspectos psicológicos e sociais, bastante importantes, a capacidade de integrar uma micro sociedade altamente competitiva, desenvolver qualidades nesse âmbito que lhe permita dar respostas às exigências de uma equipa como o Leixões, que está no patamar mais elevado de rendimento em Portugal, nomeadamente a auto-estima, a auto-confiança, a capacidade de superação, a resistência à frustração, o controlo da ansiedade e a estabilidade emocional. Depois temos alguns aspectos de maturação física, que muitas vezes vêm de atletas que treinaram durante 4 ou 5 anos duas ou três vezes por semana, têm um défice anterior de treino em quantidade e qualidade.

- A.S. – Quais os objectivos competitivos que considera adequados para a equipa de juniores do leixões?

- L.L. – Lutar sempre para que o Leixões esteja nos primeiros lugares, estar sempre nos lugares cimeiros, creio que é esse o nosso lugar, pode acontecer algum ano em que isso não seja possível, mas de acordo com os últimos anos, estar sempre nos lugares da frente, nos “lugares da Europa” deste campeonato. De acordo com a nossa realidade, de acordo com o investimento que é feito nos juniores, de acordo com o que são hoje as dinâmicas dos mercados e ofertas de jogadores juniores aos clubes, de acordo com o que o clube pode oferecer, creio que nós andarmos nos 5 primeiros lugares terá que

ser sempre um objectivo, não um fim, mas um meio que queremos ter para ter atletas de qualidade. Se atingirmos este objectivo, é sinal que temos atletas de qualidade, é importante não esquecer que é o campeonato da elite de atletas sub-19.

- A.S. – Como avalia o quadro competitivo da 1ª divisão do Campeonato Nacional de Juniores?

- L.L. – É o quadro mais competitivo que existe no futebol de formação, onde há mais equilíbrio, onde há competição em quantidade e qualidade para que os jovens possam evoluir correctamente. Fazem 30 jogos e, por aquilo que tenho observado, desde que este modelo de competição começou, é onde estão as melhores equipas do país, aceitando que na 2ª divisão possa haver também algumas boas gerações de jogadores em alguns clubes. Até hoje só vi uma equipa num jogo que achei de nível muito fraco para este campeonato, que foi o Vianense do ano passado, na 1ª volta.

- A.S. – Que nível de jogo espera dos juniores que acabam a sua formação?

- L.L. – Espero atletas de qualidade, com índices de competitividade elevados, atletas capazes de jogar, por aquilo que treinam e fazem ao longo dos anos, em intensidades elevadas, atletas equilibrados no plano emocional, atletas capazes de a curto/meio prazo poderem atingir patamares interessantes no futebol profissional. O Leixões já é um óptimo patamar, mas olhando ao exemplo do Bruno China, na minha opinião, já é capaz de jogar em qualquer um dos 3 grandes clubes portugueses.

- A.S. – Quais as competências que considera importantes para os treinadores dos juniores do Leixões?

- L.L. – Sentido de responsabilidade, conhecimento técnico específico da modalidade, capacidade de liderança, capacidade de gestão de recursos humanos nessa idade e capacidade para desempenhar um papel de educador. Temos um perfil de treinador definido: responsável, dedicado, conhecedor, também investigador, dialogante, ambicioso, etc. A liderança aos 18 anos é diferente de aos 14.

- A.S. – Como situa os treinadores da formação do Leixões a nível nacional?

- **L.L.** – Penso que o Leixões tem técnicos com competências ao nível do melhor que há no panorama nacional. Difícil é trabalhar com a qualidade que trabalhamos, no contexto em que vivemos na nossa formação. No caso particular dos juniores, têm boas condições, é a equipa que tem melhores condições de trabalho no futebol de formação do Leixões. Conhecendo a realidade de alguns clubes, creio que a qualidade do trabalho que os nossos fazem está ao nível do melhor que nós temos no panorama nacional. Os resultados só são possíveis com essa qualidade de intervenção. Há 3 equipas profissionais no futebol de formação em Portugal, que essas têm tudo o que necessitam. Nós, principalmente dos juvenis para baixo, é difícil as equipas terem a tranquilidade e condições de trabalho que necessitam para realizarem um trabalho ainda melhor.

