



A Relevância da Tomada de Decisão na Formação de Jovens Futebolistas.

Orientador: José Guilherme Oliveira

Manuel dos Santos Mendes da Conceição

Porto, 2013



A Relevância da Tomada de Decisão na Formação de Jovens Futebolistas

Dissertação apresentada, para a obtenção do grau
de Mestre em Desporto para Crianças e Jovens, de acordo
com o Decreto-Lei n.º 74/2006, de 24 de Março.

Orientador: José Guilherme Oliveira.

Manuel dos Santos Mendes da Conceição.

Porto, 2013

Conceição; M. (2013). A Relevância da Tomada de Decisão na Formação de Jovens Futebolistas. Dissertação de Mestrado para a obtenção do grau de Mestre em Desporto para Crianças e Jovens, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Palavras-Chave: FUTEBOL; TOMADA DE DECISÃO; JOVENS; TREINO;

AGRADECIMENTOS

Ao prof. José Guilherme, por todo o apoio e orientação, guiando-me na direção certa, acrescentando sempre qualidade ao trabalho desenvolvido, nunca deixando de me dar apoio e sugestões preciosas.

Ao prof. Doutor Júlio Garganta, ao prof. Doutor Filipe Casanova, ao prof. José Manuel Ferreira, ao prof. Rui Pacheco, ao Vítor Baía e a Domingos Paciência, pela disponibilidade e pela ajuda, contribuindo decisivamente para o meu trabalho, a todos eles um muito obrigado.

Aos meus pais, por toda a ajuda que me dão. A minha mãe, pela paciência e carinho que sempre teve e ao meu pai, por todo o apoio e toda a paixão transmitida pelo Futebol. Tudo o que tenho devo-o a vocês.

À minha irmã, pela alegria que transporta, e por toda a ajuda que me dá. Que tenhas o maior sucesso possível, sabendo que o mano mais velho vai estar sempre a torcer por ela.

Aos meus amigos, por todos os bons momentos vividos e por todas as experiências porque passamos juntos, especialmente ao Brito, pela caminhada que mantivemos e iremos continuar a manter. Sou melhor pessoa graças a vocês. Crescemos juntos e sei que iremos continuar sempre juntos. Este momento também é vosso!

Por fim, à Nina, por ser a pessoa mais importante que tenho, por todo o amor e carinho que me dá, por tudo o que já passamos e por tudo o que ainda iremos passar. Obrigado por todas as gargalhadas e por seres dia após dia o elemento chave da minha vida, a pessoa com que sempre irei poder contar. Deixo-te para o fim pela convicção que tenho, de que o meu final será escrito contigo.

ÍNDICE

Resumo	IX
Abstract.....	XI
Capítulo I – Introdução.....	1
Capítulo II – Revisão da Literatura.....	5
2.1 Natureza do Fenómeno	7
2.2. A Informação dentro do Jogo	9
2.2.1. O Poder da Experiência.....	14
2.3 Estabelecimento de Rotinas no Jogo	16
2.3.1 O valor das Emoções e o seu papel na aquisição de Conhecimentos	18
2.3.2 Como Aprender?	19
2.4 Como Decidimos	23
2.4.1. A Tomada de Decisão no Jogo.....	26
2. 4. 2. Potenciar o treino e a aprendizagem da Tomada de Decisão .	29
Capítulo III – Procedimentos Metodológicos	33
3.1 Categorias e Subcategorias da Entrevista.....	36
3.2 Caraterização da Amostra	35
Capítulo IV – Análise e Discussão das Entrevistas.....	37
4.1 A Importância de uma boa Decisão.....	39
4.2. Potencial Criativo do Futebol, que Futuro?.....	40
4.3. O Valor do Jogo na Aprendizagem.....	43
4.4. A Criação de Bons Hábitos na Evolução dos Jogadores.....	45
4.5. Estado da Formação Futebolística em Portugal	49
4.5.1. Possíveis Mudanças na Promoção de um Melhor Futebol.....	50
4.5.2. Quando Começar a Jogar?.....	51

Capítulo V – Considerações Finais.....	53
---	-----------

Capítulo VI – Referências Bibliográficas.....	57
--	-----------

Capítulo VII – Anexos.....	XIII
-----------------------------------	-------------

Anexo 1: Guião da Entrevista	XV
------------------------------------	----

Anexo 2: Entrevistado A	XVII
-------------------------------	------

Anexo 3: Entrevistado B	XXIX
-------------------------------	------

Anexo 4: Entrevistado C	XLI
-------------------------------	-----

Anexo 5: Entrevistado D	LII
-------------------------------	-----

Anexo 6: Entrevistado E	LX
-------------------------------	----

Anexo 7: Entrevistado F	LXVII
-------------------------------	-------

RESUMO

Este trabalho teve como objetivos perceber de que forma decidem os jogadores durante o Jogo, como podem melhorar a sua Tomada de Decisão e de que forma os podemos ajudar nesse processo e ainda tentar perceber como podem as escolas de Futebol combater a extinção do Futebol de Rua, prática comum a todos os grandes jogadores do passado. Para alcançar esses objetivos procedemos a uma revisão bibliográfica da literatura disponível e realizamos entrevistas a peritos na área, procurando ter um leque alargado de intervenções de diferentes áreas ligados ao Futebol. As entrevistas seguiram categorias e subcategorias por nós identificadas como essências, tais como: Experiência (Hábitos de Jogo; Leitura de Jogo; Visão de Jogo; Cultura Tática); Criatividade (Inteligência de Jogo; Imprevisibilidade); Contexto (Constrangimentos; Qualidade Técnica; Atributos Físicos), tendo depois sido realizada uma análise ao conteúdo das entrevistas. Com o estudo foi possível concluir: é fundamental os clubes conseguirem recriar algumas das condições do futebol de Rua; face às alterações atuais na sociedade as crianças poderão chegar aos clubes com problemas coordenativos não verificados há alguns anos; os jogos reduzidos são um método de trabalho importante para combater o problema da redução do tempo de prática, devendo-nos preocupar não apenas com a quantidade, mas também com a qualidade da prática; a Tomada de Decisão é potenciado no Jogo, logo deve ser trabalhada em situações próximas às encontradas pelos jogadores na competição, sendo que os jogadores decidem com a informação que recebem do ambiente; é extremamente importante deixar as crianças confortáveis com o Erro, dando-lhes liberdade para descobrirem o Jogo por elas próprias; cada jogador é um indivíduo e devemos ter em atenção as necessidades pessoais de cada um, adaptando a complexidade do Jogo à sua realidade, fazendo com que ele perceba todos os processos de treino e dotando-o de hábitos de Jogo que o permitam evoluir.

Palavras-Chave: FUTEBOL; TOMADA DE DECISÃO; JOVENS; TREINO;

ABSTRACT

The aimed of the following thesis is: to understand how the players decide during a Football match; how can they improve the ability of Decision Making; how can we help them in the process; and how can Football academies help fighting the extinction of Street Football, common practice of all the best players from the past. To achieve the aims proposed we performed a bibliographic review of the material available and interviewed some experts of different areas in Football. The interview followed categories and sub categories, defined by us as essential, such as: Experience (Game Habits, Game Reading, Game Vision, Tactic Culture) ; Creativity (Game Intelligence; Unpredictability); context (Constraints, Technical Quality, Physical Attributes), after was realized an analysis concerning the content of the interviews made. With the study, we conclude that is crucial that our clubs recreate some condition of the Street Football; due to the changes in society, children can arrive to clubs with coordination problems, something that didn't happen a few years ago; small sided games are a way to reduce the implications of short time to practice, having the focus not only at the quantity of practice, but also at the quality; Since Decision Making is potentiated in a Match, it should be worked in similar situations to those that players find in competition, players decide with the information received from the environment; is extremely important that children feel comfortable with their mistakes and that they have the freedom to discover the Game by their own; each players is a singular individual and we should pay attention to their personal needs, adapting the game complexity to his reality, making them understand all the training process and giving them game habits that can allow them to evolve.

KEYWORDS: FOOTBALL; TRAINING; DECISION MAKING; YOUTH

Capítulo I

Introdução

1. INTRODUÇÃO

O Futebol, face às mudanças evidenciadas na sociedade atual, tem sofrido diversas alterações, muito devido a mudanças ocorridas na nossa sociedade que levaram à (quase...) extinção da sua prática de rua. Todos os craques do passado têm em comum esse Futebol de Rua, que tem vindo a desaparecer de forma gradual, principalmente na Europa. A própria UEFA¹, através do programa “Grassroots” (criação de inúmeros campos onde as crianças possam jogar), procurou criar soluções para combater a extinção do Futebol de Rua.

Sem esse Futebol, a formação de jovens jogadores será significativamente diferente. As crianças entram mais cedo nas escolinhas, mas reduzem substancialmente o seu tempo de Jogo. Cada vez há mais estudos sobre Futebol, os métodos de treino são cada vez mais evoluídos e a tecnologia é cada vez superior, levando a que o Jogo seja, hoje, diferente do que era no passado. O Jogo evoluiu, obrigando os jogadores a decidir e a executar cada vez mais depressa, o seu ritmo é maior.

Tempo e espaço são dois fatores fundamentais no Futebol (Lobo, 2007). A vertente tática do Jogo é cada vez mais evoluída, as defesas cada vez mais compactas e a pressão sobre a bola cada vez mais intensa. O sucesso dos jogadores no Jogo depende da sua capacidade de julgar as situações e decidir em função dessa leitura, optando pela melhor solução face as exigências do momento (Campos, 2008), mas o que determina as decisões em Jogo? O que ajuda os jogadores a decidir, e como podem eles melhorar esta capacidade de Decisão? E de que forma poderão as academias combater a quebra de tempo de Jogo e a perda de liberdade traduzidas com a extinção do Futebol de Rua?

Com o propósito de cumprir os objetivos traçados, adotou-se uma metodologia em que se realizou uma revisão da literatura para se enquadrar o quadro científico atual na questão da Tomada de Decisão no Jogo.

¹ União das Federações Europeias de Futebol

Em seguida, realizou-se uma entrevista semiestruturada a diversas personalidades, como por exemplo treinadores e antigos jogadores, com experiência na área, de modo a poder ser realizada uma análise do conteúdo das entrevistadas.

Neste sentido, o presente estudo estrutura-se nos seguintes capítulos:

- I. Introdução: justificar a área de estudo, identificar a problemática e definir os objetivos.
- II. Revisão da Literatura: rever literatura relacionada com o tema em estudo.
- III. Procedimentos Metodológicos: descrever a metodologia e procedimentos.
- IV. Análise e Discussão das Entrevistas: analisar e discutir o conteúdo das entrevistas realizadas.
- V. Conclusões: apresentar principais conclusões do estudo.
- VI. Revisão Bibliográfica: dar a conhecer as referências bibliográficas mencionadas no estudo.
- VII: Anexos: apresentar as entrevistas realizadas a peritos na área e o seu guião de referência.

Capítulo II

Revisão da Literatura

2. REVISÃO DA LITERATURA

2.1 Natureza do Fenómeno

“Face ao jogo de Futebol (...) o problema primeiro que se coloca ao indivíduo que joga é sempre de natureza tática...”
(Garganta & Pinto, 2005).

O Futebol é considerado o desporto mais popular do mundo, o chamado “Desporto Rei”. Os grandes eventos futebolísticos têm mais assistências via televisão do que qualquer outra modalidade desportiva. Segundo um relatório da FIFA² realizado em 2007, cerca de 265 milhões de pessoas em todo o mundo jogam regularmente Futebol (Haugaasen e Jordet, 2012), o que equivale a cerca de 4,1% da população mundial, um número que tem vindo a aumentar. Denotou-se também um aumento ao nível de inscrições de jogadores que praticam de forma federada, apenas se mantendo o número de jogadores profissionais constante (cerca de 111 mil jogadores profissionais em todo o Mundo). Haugassen & Jordet (2012) retratam o Futebol como um dos desportos mais competitivos da atualidade, sendo cada vez mais difícil para jovens atletas atingirem elevados níveis profissionais, uma vez que as exigências competitivas não param de aumentar. A competição é cada vez mais intensa para a chegada ao topo.

