

U. PORTO



FACULDADE DE DESPORTO
UNIVERSIDADE DO PORTO

Importância da participação dos defesas laterais no processo ofensivo em Futebol. Estudo acerca de percepções, estratégias e práticas de treinadores.

Luís António Teixeira

Porto, 2009

Importância da participação dos defesas laterais no processo ofensivo em Futebol. Estudo acerca de percepções, estratégias e práticas de treinadores.

Monografia realizada no âmbito da disciplina de Seminário do 5º ano da licenciatura em Desporto e Educação Física, na área de Alto Rendimento – Futebol, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

Trabalho Realizado por: Luís António Teixeira

Trabalho Orientado por: Professor Doutor Júlio Manuel Garganta Silva

Porto, 2009

Provas de Licenciatura

Teixeira, L. (2009). Importância da participação dos defesas laterais no processo ofensivo em Futebol. Estudo acerca de percepções, estratégias e práticas de treinadores. Monografia apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Palavras-chave: **Futebol; Processo ofensivo; Defesas laterais; Modelo de jogo; Exercícios específicos.**

Dedicatória

A ti Avô...por tudo...por tudo o que foste, por tudo o que me deste, por teres
sido o melhor pai do mundo, estejas onde estiveres
obrigado!!!

Agradecimentos

Ao professor Júlio Garganta, pela sua orientação neste trabalho. Apesar das dificuldades agendais com que se deparou, mostrou-se sempre disponível, contribuindo com orientações, conselhos e reflexões vitais para este trabalho. Obrigado pelos ensinamentos.

Ao professor Vítor Frade, pela paixão com que vive e ensina este jogo. Obrigado por me ajudar a retirar as “palas” que me cercavam e a tirar as “amarras” que me prendiam. Obrigado por algo transcendental que provocou em mim, não sei o que foi, mas sei que sinto.

Aos treinadores entrevistados: Paulo Sérgio, Nelo Vingada, Rui Quinta, Micael Sequeira, pelo contributo e enriquecimento deste trabalho. Obrigado pela disponibilidade e humildade com que me receberam.

Ao Mister Simões e à Fami, pela paciência, pelos ensinamentos, pelos momentos especiais nesta vida partilhados. Obrigado pelas “vossas diferentes lideranças” que muito me ensinaram e muito me guiarão no futuro profissional.

À Cristina, à Sílvia e à Lígia...às “minhas meninas”, pela forma como me receberam e me viram crescer. Obrigado pela amizade, compreensão e ajuda. São as melhores patroas e colegas de trabalho que alguém pode ter.

Ao Américo, ao Armando, ao Costa, ao Kiko, ao João, ao João Carlos, ao meu Primo, ao Nelson, ao Nuno, e ao Sequeira...a vocês “Lobitos”, por todos os momentos únicos e inesquecíveis. Pela partilha e pela amizade ao longo da vida, o desejo que os laços nunca se quebrem.

À Ângela e ao Tiago, por este ano fantástico de trabalho, amizade e partilha. Pelos momentos vividos, pela alegria constante e pela superação nas adversidades. Foram os melhores amigos, num ano tão marcante.

À “Mantarota”, pelos grandes momentos que passamos. Pela amizade e pela alegria contagiante que me ajudou sempre a superar os momentos de maior tensão.

Ao Zé e ao Jony, pela experiência incrível que vivemos. Pela amizade e pelos momentos marcantes nestes anos académicos.

À minha Avó, pelo carinho, pelo conforto e companhia, pela calma que me conforta e alegra.

A ti Mãe, pelo amor que sentes, vives e transmites. Obrigado pela pessoa que me transformas-te.

A ti Cátia, e porque só nós sabemos, por tudo...

Índice

Dedicatória	V
Agradecimentos	VII
Índice.....	IX
Resumo.....	XI
Abstract.....	XIII
1.Introdução	1
2.Revisão Bibliográfica.....	3
2.1 Futebol: um jogo tático.....	3
2.2 As duas fases do jogo de Futebol: Defesa e Ataque	5
2.2.1 Processo Ofensivo.....	6
2.2.2 Defesas Laterais	8
2.3 Modelo de Jogo – um referencial para a concepção	13
2.4 Exercícios – buscando a especificidade	17
2.4.1 A Estrutura do Exercício de Treino	19
3.Metodologia.....	21
3.1Caracterização da Amostra	21
3.2. Condições de aplicação de recolha de informação/recolha dos dados .	21
3.3 Análise e interpretação das entrevistas	22
4. Análise e discussão do conteúdo das entrevistas	“Quanto mais
conhecimento tiveres mais valor lhe darás”	23
4.1 A importância dos defesas laterais no processo ofensivo.	23
4.2 Defesa lateral...Que características?	25
4.3Lateral no processo ofensivo...como construtor, como criador, ou como finalizador?	29

4.4Preocupações defensivas no processo ofensivo.....	31
4.5Desenvolver a dinâmica através de exercícios específicos.....	33
5.Conclusões.....	37
6.Sugestões para futuros trabalhos.....	39
7. Referências Bibliográficas.....	41
8. Anexos	I

Resumo

Os defesas laterais tem sido ao longo dos anos, e no decorrer da evolução do jogo de Futebol, jogadores importantes no processo ofensivo das equipas. A emergência deste tipo de jogador, com o intuito de provocar desequilíbrios na estrutura defensiva adversária, parece ser uma preocupação para todos os que querem ver aumentada a eficácia do processo ofensivo.

No presente trabalho procura-se perceber de que forma o defesa lateral é percebido como um jogador importante na fase ofensiva, bem como entender as estratégias usadas pelos treinadores para o desenvolvimento de tal função. Neste sentido visa-se ainda examinar a importância que os treinadores atribuem à influência dos defesas laterais no processo ofensivo; descrever as principais características que os treinadores reconhecem a este tipo de jogador; perceber de que forma é assegurado o equilíbrio defensivo aquando da participação do defesa lateral na fase ofensiva; registar de que modo as perspectivas dos treinadores são congruentes com os exercícios de treino propostos.

Para o efeito realizou-se uma pesquisa bibliográfica e documental, aliada à realização de entrevistas com treinadores da I e II ligas portuguesas: Paulo Sérgio (Paços de Ferreira), Nelo Vingada (Vitória Sport Clube), Rui Quinta (Gil Vicente) e Micael Sequeira (Desportivo das Aves).

Do cruzamento do conteúdo das entrevistas com a informação proveniente da revisão bibliográfica, foi possível concluir que: o defesa lateral se assume como um elemento com importância no processo ofensivo das equipas; o saber defender, o *timing* de subida, o conhecimento tático do jogo da sua equipa e o cruzamento, se afiguram características importantes num defesa lateral; considerando as sub-fases do processo ofensivo, o defesa lateral parece assumir maior importância na construção das acções ofensivas e na criação das situações de finalização; a junção do lateral, do lado oposto àquele que participa no processo ofensivo, aos centrais da sua equipa, evidenciou-se como a acção mais escolhida para garantir o equilíbrio defensivo da equipa; no sentido de desenvolver a dinâmica ofensiva do defesa lateral, a vantagem numérica (2x1 nos corredores laterais), revela-se como a situação mais utilizada pelos treinadores entrevistados no treino.

Palavras-chave: Futebol; Processo ofensivo; Defesas laterais; Modelo de jogo; Exercícios específicos.

Abstract

Along the years, lateral defenses have been important players in the offensive process of the teams and in the progress of the Soccer game. The rising of this type of player with the intention of causing imbalance in the opponents' defensive structure seems to be a preoccupation to all of those who want to see the efficiency of the offensive process increased.

In this work we seek to understand the way how the lateral defense is seen as an important player in the offensive stage, as well as to comprehend the strategies used by coaches to the development of such function. For this matter, we intend to examine the importance that coaches give to the influence of lateral defenses in the offensive progress; to describe the main characteristics that coaches recognize in this kind of player; to understand the way how the offensive balance is assured during the participation of the lateral defense in the in the offensive stage; to register how the coaches perspectives are congruent with the proposed training exercises. For this effect there has been done a bibliographic and documental research allied to the making of interviews with coaches of the first and second Portuguese leagues: Paulo Sérgio (Paços de Ferreira), Nelo Vingada (Vitória Sport Clube), Rui Quinta (Gil Vicente) and Micael Sequeira (Desportivo das Aves).

From the crossing information of interviews' contents and the information originated from the bibliographic revision it was possible to conclude that: the lateral defense assumes himself as an important element in the offensive process of the teams; knowing how to defend, the rising timing, the tactical knowledge of the team's game and the crossover, have showed to be important features in a lateral defense player; considering the sub-stages of the offensive process, the lateral defense seems to assume a bigger importance in the construction of offensive actions and in the creation of closing situations; the junction of the lateral from the opposite side of where he participates in the offensive process with the centrals of his team has been evidenced as the most chosen action to guarantee the defensive balance of the team; in a way to develop the lateral offensive dynamic, the out numbering (2x1 in the lateral rows), reveals itself as the most used situation in training by the interviewed coaches.

Key-words: Soccer; offensive process; lateral defenses; game model; specific exercises.

1.Introdução

O Futebol tem-se tornado ao longo dos tempos uma modalidade com índices de eficácia cada vez mais baixos.

São muitos os que falam, desde o espectador aos *media*, da pouca produtividade ofensiva das equipas actuais transformando muitos jogos de Futebol em “espectáculos aborrecidos”.

É comum na actualidade expressões como “Na liga inglesa os jogos são bons porque as equipas querem sempre marcar mais golos”, ou “o Futebol italiano é mesmo defensivo”.

Garganta et al. (1997) referem que os jogadores, treinadores e espectadores adquirem experiências positivas quando o processo ofensivo leva à criação de oportunidades de golo.

Nos últimos anos, o processo ofensivo tem-se constituído uma preocupação para todos os que querem ver aumentada a eficácia deste, com vista ao aumento do número de golos.

Segundo Castelo (1996), é para este objectivo que os jogadores nesta fase orientam as suas intenções e acções, pois só através do processo ofensivo se marcam golos e se vencem jogos, acrescentando ainda que a fase ofensiva contém em si uma acção positiva, ao contrário da defensiva.

Então face a estas preocupações actuais como se tem desenvolvido o processo ofensivo ao longo dos anos? Qual a sua evolução?

“Há um dado incontestável na evolução do Futebol a longo dos tempos...principais vítimas dessa tendência: o fim dos extremos. Consequência: o nascer dos laterais ofensivos.” (Freitas Lobo 2005, Setembro, 24, pag.38).

O defesa lateral poderá então surgir como um elemento importante no desenvolvimento do processo ofensivo?

Apesar das suas missões defensivas, sendo este um defesa, poderá residir nele uma possibilidade com vista ao aumento de eficácia das equipas?

Contudo e a título de exemplo: “Roberto Carlos. Até pode ser um dos melhores jogadores do mundo, mas em termos tácticos defensivos, está muito

longe de ser um dos melhores defesas do Mundo. Vejam jogar o Real Madrid e atestem como aquela faixa raramente está coberta na transição defensiva” (Freitas Lobo 2005: 38).

No presente estudo pretende-se então perceber, de que forma os defesas laterais poderão ser um elemento importante para o desenvolvimento do processo ofensivo.

Este trabalho tem como objectivos:

- Perceber qual a importância para os treinadores, da influência dos defesas laterais no processo ofensivo das equipas;
- Descrever as principais características que os treinadores atribuem aos defesas laterais;
- Registar de que forma, são desenvolvidos os objectivos anteriormente referidos, nos exercícios de treino.

2.Revisão Bibliográfica

2.1 Futebol: um jogo tático

“Nos jogos desportivos colectivos em geral, e no Futebol em particular, a dimensão tática parece condicionar, duma forma importante, a prestação dos jogadores e das equipas.” (Garganta et al., 2002)

O jogo de Futebol é um desporto colectivo que opõe duas equipas formadas por 11 jogadores num espaço claramente definido, numa luta incessante pela conquista da posse da bola com a finalidade (objectivo) de a introduzir o maior número de vezes possível na baliza adversária (marcar golo) e evitar que esta entre na sua própria baliza. (Castelo, 1996).

Segundo Garganta & Pinto (1994), além desta relação de oposição entre equipas em confronto, existe também uma relação de cooperação entre os elementos da mesma equipa, que ocorre num contexto aleatório e volátil que traduz a essência deste jogo. Esta é a razão pela qual estes autores os classificam como jogos de oposição.

O Futebol enquanto fenómeno complexo é uma actividade fértil em acontecimentos cuja frequência, ordem cronológica e complexidade, não podem ser determinadas antecipadamente, exigindo dos jogadores uma permanente atitude tático-estratégica (Garganta, 1994).

Apesar da aparente simplicidade da finalidade do jogo de Futebol (marcar golo, evitar golo) contém já em si um vasto e complexo quadro de variáveis quer do domínio técnico, tático, físico, psicológico e social que se interpenetram e condicionam mutuamente, complica-se ainda mais pela mistura e encruzilhadas de concepções estratégicas pré-estabelecidas e/ou através da aplicação operativa de medidas táticas especiais, fruto das modificações previstas ou não, que ocorrem ao longo da partida (jogo), (Castelo 1996). Isto evidencia que, o Futebol é rico em situações imprevistas às quais o indivíduo que joga tem que responder em cada momento, escondendo na sua aparência simples um fenómeno que assenta numa lógica complexa (Garganta & Gréhaigne, 1999; Garganta & Cunha e Silva, 2000).

Para Pinto (1996) a tática assume na actualidade o papel de principal factor discriminativo do rendimento da equipa, sendo a tática a “cultura organizacional específica”. Esta ideia é reforçada por Garganta e Pinto (1994) indicando que o primeiro problema com que o jogador se depara é de natureza tática.

Castelo (1994) refere que tática não significa somente uma organização em função do espaço de jogo e das missões específicas dos jogadores, mas, em última análise, encerra uma concepção unitária para o desenrolar do jogo, ou seja, um tema geral sobre o qual os jogadores concordam e que lhes permite estabelecer uma linguagem comum, no fundo o modelo de jogo da equipa.

Neste sentido a componente tática deverá ocupar o núcleo central da estrutura do rendimento (Gréhaigne, 1992; Castelo, 1994; Pinto, 1996; Garganta, 1997).