Anexo 7

16.03.2009

Entrevista a Vítor Oliveira
(Director Geral Futebol)

- A.S. – Que importância atribui à formação do Leixões Sport Club?

- V.O. – Atribuímos uma importância fortíssima. Entendemos que uma das saídas, a melhor, a mais rentável, não a mais fácil, mas a que mais dividendos pode dar num futuro próximo, será a exploração da formação. Agora, é evidente que para haver formação é preciso haver jogadores, para haver jogadores é preciso haver condições apelativas a que eles frequentem a formação do Leixões, dado que a oferta é muito grande neste momento. Para haver uma boa formação no Leixões, passa incondicionalmente pela criação de novos campos, com melhores condições, com melhores infra-estruturas, que possibilitem um melhor desenvolvimento das capacidades motoras, das capacidades físicas, das capacidades técnicas dos jogadores, assim como fundamentalmente ser um pólo de atracção para ser importante jogar no Leixões. Neste momento, começa-se tão cedo no futebol de formação, que as condições ainda são importantes, com 7, 8, 9, 10 anos, os pais ainda provavelmente ligarão mais às condições do que os filhos treinam do que propriamente à cor das camisolas e ao prestígio dos clubes. Por isso, a importância é muitíssimo grande, para todos os clubes, para o Leixões que foi um clube que alicerçou sempre as suas equipas no futebol de formação, mas agora também é importante criar condições para que se possa desenvolver um trabalho de acordo com aquilo que é desejável e que possibilite a chegada ao futebol profissional de uma série de jogadores.

Neste momento não existe uma aposta maior porque o Leixões ainda não tem o número suficiente de jogadores que nós entendemos como tendo qualidade para chegar ao futebol profissional. A qualidade muitas vezes nasce da quantidade, se tivéssemos uma maior capacidade de prospecção, uma maior capacidade de escolha, provavelmente escolheríamos e teríamos jogadores com bastante mais qualidade. Neste momento podemos escolher um ou dois em cada ano que finaliza a formação, mas o que seria interessante e seria

desejável seria termos um leque muito mais alargado de escolha para o futebol profissional.

- A.S. – Quais as principais diferenças que considera existir entre o trabalho realizado nos juniores e o trabalho realizado nos séniores?

- V.O. – No plano teórico, o trabalho que é feito nos juniores devia ser uma antecâmara do que se vai fazer no futebol profissional. Efectivamente não é assim, porque no Leixões as condições são altamente deficitárias em termos de infra-estruturas. Também a relação dos horários escolares e os horários desportivos, é uma situação desfasada e que não permite que os jogadores possam treinar com a frequência, regularidade e nos timings que entendemos úteis ao seu desenvolvimento. Penso que estas duas situações provocam um desfasamento grande entre o que acontece no futebol juvenil e o que acontece no futebol profissional. Para além disso, penso que entramos prematuramente no futebol profissional, deveria haver um ano, um campeonato, que proporcionasse uma outra endurance para que a transição não fosse tão notória do futebol júnior para o futebol profissional. Até porque os quadros competitivos dos juniores são notoriamente fracos, e por vezes os jogadores sentem em demasia a passagem para o futebol profissional.

- A.S. – O que procura num jovem jogador dos juniores para que este seja hipótese para integração no futebol sénior do clube?

- V.O. – Fundamentalmente, procuramos um jogador que dê boas respostas a nível físico, a nível técnico, a nível mental e a nível tático. São as quatro vertentes que nos parecem mais importantes. Atendendo ao actual quadro competitivo, um jogador quando chega a sénior não vem com a rodagem, com a competitividade necessária para enfrentar um campeonato de Liga de Honra ou mesmo de 1ª Liga, e por isso mesmo é que a política do Leixões neste momento é que no 1º ano, salvo raras excepções, emprestar esses jogadores a clubes de 3ª divisão onde irão ter o tal ano que pensamos ser extremamente útil que tivesse ainda no futebol juvenil. Se os jogadores mostrarem essas capacidades, poderá ser emprestado e desenvolver essas capacidades de forma a que num futuro próximo possa vir a integrar a equipa profissional.