Em Portugal, o Futebol assume claramente um lugar de destaque na nossa sociedade, com uma cobertura que ultrapassa largamente a de qualquer outra modalidade desportiva. O número de praticantes também é imenso, quase 150 mil praticantes federados (Teixeira, 2011), sendo que diariamente milhares de crianças treinam/jogam, procurando atingir o sonho de chegarem a profissionais. Existem inúmeros campeonatos organizados no nosso país, seja a nível nacional (FPF³) ou distrital (associações), com diversos escalões jovens e, ainda Futebol Feminino.

² Federação Internacional de Futebol.

³ Federação Portuguesa de Futebol.

À semelhança do que acontece com outras modalidades, como o Basquetebol ou o Andebol, o Futebol é classificado como um Jogo Desportivo Coletivo (JDC). São jogos caracterizados pela aciclicidade técnica, solicitações morfológicas funcionais diversas e intensa atividade psíquica, num contexto permanentemente variável, de cooperação/oposição, com uma importância capital dos aspetos tático – estratégicos onde a tomada de decisão precede a execução (Bayer, 1979; Hernandez Moreno, 1994; Costa et al., 2002). Segundo Garganta (2005) a sua identidade e importância ressaltam de dois traços fundamentais: o apelo à cooperação entre elementos duma mesma equipa para vencer a oposição dos elementos da equipa adversária e o apelo à inteligência, entendida como capacidade de adaptação a novas situações.

O jogo de Futebol coloca um problema essencialmente tático ao jogador, pois a intencionalidade das suas ações é determinada pelos objetivos táticos específicos na situação concreta de jogo (Tavares et al., 2006). Todos os comportamentos observados no jogo são ações táticas, desempenhadas com o objetivo de oferecer vantagem na relação de oposição estabelecida com a equipa adversária. Os jogadores tomam uma decisão tática, escolhem “o que fazer”, fazendo uso da habilidade técnica, “como fazer”, para desempenhar a ação. A tática assume uma plasticidade, ajustando-se em função das condições de jogo, onde ação e decisão são inseparáveis (Araújo, 2006).

“A verdadeira dimensão da técnica repousa então na sua utilidade para servir a inteligência e a capacidade de decisão tática dos jogadores e das equipas no jogo”. (Garganta & Pinto, 2005, pág. 101).

Esta inteligência e capacidade de decisão tática tornam-se alicerces do Jogo devido à aleatoriedade, imprevisibilidade e variabilidade de comportamentos e ações existentes na prática (Garganta & Oliveira, 1997; Greco, 2006). É impossível determinar o que vai ocorrer em seguida, o jogo de Futebol é altamente imprevisível e aleatório (Pinto, 1997; Costa et al., 2002), características que resultam do envolvimento aberto, do elevado número de

jogadores, da dimensão do espaço de jogo, bem como da duração do tempo de jogo.

A interação entre o “como fazer” e o “que fazer” obrigam o futebolista a um elevado conhecimento tático - técnico, caracterizador da capacidade do praticante decidir, em situação de jogo, de acordo com as alternativas e os planos de ação próprios e do adversário e utiliza-los adequadamente para obter êxito (Tavares et al, 2006). A resolução de problemas no Futebol pressupõe uma elevada habilidade perceptivo – cognitiva. Estas capacidades são cruciais em performance de alto nível, sendo a habilidade perceptivo - cognitiva definida por Casanova (2012, pág. 45) como a *“capacidade de identificar e adquirir informação do ambiente e relacioná-la com o conhecimento já existente para que possa ser selecionado e executada a melhor resposta possível”*. Agir da forma certa, no momento certo, pressupõe conseguir ler a informação que o jogo oferece e relaciona-la com o conhecimento (existente na memória) para desempenhar a melhor ação possível. Jogadores com elevados níveis de habilidade perceptivo – cognitiva são capazes de olhar para o local certo para recolher informação, processar essa mesma informação de forma eficaz, e decidir o curso de ação ideal para o problema (Ali, 2011).

“Os processos cognitivos compreendem assim todos os processos de reconhecimento, elaboração e memorização da informação que são de particular importância para o rendimento das componentes de orientação, decisão e execução da ação.”
(Tavares e Faria, 1997, pág. 44)

2.2. A Informação dentro do Jogo

“Primeiro, quando tinha a bola junto à linha lateral, apenas pensei em ultrapassar o defesa esquerdo. Depois, pensei apenas em servir um companheiro. Depois, vi que havia muito espaço e como a velocidade é um dos meus fortes, arrisquei seguir com a bola em fintas”.
(Tarik Sektioui, citado por Lobo, 2007, descrevendo um golo apontado pelo FC Porto ao Marselha, pág. 112).

Durante um jogo de Futebol os jogadores são constantemente bombardeados por informação, sendo a ação desempenhada no jogo uma resposta à informação recebida. Os jogadores recolhem informação de inúmeros pontos, como a bola, os colegas, os adversários, o posicionamento espacial (Tavares, 1997), sendo obrigados a reagir a essa informação de forma rápida e com enormes restrições a nível de tempo e espaço (Casanova, 2012). Têm de prestar atenção a vários aspetos no jogo, “jogando” com eles para ter sucesso. Porém a capacidade Humana de atenção é limitada, apenas focamos pequenas quantidades de informação de cada vez (Vickers, 2007), por isso é necessário orientar o nosso foco de atenção para o mais importante e ignorar o resto. O Futebol reclama ainda maiores exigências na componente visual relativamente aos restantes JDC (Costa et al., 2002), uma vez que os jogadores precisam de processar a informação da melhor forma possível, com grande pressão temporal e num ambiente muito difícil, precisando de se adaptar aos constrangimentos existentes no jogo (Williams et al, 2011).

Importante referenciar que as crianças possuem um sistema de processamento de informação menos eficaz, gastando mais tempo e tratando menos informação de cada vez, o que pode ser justificado pela sua menor capacidade de concentração prolongada, assim como uma maior dificuldade de armazenamento, conservação e restituição da informação (Tavares, 2005; Tavares et al, 2006)

A identificação do estímulo é o que nos permite conhecê-lo e originar uma resposta da nossa parte. Não nos aproximamos do fogo porque sabemos que queima, assim como certamente não nos aproximamos de um animal selvagem, devido ao medo. Prevemos o que pode ocorrer, o que nos permite obter reações

otimizadas (Damásio, 2010), através do conhecimento que adquirimos, da nossa memória. A capacidade de percepção⁴ é constituída por processos de seleção e codificação de informação (Greco, 2008). É o que nos permite receber, elaborar, controlar e avaliar a informação.

No desporto, a percepção procura enquadrar o envolvimento no jogo através da deteção de fontes de informação relevantes para a jogada. A afinação percetiva (também chamada de intuição) é a base da ação tática (Araújo & Passos, 2008) e indissociável da ação, desenvolvendo-se, no Futebol, pela exploração de situações específicas de jogo (Araújo, 2006).

A intuição permite-nos identificar coisas sem conseguirmos perceber como o fizemos, de forma inconsciente, possibilita-nos avaliar rapidamente uma situação (Klein, 1998). É a chave de sucesso de muitas decisões, já que ao nível do inconsciente se encontram muitas fontes de informação (Maciel, 2008). Na tomada de decisão dinâmica, como a exigida no Futebol, a reflexão consciente é secundária (Araújo, 2006), pois o jogador não tem tempo de raciocínio sobre a informação recolhida.

Um jogador eficaz deve reproduzir uma resposta o mais rapidamente possível e executá-la com o máximo de precisão apesar das dificuldades existentes como a quantidade de informação existente e a pressão espacial e temporal (Tavares et al., 2006). Não tem tempo para pensar qual será a melhor opção. Tem de executar a melhor ação possível com base na sua leitura da situação: invocar o conhecimento existente na sua memória para o processamento da informação recolhida (Casanova, 2012). O nosso cérebro identifica as situações semelhantes (Damásio, 1994) e a nossa memória permite-nos resolver problemas atuais com situações ocorridas no passado. Isto é o suporte do nosso pensamento intuitivo (Afonso et al, 2012). As decisões baseadas na nossa intuição, como são as decisões tomadas no jogo, funcionam através de um processo de reconhecimento de padrões realizado rapidamente pelo cérebro (Gerschenfeld, 2013).

⁴ Faculdade de apreender por meio dos sentidos ou da mente; efeito mental de representação de objetos; sensação interpretada através da experiencia (Dicionário Houaiss da língua Portuguesa, 2003)

Receber a informação do jogo também permite ao jogador antecipar muitas vezes o que se seguirá. A antecipação permite prever o que é mais provável que ocorra num dado momento (Roca et al, 2012): adivinhar a intenção do adversário e agir em função dessa intenção, com o comportamento a ser executado sob forte pressão temporal (Ward & Williams, 2003). Sendo a antecipação precursora de elevadas performances só se justifica se não aumentar a taxa de erros. Muitas vezes é seguro optar por uma estratégia de espera quando o risco assumido pode traduzir uma redução de eficácia (Afonso et al, 2012). A capacidade de antecipar o que os outros vão fazer é extremamente complicada face aos constrangimentos existentes no jogo e à sua velocidade e variação de situações. Saber quando e para onde olhar é essencial, porém o alcance visual é vasto, com demasiada informação (Casanova, 2012). Mesmo o sucesso da ação tática escolhida deve estar sempre de acordo com as ações ou antecipação das ações que o adversário tem intenção de executar (Faria & Tavares, 1997). A antecipação não é exclusiva da atividade dos outros (colegas e adversários), mas também da própria ação, sendo por isso necessário antecipar as consequências tanto das nossas ações como das do adversário. Se temos sucesso com um determinado comportamento numa situação, futuramente, nessa mesma situação (ou semelhante), temos uma experiência de sucesso que nos leva a optar pelo mesmo comportamento (Silva, 2008). Antecipamos o resultado da nossa própria ação tendo por base situações passadas, levando-nos a selecionar a decisão mais acertada para situações semelhantes (Tamarit, 2009).

A um nível de jogo elevado exige-se ao jogador que seja capaz de executar ações com grande taxa de sucesso. Em competição, mesmo com uma estratégia planeada antecipadamente, a resolução dos problemas que o Jogo coloca é sempre única, jogadores previsíveis não constituem perigo, são os criativos que mais problemas causam (Araújo, 2006). Criatividade⁵ é entendida com uma produção de trabalho inesperado, original mas que também é útil (Memmert, 2010). No desporto manifesta-se no sentido de algo inesperado,

⁵ Inventividade, inteligência e talento, natos ou adquiridos, para criar, inventar, inovar (Dicionário Houaiss da língua Portuguesa, 2003).

inovador ou fora dos padrões normais de ação que o jogador consegue realizar (Teixeira, 2007). Uma ação criativa é algo inesperada, com a qual o adversário não conta. Ultrapassa os valores normais de resolução de problemas no jogo, exigindo ao jogador criativo variados recursos técnicos e uma grande eficiência na capacidade de resolução de problemas de jogo, de modo imprevisível para os adversários. O pensamento criativo é a capacidade de criar ideias novas e interessantes (Lapa, 2009). Teixeira (2007, pág. 50) afirma *“os jogadores criativos são necessários em qualquer equipa que queira triunfar, pois são eles que descobrem os caminhos que mais ninguém descobre, desorganizam os adversários e desequilibram os jogos”*. São jogadores normalmente associados a posições ofensivas, com mais liberdade para errar ou inovar ou arriscar. No entanto, a criatividade não se limita a situações ofensivas. A famosa defesa escorpião de Higuaita, num jogo a 6 de Setembro de 1995 que opôs a sua Colômbia a Inglaterra, ainda hoje é falada e discutida pela espetacularidade do seu movimento e da sua imprevisibilidade.

“Uma das coisas mais tranquilizantes quando se vê um jogo é encontrar um jogador inteligente. Aquele que, afinal, toma quase sempre essas decisões corretamente” (Lobo, 2007, pág. 180).

A realização criativa é considerada inteligente quando colocada ao serviço da equipa, enriquecendo o coletivo, sendo que uma alta taxa de criatividade exige uma elevada inteligência (Lapa, 2009). A inteligência⁶ oferece a orientação que o sujeito precisa em situações novas, sendo apoiada pelo seu conhecimento e compreensão (Greco, 2006). Não há qualquer relação entre o êxito desportivo e o quociente de inteligência (QI), o indivíduo que sabe jogar é conhecedor, não no que diz respeito a nível académico mas no que se refere a convenções interativas, onde “saber fazer” e “saber quando fazer” são o mesmo saber,

⁶ Faculdade de conhecer, compreender e aprender; habilidade em tirar partido das circunstâncias; engenhosidade e eficácia no exercício de uma atividade (Dicionário Houaiss da língua Portuguesa, 2003).

permitindo ao sujeito um desempenho de tarefas com maior precisão e acuidade (Costa et al, 2002).