Mombaerts (1991) refere três constrangimentos típicos do jogo de Futebol, sob o ponto de vista tático: i) no plano perceptivo, os jogadores devem perceber e analisar a situação que se lhes depara; ii) no plano decisional, porque tem de optar por uma solução; iii) no plano motor, dado que a resposta é dada através de uma acção motora que resulta dos recursos que dispõe, numa situação de oposição e em crise de tempo e espaço. Nestas circunstâncias cada jogador da equipa adere a uma visão comum estabelecida pelo plano estratégico (antes do jogo) e tático (durante o jogo), compreendendo e executando as suas funções táticas gerais e específicas do lugar que ocupa no seio da equipa e as relações e interrelações que estabelece com os seus companheiros e adversários (Castelo, 1996).

Garganta & Pinto (1994) referem que os bons jogadores são caracterizados pela capacidade de ajustar os seus comportamentos às situações com que se deparam e às que prevêem no decorrer do jogo.

2.2 As duas fases do jogo de Futebol: Defesa e Ataque

Castelo (1994) refere que o jogo evidencia dois processos perfeitamente distintos, que reflectem clara e fundamentalmente diferentes conceitos, objectivos, princípios, atitudes e comportamentos tático-técnicos, sendo determinados pela condição de posse ou não da bola. Para Hughes (1990), o aspecto crucial do jogo é, o facto de se ter ou não a posse da bola. A equipa que tem a posse da bola ataca, quando não tem a posse da bola defende.

Pelas afirmações referidas percebe-se que o elemento material do jogo na mudança das escolhas e objectivos táticos momentâneos de cada equipa é a bola.

Na mesma linha de pensamento Menaut (1983, citado por Castelo 1996, pag.34) diz que esta é, na realidade, como o eixo a partir do qual se pode exprimir um número infinito de relações abstractas, suscitando as relações interpessoais e a luta entre duas equipas, conferindo aos seus sucessivos possuidores responsabilidades específicas.

Teodorescu (1984) refere que o conteúdo técnico e tático do jogo desenvolve-se num quadro antagónico de duas fases fundamentais de ataque e defesa, que se manifesta tanto individualmente (luta entre atacante e defesa), como colectivamente (luta entre o ataque e a defesa).

Para Castelo (1994), as fases ofensiva e defensiva, embora constituindo-se sob uma oposição lógica, são no fundo, o complemento uma da outra, ou seja, cada uma delas está intimamente implicada pela outra.

Contudo Garganta (1997) refere que no decorrer do jogo até conseguir marcar golo ou impedir a sua concretização, os jogadores/equipa devem procurar atingir objectivos intermédios, desenvolvendo acções parcelares, num contexto marcado pela aleatoriedade, pela imprevisibilidade e pelo determinismo que visem alcançar os objectivos de cada fase do jogo, sendo que o êxito de ambas as fases passa por uma coordenação das acções dos jogadores reguladas pelos princípios gerais e específicos (Garganta & Pinto, 1994) ”.

2.2.1 Processo Ofensivo

A fase ofensiva é uma das fases fundamentais do jogo de Futebol (Teodorescu, 1984).

Para Castelo (1996) só o processo ofensivo contém em si uma acção positiva ou, por outras palavras, um fim positivo, pois só através deste o jogo pode ter uma conclusão lógica – o golo. É para este objectivo que os jogadores das duas equipas, quando de posse de bola, direccionam as suas intenções e acções.

Vê-se que o processo ofensivo é aquele que está objectivamente determinado pela equipa que se encontra em posse da bola, com vista à obtenção do golo, o objectivo primordial do jogo.

Contudo Castelo (1996) afirma que esta acepção não impede a existência de em algumas partidas, haver períodos de jogo que ressaltam aos olhos de qualquer observador imparcial, que uma ou as duas equipas em confronto, estando de posse da bola, os jogadores que as constituem não parecem dispostos a realizar qualquer coisa de positivo, isto é, concretizar o objectivo do jogo – o golo.

Queiroz (1983) e Castelo (1994) caracterizam o processo ofensivo em três sub-fases: i) a construção das acções ofensivas, logo após a recuperação da posse da bola, através de circulações, combinações e acções tácticas individuais e colectivas que visam o deslocamento da bola para espaços vitais do terreno de jogo; ii) a criação de situações de finalização, procura assegurar nas zonas predominantes de finalização, as condições óptimas para a execução eficaz das acções técnico-tácticas individuais e colectivas para a finalizar; iii) finalização propriamente dita, a tentativa de concretizar o golo.

As duas fases do jogo embora constituindo-se sob uma oposição lógica, são no fundo, o complemento uma da outra (Castelo, 1994).

Como salienta Guilherme Oliveira (2008), “eu quero ter uma boa posse de bola, uma boa circulação de bola, e para ter uma boa circulação de bola tenho de ter um jogo posicional muito bom. Por isso, os jogadores tem de estar

bem colocados mesmo nos aspectos defensivos, para quando ganharem a posse da bola estarem nos sítios certos para a bola poder circular”.

No seguimento desta ideia Castelo (1996) refere que os jogadores da equipa que não intervirem directamente na fase defensiva, isto é, não participam nas acções que visam a recuperação da posse da bola, devem preparar a acção ofensiva procurando espaços vazios que possam ser utilizados no ataque. Segundo o mesmo autor, com estas movimentações, vão obrigar os adversários directos a preocuparem-se mais com a sua própria baliza e respectivo equilíbrio defensivo, do que no apoio recuado ao portador da bola.

Como se percebe, mesmo estando uma equipa na fase defensiva, não impede a mesma, de possuir preocupações com o processo ofensivo.

O contrário também é evidenciado por Freitas Lobo (2009, Março, 11, pag.43), para quem “o jogo conhece muitos momentos ao longo de 90 minutos, mas existe um que supera todos em matéria de correr riscos: é quando se perde a bola. O local onde isso se sucede e a forma como então a equipa fica posicionada (e reage), é dos momentos taticamente mais decisivos do jogo”.

Tem-se verificado em estudos que as equipas utilizam cada vez mais sistemas de pendor defensivo (Barros, 2002).

No Futebol a relação entre acções de ataque e êxitos quantificáveis é de 50 para 1, o que dificulta obtenção do golo (Garganta & Pinto, 1994). Estas características verificam-se inclusive na diminuição de golos obtidos nos campeonatos do mundo (Garganta, 1997).

Segundo Barros (2002), os sistemas defensivos reduziram os espaços disponíveis para jogar. Com esta evolução dos sistemas defensivos, é fundamental que no ataque se alie a precisão à velocidade de execução como medida para combater as defesas mais agressivas e pressionantes que cada vez o Futebol moderno apresenta (Mendes, 2002).

Mais uma vez reforça-se a ideia de que o Futebol é uma modalidade com baixos índices de concretização onde, já por natureza, existe uma “supremacia de defesa sobre o ataque” (Bauer & Ueberle, 1988; Dufour, 1989), que reforçada pela constante adopção de sistemas e esquemas super-

defensivos, põe em causa a espectacularidade e qualidade do jogo. Desta forma, torna-se imperioso debruçar, cada vez mais, sobre os aspectos relacionados com o processo ofensivo, na tentativa de contrariar essa tendência.

2.2.2 Defesas Laterais

Como se entende em afirmações anteriores, é um facto ao longo dos tempos, a tendência por parte das equipas, pela opção de sistemas de jogo mais defensivos.

Estes têm mudado o rumo do jogo de Futebol e segundo Luhtanen (1993), a necessidade de tornar o processo ofensivo mais objectivo e concretizar, conduzindo à criação de um maior número de oportunidades de golo, tem constituído uma preocupação evidente de todos quantos pretendem ver aumentada a qualidade e espectacularidade do jogo de Futebol.

De acordo com o mesmo autor (1993) no Futebol, a procura de traços e variações comportamentais, individuais e colectivas, foi largamente dirigida para as acções ofensivas. Desta forma, pretende-se detectar os padrões comportamentais conducentes à criação de oportunidades de finalização, bem como, “modelar as situações de treino na procura da optimização competitiva” (Olsen, 1988, citado por Lagoa, 2000).

Deste modo o aumento da efectividade do processo ofensivo, através de criação de situações de finalização e de finalização, contribui para o acréscimo da qualidade e espectacularidade do jogo de Futebol.

O processo ofensivo, na tentativa de aumentar a espectacularidade ao jogo de Futebol, terá de se tornar mais eficaz. Esta ideia visa sobretudo contrariar a tendência defensiva do Futebol actual.

Para Teodorescu (1984) cada elemento do jogo (atacante ou defesa), tenta romper o equilíbrio existente (teoricamente) e criar vantagens que lhes assegurem o sucesso. Neste contexto, seja qual for a posição do jogador dentro da sua equipa este será sempre um potencial atacante ou defesa, quando a sua equipa tem ou não a posse da bola (Hughes, 1990).

Quando Freitas Lobo (2005, Setembro, 24, pag.38) refere que o Futebol ao longo dos tempos foi-se tornando progressivamente mais defensivo, ele acrescenta referindo; “Principais vítimas dessa tendência: o fim dos extremos. Consequência: o nascer dos laterais ofensivos. De repente esses homens que tinham nascido com missões defensivas, descobriram um corredor inteiro: 60 metros para atacar”, acrescentando que “vivemos no tempo dos laterais modernos”

Pode-se então inferir, pelas afirmações anteriores e na linha de pensamento seguida, que o defesa lateral poderá ser um jogador importante na tentativa de aumentar a eficácia do processo ofensivo.

Num estudo realizado por Castelo (1996) o autor indica que, em média os defesas laterais participam em 63% das acções ofensivas da sua equipa, ou seja, em cada 34 segundos de tempo útil de jogo, com um tempo total individual de posse de bola que não ultrapassa os 60 segundos.

Outros exemplos acerca da importância dos defesas laterais no processo ofensivo das equipas, com vista ao aumento da eficácia do mesmo, é dado por Freitas Lobo (2009, 10 Junho, pag.43) “É irónico que Jesualdo o diga no ano em que o seu F.C. Porto cresceu exactamente quando fugiu das amarras do 4x3x3 na sua vertente estrutural mais pura, dando-lhe *nuances* tácticas (movimentação interior de um ala, Rodriguez, subida de um lateral a dar profundidade, Cissokho)”. O mesmo autor (2009, 11 Fevereiro, pag.35) diz que, “Sem conseguir atacar bem pelos flancos a organização defensiva adversária quase não dança, isto é, não abre espaços entre o central e o lateral para permitir a entrada do lateral ou extremo portista sobre a faixa”.

Vieira e Garganta (1996) verificaram que a grande vantagem das equipas vencedoras em campeonatos do mundo, se encontrava associada à frequência de utilização dos corredores laterais e ao índice de variação do corredor. O número de variações do corredor também está associado à eficácia ofensiva (Garganta et al. 2002).

Para Partridge et al. (1993, citados por Gonçalves, 2005) um factor relevante para a finalização é a zona de onde surgiu o último passe. Segundo

os mesmos autores, os cruzamentos foram a principal fonte de golos nos mundiais de 1986 e 1990.

Num estudo relativo à origem do último passe antes da finalização, Silva (1999) refere que a utilização dos corredores laterais, parece estar associada ao alcançar da finalização, pois 64,94% dos últimos passes provem dos corredores laterais, enquanto 35,94% provém do corredor central”.

Segundo Castelo (1996), “As percentagens de intervenção sobre a bola dos defesas laterais, direito e esquerdo durante o processo ofensivo da sua equipa, verifica-se fundamentalmente nos seus corredores de jogo (78%) a que estão destinados”.

Para Marques (2000) os defesas laterais foram os jogadores que mais efectuaram cruzamentos das faixas laterais para a área adversária (36%).

Pedrosa (1994, citado por Marques) diz que dada a elevada concentração de jogadores na zona central surge a necessidade da utilização dos corredores laterais para facilitar (arranjar mais espaços para...a finalização...), o adiamento do defesa lateral, permitirá criar essas situações de superioridade numérica nos corredores laterais, que bem utilizados poderão permitir acções técnico-tácticas de cruzamento.

Este facto poderá indiciar, que estas equipas possuam defesas laterais bastante ofensivos subindo com frequência pelos corredores laterais.

Contudo esta, segundo Freitas Lobo (2009, 10 Junho, pag.43), poderá não ser a principal característica indicadora de um aumento da eficácia do processo ofensivo pois “a capacidade de um jogador desequilibrar a organização defensiva adversária depende muito da imprevisibilidade dos seus movimentos...Penso nisso a propósito dos laterais atacar. Se sobem 2 vezes, surpreendem 2 vezes. Se sobem oito, surpreendem quatro. Se sobem 15,20 vezes, já não surpreendem nunca...Lembrei-me disso sempre que via Bosingwa subir no terreno no último jogo da selecção frente à Albânia”. Um outro exemplo é dado pelo mesmo autor (2008, 31 Dezembro, pag.39), “No Sporting, Abel passou a jogar sobre carris. Quanto mais vezes ataca num jogo, menos vezes surpreende”.

Castelo (1996) enumera alguns comportamentos tático-técnicos que os defesas laterais devem assumir no processo ofensivo: 1) Após recuperação da posse da bola deve de imediato deslocar-se para a linha lateral de forma a abrir uma possibilidade de passe, fundamentalmente quando o seu guarda-redes tiver a posse da bola. 2) Apoia o ataque através da utilização do seu corredor de jogo, saindo de trás desequilibrando e criando situações de superioridade numérica, ou explorando espaços livres. Estes comportamentos devem verificar-se a partir do correcto entendimento com os companheiros dos sectores médio e ofensivo de forma a evitar-se gastos de energia inúteis. 3) Quando necessário devera cumprir missões táticas de médio – ala ou extremo. 4) Evita a execução de passes laterais (especialmente os longos e de trajectória aérea) do seu corredor para o centro do espaço de jogo. 5) Mesmo quando não se encontra no centro da acção deverá estar sempre preparado para intervir sobre a bola. 6) Ao valorizar o momento mais justo deverá aproveitar o seu corredor de jogo para tentar o contra-ataque deslocando-se para a zona das costas dos defesas contrários. 7) Executa acções que estabeleçam equilíbrios defensivos vigiando jogadores e espaços permutando as suas funções com o defesa central. 8) Executa os lançamentos da linha lateral do seu corredor.

Para Freitas Lobo (2005, 24 Setembro, pag.38), um defesa lateral no processo ofensivo deve: iniciar a saída de bola com segurança e precisão no passe, curto ou longo. Subir no terreno, em apoio, indo até ao meio do meio-campo adversário ou, astuto, aproveitar a faixa e subir, desequilibrando em superioridade numérica, procurar triangulações, jogadas de um-dois e cruzar para a área.