- A.S. – Considera então que o Campeonato Nacional de Juniores é fraco?

- **V.O.** – O quadro competitivo é fraco, temos 4 ou 5 jogos por época realmente difíceis e de bom nível, que valoriza o jogador e fá-lo crescer, em todos os aspectos relacionados com o jogo. Nos outros jogos somos normalmente tão superiores que o crescimento não é um crescimento acentuado, não feito em bases sólidas. Precisávamos de campeonatos mais competitivos, para que a dificuldade do próprio campeonato nos fizesse crescer.

- **A.S.** – **Como classifica os jovens que atingem o escalão de juniores no Leixões?**

- **V.O.** – O Leixões tem uma base muito alargada, aparecem jogadores de todos os extractos sociais, com habilitações académicas bastante diferenciadas, diria que o Leixões é um clube muito eclético. É um clube com carisma ao nível do futebol de formação, que tem sido reacendido nos últimos anos, e pensamos que é fundamentalmente um clube eclético que abrange digamos que numa forma transversal toda a sociedade de Matosinhos.

- **A.S.** – **Como perspectiva a integração destes jovens no futebol profissional?**

- **V.O.** – Estes jovens têm dois tipos de dificuldades. Primeiro, a falta de competitividade no seu futebol júnior, que não lhe permite uma entrada directa, salvo raras excepções nos grandes talentos, no futebol profissional. Acontece que normalmente terão que ir jogar para uma equipa da 3ª divisão, ou 2ª divisão B, por forma a poderem exteriorizar e melhorar as suas capacidades totais relativas ao desporto que praticam que é o futebol. Essa passagem por um clube diferente do clube mãe, por vezes traz alguns inconvenientes, por vezes os jogadores ficam desfasados de uma realidade e de um apoio que lhes era dado no futebol juvenil e acabam por ser atingidos por uma grande desmotivação, não conseguindo exteriorizar as capacidades que nós lhes reconhecemos. Outro aspecto é o alto custo de um jogador júnior que sobe a sénior, o que impossibilita o clube de apostar num maior número de jogadores. Se alargássemos o leque, com certeza que a possibilidade de êxito de um ou outro jogador seria maior.

- **A.S.** – **Visto o actual plantel sénior ser constituído por alguns jogadores que provêm da formação do Leixões, é de esperar que nos próximos anos haja sempre a entrada de mais jogadores vindos da formação do clube?**

- **V.O.** – Pensamos que poderá eventualmente entrar um ou dois jogadores por ano, jogadores que vão fora, prestam boas provas e que terá todo o cabimento de terem uma oportunidade no seu clube de origem. Voltando atrás, para isso precisamos de criar condições, principalmente infra-estruturas, para que eles se possam desenvolver mais rapidamente.

- **A.S.** – **Em relação ao trabalho nos juniores, qual é que considera que seja a ênfase que tenha que ser dada para que estes jogadores sejam sedutores para o futebol sénior?**

- **V.O.** – Eu penso que nos Juniores, o jogador já estará relativamente formado, começasse tão cedo que quando chegam aos juniores, com 18 ou 19 anos, já têm 9 ou 10 anos de carreira. Se não dominar os princípios do jogo, se não tiver as suas capacidades técnicas físicas e mentais bem desenvolvidas, penso que dificilmente poderá fazer carreira no futebol profissional. Nos Juniores, como antecâmara do futebol profissional, o jogador já terá que dominar tudo o que é inerente a uma carreira profissional. A Liga Intercalar é neste momento um aspecto muito importante, que já lhes possibilita jogar contra jogadores com outra idade, com outra experiencia, com outro traquejo, com outro ritmo de jogo, que os tem ajudado a crescer.