Existem diferentes tipos de inteligências, não devendo ser entendida de forma única, mas sim como uma faculdade de manifestação plural, específica, contextual e operativa (Gardner, 1993; Maciel, 2008). A inteligência corporal cinestésica é a manifestação de inteligência relacionada com o controle dos movimentos do nosso próprio corpo e com a capacidade de manipulação de objetos de forma especializada. Cada jogador apresenta diferentes graus de manifestação, a inteligência de jogo é algo que lhe permite perceber as múltiplas configurações que o jogo apresenta, optando pela melhor solução (Lapa, 2009).

Um jogador inteligente é caracterizado por uma série de componentes que lhe oferecem uma vantagem em relação aos demais, componentes essas que são determinadas: (1) pela utilização de um espectro longo de visão (habilidade de fazer previsões, baseadas na informação recebida do adversário e a construção de uma orientação que previna um evento); (2) pelo reconhecimento de situações (analisa a posição dos jogadores, sendo a performance alcançada de acordo com o nível de entendimento entre as posições de outros jogadores e a leitura do jogador dessas posições); (3) por um comportamento de procura visual (habilidade de identificar pistas ou identificar estilos de jogo); (4) e por um conhecimento probabilístico de situação (habilidade de extrair informação dos acontecimentos). Estas componentes são essenciais para a performance e a tomada de decisão (Casanova, 2012). A qualidade de jogo reclama comportamentos inteligentes do jogador, que depende da sua capacidade de desempenhar três tipos de funções: funções de resolução, funções de compreensão, e funções de efetuação (Garganta & Oliveira, 1997).

2.2.1. O Poder da Experiência.

*“A acumulação de experiência não oprime as pessoas, torna-as mais
leves”*

(Klein, 98, pág. 179)

A experiência é uma importante arma para um jogador de Futebol. Um jogador experiente tem mais privilégios relativamente a um principiante, é um fator decisivo na performance. A acumulação de conhecimento que obtemos com a experiência (Damásio, 1994) oferece inúmeras vantagens, pois permite-nos decidir de forma mais rápida e eficaz, orientar melhor as nossas expetativas, fornecer padrões de jogo e identificar oportunidades (Klein, 1998). Torna-nos peritos e os peritos são capazes de ver coisas que os outros não conseguem ver, permitindo ainda compensar os efeitos da incerteza na ação (Tavares et al, 2006), e ainda guiar a nossa ação através de variáveis mais úteis, obtendo informação de forma precoce, ganhando mais tempo de resposta.

Face à variabilidade e imprevisibilidade do Jogo, a experiência permite uma leitura mais rápida e eficaz, fazendo com que o jogador consiga obter mais informação do ambiente que os rodeia (Tavares, 1997; Casanova, 2012), com menos tempo de fixação, o que lhes permite observar mais locais, comparativamente com um principiante, fazendo uso de uma estratégia de recolha visual mais eficaz (Casanova, 2012). A sua habilidade percetivo - cognitiva é mais refinada.

Um perito distingue-se dum principiante de várias formas: (1) possui um conhecimento mais organizado e estruturado; (2) consegue captar a informação de forma mais eficiente, distinguindo a informação significativa da menos relevante; (3) reconhece padrões de forma mais rápida e precisa; (4) tem um conhecimento tático superior; (5) uma maior capacidade de antecipação a eventos e a movimentos do adversário; (6) um conhecimento de probabilidades situacionais superiores, o que lhe permite estabelecer ligações entre o que está a acontecer e situações que poderão ainda ocorrer conseguindo ainda, a nível motor, uma taxa mais elevada de sucesso na execução técnica; (7) uma maior consistência e adaptabilidade aos padrões de movimento; (8) automatização de movimentos que lhe permite uma maior poupança de esforço; (9) e uma grande capacidade de deteção e correção de erros no seu desempenho (McPherson, 1994; Rink et al., 1996; Guilherme Oliveira, 2004).

As capacidades de antecipação são a principal distinção de um jogador experiente (Tavares, 1997). Um perito é mais eficaz a antecipar a decisão do

jogador com bola, sendo capaz de apelar a estratégias visuais mais adequadas que potenciem essa capacidade antecipatória revelando maior eficácia na previsão do movimento de um adversário ou de um colega (Klein, 1998; Guilherme Oliveira, 2004; Casanova, 2012).

2.3 Estabelecimento de Rotinas no Jogo

“Os nossos movimentos, os ossos, os músculos, a nossa postura, afinal os nossos corpos, são eles próprios não unicamente instrumentos, mas igualmente estruturas de conhecimentos.”
(Araújo, 2006, pág. 23).

Durante um jogo de futebol os jogadores articulam diversos aspetos, tais como a informação recolhida na complexidade do jogo, a experiência pessoal e o conhecimento⁷ (Vickers, 2007). O desenvolvimento das possibilidades de escolha de um jogador depende do conhecimento que ele tem do jogo e a sua forma de atuação está condicionada pelo modo como ele o concebe e percebe (Garganta & Oliveira, 1997; Greco, 2006).

O conhecimento adquirido através da experiência suporta-se nas representações disposicionais existentes nos córtices cerebrais. O novo conhecimento, adquirido pela experiência, é conseguido pela modificação contínua das representações. As representações contêm registos sobre o conhecimento e são evocadas para a realização do movimento, do raciocínio, da planificação e da criatividade (Damásio, 94), constituem informações mentais estruturadas que abrangem aspetos (específicos e gerais) de uma realidade armazenada nas nossas estruturas de memória (Giacomini et al, 2011).

O conhecimento determina a escolha da ação, pois a capacidade de jogar implica um conjunto de saberes, um “saber o que fazer” e um “saber executar”

⁷ Ato ou atividade de conhecer, realizado pela razão ou pela experiência (Dicionário Houaiss da língua Portuguesa, 2003).

(Garganta & Oliveira, 1997; Tavares et al, 2006). Estes saberes são determinados por duas diferentes manifestações de conhecimento.

O “saber o que fazer” está ligado ao conhecimento declarativo - conhecimento que pode ser explicado e descrito através da linguagem - por exemplo, explicar como se deve realizar uma determinada combinação entre dois jogadores, mesmo sem a saber executar. O conhecimento declarativo resulta do conhecimento base do desporto específico. O “saber executar” reclama um conhecimento processual, que é um processo que pode ser executado. Normalmente, são ações de grande habilidade que podem ser executadas através da motricidade motora, como por exemplo um pontapé de bicicleta (Tavares et al, 2006; Greco, 2006; Giacomini et al, 2011). O conhecimento processual, normalmente, é solicitado em situações de grande constrangimento temporal e permite as ações que o jogador realiza, com base na informação que vai recolhendo/acumulando do meio envolvente. Se perguntarem ao jogador o porquê dessa atuação, provavelmente responde “tinha de ser”, muitas das vezes não consegue descrevê-la ou explicá-la (Araújo, 2006).

Tanto o conhecimento declarativo como o processual constituem importantes fatores da performance desportiva, pois jogadores de topo possuem uma elevada quantidade de ambos os conhecimentos acerca de como e quando executar determinadas ações. Os melhores jogadores distinguem-se dos demais (restantes) por disporem de um conhecimento mais refinado e elaborado, o que lhes permite uma maior capacidade de resolução de problemas, de acordo com a sua área específica de atividade (Costa et al, 2002; Tavares et al, 2006). Jogadores mais experientes e com um nível competitivo mais elevado apresentam um conhecimento específico do Jogo bastante superior ao de um principiante.

Com a prática é possível fazer-se a passagem do conhecimento declarativo para o processual, pois os anos e a qualidade de prática, assim como a experiência em competição influenciam o desempenho. A passagem do conhecimento declarativo para o processual promove uma melhor performance (Giacomini, 2011), assim como o grau de habilidade aumenta em função do

tempo de prática até o desempenho necessitar de pouca ação consciente (Greco, 2006).

2.3.1 O valor das Emoções e o seu papel na aquisição de Conhecimentos

“O Mundo está cheio de coisas e são as nossas emoções que nos ajudam a escolher entre elas.”
(Lehrer, 2010, pág. 36)

As emoções têm um papel importante na nossa experiência. Qualquer momento vivenciado por nós está ligado a uma reação do aparelho emocional (Damásio, 1999). Grande parte dos objetos que nos rodeiam são capazes de nos desencadear uma emoção, sejam fortes ou fracas, positivas ou negativas, de forma consciente ou inconsciente (Damásio, 2003).

A emoção é a combinação de um processo avaliatório mental, com respostas disposicionais a esse processo resultando, quer num estado emocional, normalmente dirigidas a um corpo mas também dirigidas ao próprio cérebro, e também em alterações mentais (Damásio, 1994). As emoções são uma fonte de conhecimento de grande confiança quando nos especializamos em algo (Lehrer, 2010). Quando experienciamos uma situação nova, as nossas emoções reconhecem padrões através das nossas experiências anteriores (Lehrer, 2010), sem emoção teríamos de analisar todas as alternativas possíveis.

Graças às emoções conseguimos atribuir um significado a determinada situação no passado, dando valor a esse acontecimento. As informações que recebemos com a emoção (sejam elas positivas ou negativas) permitem-nos ler e decidir em função dessa leitura (Lehrer, 2010). São uma resposta a um grupo de estímulos proveniente de um meio interno ou externo, sendo inseparáveis da ideia de recompensa ou castigo (Damásio, 1999). As emoções são desencadeadas por imagens que estão a ter lugar no momento ou, que tendo ocorrido no passado, estejam agora a ser invocadas. Uma emoção negativa leva à invocação de ideias negativas, enquanto uma emoção positiva leva à

invocação de ideias felizes, depois de despoletada a emoção, esta leva a uma série de consequências (Damásio, 2010).

As nossas expetativas são influenciadas pelas emoções, ajustando-se a mudança de acontecimentos. Os neurónios de Dopamina (células de previsão), neurotransmissores reguladores de todas as emoções, detetam padrões, assimilando todos os dados que não conseguimos compreender de forma inconsciente, transformando esses padrões em emoções. Quando as coisas correm bem, os neurotransmissores de Dopamina segregam um impulso de prazer, entrando em greve se algo correr mal, emitindo um sinal indicativo de erro (Damásio, 2003; Lehrer, 2010). Estes neurotransmissores precisam de excitação constante (conseguida com prática de qualidade) de modo a manter a sua eficácia.

Apesar de todas as variações na expressão de emoção é frequente um estímulo induzir o mesmo significado emocional a indivíduos com o mesmo antecedente sociocultural (Damásio, 1999). As emoções são influenciadas quer pela nossa cultura, quer pelo resultado da nossa educação individual (Damásio, 2010).

2.3.2 Como Aprender?

*A aprendizagem de aptidões sensório motoras (como jogar) implica execuções múltiplas ao longo das quais o desempenho da tarefa é progressivamente aperfeiçoado.
(Damásio, 1999, pág. 339).*

A aprendizagem⁸ depende de emoção. Recordar factos novos é reforçado pela presença de níveis de emoção ao longo da aprendizagem, esta tem mais sucesso se contar uma certa dose de emotividade (Damásio, 1999). Conseguimos aprender várias coisas ao mesmo tempo, sobre os locais onde estamos, os materiais que usamos, as pessoas com quem interagimos,

⁸ Ato, processo ou efeito de aprender; adquirir conhecimento (Dicionário Houaiss da língua Portuguesa, 2003).

desempenhamos a tarefa para a qual praticamos cada vez melhor (Klein, 1998). A aprendizagem muitas vezes ocorre até de forma acidental, sem qualquer intenção, mas normalmente acontece de forma intencional (Raab, 2007).