Contudo este mesmo autor (2005: 38), refere que “os novos tempos turvam, no entanto, a análise sobre a verdadeira matéria que faz um bom lateral ao ponto de muitos elogiarem as suas qualidades no posto partindo da dinâmica ofensiva que lhe inculcem. Esquecem porém as transições defensivas. São estas as bases de um bom lateral. A face atacante tem duas faces: começa, de facto, por desequilibrar a defesa adversária; mas depois, na transição defensiva se esta não for feita rapidamente – o que sucede muitas

vezes com os laterais ofensivos do presente – tal só acaba por desequilibrar a defesa da própria equipa”.

“Só quando a segurança defensiva e a superioridade numérica na subida estão garantidas é que os defesas laterais encontram o *timing* certo para se inserirem nas manobras ofensivas e, aí sim desequilibrarem as marcações da organização defensiva adversária” Freitas Lobo (2005, 24 Setembro, pag.38).

2.3 Modelo de Jogo – um referencial para a concepção

“ A organização do processo de treino deve partir do referencial: modelo de jogo da equipa constituindo-se como o elemento causal de todos os comportamentos” (Frade, 1990).

Dentro do domínio científico, um modelo é uma representação simplificada sob a forma mais ou menos abstracta (se possível matematizada), de uma ou várias relações que reúne os elementos de um sistema (Castelo, 1996).

Bompa (1999) define modelo como uma imitação, uma simulação da realidade constituída por elementos específicos do fenómeno que se observa ou investiga.

Para Araújo (1987, citado por Faria, 1999), o ensino e o treino dos desportos colectivos tem de desenvolver-se, forçosamente segundo planeamentos e programações temporais estritamente influenciados pelos: modelos de jogo, modelo de preparação e modelo de jogador.

A tarefa mais importante e difícil que se coloca no treino é a de correlacionar a lógica didáctica com a lógica interior do jogo, sendo necessária uma análise sistemática da estrutura do jogo, de forma a definir, clara e inequivocamente a sua lógica interior (Teodorescu, 1984).

Pinto e Garganta (1994) referem a importância da elaboração e adopção de modelos cognitivos (de jogo, de treino) que forneçam representações dos sistemas (jogo, treino, preparação) de forma a exporem as prioridades desses sistemas que realmente interessam conhecer.

Para Garganta (1999), a primeira grande tarefa será definir e situar o alvo em relação ao qual pretendemos dirigir os efeitos a produzir. Isto implica que se defina como se quer jogar e que sejam explicitadas as principais preocupações a que se deve atender na procura da eficácia dos jogadores e da equipa.

A determinação e caracterização do modelo de jogo deverá conduzir à elaboração dum quadro de referências que permita, direccionar numa forma coerente, o processo de preparação do treino (Garganta, 1996).

A aplicação no treino e na competição, do dispositivo posicional dos jogadores no terreno de jogo (sistema de jogo), o método de jogo ofensivo, ou o método de jogo defensivo, a circulação táctica dos jogadores, os esquemas tácticos etc., são da exclusiva responsabilidade do treinador...a escolha por parte deste do modelo de jogo, que em última análise, consubstancia a organização eficaz de uma equipa de Futebol, aplicada pelos jogadores que a constituem. Obedece basicamente a um critério fundamental: a concepção de jogo por parte do treinador que deriva dos seus conhecimentos sobre Futebol (Castelo, 1996).

Na mesma linha de pensamento Garganta (1996) refere que o treinador enquanto principal responsável de todo o processo de treino, deve assumir o protagonismo na construção do modelo de jogo da sua equipa, elaborando os princípios que pretende ver respeitados pelos seus jogadores. Deste modo, o modelo de jogo, decorrendo dos constrangimentos estruturais, funcionais e regulamentares colocados pelo próprio jogo, reflecte do ponto de vista ofensivo e defensivo, um conjunto de comportamentos típicos, regras de acção e de gestão do jogo.

Segundo Teodorescu (1984), no modelo de jogo devem constar acções individuais e colectivas dos jogadores e das equipas integradas com o esforço físico e psíquico característico do jogo.

A identificação, definição e caracterização das fases, componentes e factores de competição irão por si só conceptualizar “um modelo de treino – jogo” o qual deverá conter em si, meios, métodos e formas que proporcionem a apropriação (aprendizagem e aperfeiçoamento) de comportamentos técnico – tácticos sustentados no desenvolvimento das qualidades físicas específicas, dentro dos quadros próximos das situações reais da competição (Ferreira e Queiroz, 1982). Estas constituem ainda segundo os mesmos autores (1982) os factores decisivos no desenvolvimento de uma estrutura “física, técnico – táctica e psicológica”, sendo somente moldada no clima e na resposta aos diversificados sinais que a competição em si encerra.

Para Castelo (1996), a competição representa não só o ponto referencial do modelo, mas também a sua componente mais forte.

O modelo de jogo visa pôr em evidência uma estrutura específica, que reproduza de uma forma o mais integral possível, o sistema de relações individuais e colectivas. Por outras palavras, visa reproduzir estruturas funcionais (associativas) representativas dos factores e da dinâmica dos complexos processos (psicológicos, fisiológicos e motores) passíveis de influenciarem o rendimento (Dietrich, 1978, citado por Castelo, 1996).

Os modelos tácticos – técnicos devem descrever, de uma forma metódica e sistemática, um sistema de relações que se estabelece entre os diferentes elementos de uma dada situação de jogo, definindo de uma forma concisa as tarefas e os comportamentos tácticos – técnicos exigíveis aos jogadores, em função dos seus níveis de aptidão e capacidade (Queiroz, 1986).

Para Vingada (1989, citado por Faria, 1999), todos os jogadores em campo devem conhecer e saber fazer o que se refere às acções defensivas e ofensivas de acordo com as referências numa relação permanente e ajustada entre eles de modo a garantir a eficácia não só individual como colectiva.

Este saber parte de um saber táctico colectivo, ou seja, um conjunto de conhecimentos nos jogadores que permitam que se orientem prioritariamente para certas sequências de acção em detrimento de outras. Isto é, em função da situação de jogo, devem ser utilizados pelo jogador comportamentos adequados que se identifiquem com a linguagem comum do colectivo, evidenciando uma intenção táctica anteriormente estabelecida (Araújo, 1998).

O jogo cresce tanto mais, quanto mais a capacidade individual for capaz de interferir no colectivo, mas sem ser à revelia das regras gerais, preconizadas pelo modelo de jogo (Frade, 1985).

O modelo de jogo é uma aquisição cultural, logo é complexa. “É qualquer coisa que nós aspiramos e que não existe, mas que, todavia, procuramos encontrar, mas que sobretudo não se esgota (extrema sensibilidade às condições iniciais), é algo em «mutação» ” (Frade, 2007)

O modelo de jogo é segundo Oliveira (1991) o guia, é ele que define e orienta como as diversas componentes do jogo devem ser tratadas, exclusivamente constituído por princípios tácticos – técnicos e de táctica

individual, a única forma de conseguirmos chegar à totalidade desses princípios, é criar estratégias onde estes estejam permanentemente presentes.

Segundo o mesmo autor, o treino assume-se como o gerador de todo o processo de rendimento e exige a si próprio que sejam definidos, os objectivos e conteúdos a ministrar com intuito de criar benéficas adaptações à equipa, por um conjunto de exercícios que exigem grande especificidade e situacionalidade.

Assim, o modelo de jogo e os seus princípios, determina os exercícios adoptar, prevendo-se o seu grau de complexidade, dificuldade de execução, exigências a nível da coordenação motora, grau de estimulação provocada e a sua especificidade (Bondarchuck, 1992, citado por Faria, 1999).

2.4 Exercícios – buscando a especificidade

“Cada exercício utilizado deve reproduzir fielmente a necessidade expressa de, parcial ou integralmente reflectir o sistema de relações individuais e colectivas das modalidades respectivas” (Araújo, 1987, citado por Faria, 1999).

É importante questionar se todo e qualquer exercício, consubstancia o melhoramento do rendimento desportivo dos jogadores. O sucesso obtido em treino e em competição, está em relação directa com a eficácia do próprio exercício. Logo, nem todos os exercícios são iguais, isto é, nem todos provocam os mesmos efeitos, nem todos têm a mesma eficácia em função dos objectivos que se pretendem atingir (Castelo, 1996).

Os exercícios são o meio mais importante para a elevação dos rendimentos desportivos. Estes tem de corresponder às metas e tarefas do processo de treino e não devem ser eleitos e aplicados sem ordem (Harre, 1981, citado por Castelo, 1996).

Para Queiroz (1986), ao referir-se à relação entre os exercícios de treino e os seus objectivos, salienta que “...a actividade sistemática a desenvolver pelos praticantes, através dos exercícios, deve responder aos objectivos de todo um processo de causas e efeitos precisos, cujo objectivo é o desenvolvimento multifactorial e harmonioso das capacidades que ocorrem e ou condicionam o rendimento de um praticante e de uma equipa”.

Ozolin (1981, citado por Castelo, 2002) indica que o mais importante no treino é a selecção de exercícios e a execução dos que conduzem, sem falha, ao objectivo desejado.

É inequívoco que o exercício de treino é o meio prioritário e operacional de preparação dos praticantes e das equipas, consubstanciando as adaptações físicas, técnicas, tácticas, psicológicas e sociológicas fundamentais para a concepção de um elevado desempenho quando em confronto directo (Bompa, 1999; Matveiv, 1977; Palfai, 1982; Teodorescu, 1984)

Castelo (1998) refere que os exercícios são sempre baseados e direccionados para a concepção que têm da organização da sua equipa em competição.

O mesmo autor (1996) refere que os exercícios de competição são em tudo semelhantes à essência e natureza da competição, são aqueles que provocam uma adaptação mais complexa e contribuem com especial eficácia para estabelecer a harmonia entre as várias componentes do treino ajustando os factores técnicos, tácticos, físicos e psicológicos de preparação para as situações específicas do jogo de Futebol.

Para Manno (1994), os fenómenos de adaptação que estão na base da elevação do rendimento estão ligados à especificidade do estímulo, que, no treino, é constituído principalmente pelo exercício. Um exercício provoca uma resposta específica em cada indivíduo e num momento específico temporal. Ao examinarmos os efeitos da actividade sobre o corpo humano, constatamos que as exigências físicas – específicas – de exercícios específicos determinam respostas biológicas específicas (Castelo, 2002)

Na mesma linha de pensamento, o mesmo autor (2002) refere que quanto mais o exercício de treino reproduzir parcial ou integralmente a lógica, ou parte dessa lógica (fases) interna da modalidade, maior será o seu grau de identidade, por via de razão, quanto maior for este grau maior será a especificidade do exercício.

No sentido de edificar uma metodologia de treino, o treinador com base nas suas ideias deve colocar e adoptar modelos cognitivos (de treino, de jogo) que têm como principal função fornecer representações de sistemas complexos (jogo, treino, equipa e jogadores), através da enfatização de um conjunto de exercícios fundamentais ao nível da competição e do processo de treino (Araújo, 1998).

Na mesma linha de pensamento, Oliveira (1991) preconiza novas metodologias específicas de treino, onde prevaleçam os exercícios específicos do modelo de jogo adoptado e dispensem os exercícios situacionais que apenas visem responder às ditas necessidades da modalidade colectiva em causa – o Futebol.

A primeira realidade do treinador deve ser, compreender a realidade competitiva, e a partir da competição a que se aspira, encontrar um conjunto de exercícios que traduzam essa realidade e não a desvirtuem (Carvalho, 2000).

Compete assim ao treinador elaborar e seleccionar os exercícios que melhor exponenciem a aquisição dos grandes e pequenos princípios do Modelo de Jogo adoptado (Freitas, 2004).

2.4.1 A Estrutura do Exercício de Treino

De definição de exercício de treino ressalta o facto deste, conter em si, uma estrutura que é função de quatro componentes fundamentais que estão em estreita relação e formam uma unidade indivisível condicionando-se uns aos outros. Neste contexto, podemos afirmar que o exercício de treino depende da qualidade da resposta às seguintes questões: que objectivos se pretendem atingir? Que conteúdos técnicos, táticos, físicos, etc., se pretende aprender ou aperfeiçoar? Que formas de organização dos conteúdos estabelecidos se deve utilizar para alcançar aqueles objectivos? Que nível de performance se deve observar para que o exercício tenha atingido o objectivo pretendido? (Castelo, 2002)

O mesmo autor refere que o conteúdo do exercício de treino contém em si os elementos (factores) decisivos para a execução correcta na qual o êxito da sua aplicação em competição está dependente da sua aprendizagem e da sua eficiência. É incontestável a importância da selecção do conteúdo do exercício de treino na promoção do desenvolvimento do rendimento desportivo dos praticantes.

Segundo Hughes (1990), os critérios mais importantes na organização dos exercícios, para além, naturalmente, da definição dos modelos comportamentais técnicos e táticos, são também a organização do espaço, o número de efectivos no exercício e a especificidade que, no treino, deve caracterizar a aplicação dos critérios anteriores a que chama “prática realista”.

O nível de complexidade de um exercício de treino deriva essencialmente das condições estabelecidas pelo contexto (meio) em que os jogadores irão estar inseridos, que corresponde, por exemplo, à existência ou não de companheiros (cooperação), adversários (oposição), espaço de jogo (reduzido ou não), condicionantes às leis de jogo, condicionalismos em relação

à forma (só pé esquerdo, só pé direito) e ao número de contactos com a bola (Castelo, 1996).

Dois ou mais exercícios de treino cujo conteúdo é idêntico, poderão provocar efeitos – adaptações completamente distintos, pelo simples facto de o arranjo sistemático desse conteúdo consubstanciar uma diferente organização. Nesse sentido, teremos de considerar que os exercícios são essencialmente diferentes, quando diferem no seu conteúdo e/ou na forma de organização quer no plano motor, cognitivo, fisiológico ou psicológico (Castelo, 2002).

Para Castelo (1996), o fundamento metodológico do treino desportivo assenta, na repetição lógica, sistemática e organizada de diversos exercícios que determinam a linha de orientação e a profundidade das adaptações dos jogadores à especificidade do jogo de Futebol, ou seja, à sua lógica interna. Assim o exercício, ou os exercícios são, em última análise, a estrutura de base de todo o processo responsável pela elevação, mantimento e redução do rendimento dos jogadores e das equipas, de forma a aumentar os seus limites de adaptação, com a finalidade de atingir o máximo de rendimento.

3. Metodologia

O presente estudo tem como objectivo, perceber a importância que os defesas laterais assumem na organização ofensivas das equipas.

3.1 Caracterização da Amostra

A amostra do presente estudo teve como principais preocupações responder aos objectivos definidos para o mesmo.

Para este, foram escolhidos vários treinadores, tentando assim uma amostra significativa. Contudo, nem todos os elementos escolhidos se mostraram disponíveis pelos mais diversos motivos.