- **A.S.** – **Que nível de jogo espera dos jogadores Juniores?**

- **V.O.** – Estes jogadores que sobem a séniores não me criam grandes expectativas. Não esperamos que cheguem a séniores e que consigam resolver tudo de um momento para o outro. Mas para que estes jogadores tenham um acompanhamento e para poderem ficar ligados ao futebol profissional, temos que ver ainda durante o campeonato de juniores e na liga intercalar, potencialidades para serem desenvolvidas. Se o jogador não tiver potencialidades, não vale a pena fazermos uma aposta em termos futuros. Ao reconhecermos um jogador que tem potencial, que tem capacidade, que é capaz de chegar lá, aí vale a pena apostar, mas o jogador terá que demonstrar quer a nível físico, a nível técnico, a nível tático e mesmo a nível psicológico, que cada vez é mais importante no futebol, que tem capacidades a serem desenvolvidas que podem possibilitar uma boa carreira.

- A.S. – Os resultados desportivos da equipa de juniores, apesar de dizer que o campeonato não é muito competitivo, conta para avaliar estes jovens?

- V.O. – Os resultados são sempre importantes porque ganhar é sempre a coisa melhor que pode acontecer quando se vai competir. Nós competimos para ganhar, não é para perder. Se os resultados forem positivos, é evidente que a auto-estima desses atletas e o seu empenho, será sempre mais elevado do que uma equipa que é permanentemente derrotada. Um jogador que tem capacidade, consegue exteriorizar muito melhor essas capacidades se o seu ego estiver em cima, se sentir que consegue uma correspondência sobre o seu trabalho em relação aos resultados. Quando se consegue essa correspondência, a moral do jogador é outra e exterioriza muito mais facilmente as suas capacidades. Os resultados são importante nesse aspecto.

- A.S. – Quais as competências que considera importantes para os treinadores dos juniores do clube?

- V.O. – Os treinadores da formação, como o próprio nome indica, terão que ser formadores. Se possível, terão que ser pessoas que tenham alguma experiência desportiva, porque é importante transmitir bons valores desportivos desde cedo, tendo sempre presente que qualquer dos 3 resultados possíveis pode acontecer, e temos que saber lidar com estes da mesma forma. É evidente eu gostamos muito mais de ganhar, mas não nos podemos por em bicos e pés quando ganhamos, nem de joelhos quando perdemos. Esta ideia tem que ser transmitida. Terão que ter conhecimentos ao nível físico, técnico, tático e mesmo psicológico, apesar do psicológico seja o mais fácil de acompanhar, através de um especialista. Quanto mais especialistas tivermos na formação, mais rica será a formação desses atletas, mas pelo menos o preparador físico, o treinador dos guarda-redes, o treinador principal e o psicólogo, são importantes em toda a estrutura do futebol de formação. É importantíssimo ser uma referencia, principalmente em algumas idades, para que os miúdos sigam atentamente todos os conselhos que lhe são dados, é preciso liderança, é preciso dominar todos os princípios do jogo, todos os aspectos táticos em relação ao jogo e é preciso conhecer as capacidades dos jogadores para os ajudar a desenvolvê-las. Enfim, há uma série de

características que são importantes, mas, para mim, na formação, o mais importante, é ser um bom formador, não só do atleta mas também do homem.

- A.S. – Considera que pode haver algum tipo de cooperação e trabalho conjunto entre os juniores e séniores?

- V.O. – Pode e deve haver. Infelizmente no futebol português isso não é muito típico, será no Sporting e pouco mais, mas era importante que caminhássemos para esse tipo de situação. Era muito importante uma conjugação de vectores que ligasse todo o futebol, da formação ao futebol profissional, era importante uma comunicação directa do futebol de formação com o futebol profissional, por forma a andarmos todos completamente sintonizados, e fundamentalmente, todos à procura do melhor para o clube. Penso que é extremamente importante, que deve existir, que vamos perseguir quando tivermos condições, principalmente quando tivermos uma localização, que é muito importante. Uma sintonia perpendicular desde as escolinhas até ao futebol profissional.

Anexo 8

16.03.2009

Entrevista a José Mota
(Treinador Principal Futebol Profissional)

- A.S. – Que importância atribui à formação do Leixões Sport Club?