Para nos tornarmos peritos temos de percorrer um longo caminho. Ericsson (2003) defendeu que a aquisição de desempenhos de excelência numa modalidade depende de um longo período de tempo de prática deliberada, caracterizando esta prática deliberada como uma atividade altamente estruturada, cujo objetivo visa melhorar o desempenho, requerendo do indivíduo grande esforço e concentração, não sendo obrigatoriamente agradável e não sendo obrigatoriamente recompensado social ou financeiramente no imediato (Baker & Côté, 2003; Teixeira, 2009). Apesar de se traduzir numa realidade, no Futebol muitos peritos tiraram grande prazer da sua prática na infância, parecendo evidente que numa fase de iniciação, o praticante deva estar envolvido num ambiente de ensino - aprendizagem extremamente agradável (Oliveira, 2012). Face a isto, Côté (1999) introduziu o conceito de jogo deliberado, uma atividade desportiva altamente motivadora, proporcionadora de gratificação imediata e criada para maximizar o prazer pelo jogo (Teixeira, 2009).

O número de horas de prática é, assim como a sua qualidade, determinante na obtenção de desempenhos elevados. É um fator determinante, especialmente na infância, as crianças adquirem mais experiência com a idade e a prática específica (Ward & Williams, 2003; Roca et al, 2012). Vários estudos revelam que jogadores de topo começaram a prática futebolística em idades inferiores a jogadores amadores, tendo também mais horas de prática específica (Haugassen & Jordet, 2012). Os jovens devem ser submetidos a uma elevada quantidade de estímulos relacionados com o Futebol, principalmente tendo em conta que a habituação ao jogo se torna mais efetiva se o processo decorrer durante a infância (Maciel, 2008). A qualidade da prática também diferencia quem chegou ao topo e quem ficou pelo caminho, devendo possuir uma grande variabilidade e exigências próximas da realidade (Araújo, 2006). Um talento necessita de condições para evoluir, um bom jogador enquadrado numa realidade pobre, onde se destaque claramente, marcando golos e goleando sempre, não consegue evoluir (Fonseca, 2006).

Com o tempo de prática, um jogador começa a adquirir hábitos. Com os hábitos criados, os comportamentos surgem ao nível do inconsciente, obtemos uma capacidade de antecipação à resposta. A exercitação de um comportamento faz com que a sua realização solicite cada vez menos recursos ao cérebro (Silva, 2008). O nosso cérebro serve-se de padrões de estímulos, como por exemplo, a repetição, para prever o que pode ocorrer em seguida (Damásio, 2010). A aquisição de hábitos depende de uma repetição sistemática, que deve ser realizada de forma intencional, pois as tarefas propostas devem potenciar a propensão de determinados comportamentos que se pretendam transformar em hábitos (Maciel, 2008).

“A prática não é o que se faz quando se é bom. É o que se faz para nos tornarmos bons”.
(Gladwell, 2008, pág. 49).

Para alcançar o tempo de prática é importante ter oportunidades, o que nem sempre acontece! No Futebol, principalmente devido à idade de referência na formação dos escalões jovens competitivos, por vezes existe uma vantagem dos praticantes nascidos no início do ano (datas de referencias nos escalões de formação em Portugal e na Europa vão desde o dia 1 de Janeiro ao dia 31 de Dezembro do mesmo ano) devido à sua composição corporal (normalmente mais desenvolvida), fazendo que praticantes nascidos nos últimos meses do ano tenham menos vantagens competitivas, devido ao seu mês de nascimento. Aos praticantes nascidos no início do ano, por norma escolhidos mais cedo para os clubes de topo, são oferecidas melhores condições de prática e mais tempo desta. Reparemos no exemplo dado por Gladwell (2008, pág 37) onde verificamos que o plantel da República Checa no Campeonato Mundial de Juniores (Sub20) de 2007 não tem qualquer jogador nascido em Julho, Outubro, Novembro e Dezembro, e somente um em Agosto e outro em Setembro. Metade de um ano foi “excluído”!

Outro problema verificado no Futebol atual refere-se ao desaparecimento do Futebol de Rua. Como forma de ocupação dos tempos livres, os grandes

jogadores passaram muitas das suas horas de prática no jogo de rua (Gomes, 2009), que envolvia sempre uma enorme variabilidade de situações de competição e jogo. Esta prática é caraterizada pelo prazer e pela brincadeira e com o seu desaparecimento o tempo de prática atual reduz-se drasticamente, pois as 3 ou 4 sessões de prática semanais atuais são insuficientes. A qualidade só se adquire praticando desde pequenino e muitas vezes (Fonseca, 2006).

Um aspeto importante e muitas vezes negligenciado na aprendizagem do Futebol é o valor do Erro! Este faz parte do processo de ensino – aprendizagem, permitindo melhores execuções futuras e é uma consequência natural da falta de conhecimentos e experiência (Machado, 2008). Os peritos apoiam-se nas emoções que são geradas pelos seus neurotransmissores de Dopamina aquando dos seus erros, transformando-os em conhecimento útil (Lehrer, 2010). Repreender/castigar o Erro é desencorajar novas tentativas, pois reduz a disposição do jogador para arriscar e experimentar (Fonseca, 2006). Por outro lado, o Erro é um dos aspetos mais úteis da aprendizagem: obriga o nosso cérebro a passar os seus modelos em revista, os nossos neurónios para serem bem-sucedidos precisam de errar muitas vezes (Lehrer, 2010).

Não é só através da prática que aprendemos, o uso dos nossos sentidos visuais permitem-nos observar e imitar outros, aprender a dinâmica do movimento observado, de um modelo (Araújo, 2006). Possuímos um conjunto de neurónios espelho que nos permitem ajudar a compreender as ações de outras pessoas, colocando-nos num estado corporal comparável. Ao testemunharmos a ação de outra pessoa, o nosso cérebro adapta o estado corporal que assumiríamos caso estivéssemos a mover-nos, podemos representar o movimento de outros (Damásio, 2010). Na prática os neurónios espelho são um dispositivo “como se”. A rede onde eles se encontram inseridos alcança aquilo que consideramos na hipótese de uma simulação, de um estado corporal que não está na realidade a acontecer no organismo. Enquanto observamos o gesto técnico, o nosso cérebro faz uma representação mental, idealiza o movimento necessário para o desempenhar, dando-nos pistas para o copiar. Quantas fintas já não foram copiadas/imitadas?

*A prática conduz, efetivamente, à perfeição.
(Damásio, 1999, pág. 40).*

2.4 Como Decidimos

*“Não existe uma solução universal para o problema da tomada de decisão... Às vezes, precisamos de racionalizar as nossas opções e analisar cuidadosamente as possibilidades. E, outras vezes, necessitamos de dar ouvidos às nossas emoções”
(Lehrer, 2010, pág. 16).*

Durante toda a nossa vida somos influenciados pelas decisões que tomamos, pelas opções que escolhemos. Ao contrário do que se perspectivava, a teoria tradicional que defende a mente humana como se de um computador se tratasse, onde os mecanismos da razão existiam numa região separada da mente onde as emoções não entravam, está errada. Emoções e sentimentos têm um papel indispensável para a racionalidade, ajudam a prever o nosso futuro e a planejar as nossas ações (Damásio, 1994). Se as nossas emoções nos impedem de tomar decisões racionais, o melhor será não termos emoções nenhuma. O conceito que as emoções são ignoradas na tomada de decisão é um erro crucial da teoria, sem emoções a razão não existia. Sempre que alguém decide o cérebro enche-se de emoções, pois são elas que nos ajudam a escolher. Sem o poder das emoções teríamos de analisar todas as opções possíveis (Lehrer, 2010). As emoções são parte integrante do mecanismo de raciocínio e de tomada de decisão para o melhor e para o pior, a redução de emoção é tão prejudicial como o excesso de emoção (Damásio, 1999).

As emoções reduzem o tempo de deliberação, permitindo decisões rápidas. Se for verdade que podemos excluir as emoções então teríamos de analisar todos os cenários individualmente, fazendo uma análise custo/benefício, o que demoraria muito tempo e colocaria muitos fatores em causa. No entanto, qual é o papel da emoção? Pode ser explicado através da hipótese dos

Marcadores Somáticos, marcadores criados a partir de sentimentos⁹ associados a emoções. Estes marcadores foram ligados, durante a aprendizagem, a certos tipos de resultados futuros de determinados cenários. Permitem uma decisão mais precisa e eficaz. Os Marcadores Somáticos não decidem por nós, mas têm um papel importante no processo de decisão (Damásio, 1994). À medida que fomos crescendo, as nossas decisões foram sendo moldadas por estados somáticos relacionados com castigo ou recompensa. Com a categorização das situações repetidas, a necessidade de contar com os estados somáticos para cada caso de tomada de decisão vai diminuindo, tendo-se desenvolvido uma autonomia económica. As estratégias de tomada de decisão dependem dos símbolos dos estados somáticos (Damásio, 1994).

Os marcadores somáticos têm uma via de ação de dois sentidos, tanto conscientemente como inconscientemente. Apesar de muitas vezes as nossas escolhas parecem ser livres de sentimentos, isso não quer dizer que estes não estejam ativos, o nosso corpo é que não os sinalizou (Damásio, 1994). O grau da emoção serve para a marcação da importância relativa do acontecimento (Damásio, 2010). Quando o sinal emocional é apreciado, produz-se um alarme automático (bom ou mau), o sinal marca opções e consequências, com carga positiva ou negativa. Essa carga reduz a extensão do espaço de decisão, aumentando a probabilidade da decisão estar de acordo com a nossa experiência vivida no passado (Damásio, 2003).

O nosso cérebro usa portanto duas estratégias para avaliar uma situação. Uma apoiada no nosso consciente, lógica e definitiva, mas muito lenta e que requer uma grande quantidade de informação; e outra com base no inconsciente, muito rápida (Gladwell, 2005). A deliberação consciente é extremamente limitada, começa com uma reflexão, depois simulação e experimentação, algo que exige longos períodos de tempo. O controlo inconsciente está ligado, por exemplo, ao comportamento de atletas. O nosso inconsciente tem mais conhecimento que a nossa mente consciente: muitas vezes recordamos ações

⁹ Disposição emocional complexa da pessoa, predominantemente inata e afetiva, com referência a um dado objeto, a qual converte esse objeto naquilo que é para a pessoa (Dicionário Houaiss da língua Portuguesa; 2003)

e somos capazes de as executar mesmo sem sabermos de que forma ocorreu essa execução (Damásio, 1999; Damásio, 2010). Dependendo da situação alternamos entre os dois processos, consciente e inconsciente. Quando tomamos uma decisão rápida o nosso inconsciente passa a situação a pormenor, eliminando todo o que é irrelevante, concentrando-se no que realmente interessa e etiqueta tudo a nossa volta, certificando-se que agimos como deve ser, deixando-nos livres para nos concentrarmos no principal problema (Gladwell, 2005).

As nossas experiências pessoais são criadas mesmo sem tomarmos consciência delas, ajudam-nos a aprender, a chegar a conclusões apropriadas e a evitar consequências desagradáveis (Damásio, 1999). Existem áreas onde usamos essa experiência para decidir de forma rápida e eficaz. Os nossos processos inconscientes têm capacidade para raciocinar e a experiência pode conduzir a decisões benéficas, especialmente em situações de pressão temporal. A experiência modela a tomada de decisão, as pessoas experientes conseguem criar opções plausíveis sem precisar de ponderar outras opções, e permite aos decisores agir rapidamente, originando certeza em situações que gerem confusão e dúvida aos principiantes. A falta de experiência é apontada como uma categoria de erros de decisão, assim como também o é a informação (Klein, 1998). Se por um lado a falta de informação pode gerar incerteza, por outro o excesso de informação não é benéfico (Gladweel, 2005). É preciso cuidado com a informação recolhida e oferecida ao decisor, muitas vezes só serve para sobrecarregar e complicar a tarefa de decisão.

A relação entre a tarefa de decisão e o resultado é variável. Frequentemente a melhor decisão possível dentro de uma determinada situação leva a um mau resultado. Também acontece que uma má decisão pode resultar num resultado positivo. É difícil definir o que faz uma decisão ser correta ou errada, até porque normalmente existem múltiplas soluções. Considera-se uma má decisão quando o conhecimento adquirido, numa situação similar, nos leva a uma outra decisão (Klein, 1998), e ao olhar para trás, desejaríamos ter optado por outra solução.

2.4.1. A Tomada de Decisão no Jogo.

“Já não basta ter uma boa condição física ou uma grande habilidade técnica, as decisões sucessivamente tomadas pelo indivíduo ao longo do jogo têm uma influencia transcendente no resultado final e são essas decisões que o levam a impor-se ou sucumbir perante os rivais” (Araújo, 2006, pág. 100).