A amostra do presente estudo é constituída por quatro treinadores de Futebol (I e II ligas), tendo sido autorizada a sua identificação.

I Liga: Nelo Vingada (Vitoria Spot Clube)

Paulo Sérgio (Paços de Ferreira)

II Liga: Micael Sequeira (Desportivo das Aves)

Rui Quinta (Gil Vicente)

3.2. Condições de aplicação de recolha de informação/recolha dos dados

As entrevistas foram realizadas entre os dias 24 de Julho e 5 de Agosto de 2009 nos locais estabelecidos pelos entrevistados. Antes do início de cada entrevista os entrevistados foram informados sobre os objectivos e natureza do presente estudo.

Para a gravação do conteúdo de cada entrevista, foi utilizado um gravador digital com o conhecimento e autorização dos entrevistados. Posteriormente, as entrevistas foram transcritas para o programa Microsoft Word, constando como anexos a este estudo.

3.3 Análise e interpretação das entrevistas

No final das entrevistas surge a necessidade de saber como interpretá-las e tratá-las, para assim poderemos atribuir o seu significado.

Após a leitura de todo o material recolhido nas entrevistas, as respostas de cada treinador foram cruzadas com as informações extraídas da revisão da literatura, permitindo assim, verificar as suas convergências e divergências.

Para responder aos objectivos do presente estudo, optamos por definir um conjunto de categorias, para sua melhor compreensão.

Este processo é denominado por Bardin (2004) como categorização, sendo que segundo a autora torna-se importante fazê-lo considerando um conjunto de factores: a exclusão mútua (um mesmo elemento não pode existir em mais do que uma divisão); a homogeneidade (um mesmo conjunto categorial só pode funcionar com um registo e com uma dimensão de análise); a pertinência (quando este se adapta ao material de análise escolhido); a objectividade e fidelidade (as diferentes partes do mesmo material devem ser codificadas da mesma maneira); e a produtividade (se de um conjunto de categorias provêm resultados férteis).

No nosso estudo entendemos cumprir a maioria dos factores referidos, exceptuando o da exclusão mútua. Este facto advém da necessidade no nosso trabalho, de analisarmos o defesa lateral através das várias componentes de treino e jogo.

Tendo em conta o referido anteriormente, definimos para o caso do nosso estudo as seguintes categorias: a importância do defesa lateral no processo ofensivo; defesa lateral...que características?; Lateral no processo ofensivo...como construtor (de acções ofensivas), como criador (de situações de finalização), ou como finalizador?; Preocupações defensivas no processo ofensivo; Desenvolver a dinâmica através de exercícios específicos.

4. Análise e discussão do conteúdo das entrevistas

“Quanto mais conhecimento tiveres mais valor lhe darás”

Leonardo da Vinci

No presente capítulo serão apresentados e discutidos os resultados obtidos a partir da análise do conteúdo das entrevistas, procedendo-se, sempre que se justificar, ao cruzamento deste com informação decorrente da revisão da literatura.

4.1 A importância dos defesas laterais no processo ofensivo.

Tal como se julga ser possível verificar na revisão efectuada, os defesas laterais tem assumido ao longo dos tempos, e no decorrer da evolução do jogo de futebol, uma maior importância no processo ofensivo das equipas.

Como refere Freitas Lobo (2005, Setembro, 24, pag.38), o Futebol ao longo dos tempos foi-se tornando progressivamente mais defensivo; principais vítimas dessa tendência: o fim dos extremos. Consequência: o nascer dos laterais ofensivos. De repente esses homens que tinham nascido com missões defensivas, descobriram um corredor inteiro: 60 metros para atacar”, acrescentando que “vivemos no tempo dos laterais modernos”.

Esta importância parece ser evidenciada pelos treinadores entrevistados. Para Paulo Sérgio (anexo 1), “a importância é extrema mas...devo dizer que a importância é extrema em qualquer das posições, não é maior num elemento ou numa posição em relação a outra.

Na mesma linha de pensamento Rui Quinta (anexo 4) refere que “a importância é aquela que todos os jogadores da equipa tem quando estamos com a posse da bola e queremos marcar golo, que é o momento da organização ofensiva.”

Segundo Hughes (1990), seja qual for a posição do jogador dentro da sua equipa este será sempre um potencial atacante ou defesa, quando a sua equipa tem ou não a posse da bola.

Para Nelo Vingada (anexo 3), o “plano de organização ofensivo contempla sempre um dos laterais...recuperamos a bola do lado direito,

portanto o meu lateral direito, deve e tem permissão e liberdade para participar no processo ofensivo da equipa”.

Para o mesmo autor, “ no meu modelo de jogo, um dos laterais, e alternadamente, são peças fundamentais que integram o processo de jogo ofensivo da equipa.”

Micael Sequeira (anexo 2) refere que a importância dos defesas laterais no seu processo ofensivo “é total, por vários aspectos. Primeiro para...fundamentalmente para dar largura à equipa e ao mesmo tempo a profundidade procurando desequilibrar, criando espaços de ruptura sempre nas costas do adversário, explorando e potenciando o jogo pelos corredores...a importância dos laterais é máxima, na minha forma de ver o jogo.”

As componentes enunciadas (largura, desequilíbrio e profundidade) evidenciam-se como as mais destacadas num lateral, no processo ofensivo.

Para Freitas Lobo (2009, 10 Junho, pag.43), o F.C. Porto cresceu exactamente quando fugiu das amarras do 4x3x3 na sua vertente estrutural mais pura, dando-lhe *nuances* tácticas (movimentação interior de um ala, Rodriguez, subida de um lateral a dar profundidade, Cissokho).

Paulo Sérgio (anexo 1) indica também que “a grande importância é essa, dar amplitude ao jogo e, numa segunda fase dar também profundidade...são duas coisas importantíssimas no ataque.”

Para Pedrosa (1994, citado por Marques), dada a elevada concentração de jogadores na zona central surge a necessidade da utilização dos corredores laterais para facilitar (arranjar mais espaços para...a finalização...), o adiamento do defesa lateral, permitirá criar essas situações de superioridade numérica nos corredores laterais.

Segundo Nelo Vingada (anexo 3), o lateral possui duas opções, “joga e participa, sendo ele o responsável, digamos, pela ala direita ou esquerda, significa que não temos extremos, é uma opção que existe. A outra é quando há um extremo, aí a dimensão colectiva ganha um bocado mais expressão, tendo um tipo de participação diferente.”

Julga-se ficar aqui evidenciado, a importância que o defesa lateral parece assumir no processo ofensivo.

4.2 Defesa lateral...Que características?

No tópico anterior foram referidas algumas características que um defesa lateral deveria apresentar (segundo os treinadores entrevistados). A capacidade de dar largura e profundidade às suas equipas, bem como capacidade de criar desequilíbrios na estrutura defensiva adversária, foram as mais enunciadas.

Estas características foram apresentadas, quando questionados sobre a importância do lateral no processo ofensivo da equipa.

Introduzindo a questão sobre as características principais de um defesa lateral, entre todas as enumeradas, duas foram unânimes; o passe e o cruzamento (Paulo Sérgio, anexo 1; Micael Sequeira, anexo 2; Nelo Vingada, anexo 3, Rui Quinta, anexo 4).

Considerando o passe como um elemento técnico base de um jogo de Futebol, e a sua qualidade pretendida em todas as posições, o cruzamento parece revelar-se como uma acção técnica particular e importante do defesa lateral.

Atendendo às palavras de Freitas Lobo (2005, 24 Setembro, pag.38), um defesa lateral deve “Subir no terreno, em apoio, indo até ao meio do meio-campo adversário ou, astuto, aproveitar a faixa e subir, desequilibrando em superioridade numérica, procurar triangulações, jogadas de um – dois e cruzar para a área”.

Percebe-se pelas palavras do autor, que o cruzamento se constitui como uma acção preponderante nas acções tácticas do defesa lateral. Esta acção surge como uma dos comportamentos “finais”, deste no processo ofensivo.

De acordo com esta ideia Marques (2000) refere que “os defesas laterais foram os jogadores que mais efectuaram cruzamentos das faixas laterais para a área adversária (36%).”

Percebe-se aqui, através da convergência entre as respostas dos treinadores entrevistados, bem como baseados na revisão efectuada, o facto de o cruzamento se revelar uma acção técnica importante para o defesa lateral.

Esta acção técnica ganha ainda mais relevo quando se atende às palavras de Partridge et al. (1993, citados por Gonçalves, 2005:12) referindo que “os cruzamentos foram a principal fonte de golos nos mundiais de 1986 e 1990.”

Um outro aspecto evidenciado pelos treinadores acerca das características do defesa lateral, prende-se com a sua: “capacidade de decisão”, “ajustamento perante os outros jogadores” e uma “boa leitura de jogo.”

Para Paulo Sérgio (anexo 1), o defesa lateral deve ter como características “mais específicas, uma boa leitura, capacidade de decisão, capacidade de execução”

Micael Sequeira (anexo 2) referindo-se sobre as características de um defesa lateral, entende que este “tem de ser um jogador que tenha um bom sentido posicional, seja bom a jogar por dentro ou por fora, que perceba em função do posicionamento da equipa quando deve estar dentro ou fora.” Na mesma linha de pensamento Rui Quinta (anexo 4) diz-nos que este jogador “tem de desenvolver um conhecimento do jogo que permita ajustar o seu desempenho para aquilo que a equipa necessita que tenha de ser feito.”

Todas as características acima descritas parecem estar resumidas nas palavras de Mombaerts (1991), quando refere três constrangimentos típicos do jogo de Futebol, sob o ponto de vista táctico: i) no plano perceptivo, os jogadores devem perceber e analisar a situação que se lhes depara; ii) no plano decisional, porque tem de optar por uma solução; iii) no plano motor, dado que a resposta é dada através de uma acção motora que resulta dos recursos que dispõe, numa situação de oposição e em crise de tempo e espaço.

Este conhecimento do jogo, no entender dos entrevistados, parece estar sempre inserido naquilo que os treinadores entendem ser a forma de jogar das suas equipas. Atentemos nas palavras de Micael Sequeira (anexo 2), quando refere que “tratando-se de um lateral a qualidade de passe é fundamental, o saber cruzar fundamentalmente para as situações que estão definidas para as

zonas de finalização”. Vê-se aqui que o comportamento do defesa lateral está “condicionado” para aquilo que são as ideias do treinador.

Também Rui Quinta (anexo 4) indica que o defesa lateral tem de “desenvolver um conhecimento específico do nosso jogo e que tenha a capacidade...conhecimentos”.

Para Nelo Vingada (anexo 3), quando refere sobre os seus dois laterais com diferentes características, salienta que “qualquer um deles é compatível no meu modelo de jogo porque digamos, em qualquer situação jogando com extremos ou sem extremos estas duas situações podem acontecer.”

Como parece ter ficado demonstrado, as características do defesa lateral, surgem sempre entendidas e ligadas ao modelo de jogo do treinador.

Esta ideia é elucidada por Garganta (1996), quando refere que o treinador enquanto principal responsável de todo o processo de treino, deve assumir o protagonismo na construção do modelo de jogo da sua equipa, elaborando os princípios que pretende ver respeitados pelos seus jogadores...reflecte do ponto de vista ofensivo e defensivo, um conjunto de comportamentos típicos, regras de acção e de gestão do jogo.

Uma característica que parece revelar-se de extrema importância é indicada por Micael Sequeira (anexo 2): “Timing”.

Este conceito está implícito na afirmação de Freitas Lobo (2009, 10 Junho, pag.43), “a capacidade de um jogador desequilibrar a organização defensiva adversária depende muito da imprevisibilidade dos seus movimentos...Penso nisso a propósito dos laterais atacar. Se sobem 2 vezes, surpreendem 2 vezes. Se sobem oito, surpreendem quatro. Se sobem 15,20 vezes, já não surpreendem nunca.”

Para Micael Sequeira (anexo 2), um defesa lateral terá de ser “fundamentalmente um jogador que tenha um timing correcto de procurar desequilibrar, surpreender o adversário, não aquele lateral que constantemente vai à procura desse desequilíbrio, pelo contrario, menos vezes mas se calhar com mais surpresa por isso acho que em termos ofensivos, essa é uma das características que ele deve ter, não subir constantemente, mas sim subir num

timing correcto, para procurar desequilibrar, e não criar adaptações no adversário, porque depois são fáceis de anular.”

Nas palavras acima referidas, parece ficar evidenciado que, o timing de subida no terreno por parte do defesa lateral surge uma característica importante neste jogador.

As ideias acima defendidas estão, no nosso entender, interligadas com aquela que parece ser, uma característica importante num jogador como o defesa lateral.

“Em primeiro lugar nós estamos a falar de um defesa, e a primeira função de um defesa é saber defender, isto é básico não é?...Só depois de saber defender e perceber muito bem o seu papel...é que ele pode pensar em assumir digamos a complementaridade que nós queremos que ele tenha, no sentido de ele ser mais eficaz também no processo ofensivo.” Rui Quinta (anexo 4).

Também Paulo Sérgio (anexo 1) atenta para este facto referindo que um defesa lateral deve ter uma “capacidade de resistência, velocidade, níveis de agressividade, concentração muito grande, pois no aspecto defensivo tem de a ter.”

Estes dois treinadores referem em primeiro lugar as qualidades defensivas de um defesa lateral, indicando posteriormente as características ofensivas desejáveis.

Parecem oportunas estas referências, pois tal como Freitas Lobo (2005, 24 Setembro, pag.38) refere; “os novos tempos turvam, no entanto, a análise sobre a verdadeira matéria que faz um bom lateral ao ponto de muitos elogiarem as suas qualidades no posto partindo da dinâmica ofensiva que lhe incutem...o que sucede muitas vezes com os laterais ofensivos do presente – tal só acaba por desequilibrar a defesa da própria equipa”. Acrescentando que “só quando a segurança defensiva e a superioridade numérica na subida estão garantidas é que os defesas laterais encontram o *timing* certo para se inserirem nas manobras ofensivas.”

4.3 Lateral no processo ofensivo...como construtor, como criador, ou como finalizador?

Tendo em conta a revisão realizada no início deste trabalho, constatamos que o processo ofensivo é caracterizado por três sub-fases. Estas, segundo Queiroz (1983) e Castelo (1994), são: a construção das acções ofensivas, a criação das situações de finalização e a finalização, sendo este o objectivo último desta fase de jogo.