- J.M. – É claro que a importância da formação tem que ser sempre muito grande. Temos que ter uma atenção sobre tudo o que se passa, e nesse aspecto o Director Geral de Futebol do Leixões tem estado sempre atentado a tudo o que se passa, a tudo o que se realiza na formação. O que diz respeito ao treinador principal, é claro que também estou atento a alguns jogadores que têm participado na Liga Intercalar, tem demonstrado todas as suas qualidades, todas as suas competências. Penso que os clubes têm que forçosamente ter na formação uma continuidade para o futebol sénior. Isso é fundamental. Esta época já se conseguiu ter alguns atletas no plantel que fizeram a formação no Leixões, como o China, o Joel, o Fonseca, o Ruben, o Paulo Tavares, até para dar aquela força e mística que é importante no Leixões. É sempre importante que isso se mantenha e com certeza que na próxima época estaremos atentos aos atletas que acabam a formação e mais alguns que estão emprestados a outros clubes, para ver até que podem reúnem as condições para o profissionalismo.

- A.S. – Quais as principais diferenças que considera existir entre o trabalho realizado nos juniores e o trabalho realizado nos séniores?

- J.M. – Para responder a essa pergunta, teria que conhecer o trabalho que se realiza nos juniores, principalmente ao nível do treino, nos aspectos técnicos, tácticos, etc. Não estou por dentro disso, mas conheço alguns miúdos e tenho visto alguns jogos, fundamentalmente da Liga Intercalar, e percebo que têm alguns atletas que têm algumas condições daquelas que são exigidas para que se dê continuidade à aposta neles. Se demonstram algumas dessas capacidades, é porque o trabalho tem sido valioso ao nível da formação, e nomeadamente nos Juniores.

- A.S. – De uma forma geral, que proximidade entende que deve haver entre o trabalho realizado nos juniores e o trabalho realizado nos séniores?

- J.M. – Deveria ser mais próximo, mas não é muito fácil. Primeiro tem que haver boas condições para que os jogadores possam render mais, para que os treinadores possam exigir mais dos jogadores, o que não é de forma alguma a realidade do Leixões. De qualquer forma, o Leixões tem tradições no futebol jovem, e se chegam alguns jogadores ao plantel sénior, é sinal que existe matéria, que existe qualidade humana. É fundamental que haja comunicação entre os responsáveis dos juniores e o gabinete sénior, o que tem existido este ano na selecção e avaliação dos jovens dos juniores.

- A.S. – O que procura num jovem jogador dos juniores para que este seja hipótese para integração no futebol sénior do clube?

- J.M. – São características muito próprias. Primeiro tem que se perceber que para se singrar no futebol profissional tem que se ter uma força mental elevada. Depois, sem ambição não se faz absolutamente nada. A humildade é outra característica importante. E claro, é fundamental ter condições em termos técnico e tácticos.

- A.S. – Daquilo que tem visto, como classifica os jovens que atingem o escalão de juniores no Leixões?

- J.M. – Eu estava num clube onde estive vários anos, e vi vários jovens ao longo dos anos a saírem das camadas jovens e a atingirem patamares elevados, como o Cadu e o Mário Jorge. No entanto, sei que a escola do Leixões é bem mais forte que a do Paços de Ferreira. O que temos a fazer é olhar um pouco para os jovens e dar-lhes aquela oportunidade, o que pode passar por emprestá-los e acompanhar a evolução deles. Fazer o que se fez por exemplo com o Paulo Tavares. É preciso calma e serenidade para que no momento certo eles estejam preparados. Têm que ser apostas, mas quando sentimos que eles estão em condições de responder positivamente aos desafios, para serem mais-valia.

- A.S. – Como perspectiva a integração destes jovens no futebol profissional?