Durante o Jogo as ações nunca se repetem. Embora frequentemente seja planeada uma estratégia, um plano pré-definido para a competição, o modo com as situações são resolvidas é fortemente influenciado pelo que está a acontecer na própria situação. A decisão não é apenas possível com a intenção do jogador, é influenciada pelo contexto que o rodeia, pelos seus adversários, pelos colegas, pela pressão temporal, etc. (Passos & Araújo, 2008). O jogador explora o contexto, procurando recolher informações que o ajudem a melhorar o processo de decisão, de um conjunto de possibilidades em permanente mudança o jogador escolhe a solução que pensa ser mais adequada ao momento (Costa et al, 2002; Duarte et al, 2010). A decisão é sempre condicionada pelo que o contexto permite fazer. É nesta interação com o contexto que se evidencia a eficácia da decisão, fazendo com que a ação deva ser antecipativa, o jogador precisa primeiro de recolher a informação existente no jogo, e usando-a depois de forma direta. Ao decidir acaba por permitir mudanças ao longo do curso de interação. Essa mudança muitas vezes nem tem origem no indivíduo, mas resulta sempre da sua interação com o contexto (Araújo, 2006).

Durante o jogo de Futebol cada decisão resulta numa ação tática, uma sequência de ações e decisões, tomadas em tempo útil, num contexto em mudança e com vista a alcançar um determinado objetivo. A ação tática emerge da exploração das potencialidades da ação, que são constrangidas pelas regras, o tempo disponível, a perícia dos praticantes, o estado emocional, a fadiga, etc. (Araújo, 2006). A Tomada de Decisão é um processo contínuo e ativo de procura de informação para jogar, num contexto onde o momento exige ação imediata (Greco, 2006).

Nesta interação decisão – contexto, sobressai a psicologia ecológica, como modelo explicativo da Tomada de Decisão durante o Jogo. A abordagem ecológica mostra que a informação contextual constrange as ações durante o Jogo. O jogador não usa apenas a informação armazenada da memória, a informação recolhida no Jogo revela-se fundamental para decidir. As situações de Jogo são determinadas tanto pelo ambiente como pelo indivíduo, com as suas características e as tarefas realizadas sempre em interação com o ambiente (Araújo, 2006).

São os constrangimentos existentes no Jogo que influenciam o papel dos jogadores. Os constrangimentos limitam o espectro de ação, não permitem soluções fora desse espaço. Existem três categorias de constrangimentos e todas elas influenciam o desempenho. Constrangimentos do praticante dizem respeito às características individuais do jogador, a sua habilidade técnica, física, etc. Constrangimentos do envolvimento referem-se às características do ambiente: luz, ruído, público. Constrangimentos da tarefa incluem as regras do desporto, os objetos do jogo, as marcações do campo (Araújo, 2006).

O Futebol exige decisões rápidas num ambiente complexo e variável, decisões que são tomadas de acordo com a informação recebida de inúmeras fontes (bola, colegas, adversários), com uma enorme pressão sobre o jogador, com restrições a nível de espaço e de tempo (Casanova, 2012). É um jogo extremamente complexo para a tomada de Decisão, não apenas pela multiplicidade de componentes em interação, mas devido à sua dinâmica relacional, à sua natureza de cooperação e oposição, onde as situações de jogo estão em constante mudança. A pressão temporal existente transforma o Futebol num sistema altamente descontínuo e aleatório, onde um evento passado influencia o decorrer do jogo. É um processo contínuo, uma ação é seguida por uma decisão, seguidas por novas ações, novas decisões, etc. Cada decisão é vista como dependente de outras decisões tomadas no decorrer do jogo, a primeira decisão acaba por influenciar todas as outras (Araújo, 2006).

A evolução do jogo fez com que, nos dias de hoje, o jogador tenha cada vez menos tempo para pensar e decidir o que fazer com a bola. Lobo (2007, pág. 16) demonstra que, ao longo dos anos, o tempo de que o jogador disponha,

depois de receber a bola e antes de ser pressionado, diminuiu. A velocidade atual do jogo exige uma Tomada de Decisão precisa, mas também rápida!

Por exigir velocidade, no Futebol os jogadores são obrigados a decidir usando o seu raciocínio inconsciente. A criação de hábitos de Jogo é extremamente benéfica para um Jogar de qualidade. Os processos não conscientes têm capacidade de raciocínio, capacidade que depois de treinada (experiência) é especialmente útil em situações com pressão temporal (Damásio, 2010). A reflexão consciente é secundária na Tomada de Decisão dinâmica (Araújo, 2006).

A incerteza do Jogo faz com que não exista uma única decisão perfeita. Podemos esperar para recolher mais informação para decidir, mas entretanto perdemos oportunidades de ação. Muitas vezes os jogadores são obrigados a decidir mesmo em situações de grande incerteza, principalmente devido à pressão, tanto temporal, como de adversários existentes no jogo (Klein, 1998). É preciso saber lidar com a incerteza para o jogador conseguir ser bem-sucedido, assim como estar devidamente afinado com as informações relevantes que o jogador retira do jogo (Araújo, 2006). Um decisor de sucesso deve possuir uma grande capacidade de julgamento do meio envolvente bem como de decisão. A sua decisão influencia a dinâmica relacional com os colegas e os adversários, altera o contexto dinâmico do jogo (Campos, 2008). A sua capacidade técnica influencia a tendência para eleger uma opção dentro do jogo, é a sua habilidade que lhe permite realizar ações dentro do jogo (Araújo, 2006).

Durante o Jogo, o jogador possui uma série de tarefas de forma a otimizar a sua Tomada de Decisão. Deve ser capaz de extrair a informação essencial que o Jogo lhe oferece, reconhecer os aspetos do Jogo, e antecipar com sucesso as ações dos adversários. Esta habilidade de ler o adversário é crucial na performance (Casanova, 2012). É lhe exigida uma Tomada de Decisão rápida e de qualidade, não devendo optar apenas pela melhor opção tática, mas também evitar que o adversário antecipe a ação (Oliveira, 2012). A sua inteligência de jogo é lhe útil para ajustar a sua decisão aos constrangimentos existentes no jogo, precisa de se adaptar a todos eles de forma a realizar ações ajustadas à situação e benéficas à equipa (Lapa, 2003).

2. 4. 2. Potenciar o treino e a aprendizagem da Tomada de Decisão

“O treino deve preparar o jogador para resolver por si próprio os problemas decorrentes do seu envolvimento com o jogo, fazendo um sistemático apelo às suas capacidades decisórias.”

(Araújo, 2006, pág. 80).

O desempenho de um jogador em competição é consequência daquilo que foi realizado no treino. O processo de treino é fundamental na evolução de um jogador, não deve ser pensado apenas na preparação de uma equipa, mas também na evolução individual de cada jogador, especialmente ao nível da formação. Em relação aos aspetos ligados à decisão, o treino decisório permite desenvolver jogadores mais hábeis na leitura das (melhores) opções sem situações de pressão: desenvolve a consciência acerca dos movimentos do adversário, identifica e explora os pontos fracos do adversário, aumenta a velocidade de decidir e executar (Araújo, 2006), e desenvolve a vertente técnica dentro do aspeto tático.

No sentido de melhorar a capacidade de decisão dos seus jogadores, o treinador tem de ter em conta variados aspetos, adequando o processo de treino a uma série de características, pois a aprendizagem no desporto diz respeito a afinação e construção de relações entre a informação e o movimento. Os praticantes tornam-se melhores a detetar as *variáveis informacionais chave* que especificam o movimento de resposta a essa informação, a informação e o movimento são inseparáveis! A prática deve ser específica, o treino de Futebol deve ir (sempre que possível) de encontro ao jogo (Tani, 2005). Os jogadores precisam de interagir com o contexto e com as decisões que emergirem de acordo com os constrangimentos que a tarefa coloca. Os processos de perceção de informação e de produção de movimento não devem ser separados pelos treinadores no treino (Araújo, 2006), pois os jogadores precisam de vivenciar situações semelhantes às encontradas na competição, através de versões mais reduzidas e/ou condicionadas de jogo, simplificando a tarefa e orientada para uma finalidade, devendo manter a funcionalidade do Jogo, e uma adaptação das

regras, por vezes inexistentes na competição. A simulação é uma boa forma de melhorar a Tomada de Decisão (Lehrer, 2010), assim o treino deve promover situações reais de jogo e repetir essas situações, através da repetição, mas não a repetição por si só. A repetição das mesmas situações várias vezes, é importante ser feita com o objetivo de dotar o jogador de diferentes resoluções para uma mesma situação, uma vez que no Jogo este irá vivenciar situações muito semelhantes (mas nunca iguais!), conseguindo estar afinado a estas variações, e também ser capaz de resolver o mesmo problema de diferentes formas, evitando tornar a sua ação previsível (Araújo, 2006). O exercício deve ser evolutivo e variável, já que é através desta variabilidade que o processo de Tomada de Decisão é potenciado.

O programa de treino deve ser desenvolvido com cenários realistas, de forma a dar oportunidade aos jogadores de avaliar o maior número possível de situações, de os dotar de maior experiência perante determinados eventos (Klein, 1998). É através da manipulação do contexto que aumentamos o impacto do desempenho das tarefas de treino, o treinador não deve ser apenas um mero aplicador de exercício, mas sim um criador e gestor desses exercícios, proporcionando um melhor desenvolvimento do jogador. Não pode deixar o jogo correr aleatoriamente, deve organiza-lo em função dos objetivos definidos, devendo centrar a sua ação essencialmente na seleção e organização de tarefas de treino que permitam orientar a ação exploratória do jogador de forma a aumentar a sua eficácia em campo, de forma a permitir que este permita descobrir e explorar as suas próprias soluções (Araújo, 2006). A organização das tarefas deve apelar ao funcionamento autónomo do jogador, levar o jogador a descobrir as soluções em vez de impor determinados comportamentos, de forma a atingir uma performance superior os jogadores devem ser confrontados com uma intervenção prática que lhes permita melhorar a estrutura de conhecimentos da memória (Casanova, 2012). Na planificação do programa devem ser cumpridas etapas pelo treinador, este deve definir as decisões que os atletas devem tomar em competição, e identificar e descrever exemplos que permitam melhorar a decisão, revendo de acordo com as exigências da competição (Araújo, 2006).

Para além da elaboração do processo o treinador tem ainda de ter em atenção determinados aspetos essenciais: diferentes jogadores implicam diferentes abordagens, devendo ter uma atitude de tolerância e de abertura, intervindo diretamente no indivíduo considerando as suas características. Dois jogadores podem decidir de diferente forma, e com sucesso, na mesma situação, as decisões são tomadas em função da posição, do movimento, da velocidade dos colegas e dos adversários e o contexto tem um papel fundamental na seleção de comportamentos por parte dos jogadores (Araújo, 2006). O treinador não deve pressionar os jogadores, nem deixa-los com medo de errar já que o medo e o pânico levam a mais erros, por outro lado deve sim deixa-los motivados e alegres com o Jogo, essa boa disposição torna-os mais criativos (Lehrer, 2010). O treinador tem ainda de ter em atenção aos seus feedbacks, devendo optar mais por um feedback externo, dirigido aos efeitos do movimento no contexto, tentar oferecer aos jogadores informações que dirijam a sua perceção para as variáveis do jogo. Dirigir o feedback para partes do corpo ou para a dinâmica do movimento tem um valor negativo (Araújo, 2006), tal como o excesso de informação, a sobrecarga de informação leva a desconcentração, especialmente em crianças (Lehrer, 2010), uma pequena quantidade de feedback leva a uma aprendizagem tão eficiente como uma alta frequência, sendo fundamental não oferecer uma solução ao jogador, a decisão não pode ser prévia a ação (Araújo, 2006).

Para aprender o jogador deve também estar disposto a tal, tomar parte de prática deliberada para que cada exercitação tenha um objetivo, aumentando e enriquecendo a sua experiência (Klein, 1998). Deve estar preparado para a incerteza das situações de forma a ser bem-sucedido em campo (Araújo, 2006), devendo analisar de forma honesta todas as suas falhas e talentos, capacidades e fraquezas (Lehrer, 2010), refletindo no seu desempenho, algo que é extremamente importante em crianças e jovens (Vickers, 2007).

Capítulo III

Procedimientos Metodológicos

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Para dar resposta aos objetivos do estudo a recolha de informação foi alicerçada numa revisão bibliográfica e documental alicerçada na temática em questão.