Esta questão foi a que mais permitiu evidenciar as diferenças entre os treinadores entrevistados. As diferenças prendem-se, no nosso entendimento, com “o modelo de jogo, que em última análise, consubstancia a organização eficaz de uma equipa de Futebol, aplicada pelos jogadores que a constituem. Obedece basicamente a um critério fundamental: a concepção de jogo por parte do treinador que deriva dos seus conhecimentos sobre Futebol (Castelo, 1996).

A concepção de jogo por parte de cada treinador parece ter sido o factor primordial nas diferenças encontradas.

Para Paulo Sérgio (anexo 1), o defesa lateral assume maior importância na “primeira, na construção das acções ofensivas. É o primeiro elemento que estando fechado...tem de dar logo amplitude e começar a dar profundidade também ao jogo. Depois é desse posicionamento que nós podemos partir para o que vem a seguir.” Reforçando esta ideia, este treinador afirma que “a criação de situações de finalização vem no seguimento, a finalização depende...mas a primeira penso que é a fase onde tem importância maior.”

Opinião diferente é registada por Nelo Vingada (anexo 3), onde para si, o defesa lateral assume maior importância “na criação de situações de finalização”. Para este treinador na “finalização raramente os defesas são grandes finalizadores, na fase de construção há os médios...aquilo que eu considero como aquilo que pode marcar a diferença é na construção das situações de finalização, um bom passe, um bom cruzamento faz a diferença para o golo.”

Já Rui Quinta (anexo 4) não atribui diferenças entre a primeira e a segunda fase. Para este treinador “às vezes surgem situações de finalização. Mas fundamentalmente na construção de acções ofensivas e na criação de situações de finalização é onde predominantemente se desenvolve o papel dele, no que diz respeito a este momento que é a organização ofensiva.”

Esta opinião prende-se, segundo Rui Quinta (anexo 4) “na forma como nós promovemos o nosso jogo, nós necessitamos que os nossos laterais tenham essa disponibilidade, sempre que nós desenvolvemos o nosso jogo, ora por um corredor, ora pelo outro, a presença do nosso lateral tem de ser efectiva.”

Como parece ficar entendido nas ideias acima descritas, o modelo de jogo por parte do treinador, surge como um elemento decisivo no comportamento dos jogadores.

Por último, para Micael Sequeira (anexo 2), o defesa lateral assume uma importância “total, isto é, em todas elas ele tem importância, porque não podemos descaracterizar nenhuma, na minha perspectiva.”

Para este treinador, o defesa lateral “Pode ser fundamental em recuperar a posse, pode ser fundamental a criar situações de finalização, por isso acho que a importância dele...não vejo que se possa separar.”

Analisando as respostas dos treinadores entrevistados, surgem bastantes diferenças entre os mesmos. A importância que cada treinador atribui ao defesa lateral em cada fase do processo ofensivo, prende-se no nosso entendimento com, “ A organização do processo de treino deve partir do referencial: modelo de jogo da equipa constituindo-se como o elemento causal de todos os comportamentos” (Frade, 1990).

Uma ideia bastante curiosa nas respostas obtidas, é referenciada por Paulo Sérgio (anexo 1), onde “dá-me vontade de introduzir uma quarta (fase), ainda antes desta primeira, da construção das acções ofensivas, que é a própria forma como se defende...quando é feita correctamente já se está a preparar o ataque...”

Segundo Castelo (1994) as fases, ofensiva e defensiva, embora constituindo-se sob uma oposição lógica, são no fundo, o complemento uma da outra, ou seja, cada uma delas está intimamente implicada pela outra.

Analisando esta ideia na prática Guilherme Oliveira (2008) diz: “eu quero ter uma boa posse de bola, uma boa circulação de bola, e para ter uma boa circulação de bola tenho de ter um jogo posicional muito bom. Por isso, os jogadores tem de estar bem colocados mesmo nos aspectos defensivos, para quando ganharem a posse da bola estarem nos sítios certos para a bola poder circular”.

Parece, após uma breve análise, surgir aqui uma fase prévia (realçada pelos treinadores) à conquista da posse de bola, que se julga ter implicações na qualidade do processo ofensivo.

4.4 Preocupações defensivas no processo ofensivo.

No ponto anterior constata-se a preocupação dos treinadores entrevistados com a preparação do processo ofensivo, mesmo quando a sua equipa não tem a bola. Parece ficar evidente que esta fase adquire bastante relevância quando se pretende qualidade no processo ofensivo.

A questão agora colocada procura perceber se existe inversamente, preocupações defensivas quando uma equipa se encontra no processo ofensivo, isto é, com a posse da bola.

Esta questão tem como objectivo, e não desviando do tema em estudo, perceber se existem preocupações defensivas quando o defesa lateral está presente e “activo” no processo ofensivo.

Tal como indica Freitas Lobo (2005, 24 Setembro, pag.38) referindo-se ao defesa lateral, “a fase atacante tem duas fases: começa, de facto, por desequilibrar a defesa adversária; mas depois, na transição defensiva se esta não for feita rapidamente – o que sucede muitas vezes com os laterais ofensivos do presente – tal só acaba por desequilibrar a defesa da própria equipa”.

Quando questionado sobre estas preocupações defensivas, Micael Sequeira (anexo 2) refere que é “máxima, total. Sempre que a equipa está com posse o lateral tem de ter preocupações defensivas, tem de estar já a pensar no momento de quando se perde a bola.”

Também Nelo Vingada (anexo 3) parece apresentar preocupações com este facto. Este treinador refere que “dois factores que eu vejo quando estou analisar um a equipa e vejo se ela consegue ser minimamente organizada ou não, é quando ganha a posse da bola e como sai como faz a transição para o ataque, e quando perde a bola, que é um momento mais crítico.”

Na mesma linha de pensamento encontra-se Freitas Lobo (2009, Março, 11, pag.43) para quem “o jogo conhece muitos momentos ao longo de 90 minutos, mas existe um que supera todos em matéria de correr riscos: é quando se perde a bola. O local onde isso se sucede e a forma como então a equipas fica posicionada (e reage), é dos momentos taticamente mais decisivos do jogo”.

Por este motivo, Nelo Vingada (anexo 3) refere que “sou muito contundente com a organização defensiva da equipa na fase de ataque...”

Rui Quinta (anexo 4) indica que “...nós atacamos contemplando o momento da perda de bola, nós chamamos o nosso equilíbrio posicional, e a nossa equipa estar equilibrada posicionalmente para poder recuperar a bola imediatamente.”

Parece ficar aqui evidenciado, a existência de preocupações defensivas no momento de posse de bola.

Relativamente à forma como estas preocupações são aplicadas na prática, e remetendo o para o nosso caso de estudo, esta pode ser visto de duas formas.

Para Paulo Sérgio (anexo), “posso fazer de duas formas. Ou meto os dois laterais no ataque, e há um dos médios que garante o equilíbrio defensivo, baixando no meio dos centrais...ou, não havendo esse abaixamento do homem da posição seis para garantir esse equilíbrio, o lateral do lado oposto fecha por dentro, dando liberdade total ao lateral do lado do ataque.”

Se a segunda forma, (o lateral do lado oposto ao ataque fechar), de garantir o equilíbrio defensivo parece ser consensual em todos os elementos da amostra. A primeira referência não foi apresentada pelos mesmos.

Segundo Micael Sequeira (anexo 2), Nelo Vingada (anexo 3) e Rui Quinta (anexo 4), os dois defesas laterais não possuem o mesmo comportamento quando a equipa tem a posse de bola. Se um dos elementos participa claramente no processo ofensivo, o outro garante uma posição de equilíbrio defensivo permanecendo junto aos centrais da sua equipa.

4.5 Desenvolver a dinâmica através de exercícios específicos.

Nos pontos desenvolvidos até agora, a importância e relevância do defesa lateral no processo ofensivo parece ter ficado evidente.

Este poderá ser um jogador importante, para ver aumentada a eficácia do processo ofensivo, combatendo assim o domínio dos sistemas defensivos no Futebol actual.

Sendo um jogador com preocupações predominantemente defensivas porque “nós estamos a falar de um defesa, e a primeira função de um defesa é saber defender...”(Rui Quinta Anexo 4), como se poderá desenvolver a sua dinâmica ofensiva?

Julga-se ser evidente existir um “panóplia” de meios que poderão contribuir para o seu desenvolvimento. Estas ideias poderão ser tantas, quanto o número de treinadores existentes.

Contudo, parece existir uma comum a todos os que trabalham no mundo do Futebol; o treino.

Para Oliveira (1991) “o treino assume-se como o gerador de todo o processo de rendimento e exige a si próprio que sejam definidos, os objectivos e conteúdos a ministrar com intuito de criar benéficas adaptações à equipa, por um conjunto de exercícios que exigem grande especificidade e situacionalidade.”

Ozolin (1981, citado por castelo, 2002:37) refere que o mais importante no treino é a selecção de exercícios e a execução dos que conduzem, sem falha, ao objectivo desejado.

Estas preocupações parecem estar evidenciadas nos treinadores entrevistados. Para Paulo Sérgio (anexo 1) “em qualquer exercício procuramos tirar o jogo, pois só o que está no jogo é o que nos interessa treinar, não treinamos mais nada sem ser o jogo...não perco muito tempo com exercícios descontextualizados...”

Rui Quinta (anexo 4) refere que “procuramos dentro de cada exercício valorizar as diferentes nuances que o jogo nos pode trazer. Esta é sempre a nossa preocupação, olhar para o jogo, olhar para aquilo que ele nos pede e ajudar os jogadores a estarem familiarizados com as situações e terem essa capacidade de poderem superar as dificuldades que nos vai colocar. Este é o plano onde construímos sempre as nossas situações de treino.”

O jogo torna-se assim um elemento primordial na construção dos exercícios de treino. Tendo em conta o referido nos tópicos anteriores, o modelo de jogo que cada treinador possui e desenvolve, torna-se num elemento importante no aumento de eficácia de uma equipa em campo.

Por isso, para Freitas (2004) “compete assim ao treinador elaborar e seleccionar os exercícios que melhor exponenciem a aquisição dos grandes e pequenos princípios do Modelo de Jogo adoptado.”

Se parece ser evidente que todos os treinadores possuem um modelo de jogo único e pessoal, pensa-se de igual modo, que os exercícios usados (apesar de conterem o “jogo”) serão diferentes na sua estrutura.

Tal como refere Paulo Sérgio (anexo 1) “qualquer exercício de treino que nós procuramos construir, inventar, adaptar, ou outros que já foram inventados...agora adaptamos com condicionantes nossas para atingir determinado objectivo...são essas condicionantes que depois te dão o fruto, o produto final, que é o objectivo do exercício.” O mesmo treinador refere que “Para cada objectivo, à que pensar muito nas condicionantes...”

Segundo Castelo (1996), o nível de complexidade de um exercício de treino deriva essencialmente das condições estabelecidas pelo contexto (meio)

em que os jogadores irão estar inseridos, que corresponde, por exemplo, à existência ou não de companheiros (cooperação), adversários (oposição), espaço de jogo (reduzido ou não), condicionantes às leis de jogo.

Estes constrangimentos são, evidenciados pelos treinadores entrevistados.

Para Paulo Sérgio (anexo 1), “no caso concreto do lateral, o que é que nós podemos fazer para condicionar e potenciar...uma situação por exemplo de cruzamento, uma das condicionantes que podemos utilizar, é utilizar situações de 2x1 num corredor, com vantagem para o tal lateral para a equipa que está atacar, e da estrutura da equipa que defende só um jogador poderá entrar nesse corredor, para que haja um maior número de situações de cruzamento possível...se nós queremos provocar que exista drible, já fazemos com igualdade numérica.”

O espaço de jogo, a vantagem espacial e numérica, surgem também como factores para o desenvolvimento do exercício.

Micael Sequeira (anexo 2) indica que utiliza “espaços mais curtos para potenciar os corredores...por exemplo, faço muito um 6x6, com os dois defesas centrais, um médio de construção, um ponta de lança, e os dois laterais noutra corredor de jogo, utilizo para potenciar o cruzamento. Isto com poucos jogadores e pouco espaço.” O mesmo treinador refere que “quando quero potenciar a subida de um lateral em espaços maiores, faço muito um 8x7, em que estou a trabalhar a organização ofensiva da defesa, meio-campo, e ataque (8), e a trabalhar a organização defensiva da defesa e meio-campo (7).”

Para Nelo Vingada (anexo 3), “evidentemente que, normalmente as situações que envolvem os laterais, são situações onde, até a própria zona do campo convida a isso, existe sempre uma vantagem espacial. Portanto, aqui nós as vezes criamos situações onde a vantagem espacial e a vantagem numérica estão presentes. O mesmo treinador acrescenta que “O nosso campo normalmente está dividido em três dividindo os três corredores de jogo. O que fazemos é informar os jogadores que nestas zonas laterais só pode entrar um defesa, para que? Para estimular o ataque, as atitudes de penetração, a

desmarcação. Depende daquilo que tu queres. Claro no início coloco 2x1 para ser mais fácil, ou mesmo 1x0 nessas zonas,

Também Rui Quinta (anexo 4) alega que “numa primeira fase, ao nível da complexidade começamos sem oposição, vamos introduzindo um defensor, vamos aumentando, colocando sempre uma superioridade no ataque. Procuramos facilitar porque estamos a trabalhar a organização ofensiva...”

Para este treinador, o uso de condicionantes está bem explícito num dos seus exercícios. Segundo o mesmo “fazemos muito o jogo dos cantos, onde colocamos (nos cantos da área de jogo) os chamados cruzadores, umas vezes os alas, outras vezes os laterais, onde para promover o cruzamento digo que antes de marcar golo a bola tem de ir obrigatoriamente a um dos cruzadores.”

Pelo exposto, parece ser evidente a presença constante de algumas características, nos exercícios de treino, tendo em conta o desenvolvimento no processo ofensivo do defesa lateral.

A estimulação de alguns comportamentos particulares destes jogadores, como o cruzamento, ou a capacidade de desequilíbrio, através da superioridade numérica (tal como referenciado nos tópicos anteriores), é realizada em situações comuns.

Apesar das diferenças existentes, entre cada treinador, ao nível da complexidade (número de jogadores, espaço de jogo, etc. ...) na elaboração dos exercícios de treino, a estimulação através de situações de 2x1, nos corredores laterais, é a mais desenvolvida e unânime entre os treinadores entrevistados.

As respostas obtidas, julga-se estarem de acordo com a revisão realizada, e segundo Castelo (1996), o fundamento metodológico do treino desportivo assenta, na repetição lógica, sistemática e organizada de diversos exercícios que determinam a linha de orientação e a profundidade das adaptações dos jogadores à especificidade do jogo de Futebol, ou seja, à sua lógica interna. Assim o exercício, ou os exercícios são, em última análise, a estrutura de base de todo o processo responsável pela elevação, mantimento e redução do rendimento dos jogadores e das equipas, de forma a aumentar os seus limites de adaptação, com a finalidade de atingir o máximo de rendimento.