- **J.M.** – Poderá existir um ou outro caso que possa ser diferente, mas penso que mesmo nesses casos o importante é que eles joguem, para poderem superar a transição entre a formação e o futebol sénior que por vezes é dramática. O mais importante para estes jogadores é jogarem, é continuarem a sua evolução. Acho uma injustiça muito grande os juniores terminarem a formação com 18 ou 19 anos. Devia continuar pelo menos até aos 21. O que se passa é que não são aproveitados muitos dos jogadores porque, quer se queira quer não, o crescimento conta muito, estes jogadores ainda não estão amadurecidos. Aos 19 anos não podem acabar a sua formação e sair para um futebol completamente diferente, em que não há tempo para ajudar estes jovens a atingir a exigência necessária. Se continuasse até aos 21 anos, os campeonatos iam sendo cada vez mais competitivos e para o treinador do plantel profissional seria bem mais fácil ir buscar um desses jogadores do que é agora, porque via as qualidades já próximas do nível competitivo dos séniores. Aos 18 ou 19, só se for um superdotado é está em condições de chegar ao futebol sénior e integrar-se. Até porque muitas vezes o que acontece é que existem jogadores nos juniores que são bons em termos técnicos, mas muitas vezes não são esses que conseguem vingar nos séniores, são os que têm uma mentalidade mais forte, são aqueles que trabalham com intenções de, são aqueles que conseguem ter uma capacidade de sofrimento maior, são aqueles que conseguem ser mais humildes, o que faz que muitas vezes os mais talentosos sejam preteridos. Se houvesse esse prolongamento da formação, talvez esses jogadores talentosos desenvolvessem outras capacidades que lhes permitissem ter sucesso.

- **A.S.** – **Em relação ao trabalho nos juniores, qual é que considera que seja a ênfase que tenha que ser dada para que estes jogadores sejam sedutores para o futebol sénior?**

- **J.M.** – Há uma diferença muito grande, e tem que haver, entre o trabalho de um júnior e o trabalho de um sénior. Se eu integrar 2 atletas dos juniores no plantel sénior, quem está na bancada percebe perfeitamente quem são os dois atletas juniores. Porquê? Não só por causa da sua morfologia, mas pela forma como trata a bola, pela forma como age, tudo isso. Tenho a certeza absoluta que se fizéssemos o tal campeonato sub-21, se integrássemos um dois

jogadores dessa equipa já não seria assim. Esses já teriam uma aproximação real ao nível do trabalho e ao nível do valor.

- A.S. – Que nível de jogo espera dos jogadores Juniores que passam a Sêniores?

- J.M. – Não espero nada...eu espero é ver uma evolução. O mais importante é não estagnar a sua evolução. Voltamos àquela questão, quando os jogadores nos juniores são muito evoluídos tecnicamente, mas quando chegam aos sêniores não gozam dessa liberdade, porque há jogadores muito mais experientes, há jogadores em termos físicos muito mais possantes, o que depois em termos mentais não conseguem contornar tudo isso, e acabamos por perder valores que ainda não estão solidificados. Quando sentem que não são opção, eles desmoralizam e acabam por se perderem.

- A.S. – Os resultados desportivos da equipa de juniores contam para avaliar estes jovens?

- J.M. – Isto faz-me algumas confusões... O Leixões para além de ser um clube formador, tem alguns valores que são interessantes, tem alguns jogadores que fazem também a sua formação ao nível da selecção, e depois acabam por se perderem completamente, por não darem continuidade a nível sénior. É uma situação que me faz confusão. Se realmente são talentos e vão às selecções, nós temos que ter algumas preocupações com esses casos.

- A.S. – O ano passado a equipa de Juniores conseguiu qualificar-se para a 2ª fase do campeonato nacional de juniores. Este ano há fortes probabilidades que isso não aconteça. Isso provoca que olhe de forma diferente para os jogadores destas equipas?

- J.M. – Em primeiro lugar, não tenho nada a ver com a época passada, porque não conhecia e não conheço os jogadores que eram dessa equipa, salvo a excepção do Cacheira. Esta época tenho um conhecimento mais aprofundado sobre o valor destes jogadores, que têm participado na Intercalar, tenho visto todos os jogos da Intercalar, e conheço os jogadores. Se calhar vão ter mais oportunidades estes do que os da época passada, precisamente porque estamos mais atentos. O importante é a atenção que o departamento sénior dá em relação ao futebol juvenil.

- A.S. – Como pensa que deve ser a cooperação entre as equipas técnicas e mesmo as equipas de juniores e séniores?

- J.M. – É importante que haja uma interligação entre o futebol juvenil e o futebol sénior. Mas o mais importante no meio disto tudo é falarmos de futebol. É podermos conversar um bocadinho sempre que houver oportunidade, sem questões de protocolo. Eu não gosto disso. Nós só nos aproximamos se estivermos juntos. Aparecendo. E aí dialogamos.