De forma a completarmos essa informação, realizamos seis entrevistas com estrutura aberta, com o entrevistado a dispor de uma grande liberdade de resposta.

“As perguntas abertas podem trazer várias vantagens, pois, podem dar mais informações ao investigador sobre o assunto tratado, na grande maioria das vezes dão informações mais ricas e detalhadas, e por vezes dão informações inesperadas que podem ser úteis para cumprir com os propósitos do presente estudo.”
(Oliveira, 2012, pág. 51).

Procedendo a uma análise do conteúdo, procuramos relacionar o que foi referido pelos entrevistados com as categorias e subcategorias por nós identificadas como fundamentais face aos objetivos do trabalho.

3.1 Caracterização da Amostra

De acordo com os objetivos do estudo foram selecionados:

- Professor Doutor Júlio Garganta, professor associado da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto;
- Professor Doutor Filipe Casanova, professor auxiliar convidado da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto;
- Professor José Manuel Ferreira, coordenador pedagógico dos escalões de formação do Padroense Futebol Clube;

- Professor Rui Pacheco, coordenador da Associação Juvenil Escola de Futebol Hernâni Gonçalves;

- Vítor Baía, ex-guarda-redes do F. C. Porto, F. C. Barcelona e seleção nacional;

Domingos Paciência, ex-jogador do F. C. Porto e seleção nacional; treinador de Futebol, tendo passado por clubes como A. Académica de Coimbra, S. C. Braga, Sporting C. ou R. C. Deportivo de la Coruña;

3.2 Categorias e Subcategorias da Entrevista

Face aos objetivos propostos identificamos 3 grandes categorias, com várias subcategorias, sendo elas:

- Experiência: hábitos de Jogo; Leitura de Jogo; Visão de Jogo; Cultura Tática;
- Criatividade: Inteligência de Jogo; Imprevisibilidade;
- Contexto: Constrangimentos; Qualidade Técnica; Atributos Físicos;

Capítulo IV

Análise e Discussão das Entrevistas

4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DAS ENTREVISTAS

Após a realização da revisão bibliográfica e das entrevistas foram analisadas as respostas dos entrevistados, no sentido de relacionar o conteúdo das mesmas com as categorias definidas.

4.1 A Importância de uma boa Decisão

Relativamente a temática da Tomada de Decisão, todos os entrevistados a consideram como decisiva na performance de um jogador, argumentando que no Jogo estes se encontram constantemente a decidir, entrando em concordância com a literatura revista, destacando que o jogador decide com a informação que recebe do Jogo.

“O jogo de Futebol é um jogo essencialmente decisional, em que o jogador quando está em jogo está sempre a tomar decisões, quer quando tem a bola, quer quando está sem ela.”

(Entrevistado C)

Face a isto, defendem que a Tomada de Decisão deve ser potenciada com o uso de todos os ingredientes do Jogo, devendo o treinador ser capaz de manipular os constrangimentos existentes no Jogo, oferecendo situações de prática semelhante às encontradas em competição

“Devemos recriar no treino aquilo que o jogo tem. E se nós conseguirmos passar isso em termos do jogo para o treino, acho que estamos a trabalhar da forma mais próxima do jogo”

(Entrevistado C)

“Em primeiro lugar, transferir todo o tipo de comportamentos de jogo para o treino. Segundo, tentar inserir nos exercícios de treino diferentes constrangimentos que poderão depois assimilar os mecanismos decisoriais, para que quando confrontando com o jogo, estes sejam realizados de forma assertiva.”

(Entrevistado E)

Os entrevistados defendem ainda ser essencial o treinador oferecer liberdade de ação ao jogador, permitindo-o descobrir e experimentar por si mesmo, evitando situações onde lhe é dada rapidamente a solução, devendo antes guiá-lo na sua descoberta, lembrando que cada jogador deve ser tratado e acompanhado de forma diferente, merecendo atenção individual, o que revela concordância com a revisão literária. Cada jogador possui características únicas, devendo o treinador ser capaz de adequar o tratamento às complexidades individuais de cada um, no sentido de potenciar da melhor forma a sua evolução.

“É importante que essa Tomada de Decisão seja feita quanto mais não seja em liberdade e que essa Tomada de Decisão permita aumentar até os aspetos psicológicos de autoestima e confiança para que o processo de jogo seja cada vez mais evoluído.”
(Entrevistado A)

“No alto rendimento é a equipa que conta mais, na formação cada jogador conta por si só, a sua formação, o seu desenvolvimento é fundamental para depois chegarmos a esses patamares.”
(Entrevistado F)

Os entrevistados consideram ainda que os treinadores devem fazer uso de imagens visuais de forma a fornecer um meio útil de apoio aos jogadores de compreensão do Jogo, aperfeiçoando a sua Tomada de Decisão. O uso do vídeo é extremamente útil, seja para dar referências aos jogadores do comportamento idealizado em determinada situação, ou para exibir momentos do Jogo onde o jogador executa uma ação, correta ou incorreta, garantindo uma maior assertividade no seu comportamento em Jogo.

“Também visionar ações, que é um instrumento de treino útil para melhorar a capacidade de decisão.”
(Entrevistado E)

4.2. Potencial Criativo do Futebol, que Futuro?

Todos os entrevistados concordam que existe uma possibilidade de se verificar um decréscimo criativo no Futebol, principalmente devido à redução do Jogo de Rua, onde as crianças podiam desenvolver o seu Futebol de forma livre,

com um grande número de horas de prática. É expressada uma preocupação relativamente à esta temática pelos entrevistados, temendo o surgimento de gerações de jogadores com uma formação mais mecanizada, com forte capacidade tática mas pouca expressão criativa, o que vai de encontro a revisão bibliográfica.

*“A partir de determinado momento o Futebol passa a ser diferente e passa a ser um Futebol com distribuição de funções para com os jogadores que acaba por padronizar o Futebol, fazendo com que o Jogo hoje seja mais massudo que há uns anos atrás”
(Entrevistado D)*

Os entrevistados consideram o Futebol de Rua extremamente rico em constrangimentos e estímulos capazes de potenciar a tomada de decisão e de desenvolver determinados aspetos (não apenas dentro do Futebol) como a técnica, a velocidade, ou o aprender a cair. É um espaço de grande liberdade, onde tudo o que o jogador faz é Jogo, sob as mais variadas formas. Apenas se preocupam em Jogar, sem alguém a orientar ou a pressionar, com uma grande liberdade para experimentar e testar movimentos dentro do Jogo, extremamente rico em estímulos variáveis. Consideram mesmo essencial que os clubes sejam capazes de transportar para o treino pedaços desse Futebol, sob o risco de perdermos a riqueza que o Jogo de rua oferece na evolução dos jogadores, criticando a preocupação excessiva de muitos treinadores em encher os jogadores de funções e de tarefas, com muito foco no trabalho tático desde cedo, castrando a sua liberdade de decisão, limitando a sua expressão criativa.

*“Os treinadores apenas estão preocupados com a organização da equipa, com alguma mecanização que pretendem que os jovens tenham, muitas vezes não dando liberdade.”
(Entrevistado C)*

*“Passar a haver nos clubes aquilo que antes se fazia nas ruas... neste momento não podemos querer que se jogue Futebol de Rua na rua, mas o ideal é trazer para o clube aquilo que de bom tinha esse Futebol.”
(Entrevistado C)*

Outro aspeto considerado potencialmente nefasto na formação de futebolistas é o impacto atual dos computadores, do papel que estes

representam na sociedade atual. Todas as crianças têm acesso a um computador (ou consola de jogos), passando várias horas, sentadas, em frente a um ecrã. Isto resulta num decréscimo elevado do tempo passado a brincar, a correr, a saltar, levando a que as crianças hoje em dia tenham maiores problemas ao nível da coordenação motora, chegando aos clubes com atrasos a esse nível, obrigando a uma iniciação para o Jogo mais ligada ao movimento, iniciando a prática do Futebol mais tarde. Jogam, mas sentados com um comando, acabando por perder horas de prática fundamentais para a potenciação do talento, passando horas a repetir movimentos num computador. Esta questão acaba por estar também ligada à situação anterior, sendo que os entrevistados também consideram que estas mudanças nos comportamentos das crianças poderão traduzir-se num Jogo mais mecanizado, com jogadores mais idênticos dentro do Jogo, com uma redução da criatividade no Futebol.

“O que acontece é que o nível de jogo que apresentam hoje, é menor do que aquele que fariam há uns tempos atrás... Este tipo de atividade (playstation), que são muito repetitivas, poderão, eventualmente, tirar alguma criatividade na capacidade de pensar, de tomar decisões e agir por elas próprias, porque elas já estão habituadas a agir de forma quase mecânica.”
(Entrevistado C)

“O Futebol a partir de determinado momento passou a ser mais robotizado.”
(Entrevistado D)

“O que denoto é que há uma formação mais escolar, mais programada... se nós começarmos a tecnificar em demasiada e demasiado cedo o ensino do Futebol... se não dermos lugar ao aparecimento... desses espaços para as crianças e os jovens se exprimirem livremente a jogar... penso que vamos ter equipas mais estereotipadas, jogadores mais programados.”
(Entrevistado F)

“Do ponto de vista das vivências corporais, da predisposição para as atividades desportivas, sabemos quais são estas implicações, e são notórias: é a perda de cultura, do desenvolvimento do esquema corporal, da noção que temos do nosso corpo e da relação dele com o envolvimento e isso vai-se deteriorando.”
(Entrevistado F)

4.3. O Valor do Jogo na Aprendizagem

Conforme já foi observado, todos os entrevistados consideram que o tempo de prática atual é curto, face ao que era verificado anteriormente, onde às crianças jogavam durante horas na rua. O tempo de Jogo que o Futebol de Rua oferecia é extremamente complicado de ser recuperado, pertencendo aos clubes a difícil tarefa de amenizar essas perdas, uma vez que é fundamental os jogadores disporem de um elevado número de horas de prática para potenciar o seu talento. Mas isso nem sempre é possível, uma vez que os clubes não conseguem oferecer muitas horas de treino, sendo que muitas vezes esse treino oferecido não tem a qualidade necessária para potenciar o talento dos jogadores da melhor forma.

*“Estamos numa fase em que os clubes ainda precisam de aumentar o tempo de treino, treinam pouco”
(Entrevistado F)*

*“Temos de nos preocupar com a qualidade... nos clubes de topo, que se preocupam com a quantidade e a qualidade do treino... um jogador que a partida não tinha grandes possibilidades, pelo menos não era identificado como talento, mas que... acaba por entrar, e as tantas esse jogadores revela-se... porque teve a oportunidade de entrar num clube que o melhorou.”
(Entrevistado F)*

A importância da Tomada de Decisão foi alvo de relevância por parte de todos os entrevistados, com estes a considerarem que o Jogo é essencialmente decisional, com os jogadores constantemente a terem de decidir, com esta decisão a depender da interação do jogador com o contexto, tal como foi referido na literatura. Por isto, os entrevistados sugerem que se deve dar uma grande ênfase ao uso do Jogo no treino, de forma a fornecer experiência de jogo e todos os aspetos positivos que essa experiência contém, potenciando as Tomadas de Decisões dos jogadores.

*“O Futebol é para pessoas inteligentes e as Tomadas de Decisão têm um valor importantíssimo, quanto mais eficazes, mais rápidas mais corretas e eficientes forem, melhor”
(Entrevistado A)*

“A forma de pensar o treino pelos treinadores deverá ser diferente... Há necessidade de o treinador fazer a gestão do treino e que coloque em grande parte a questão do jogo e não perca tempo com algumas coisas, como aspetos de trabalho analítico”
(Entrevistado A)

“Dar-lhes muito jogo. Dar-lhes aquilo que lhes falta na rua e potenciar isso ao máximo.”
(Entrevistado B)

“O que eu digo é que o jogo de Futebol é um jogo essencialmente decisional, em que o jogador quando está em jogo está sempre a tomar decisões”
(Entrevistado D)

“As situações mais analíticas, fora do contexto do jogo, embora sejam importantes em termos de aprendizagem, fundamentais são aquela... que exigem aspetos que são a essência do jogo.”
(Entrevistado D)

A utilização de jogos reduzidos no treino foi apoiada pelos entrevistados, no sentido de procurar recuperar a quantidade de prática que o Futebol de Rua oferecia aos jovens, potenciando ainda todas as componentes que o jogador utiliza durante o Jogo. Os entrevistados consideram que através de jogos em espaço mais curtos, com um menor número de jogadores e uma menor complexidade, os jogadores são capazes de perceber melhor o ambiente e os constrangimentos que os rodeiam, sendo obrigados a decidir mais rapidamente, estando constantemente a ser colocados no centro do jogo. Isto leva a que o jogador esteja mais vezes em contacto com a bola, pensando muito mais o Jogo. Tem ainda a vantagem de o jogador treinar em Contexto de Jogo, potenciando as Capacidade Motoras específicas, uma vez que, embora o campo seja mais curto, obriga os jogadores a uma movimentação constante, obrigando-os a chegar rapidamente a um local dentro do jogo, dotando o exercício de uma intensidade tremenda.