5. Conclusões

Este estudo não procurou fechar um campo. Pelo contrário ele assume-se como um “estímulo” à descoberta e pesquisa de novos problemas sobre o tema, tal como sugerido no próximo capítulo.

Não é intenção deste trabalho generalizar as respostas a todos aqueles que trabalham no Futebol. Tal como constatado ao longo do trabalho, as ideias são tantas consoante o número de treinadores.

Devido, no nosso entender, ao baixo número de elementos da amostra, para um trabalho como este e tendo em conta os objectivos do presente estudo, a análise de resultados, efectuada a partir do cruzamento do conteúdo das entrevistas com a informação proveniente da revisão bibliográfica, podemos retirar as seguintes conclusões:

- Para os treinadores entrevistados, bem como na revisão bibliográfica efectuada, o defesa lateral assume-se como um elemento com importância no processo ofensivo das equipas.
- O saber defender, o timing de subida, o conhecimento táctico do jogo da sua equipa e o cruzamento revelam-se características importantes num defesa lateral na opinião dos treinadores entrevistados e nos dados recolhidos na pesquisa documental.
- O comportamento do defesa lateral em campo, bem como as suas características estão subjugadas ao modelo de jogo do treinador.
- Considerando as sub-fases do processo ofensivo, o defesa lateral parece assumir maior importância na construção das acções ofensivas e na criação das situações de finalização, esta última sendo confirmada pelos dados obtidos na revisão. Esta questão foi no entanto, aquela que mais divergência apresentou entre os elementos da amostra.

- A junção do lateral, do lado oposto àquele que participa no processo ofensivo, aos centrais da sua equipa, evidenciou-se como a acção mais escolhida para garantir o equilíbrio defensivo da equipa. A preocupação dos treinadores em assegurarem este equilíbrio está de acordo com as preocupações apresentadas na revisão.
- No sentido de desenvolver a dinâmica ofensiva do defesa lateral nos exercícios de treino, a vantagem numérica (2x1 nos corredores laterais), revela-se como aquela mais utilizada pelos treinadores entrevistados.

6.Sugestões para futuros trabalhos

A realização de qualquer estudo pretende responder e esclarecer questões levantadas sobre um tema. Mas por muito que possa ser estudado e explorado, o conhecimento sobre esse mesmo tema nunca se esgota.

Contudo, e simultaneamente após a sua leitura, outros problemas e questões poderão ser levantados.

Como não é possível a sua discussão e aprofundamento, deixamos aqui algumas sugestões para futuros estudos:

- Realizar um estudo com todos os treinadores da I e II ligas.
- Verificar nos microciclos das equipas, a ênfase e a importância dada aos defesas laterais, quando os treinadores pretendem desenvolver o seu processo ofensivo.
- Averiguar através da observação, se os objectivos pretendidos são realizados em competição.

7. Referências Bibliográficas

Araújo, A. (1998). *Congruência entre o modelo de jogo e do treinador e o Futebol praticado pela equipa: o contra-ataque. Um estudo de caso em Futebol de alto rendimento.* Dissertação de Mestrado (não publicada). Porto: FCDEF-UP.

Bardin, L. (2004). *Análise do Conteúdo* (3,ª ed.). Lisboa: Edições 70.

Barros, L. (2002). *Estudo descritivo das Sequências Ofensivas Positivas finalizadas pelo Brasil, selecção campeã do Mundo, durante o Campeonato do Mundo Coreia/Japão 2002.* Monografia de Licenciatura. FCDEF-UP.

Bauer, G. & Ueberle, H. (1988). *Fútbol.* Barcelona: Martinez Roca.

Bompa, T. (1999). *Theory and Methodology of Training* (4ª Ed). Kendal/Hunt Publishing Company.

Castelo, J. (1994). *Futebol: modelo técnico-tático do jogo.* Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Castelo, J. (1996). *Futebol – A Organização do Jogo.* Edição de Autor.

Castelo, J. (1998). *Metodologia do treino desportivo.* Lisboa: Edições FMH.

Castelo, J. (2002). *O exercício do treino desportivo.* Cruz Quebrada: Edições FMH.

Carvalho, C. (2000). *As coisas de uma «mecânica silenciada» (mas não silenciosa) ou... A recuperação no Futebol de Rendimento Superior uma desabstração.* Porto. Monografia de Licenciatura apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Carvalho, C. (2002). *No treino de Futebol de rendimento superior. A recuperação é... muitíssimo mais que “recuperar”*. Braga: Edição do autor.

Faria, R. (1999). *Periodização Tática. Uma concepção metodológica que é uma consequência trivial do jogo*. Monografia de Licenciatura. Porto: FCDEF-UP.

Ferreira, J. & Queiroz, C. (1982). Da formação à alta competição. *Futebol em Revista*, 3ª série, nº 11, (pp. 25-30).

Frade, V. (1985). Alta Competição – Que exigências do tipo metodológico? Comunicação apresentada ao Curso de Actualização – Futebol. ISEF – UP.

Frade, V. (1990). *A interacção, invariante estrutural da estrutura do rendimento do Futebol, como objecto de conhecimento científico – Uma proposta de explicitação de causalidade*. Projecto para a prestação de provas de doutoramento. FCDEF-UP. Não publicado.

Frade, V. (2007). Apontamentos das aulas da disciplina de Metodologia I - Opção de Futebol. FADEUP. Não publicado.

Frade, V. (2008). Apontamentos das aulas da disciplina de Metodologia II - Opção de Futebol. FADEUP. Não publicado.

Freitas, S. d. (2004). *A especificidade que está na «Concentração Tática» que está na Especificidade ... no que deve ser uma operacionalização da «Periodização Tática»* (Autor ed.).

Garganta, J. (1994). Para uma teoria dos jogos desportivos colectivos. In A. Graça & J. Oliveira (Eds), *O ensino dos jogos desportivos colectivos* (pp.11- 25). Porto. CEJD/ FCDEF-UP.

Garganta, J. (1996). Modelação da Dimensão Tática do Jogo de Futebol. In J. Oliveira; Fernando Tavares (Eds.), *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos* (63-82). CEJD, FCDEF-UP.

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

Garganta, J. (1999). O desenvolvimento da velocidade nos jogos desportivos colectivos. *Revista Treino Desportivo*, 6, 6 -13.

Garganta, J. (2001). *Futebol e Ciência. Ciência e Futebol.* Revista Digital Educación Física e Deportes - Buenos Aires, 7 (40). [Em linha]: <http://www.efdeportes.com/>.

Garganta, J. (2002). *Competências no ensino e treino de jovens Futebolistas.* Revista Digital Educación Física e Deportes - Buenos Aires, 8 (45). [Em linha]: <http://www.efdeportes.com/>.

Garganta, J. & Pinto, J. (1994). O ensino do Futebol. In Oliveira, J. & Graça, A. (Eds.), *O Ensino dos Jogos Desportivos*, 95-136. Centro de Estudos dos Jogos Desportivos, FCDEF-UP.

Garganta, J. & Gréhaigne, J.-F. (1999). Abordagem sistémica do jogo de Futebol: moda ou necessidade? *Movimento*, 5(10), 40-50.

Garganta, J. & Cunha e Silva, P. (2000). O Jogo de Futebol: Entre o Caos e a Regra. *Revista Horizonte*, 91 (11), 5-8.

Garganta, J. & Marques, A. & Maia, J. (2002). *Modelação táctica do jogo de Futebol. Estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento.* In J. Garganta; A. Suarez & C. Peñas (Eds.), *A Investigação em Futebol. Estudos Ibéricos* (pp.51-66). FCDEF-UP.

Gonçalves, C. (2005). *O processo ofensivo em equipas de Futebol de alto rendimento – estudo comparativo das sequências ofensivas finalizadas em equipas de diferentes campeonatos europeus.* Monografia de licenciatura. Porto: FCDEF

Gréhaigne, J. F. (1992). *L'organisation du jeu en football.* Joinville-le-Pont: Actio.

Guilherme Oliveira, J. (1991). *Especificidade, o "pós-Futebol" do "pré-Futebol". Um factor condicionante do rendimento desportivo.* Porto: J. Guilherme Oliveira. Monografia de Licenciatura apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Guilherme Oliveira, J. (2006). Entrevista. In *Do Pé como Técnica ao Pensamento Técnico dos Pés Dentro da Caixa Preta da Periodização Tática – um estudo de caso.* Monografia de Licenciatura. Porto: FCDEF-UP.

Guilherme Oliveira, J. (2008). Entrevista. In *Desenvolvimento do Jogar Segundo a Periodização Tática:* MCSports

Gomes, M. (2006). *Do Pé como Técnica ao Pensamento Técnico dos Pés Dentro da Caixa Preta da Periodização Tática – um estudo de caso.* Monografia de Licenciatura. Porto: FADEUP.

Gomes, M. (2008). *O Desenvolvimento do Jogar Segundo a Periodização Tática:* MCSports.

Hughes, C. (1990). *The Winning Formula*. London: William Collins Sons & Co Ltd.

Hughes, C. (1994). *The Football Association coaching book of soccer tactics and skills* (4ª Ed.). Harpenden: British Broadcasting Corporation and Queen Anne Press.

Lagoa, M. (2002). *A organização Ofensiva em equipas de elevado nível competitivo: estudo com base na análise das sequências ofensivas*. Monografia de licenciatura. Porto: FCDEF-UP.

Lobo, L. (2005). O planeta do futebol: *A ilusão dos laterais ofensivos...*Jornal Abola, 24 de Setembro, 2005, p.38.

Lobo, L. (2008). O planeta do futebol: *A lanterna e a chaminé...*Jornal Abola, 24 de Dezembro, 2008, p.39.

Lobo, L. (2008). O planeta do futebol: *É tão fácil partir o coração...*Jornal Abola, 31 de Dezembro, 2008, p.39.

Lobo, L. (2009). O planeta do futebol: *A bola como “granada”...*Jornal Abola, 4 de Fevereiro, 2009, p.43.

Lobo, L. (2009). O planeta do futebol: *Sistemas? Não, filosofia! ...*Jornal Abola, 10 de Junho, 2009, p.43.

Luhtanen, P. (1993). A statistical evaluation of offensive actions in Soccer at World Cup level in Italy 1990. In T. Reilly; J. Clarys; A. Stibbe (Eds.), *Science and Football II* (215-220). London: E & FN Spon.

Manno, R. (1994). *Fundamentos del entrenamiento deportivo* (2ª Ed.). Barcelona: Editorial Paidotribo.

Marques, M. (2000). *Caracterização e análise do contributo do cruzamento para a finalização.* Monografia de licenciatura. Porto: FCDEF-UP.

Mendes, A. (2002). *Transições defesa-ataque no futebol: estudo comparativo das características do modelo de jogo adoptado por uma equipa da I liga e a correspondente equipa B.* Monografia de licenciatura. Porto: FCDEF-UP.

Mombaerts, É. (1991). *Football. De l'analyse du jeu à la formation du joueur.* Joinville-le-Pont: Ed. Actio.

Pinto, J. (1996). *A tática no Futebol: abordagem conceptual e implicações na formação.* In J. Oliveira; F. Tavares (Eds.), *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos* (51-62). CEJD, FCDEF-UP.

Queiroz, C. (1983). *Para uma teoria do ensino/treino do futebol.* Futebol em Revista, 4ª série (1), 47-50

Queiroz, C. (1986). *Estrutura e organização dos exercícios de treino em Futebol.* Lisboa: FPF.

Silva, L. (1999). *Caracterização do processo ofensivo em equipas de Futebol de alto nível: análise comparativa entre sequências ofensivas finalizadas e não finalizadas.* Monografia de licenciatura Porto: FCDEF-UP.

Teodorescu, L. (1984). *Problemas de Teoria e Metodologia dos Jogos Desportivos* (José Curado, Trad.). Lisboa: Livros Horizonte.

Vieira, F. & Garganta, J. (1996). *Aspectos quantitativos da utilização dos corredores laterais na estruturação do espaço ofensivo no jogo de Futebol de alto nível.* In Estudos CEJD, Moutinho, C & Pinto, D. (Eds). CEJD (63). FCDEF-UP.

8. Anexos

Anexos (Corpo da Entrevista)

1 – Qual a importância que os defesas laterais assumem na organização ofensiva da sua equipa?

2 – Quais são as características principais que um defesa lateral deve possuir?

3 – Tendo em conta a divisão da fase ofensiva em três sub-fases (construção das acções ofensivas, criação de situações de finalização e finalização), em qual delas os defesas laterais assumem maior importância? De que forma?

4– Quando a sua equipa se encontra em organização ofensiva e, estando presentes nesta fase de jogo os defesas laterais, tem algumas preocupações defensivas no respectivo posicionamento?

5 – Na construção de exercícios de treino que incluam os defesas laterais, e em que o principal objectivo seja desenvolver a organização ofensiva, quais as principais características que as situações propostas devem possuir, em relação a regras, condicionantes às leis de jogo, dimensões e espaço de jogo?

Anexo 1

Entrevista realizada ao Mister Paulo Sérgio (Treinador Principal do Futebol Clube Paços de Ferreira – I liga) Estádio da Mata Real, 24 de Julho de 2009

Luís Teixeira (LT): Qual a importância que os defesas laterais assumem na organização ofensiva da sua equipa?

Paulo Sérgio: A importância é extrema, mas...devo dizer que a importância é extrema em qualquer uma das posições, não é maior dum elemento ou duma posição em relação a outra. Há um posicionamento que nós pretendemos adquirir para poder atacar bem, e cada um tem a sua missão. O lateral tal como qualquer uma das outras, tem uma função de extrema importância...no caso concreto do lateral do corredor do lado do ataque tem a grande importância de dar uma maior amplitude possível ao jogo, isto é, o do lado do ataque. O do lado contrário do ataque já deverá, após a decisão do corredor que estamos a atacar, poderá iniciar o processo de fechar para garantir equilíbrio defensivo, ou não, atacando os dois baixando o homem da posição seis, para garantir esse equilíbrio, dando liberdade aos dois laterais. Por exemplo o que nós fizemos ontem...e daí não sendo um treinador que me amarro muito aos sistemas, porque num jogo posso adoptar um tipo de equilíbrio, e noutro adoptar outro.

Mas a grande importância é essa, dar amplitude ao jogo e, numa segunda fase dar também profundidade...são duas coisas importantíssimas no ataque.

LT: Quais são as características principais que um defesa lateral deve possuir?

Paulo Sérgio: o defesa lateral em termos de qualidades físicas tem de ser um elemento com uma grande capacidade de resistência, velocidade, níveis de agressividade, concentração muito grande, pois no aspecto defensivo tem de a ter, são normalmente os jogadores que ter uma capacidade física, uma

resistência fantástica, como nós costumamos dizer na gíria “um grande pulmão”, porque de facto a missão é muito exigente para quem a consegue desempenhar satisfatoriamente...penso que estas são características fundamentais...bem como, mais específicas, uma boa leitura, capacidade de decisão, capacidade de execução...isto é expansivo a todos os outros...no posto específico...

LT: e ao nível das acções técnicas?

Paulo Sérgio: o passe e o cruzamento, a recepção, são coisas fundamentais.

LT: Tendo em conta a divisão da fase ofensiva em três sub-fases (construção das acções ofensivas, criação de situações de finalização e finalização), em qual delas os defesas laterais assumem maior importância? De que forma?

Paulo Sérgio: eu aqui dá-me vontade de introduzir uma quarta, ainda antes desta primeira, da construção das acções ofensivas, que é a própria forma como se defende...quando é feita correctamente já se está a preparar o ataque, o posicionamento adquirido correctamente, eu posso...

LT: o chamado defender para atacar?

Paulo Sérgio: exactamente, defender para atacar...é um posicionamento coerente que permita de imediato, adquirir um bom posicionamento ofensivo, quase que é uma pré-fase, chamemos-lhe assim, na minha opinião claro.

Dentro das que enunciaste, e dizer aquela que o lateral se torna mais importante, penso que é na primeira, na construção das acções ofensivas. É o primeiro elemento que...estando fechado, é o primeiro elemento que tem de dar logo amplitude e começar a dar profundidade também ao jogo. Depois é desse posicionamento que nós podemos partir para o que vem a seguir. Penso que na primeira fase, ele tem uma preponderância maior, se assim podemos

dizer, porque a criação das situações de finalização vem no seguimento, a finalização depende...mas a primeira penso que é a fase onde tem uma importância maior. O posicionamento que ele adquire na fase de construção, é permitir que os outros tenham os espaços interiores, em que não haja sobreposição de funções, pois se ele está fechado está a limitar linhas de passe, e por isso penso que a primeira fase é de grande importância.

LT: o lateral na sua equipa, é o jogador que mais cruzamentos realiza?

Paulo Sérgio: muito provavelmente, tenho ideia que sim...sem dúvida que o lateral na minha equipa cruza mais até porque não jogo com extremos demasiadamente abertos...eu considero que...quando estamos a jogar em 4x3x3, se tu jogares com o extremo encostado à linha vai dar uma amplitude muito grande. Ele quando recebe marcado vai estar condicionado, pois só tem um lado para ir, porque do outro tem a linha lateral onde não pode jogar. Isto na minha opinião dá uma garantia a quem o defende...pois só se preocupa com um dos lados. Ao contrário se ele tiver dentro uns metros, onde os gosto de ver, o defesa vai ter mais preocupações em o defender, vai ter mais espaços com que se preocupar...logo qualquer simulação o vai tirar do caminho da bola.

Eu posso-te dizer isto sem problema, estou à vontade, dentro daquilo que é o nosso trabalho padronizado...eu só quero sair com a bola no corredor, não quero sair com ela no meio...no meio é para circula-la quando necessário, não para construir ataque, é no corredor que eu saio. Sai-se com um lateral ou com um central, então nós temos padronizado, uns quantos movimentos em que, a bola no pé do lateral obriga a um conjunto de movimentos, a bola no pé do central obriga a outros, e daí que...para criar essa variabilidade, eu não os quero (extremos) lá encostados, porque já limita algumas possibilidades. Então vou trazer-los para dentro para dificultar quem defende.

LT: Quando a sua equipa se encontra em organização ofensiva e, estando presentes nesta fase de jogo os defesas laterais, tem algumas preocupações defensivas no respectivo posicionamento?

Paulo Sérgio: tal como falamos no início, posso fazer de duas formas. Ou meto os dois laterais no ataque, e há um dos médios que garante o equilíbrio defensivo, baixando no meio dos centrais...ou, não havendo esse abaixamento do homem da posição seis para garantir esse equilíbrio, o lateral do lado oposto fecha por dentro, dando liberdade total ao lateral do lado do ataque.

LT: Na construção de exercícios de treino que incluam os defesas laterais, e em que o principal objectivo seja desenvolver a organização ofensiva, quais as principais características que as situações propostas devem possuir, em relação a regras, condicionantes às leis de jogo, dimensões e espaço de jogo?

Paulo Sérgio: qualquer exercício de treino que nós procuramos construir, inventar, adaptar, ou outros que já foram inventados mas que agora adaptamos com condicionantes nossas para atingir determinado objectivo, porque são essas condicionantes que depois te dão o fruto, o produto final, que é o objectivo do exercício. Nós em qualquer exercício procuramos tirar o jogo, pois só o que está no jogo é o que nos interessa treinar, não treinamos mais nada sem ser o jogo...não perco muito tempo com exercícios descontextualizados, exercícios de posse de bola pela posse. Acho que qualquer exercício tem que ter direcção, tem de ter um objectivo, e muitas das vezes...um exercício que muita gente faz, ter posse de bola sem direcção ou...o que interessa é ter a bola, não é um exercício que me interesse muito. Eu não me preocupo em ter a bola muito tempo...o jogo tem de ter direcção, e esta direcção é a baliza adversária, mesmo quando se quer gerir a posse de bola...por exemplo, ontem após o golo, quis ter a bola, mas temos de ter a bola com um objectivo. Se temos muito tempo a bola apenas circulando sem avançar no terreno, estamos a chamar a pressão para cima de nós, e às vezes provocamos a que o

adversário nos venha pressionar e que vá dar um erro que nos prejudique. Portanto o exercício tem que ter sempre objectivo e direcção, e a direcção é a baliza adversária...no caso concreto do lateral, o que é que nos podemos fazer para condicionar e potenciar esse tipo de situações...nós muitas das vezes queremos potenciar uma situação por exemplo de cruzamento, uma das condicionantes que podemos utilizar, é utilizar situações de 2x1 num corredor, com vantagem para o tal lateral para a equipa que está atacar, e da estrutura da equipa que defende só um jogador poderá entrar nesse corredor, para que haja um maior número de situações de cruzamento possível...se nós queremos provocar que exista drible, já fazemos com igualdade numérica...se nós queremos obrigar que ele chegue na máxima profundidade com uma situação de cruzamento, ou de remate, diminuimos o numero de toques, jogamos a um ou dois toques, o que obriga ao passa e desmarca, isto é a progredir no terreno de jogo.

Para cada objectivo à que pensar muito das condicionantes...são estas condicionantes que nos direccionam os exercícios para aquilo que queremos trabalhar, para o objectivo. Temos de ser muito claros relativamente ao objectivo que queremos naquele exercício, pensar o que queremos atingir e o que queremos melhorar ou potenciar. Não adianta pegar no jogador e falar, “faz assim, ou faz assado”, não, só através da repetição e das condicionantes nos exercícios de treino, ele vai descobrir por ele próprio a forma de resolver o problema e de melhorar.

Anexo 2

Entrevista realizada ao Mister Micael Sequeira (Treinador Principal do Clube Desportivo das Aves – II liga) Estádio do Clube Desportivo das Aves, 24 de Julho de 2009

Luís Teixeira (LT): Qual a importância que os defesas laterais assumem na organização ofensiva da sua equipa?

Micael Sequeira: Penso que é total, por vários aspectos. Primeiro para...fundamentalmente para dar largura à equipa, e ao mesmo tempo a profundidade procurando desequilibrar, criando espaços de ruptura sempre nas costas do adversário, explorando e potenciando o jogo pelos corredores, por isso, nessa perspectiva e no seguimento da ideia acho que a importância dos laterais é máxima, na minha forma de ver o jogo...fundamentalmente por essas duas razões, assegurar a largura de jogo e ao mesmo tempo assegurar a profundidade, criando desequilíbrios nesse corredor.

LT: Quais são as características principais que um defesa lateral deve possuir?

Micael Sequeira: fundamentalmente ser um jogador que tenha um timing correcto de procurar desequilibrar, surpreender o adversário, não aquele lateral que constantemente vai à procura desse desequilíbrio, pelo contrário, menos vezes mas se calhar com mais surpresa, por isso acho que em termos ofensivos, essa é uma das características que ele deve ter, não subir constantemente, mas subir sim num timing correcto, para procurar desequilibrar, e não criar adaptações ao adversário, porque depois são fáceis de anular...em termos ofensivos procurar criar os movimentos de surpresa...para além deste timing que deve ter ao subir, deve ser um jogador que possa dar uma sequência lógica à jogada e aí tratando-se de um lateral, a qualidade do passe é fundamental, o saber cruzar, fundamentalmente para as situações que estão definidas para as zonas de finalização...tem de ser um

jogador que tenha um bom sentido posicional, seja bom a jogar por dentro ou por fora, que perceba em função do posicionamento da equipa quando deve estar dentro ou fora.

LT: Tendo em conta a divisão da fase ofensiva em três sub-fases (construção das acções ofensivas, criação de situações de finalização e finalização), em qual delas os defesas laterais assumem maior importância? De que forma?

Micael Sequeira: para mim assume importância total, isto é, em todas elas ele tem importância porque não podemos descaracterizar nenhuma, na minha perspectiva. Acho que, tanto tem importância na primeira fase de construção, como tem na criação de situações de finalização, até mesmo na finalização...por vezes, na perspectiva de estarmos a olhar só para o lateral como posse, ou equipa como posse, mas mesmo nos momentos sem posse o lateral, pode ter uma importância fundamental na finalização... nesta perspectiva, havendo ameaça de cruzamento do lado contrário, o meu lateral tem determinado posicionamento que pode ser fundamental numa segunda bola e finalizar. Pode ser fundamental em recuperar a posse, pode ser fundamental a criar as situações de finalização, por isso acho que a importância dele...não vejo que se possa separar ...

LT: Quando a sua equipa se encontra em organização ofensiva e, estando presentes nesta fase de jogo os defesas laterais, tem algumas preocupações defensivas no respectivo posicionamento?

Micael Sequeira: Máxima, total. Sempre que a equipa está com posse o lateral tem de ter preocupações defensivas, tem de estar já a pensar no momento de quando se perde a bola. Depois tem, fundamentalmente quando a profundidade é dada por um corredor, aí é que ele tem mais...o posicionamento dele tem de ser sempre na perspectiva de quando a equipa perde posse. Não procuro dar largura em simultâneo dos dois, isso não faço,

era aí que queria chegar. Procuo sim, dar, largura por parte de um corredor, e o lateral do lado contrário, já com perspectiva de ganhar segunda bola...mas fundamentalmente ganhar segunda bola e ao mesmo tempo, dar o equilíbrio posicional em termos defensivos. Isto sempre em função do local da bola, e da forma como a equipa esta organizada. A minha equipa sabe sempre como tem de defender com 3 ou 4 defesas. Se estivermos desorganizados o lateral sai na pressão para podermos temporizar, e com isso ganharmos tempo.

LT: Na construção de exercícios de treino que incluam os defesas laterais, e em que o principal objectivo seja desenvolver a organização ofensiva, quais as principais características que as situações propostas devem possuir, em relação a regras, condicionantes às leis de jogo, dimensões e espaço de jogo?

Micael Sequeira: utilizo espaços mais curtos para potenciar os corredores...por exemplo, faço muito um 6x6, com os dois defesas centrais, um médio de construção, um ponta de lança, e os dois laterais noutra corredor de jogo, utilizo para potenciar o cruzamento. Isto com poucos jogadores e pouco espaço. Se quero dar mais ênfase ao meio-campo e ao ataque, tiro os defesas, apenas deixo os laterais com os homens do meio, aumentando também os espaços...

LT: condiciona os exercícios no treino através de regras?

Micael Sequeira: posso condicionar no corredor se existe pressão ou não, quando quero direccionar mais para os cruzamentos, mas normalmente não condiciono, procuro sim direccionar para o que pretendo, ou com número de jogadores ou com espaço, mas fundamentalmente, procuro é criar direcção para aquilo que eu pretendo. Normalmente não condiciono com regras, não sou muito apologista daquelas regras de 2 toques, 1 toque, não sou apologista porque Futebol não se joga assim. Sou mais apologista de direccionar o exercício para aquilo que eu pretendo, e ir de encontro as regras oficiais.

Dou-lhe outro exemplo, quando quero potenciar a subida de um lateral em espaços maiores, faço muito um 8x7, em que estou a trabalhar a organização ofensiva da defesa, meio-campo, e ataque (8), e a trabalhar a organização defensiva da defesa e meio-campo (7). Fundamentalmente são estas duas situações, o 8x7 e o 6x6, sendo o último em espaços mais pequenos proporcionando maior número de repetições.

Mesmo num exercício de finalização que envolva todos os jogadores do campo, procuro potenciar a subida do lateral com o outro a ter logo as preocupações defensivas, a fechar dentro.

Anexo 3

Entrevista realizada ao Mister Nelo Vingada

(Treinador Principal do Vitória Sport Clube – I liga)

Complexo Desportivo do Vitória Sport Clube, 5 de Agosto de 2009

Luís Teixeira: Qual a importância que os defesas laterais assumem na organização ofensiva da sua equipa?

Nelo Vingada: Portanto... os dois laterais para mim são vistos quase em simultâneo, e dependendo da zona onde a bola é trocada, dependendo da situação, evidentemente que o meu plano de organização ofensivo contempla sempre um dos laterais...e depois de acordo com a situação e com os factores que envolvem, e estão subjacentes com a recuperação da bola, um dos laterais, deverá, isto é, o princípio é...recuperamos a bola mais do lado direito da equipa, portanto o meu lateral direito, deve e tem permissão e liberdade para participar no processo ofensivo da equipa. Depois depende daquilo que esta por detrás da organização da equipa. Se jogarmos com extremos, como eu gosto ele participa de uma maneira, se jogarmos sem extremos, como algumas vezes temos jogado aqui no Vitória, ele participa de outra maneira. Isto, tem haver com o tipo de jogador que eu tenho, agora ele...respondendo objectivamente aquilo que me pergunta, no meu modelo de jogo, um dos laterais, e alternadamente, são peças fundamentais que integram o processo de jogo ofensivo da equipa. Agora em termos de referência de organização e princípio, só um deles participa, ou seja, um vai, o outro encosta. Portanto quando nós estamos aqui a trabalhar do ponto de vista ofensivo, normalmente eu integro, os laterais...as vezes estamos aqui (complexo desportivo) a fazer exercícios, só saídas pela esquerda, que é para que depois quando estivermos no jogo ele participe. Agora, há duas opções, o lateral joga e participa sendo ele o responsável, digamos, pela ala direita ou esquerda, significa que não temos extremos, é uma opção que existe. A outra é quando há um extremo, aí a dimensão colectiva ganha um bocado mais expressão, tendo um tipo de

participação diferente. Mas o princípio é, a equipa ganhou a posse da bola, o lateral que está perto da zona onde a bola foi recuperada, tem como princípio participar na acção ofensiva.