“O campo reduzido obriga o teu cérebro a assimilar tudo muito mais rapidamente, obriga a uma capacidade de decisão muito mais rápida, porque o jogo é isso... para te adaptares a um jogo com uma intensidade alta nada melhor que espaços curtos.”
(Entrevistado B)

“A única forma que me parece viável é a utilização de jogos reduzidos, para tentar recuperar isso mesmo. Parece-me que já foi demonstrado na investigação, que

de facto a prática é muito importante para a evolução, crescimento e compreensão de jogo de um atleta”
(Entrevistado E)

“A utilização dos jogos condicionados, jogos reduzidos... são benéficos para trabalhar todas as componentes que são importantes para a expressão num Jogo de Futebol”
(Entrevistado F)

“A redução do espaço e da complexidade são importantes no ponto de vista da cobertura, do ponto de vista físico do espaço, de eu chegar rapidamente a um sítio e também do ponto de vista percetivo-decisional”
(Entrevistado F)

4.4. A Criação de Bons Hábitos na Evolução dos Jogadores

Na opinião dos entrevistados as crianças devem começar por ganhar hábitos de jogo, aumentando cada vez mais a sua complexidade. A aquisição desses hábitos vai fazer com que eles os automatizem e sejam capazes de realizar ações quase sem pensar, libertando a sua atenção para outros aspetos do Jogo. Porém, consideram imperativo as crianças terem acesso a um grande número de situações de prática sob variados estímulos, caso contrário apenas serão capazes de resolver problemas semelhantes. Repetir o exercício com variação: receber primeiro dum lado, depois do outro aumenta as (nossas) possibilidades de resposta, ganhando soluções que são depois passadas para o nosso subconsciente. Aumentar o (nosso) leque de soluções técnicas aumenta também a nossa capacidade tática, uma vez que possuímos mais soluções face aos problemas com que nos deparamos no Jogo. Isto permite que a Tomada de Decisão seja mais rica, mais inesperada, uma vez que possuímos elevados recursos de resolução de um problema, não ficamos constrangidos a apenas uma solução.

“Quanto mais tempo passarmos com uma bola, e quanto mais tempo insistirmos naquilo que queremos, tenho a certeza até pela experiência vivida, que melhorámos e conseguimos ficar mais perfeccionistas”
(Entrevistado D)

“Há aspetos da técnica individual... que vão sendo automatizados à medida que nós vamos treinando, ou seja, a forma como eu recebo, como coloco o pé nos

diferentes momentos, vou passando isso para níveis subcorticais, para quê? Para me libertar para o Jogo,
(Entrevistado F)

“A ideia é esta, quanto melhor técnica nos tivermos, menos temos de nós preocupar com isso, depois estamos preocupados com o resto”
(Entrevistado F)

Todos os entrevistados consideram a repetição fundamental no ensino/aprendizagem do Futebol, considerando mesmo que não existe aprendizagem sem repetição. Mas consideram que esta repetição deve ser uma “repetição sem repetição”, no sentido de o jogador ser capaz de se adaptar às variabilidades que caracterizam o Jogo, estando em concordância com a revisão da literatura. Defendem que o uso de situações analíticas deve ser evitado, embora em circunstâncias específicas considerem que possam ser úteis no sentido de completar a aprendizagem.

“Primeiro acho muito importante privilegiar-se a dimensão do Jogo. O Jogo consegue ter os ingredientes importantíssimos... da variabilidade”
(Entrevistado A)

Os entrevistados consideram ainda que o treinador deve potenciar determinados princípios e subprincípios de jogo que pense serem fundamentais, oferecendo coordenadas aos jogadores acerca das características de jogo que pretendem. Desta forma os jogadores possuem modelos, orientado a sua ação em função do que foi trabalho no treino, colocando em prática os princípios de Jogo idealizados, adquirindo certas rotinas coletivas. Porém, alguns entrevistados ressaltam que poderá ser perigoso repetir de forma exagerada alguns movimentos, uma vez que o Jogo é extremamente dinâmico e não conseguimos colocar no treino todas as vertentes do Jogo. Consideram ainda ser extremamente importante trabalhar os princípios e subprincípios em situações de grande variabilidade, para que os jogadores estejam preparados para a dinâmica e imprevisibilidade que o jogo possui. Um aspeto considerado fundamental onde a repetição pode ter um grande valor, é no treino de esquemas táticos.

“Os treinadores devem dar algumas indicações, podemos-lhes chamar alguns princípios de jogo, no sentido de nortear a ideia que tem para que os jogadores possam seguir essa forma de pensar.”

(Entrevistado A)

“Nós devemos dar referências aos jogadores nas situações em relação ao que devem fazer... Não pode ser uma repetição mecânica das ações dinâmicas de jogo, mas deverá haver alguns princípios de jogo.”

(Entrevistado C)

“Houve um ano que ganhei um jogo através de um livre estudado... Serviu para dizer aos jogadores que vale a pena treinar, que vale a pena repetir”

(Entrevistado C)

“Nós podemos querer automatizar algo neste conjunto de ações que é a forma como saímos no primeiro momento... mas o que sabemos é que o adversário também lá está, e podemos querer que os jogadores se movimentem numa determinada direção e o adversário tapa esses espaços... Então o que falamos é em princípios e subprincípios”

(Entrevistado F)

Os entrevistados defendem que é extremamente importante o treinador explicar o que pretende dos seus jogadores e o porquê da realização de um determinado exercício e das características de um modelo de Jogo, até porque consideram que qualquer pessoa tem direito a conhecer o porquê de realizar qualquer ação que lhe é pedida. Uma boa explicação garante aos jogadores maior conhecimento acerca das ideias do treinador, assim como compreendem a finalidade das situações e o papel que representam na tarefa, indo de encontro à revisão bibliográfica. Isto é extremamente importante no sentido de uma maior certeza na decisão, assim como de uma maior consciencialização de qualquer Erro cometido. E embora os entrevistados concordem que isso pode ser extremamente complicado, especialmente na relação com crianças e jovens, defendem-no como fundamental, tendo o treinador de adequar a sua explicação às crianças, facilitando a sua aprendizagem, dando-lhes a conhecer os porquês das ações comportamentais, fazendo-as reconhecer o que lhes é pedido e assimilando o modelo de Jogo proposto, conhecendo-o o que poderão ganhar no futuro com as ações executadas naquele momento.

“Eu acho muito importante o treinador acreditar nisto e perante estas premissas, tentar comunicar com os miúdos, porque os miúdos são inteligentes, eles percebem se nós lhes explicarmos bem.”

(Entrevistado A)

*“É preciso explicar tudo. Se não o sabe fazer, mais vale vir outro que saiba”
(Entrevistado B)*

*“Em todas as atividades que fazemos na vida, quando temos uma situação em que compreendemos o seu porquê, o nosso empenhamento vais ser maior...”
(Entrevistado C)*

*“Aquele professor que consiga explicar bem, que tenha noção da realidade, de qual é a ambição de cada criança... um professor que consiga ter a consciência de tudo isso, ajuda e muito na formação desses miúdos.”
(Entrevistado D)*

*“As pessoas têm o direito de saber porque é que lhes são pedida determinadas coisas. E neste caso há um fator acrescido que é o facto de quanto melhor os jogadores compreenderem aquilo que vão fazer, melhor podem lidar com o erro.”
(Entrevistado F)*

Todos os entrevistando definem o Erro com um aspeto fulcral, não só no ensino do Futebol, mas também na nossa vida, olhando para ele, não como elemento a rejeitar, mas com método de aprendizagem, consideram ser um dever do treinador fazer com que os jogadores sejam capazes de lidar com o Erro, assumi-lo e aproveitá-lo na sua aprendizagem, o que vai de acordo com a revisão bibliográfica.

*“O Erro faz parte da aprendizagem para o sucesso”
(Entrevistado A)*

*“Nós aprendemos com o erro, temos de estar preparados, primeiro para o assumir, segundo para sermos retificados”
(Entrevistado E)*

*“O Erro tem uma importância estruturante no treino e na nossa vida. Nós aprendemos através dos erros... Nós temos de viver as situações para saber i que dói, e é por isso que se diz muitas vezes que se aprende mais nas situações adversas do que naquelas que nos são favoráveis.”
(Entrevistado F)*

Alguns dos entrevistados alertam para a importância da descoberta guiada, considerando que os treinadores devem evitar oferecer de pronto uma solução aos jogadores, deixando-os perceber a solução por eles próprios aquando da decisão e o porquê de terem cometido determinado Erro, aumentando o seu entendimento do Jogo e tornando-os capazes de

identificarem os seus próprios erros. É papel do treinador fazer com que os jogadores se sintam seguros e confortáveis para errar, com uma grande liberdade de ação, fundamental para potenciar a tomada de decisão e a criatividade dos jogadores, até porque muitas das vezes os jogadores vão mesmo conseguir encontrar uma solução, muitas vezes diferente da pensada pelo treinador, inclusive mais acertada. Alguns entrevistados referem que antigamente os treinadores não davam qualquer espaço para errar, e que essa forma de agir perante o erro acaba por reprimir qualquer ação futura.

“No meu tempo os treinadores não me proporcionavam momentos de descobrir o erro, de perceber o erro, e perceber o erro obriga a compreender melhor o jogo. Davam-me a solução.”
(Entrevistado A)

“O feedback interrogativo é muito mais consciencializador da aprendizagem do que ser o professor a dar a resposta.”
(Entrevistado C)

“Há diferentes formas de retificar, e essa é que é a principal questão”
(Entrevistado E)

4.5. Estado da Formação Futebolística em Portugal

Consideramos importante conhecer a opinião dos entrevistados relativamente à forma como se trabalha a formação em Portugal. Embora não tenha relação com os objetivos do trabalho, desta forma obtemos conhecimento acerca das impressões dos entrevistados em relação a temática.

A ideia que transparece de forma unânime, entre os entrevistados, é a de que a formação em Portugal se encontra a um bom nível, principalmente em comparação com alguns aspetos do passado. Os entrevistados destacaram principalmente a qualidade atual dos treinadores portugueses, referindo ter existido uma evolução, especialmente no que toca aos treinadores da formação.

Esta constatação pode ser edificada nos resultados positivos que as seleções mais jovens têm alcançado a nível internacional, assim como na excelente reputação do treinador Português no estrangeiro.

4.5.1. Possíveis Mudanças na Promoção de um Melhor Futebol

Tendo oportunidade de o fazer, os entrevistados sugeriram algumas alterações possíveis, no sentido de evoluir o nível de jogo nos escalões mais jovens e potenciar a evolução de jogadores.

Alguns entrevistados consideram importante existir uma alteração nos calendários competitivos nos escalões jovens, de forma a promover uma maior competitividade, evitando resultados desequilibrados que muitas vezes levam a competições desniveladas e a grandes desmotivações por parte das crianças; alertando ainda para a necessidade de aumentarmos o número de horas de competição, garantido mais tempo de prática em Jogo aos jovens.

“Não se promove a competitividade por nível de aptidão de jogadores... houvesse uma primeira fase ou apenas uma primeira volta do campeonato para agrupar as equipas e depois então fazer uma segunda fase mais competitiva”
(Entrevistado C)

“A questão da estruturação dos calendários competitivos. Deixarmos de ter situações em que há equipas a jogar que perdem 20-0 e depois passados alguns jogos são eliminados e deixam de jogar”
(entrevistado F)

Os entrevistados alertam ainda para uma obsessão pelo coletivo, com muitos treinadores a centrarem-se demasiado na evolução das equipas, descurando a parte individual. Apesar de ser um problema relacionado com o treino, os entrevistados consideram que isso é um mal geral nas pessoas que acompanham a formação de perto, considerando que na grande maioria dos casos os treinadores dão elevado destaque à equipa no sentido de obter os melhores resultados no fim-de-semana, uma vez que o seu trabalho é muitas vezes avaliado tendo por base os resultados obtidos. Apenas com uma mudança de mentalidade, com os clubes a optarem por um modelo onde o ganhar a longo prazo se afigure como mais importante é possível mudar esse aspeto, dando também destaque a um treinador capaz de formar bem. Até porque muitas vezes perdemos potenciais talentos, optando por jogadores mais corpulentos, que ofereçam mais garantias no presente, tirando espaço a miúdos mais franzinos.