LT: Quais são as características principais que um defesa lateral deve possuir?

Nelo Vingada: Em termos técnicos é um lugar onde tem de ser bom tecnicamente, se é um jogador que no meu princípio, e respeitando os meus princípios de jogo, portanto na fase de ataque, que é o que estamos a falar, ele participa...tem de passar bem e cruzar bem...do ponto de vista técnico, cruzar e passar bem, no fundo o cruzamento é um passe...eu costumo dizer que quando estamos apertados um cruzamento é um centro, mas muitas vezes, como aconteceu aqui no jogo com o Sporting eu disse que o Pedro Silva levantou a cabeça e fez um cruzamento sobre a forma de passe para o Postiga, como nós quando jogamos na Trofa, o Carlitos levantou a cabeça e meteu a bola na cabeça do Douglas... Portanto tem de cruzar bem e passar bem, porque há jogadores que cruzam bem, mas não passam bem, e nós temos aqui um ou outro que cruzam bem, cruzam tenso só que são um bocadinho mecanizados nesse estilo de cruzamento. Depois nós temos aqui curiosamente na direita dois laterais diferentes. Um que é muito no 1x1, outro que é mais poderoso fisicamente e consegue através dos deslocamentos da bola provocar desequilíbrios quando aparece detrás, faz overlaps e não sei quê...qualquer deles é compatível no meu modelo de jogo porque digamos, em qualquer situação jogando com extremos ou sem extremos estas duas situações podem acontecer...ele indo com a bola ele sendo um jogador que faz da condução de bola uma arma forte, depois também tem, ou no 1x1, se for um jogador que não seja tão bom no 1x1, já é mais forte nos overlaps e nos deslocamentos rápidos e nas mudanças de velocidade. No aspecto ofensivo digamos então, cruzar bem, passar bem e ter velocidade.

LT: Tendo em conta a divisão da fase ofensiva em três sub-fases (construção das acções ofensivas, criação de situações de finalização e finalização), em qual delas os defesas laterais assumem maior importância? De que forma?

Nelo Vingada: Bem, subjacente à pergunta...estamos a falar da presença do lateral na fase ofensiva...se é na fase ofensiva, eu considero o papel preponderante dele na criação da situação da finalização como o aspecto mais importante dele. Porque? Na finalização raramente os defesas são grandes finalizadores, na fase de construção há os médios...aquilo que eu considero como aquilo que pode marcar a diferença é na construção das situações de finalização, um bom passe, um bom cruzamento faz a diferença para um gol.

LT: Quando a sua equipa se encontra em organização ofensiva e, estando presentes nesta fase de jogo os defesas laterais, tem algumas preocupações defensivas no respectivo posicionamento?

Nelo Vingada: tenho, portanto isto está subjacente à primeira intervenção. Se...o princípio da minha equipa é...dois factores que eu vejo quando estou analisar um a equipa e vejo se ela consegue ser minimamente organizada ou não, é quando ganha a posse da bola e como sai como faz a transição para o ataque, e quando perde a bola, que é um momento mais crítico...penso que em termos de penalização de performance de uma equipa o momento da perda da bola, se a equipa não for boa nessa transição, normalmente paga por isso. Isso faz a diferença entre as equipas nomeadamente no basquetebol e no andebol isso ainda é mais visível. No Futebol eu considero para mim e uma das coisas que eu trabalho muito são estes dois momentos, transições ofensivas e defensivas. Portanto significa que quando a nossa equipa esta na fase de ataque...tu percebes esta linguagem mas muita gente não percebe...eu sou muito contundente com a organização defensiva da equipa na fase de ataque, parece um contra-senso mas é na fase de ataque quando tu perdes a bola se não tiveres organizado levas um contra-ataque e sofres. No jogo contra o

Benfica na fase em que a equipa procurava desesperadamente marcar um golo sofremos por estarmos desorganizados na fase de ataque. Todas as equipas do mundo desde o Barcelona, quando perdem a posse de bola estão imediatamente organizadas. Mas em 90 minutos há sempre um momento em que há uma ruptura neste aspecto e o adversário consegue superiorizar-se, mas por exemplo. Neste jogo contra o Benfica, o segundo golo, o nosso jogador Sereno quis cortar a bola e apertado jogou para trás. Mas ninguém estava a dar cobertura e jogou para trás e a bola foi interceptada. Significa que ele tinha a bola, estávamos na fase ofensiva, mas não estávamos defensivamente organizados, perdemos a bola e resultou um golo. Portanto se não estamos na fase de ataque e eu tenho os princípios que tenho para a equipa nessa fase do jogo, ela deve pensar e prevenir que quando perde a bola deve estar organizada. Para estar organizada deve ter uma boa distribuição no terreno, um bom balanço, tem de ter a perspectiva e a noção do que é uma cobertura...tem de ter jogadores que previnam o erro. Podemos perder a bola na defesa, meio-campo ou no ataque, mas independentemente da zona onde perdemos o princípio é a equipa estar organizada quando perde a bola. E nesse plano de organização preventiva um dos laterais entra, que é o lateral que não está envolvido no ataque, tem de estar digamos organizado junto ao sector defensivo, sectorizando a equipa. Pode estar mais subido ou menos subido mas tem de estar. Para mim, eu diria que, eu funciono muito por princípios e isto é um princípio levado quase à regra, um dos laterais tem de estar. Raramente vocês vão ver nas minhas equipas os dois laterais subidos ao mesmo tempo se jogarmos numa linha tradicional de 4, se jogarmos com três centrais eventualmente poderão atacar os dois.

LT: Na construção de exercícios de treino que incluam os defesas laterais, e em que o principal objectivo seja desenvolver a organização ofensiva, quais as principais características que as situações propostas devem possuir, em relação a regras, condicionantes às leis de jogo, dimensões e espaço de jogo?

Nelo Vingada: Evidentemente que, normalmente as situações que envolvem os laterais, são situações onde, até a própria zona do campo convida a isso, existe sempre uma vantagem espacial. Portanto aqui, nós as vezes criamos situações onde a vantagem espacial e a vantagem numérica estão presentes. Digamos, para facilitar apreensão do movimento, onde por exemplo marca-se um espaço e a equipa que defende só pode meter um jogador, exactamente para criar situações onde o extremo recebe a bola, ou o médio recebe a bola e o lateral pode entrar e vem detrás, e naquele espaço só pode estar um jogador a defender, para estimular os overlaps. Agora não esta muito visível mas se reparares aqui no campo (campo 1 do complexo) estão marcadas linhas extras que vão desde uma ponta da área até à outra. O nosso campo normalmente está dividido em três dividindo os três corredores de jogo. o que fazemos é informar os jogadores que nestas zonas laterais só pode entrar um defesa, para que? Para estimular o ataque, as atitudes de penetração, a desmarcação. Depende daquilo que tu queres. Claro no inicio coloco 2x1 para ser mais fácil, ou mesmo 1x0 nessas zonas, bem...um dos princípios meus é que nas zonas laterais recuadas tens de cair como “um gato em cima de uma rato” para reduzir as hipóteses de cruzar. Se eu quero isso quando defendo pressuponho que os outros treinadores também querem. Bem então, quando quero que eles aprendam faço 1x0, quando já dominam a situação faço mais 2x1, e assim sucessivamente, vais aumentando a complexidade.

Anexo 4

Entrevista realizada ao Mister Rui Quinta (Treinador Principal do Gil Vicente Futebol Clube – II liga) Estádio Cidade de Barcelos, 5 de Agosto de 2009

Luís Teixeira (LT): Qual a importância que os defesas laterais assumem na organização ofensiva da sua equipa?

Rui Quinta: A importância é aquela que todos os jogadores da nossa equipa tem quando nos estamos com a posse da bola e queremos marcar golos, que é o momento da organização ofensiva. Eles têm, na nossa ideia de jogo, um conjunto de tarefas que visam essencialmente promover desequilíbrios e fundamentalmente ajudar a equipa com a sua participação no sentido de nós chegarmos à zona de finalização com bola e podermos marcar golo. Agora se estamos a classificar isto em termos de importância, ela é a mesma que todos os outros jogadores, não têm mais nem tem menos. Tem fundamentalmente comportamentos que nós queremos que eles sejam capazes de executar, da mesma maneira que nos queremos que os centrais executem, da mesma maneira que nós queremos que os avançados executem, sabendo que há uma diferenciação em virtude da zona do terreno onde eles desenvolvem a sua actividade. Em termos de importância é exactamente a mesma importância que todos os outros elementos da nossa equipa.

LT: Quais são as características principais que um defesa lateral deve possuir?

Rui Quinta: Bom, em primeiro lugar nós estamos a falar de um defesa, e a primeira função de um defesa é saber defender, isto é básico não é? E só depois de saber defender e perceber muito bem o seu papel, e ser eficaz nesse processo que é o processo defensivo, é que ele pode pensar em assumir digamos, a complementaridade que nós queremos que ele a tenha, no sentido de ele ser mais eficaz também no processo ofensivo. Tem de ser

fundamentalmente, e falando processo ofensivo, tem de conhecer muito bem o jogo, tem de desenvolver um conhecimento do jogo que permita ajustar o seu desempenho para aquilo que a equipa necessita que tenha de ser feito. Um bom aproveitamento dos espaços, uma boa leitura das decisões em relação ao tipo de passe que vai fazer, à zona onde vai meter a bola das soluções que tem, as tomadas de decisão em função daquilo que o jogo lhe vai apresentar, ou seja, desenvolver um conhecimento específico do nosso jogo e que tenha a capacidade...conhecimentos, e estamos a falar do tático. Tenha também capacidade de dar seguimento ao jogo, e estamos a falar do técnico, e depois também tenha uma personalidade forte, e precisamos disso. Tem de ser forte mentalmente, tem de ser um jogador que saiba lidar com a adversidade, que tenha capacidade de resistir...porque a exigência que tem, e estamos a pensar em termos ofensivos, a exigência que lhe é atribuída exige dele uma vontade de sacrifício e de superar essa mesma adversidade.

LT: E ao nível das acções técnicas?

Rui Quinta: é um jogador que tem de ter muito boa capacidade de passe, e quando falo do passe falo no passe curto, no passe longo, nos cruzamentos. Estamos a falar fundamentalmente disso, da capacidade de passar bem, esta é fundamental num lateral a precisão do passe.

LT: Tendo em conta a divisão da fase ofensiva em três sub-fases (construção das acções ofensivas, criação de situações de finalização e finalização), em qual delas os defesas laterais assumem maior importância? De que forma?

Rui Quinta: ele tem importância na primeira fase, na construção das acções ofensivas, tem importância na criação das situações de finalização, e menos na situação de finalização, embora esporadicamente possa surgir numa situação de iminente finalização. Na forma como nós promovemos o nosso jogo, nós

necessitamos que os nossos laterais tenham esta disponibilidade, sempre que nós desenvolvemos o nosso jogo, ora por um corredor ora pelo outro, a presença do nosso lateral tem de ser efectiva. O nosso jogo ofensivo pelos corredores laterais passa pela combinação lateral-ala, sempre com a envolvimento do lateral nas acções fundamentalmente do corredor, e isso pode promover, e no ano passado nós vivemos isso, pode promover situações que ele entra, e em vez de seguir pelo corredor, flecte para o corredor interior, e as vezes surgem situações de finalização. Mas fundamentalmente na construção de acções ofensivas e na criação de situações de finalização é onde predominantemente se desenvolve o papel dele, no que diz respeito a este momento que é a organização ofensiva.

LT: Quando a sua equipa se encontra em organização ofensiva e, estando presentes nesta fase de jogo os defesas laterais, tem algumas preocupações defensivas no respectivo posicionamento?

Rui Quinta: Claramente, nos atacamos contemplando o momento da perda de bola, nós chamamos o nosso equilíbrio posicional, e a nossa equipa estar equilibrada posicionalmente para poder recuperar a bola imediatamente. Sempre que um dos laterais se envolve no corredor, o outro vem para uma posição de equilíbrio na linha defensiva, constituída por três elementos, os dois centrais e o lateral que não o do lado onde a bola esta a ser jogada, isto é o do lado contrário.

LT: Na construção de exercícios de treino que incluam os defesas laterais, e em que o principal objectivo seja desenvolver a organização ofensiva, quais as principais características que as situações propostas devem possuir, em relação a regras, condicionantes às leis de jogo, dimensões e espaço de jogo?

Rui Quinta: Nós temos uma serie de exercícios onde promovemos as situações de combinação no corredor, e situações de cruzamentos. Numa primeira fase,

ao nível da complexidade começamos sem oposição, vamos introduzindo um defensor, vamos aumentando, colocando sempre uma superioridade no ataque. Procuramos facilitar porque estamos a trabalhar a organização ofensiva, procuramos sempre facilitar as acções criando situações próximas da realidade, contra um defensor, contra dois defensores, com um apoio interior. Fazemos muito o jogo dos cantos, onde colocamos aqui os chamados cruzadores, umas vezes os alas, outras vezes os laterais, onde para promover o cruzamento digo que antes de marcar golo a bola tem de ir obrigatoriamente a um dos cruzadores. Também uso muito um exercício dos corredores, onde promovo situações no corredor de 2x1. Uso muito uma regra que a bola depois de vinda de um cruzamento o golo for de “primeira”, esse vale dois golos. Existe sempre uma forma de promovermos a intencionalidade daquilo que queremos, e fundamentalmente neste caso de organização ofensiva, o flanqueamento do jogo e ajudar os jogadores a lidarem com o contexto da realidade, e a lidarem com isto de uma forma positiva. Nos damos sempre as indicações e os jogadores tomam sempre as decisões de acordo com aquilo que é treinado...procuramos dentro de cada exercício valorizar as diferentes nuances que o jogo nos pode trazer. Esta é sempre a nossa preocupação, olhar para o jogo, olhar para aquilo que ele nos pede e ajudar os jogadores a estarem familiarizados com as situações e terem essa capacidade de poderem superar as dificuldades que nos vai colocar. Este é o plano onde construímos sempre as nossas situações de treino.