“O ganhar é importante, mas se formarmos com qualidade estamos mais perto de ganhar, do que se formarmos com base no resultado imediato, porque o ganhar não é só agora, é ganhar agora e depois, embora no Futebol de Formação o ganhar no imediato muitas vezes é aquilo que as pessoas procuram e daí que se note as chicotadas psicológicas no Futebol de Formação.”

(Entrevistado C)

“O que é importante neste caso, é que ao nível da formação as pessoas percebam desde cedo que para sermos melhores há momentos que implicam que nós não tenhamos de ganhar, temos de ganhar competências, não resultados desportivos. Se alguém tiver dúvidas pode ver para mim aquele que é o exemplo máximo a escala mundial que é o Barcelona... Eles falam que desde o início havia aspetos importantes a trabalhar, mas uma das coisas que lhes diziam é que o importante era a formação. Mesmo que não conseguissem ganhar jogos ali, era importante que conseguissem ganhar competência e estatuto para irem ascendendo.”

(Entrevistado F)

“Se nós continuarmos a acentuar a tónica do discurso aí claro que estamos a fazer com que os treinadores trabalhem para salvar a pele”

(Entrevistado F)

O Entrevistado F considera que a deteção de talentos nem sempre é realizada de forma correta, alertando para o perigo de perdermos jogadores muito cedo, uma vez que são poucos os clubes capazes de oferecer uma prática de qualidade aos jovens. Defende a criação de boas condições de trabalho e de treino, alargando o número de clubes capazes de potenciar talentos da melhor forma, capazes de oferecer horas de prática com elevada qualidade, uma vez que o tempo de prática oferecido às crianças é, por si só, insuficiente.

“Em vez de falarmos em deteção de talentos para depois selecionarmos os melhores jogadores mais adiante, deve-se fazer: primeiro desenvolver as pessoas, criando boas condições de trabalho e de treino, e depois é que se vê quem é talento.”

(Entrevistado F)

“Estamos numa fase em que os clubes ainda precisam de aumentar o tempo de treino, treinam pouco”

(Entrevistado F)

4.5.2. Quando Começar a Jogar?

Todos os entrevistados consideram fundamental que a prática se inicie cedo, para que o jogador seja alvo do maior número de estímulos possível.

Embora nenhum entrevistado considere existir uma idade ideal para começar a Jogar, todos acham que o jogador primeiro começa a brincar ao Futebol. No entanto, foi referido que a partir dos 4/5 anos será a idade mais indicada para se começar a Jogar (com as devidas ressalvas que a idade obriga), desde que a criança tenha capacidades motoras e coordenativas para o fazer, e seja capaz de perceber o Jogo; embora ainda exista um grande egocentrismo nestas idades, fruto de uma percepção de Jogo muito individual.

As capacidades coordenativas são referidas por alguns dos entrevistados como fundamentais para o início da prática, considerando que é essencial que se tenha atenção a essas capacidades, já que as crianças muitas das vezes têm dificuldades em correr e virar-se, precisam primeiro de uma aprendizagem motora, resolver as suas dificuldades na corrida, nas viragens, etc, para adquirirem uma afinidade motora superior. Requerendo o Futebol uma grande locomoção do trem inferior, a criança muitas vezes não possui as capacidades motoras necessárias para participar no Jogo, devendo primeiro trabalhar-se esse aspeto, criando-lhe bases para o Jogo.

*“Se eu não sei correr, caio ao virar-me ou a saltar, eu tenho algumas dificuldades depois em lidar com os problemas do Jogo.”
(Entrevistado F)*

Capítulo V

Considerações Finais

V. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Perante o estudo da revisão bibliográfica e análise do conteúdo das entrevistas, procurou-se aprofundar o conhecimento das diversas problemáticas a ter em conta no treino da Tomada de Decisão em crianças e jovens.

Tendo plena consciência dos objetivos pré-definidos e das categorias consideradas fundamentais na elaboração das entrevistas, o presente estudo considera: 1) a Tomada de Decisão é potenciada no Jogo, com o jogador a decidir de acordo com as informações que recebe do ambiente, pelo que o treino deve passar por criar situações próximas das que o jogador irá encontrar em competição, pertencendo ao treinador a tarefa de gerir os constrangimentos no treino, treinando em função dos princípios e subprincípios que pretende mas para a incerteza do Jogo; 2) a extinção do Futebol de Rua obriga que os clubes consigam recriar os aspetos que a caracterizam, sob o risco de perdemos qualidade decisional, criativa e de Jogo no futuro; 3) cada jogador deve ser tratado de forma diferente, pois cada um possui diferentes características, devendo o ensino do Jogo e o seu contexto ser adequado à realidade da criança, sendo que ainda verificamos muitas situações onde as crianças jogam em contextos desadaptados à sua realidade, mesmo na competição formal; 4) as crianças devem ter possibilidades de experimentar situações de grande liberdade no Jogo, tendo espaço para brincar e descobrir o Jogo por elas próprias, não castrando a sua liberdade, uma vez que cortando essa liberdade, corremos o risco de vir a perder criatividade no Jogo; 5) a utilização de jogos reduzidos revela-se fundamental para combater o problema do tempo de prática e para promover um contexto de decisão privilegiado, devendo o treinador evitar o uso de situações analíticas, servindo-se delas apenas como complemento no ensino/aprendizagem do Jogo; 6) a criação de hábitos de Jogo nas crianças é fundamental, de forma a poderem progredir na sua aprendizagem; 7) as crianças devem usufruir do máximo de tempo de prática possível, devendo os clubes preocuparem-se não só com a quantidade (que de facto, é pouca), mas também com a qualidade; 8) a falta de espaços para brincar e Jogar na rua pode traduzir-

se num atraso coordenativo, fazendo com que as crianças entrem nos clubes com maiores dificuldades nesse particular; 9) o treinador deve ser capaz de se fazer entender, para que as crianças e jovens consigam perceber o que lhes é pedido e o porquê de o fazerem; 10) as crianças e jovens devem-se sentir confortáveis em relação ao Erro, aceitando-o como um instrumento de aprendizagem.

A Tomada de Decisão representa um papel fundamental na performance do jogador em competição, guiando-o no Jogo. É determinante sermos capazes de formar jogadores com uma Tomada de Decisão criativa, sob pena de comprometermos o futuro do Futebol.

Capítulo VI
Referências Bibliográficas

VI: REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Adelino, J., Vieira, J., e Coelho, O. (1999). *Treino de Jovens. O que todos precisam de saber!* Centro de Estudos e Formação Desportiva.

Afonso, J., Garganta, J., e Mesquita, I. (2012). A tomada de decisão no desporto: o papel da atenção, da antecipação e da memória. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 14 (5); 592-601.

Ali, A. (2011). Measuring soccer skill performance: a review. *Scandinavian Journal of Medicine e Science in Sports*, 21, 170-183.

Araújo, D. (2005). *O contexto de decisão – A acção táctica no desporto.* Visão e Contextos.

Araújo, D. e Passos, P. (2008). Fundamentos do treino da tomada de decisão em desportos colectivos com bola. In J. Garganta, A. Graça, I. Mesquita e F. Tavares (Eds.). *Olhares e Contextos da Performance nos Jogos Desportivos* (pp. 70 – 78). Faculdade de Desporto. Universidade do Porto.

Bačagué, N., Hristovski, R., Vazquez, P. (2008). Ecological Dynamics approach decision making in sport. Training issues. *Ugdymas kuno kultūra sportas*, nº 4 (71), 11-22.

Baker, j., Côté, J. (2003). Sport-Specific Practice and the Development of Expert Decision-Making in Team Ball Sports. *Journal of applied sport psychology*, 15, 12-25.

Bayer, C. (1979). *L'enseignement des jeux sportifs*. Éditions Vigot.

Blomqvist, M., Vanttinen, T., Luhtanen. (2005). Assessment of secondary school student's decision making and game-play ability. *Physical Education and Sports Pedagogy*, vol.10, nº 2, p. 107-119.

Gutierrez Diaz Del Campo, D., Gonzalez Villora, S., Garcia Lopez L. M. (2011). Differences in decision-making development between expert and novice invasion game players. *Perceptual and Motor Skills*, 112, 3, 871-888.

Campos, C. (2008). *A justificação da Periodização Táctica como uma fenomenotécnica. “A singularidade da INTERVENÇÃO DO TREINADOR como a sua impressão digital”*. MCSPORTS.

Casanova, F (2012). *Perceptual-Cognitive Behavior in Soccer Players: Response to Prolonged Intermittent Exercise*. Dissertação de Doutoramento em ciências do Desporto apresentada à Faculdade de Desporto, da Universidade do Porto.

Costa, J., Garganta, J., Fonseca, A., Botelho, M. (2002). Inteligência e conhecimento específico em jovens futebolistas de diferentes níveis competitivos. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, vol. 2, nº 4, 7-20.

Cunha, J. (2007). *Formar para a Excelência em Futebol. Estudo comparativo entre a percepção de Jogadores e Treinadores, sobre a importância dos factores de treino, durante o processo de formação*. Universidade do Porto, Faculdade de Desporto.

Damásio, A. (1994). *O Erro de Descartes – Emoção, Razão e Cérebro Humano*. Publicações Europa – América.

Damásio, A. (1999). *O Sentimento de Si – O Corpo, a Emoção e a Neurobiologia da Consciência*. Publicações Europa – América.

Damásio, A. (2003). *Ao Encontro de Espinosa – As emoções Sociais e a Neurologia do Sentir*. Publicações Europa – América.

Damásio, A. (2010). *O Livro da consciência – A Construção do Cérebro Consciente*. Temas e Debates – Círculo de Leitores.

Drust, B., Atkinson, G., Reilly, T. (2007). Future Perspectives in the Evaluation of the Physiological Demands of Soccer. *Sports Med*, 37 (9), p. 783-805.

Duarte, R., Araújo, D., Davids, K., Travassos, R., Gazimba, v., Sampaio, J. (2012). Interpersonal coordination tendencies shape 1vs1 sub-phase performance outcomes in youth soccer. *Journal of Sports Science*, 30(9), p. 871-877.

Duarte, R., Freire, L., Gazimba, V., Araújo, D. (2010). A Emergência da Tomada de Decisão no Futebol: da Decisão Individual para a Colectiva. *Universidade do Minho. Actas do VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia, 2010, pp. 1829-1839*.

Eysenck, M., Derakshan, N., Santos, R., Calvo, M. (2007). Anxiety and Cognitive Performance: Attentional Control Theory. *Emotion*, vol. 7, nº 2, 336-353.

Faria, R., Tavares, F. (1997). O comportamento estratégico. Acerca da Autonomia da Decisão nos Jogadores de Desportos Coletivos (1997). In J. Oliveira e F. Tavares (Eds.), *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos* (pp. 33 – 38). Centro Estudos dos Jogos Desportivos. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Fonseca, H. (2006). *Futebol de Rua, um fenómeno em vias de extinção? Contributos e implicações para a aprendizagem do jogo*. Universidade do Porto, Faculdade de Desporto.

Fontana, F., Mazzardo, O., Mokgothu, C., Furtado, O., Gallagher, J. (2009). Influence of Exercise Intensity on the Decision Making Performance of Experienced and Inexperienced Soccer Players. *Journal of Sports e Exercise Psychology*, 31, 135-151.

Gardner, H. (1993). *Frames of Mind*. Basic Books.

Garganta, J., e Oliveira, J. (1997) Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos. In J. Oliveira e F. Tavares (Eds.), *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos* (pp. 7 – 23). Centro Estudos dos Jogos Desportivos. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Garganta, J. (1997). Modelação da Dimensão Tática do Jogo de Futebol. In J. Oliveira e F. Tavares (Eds.), *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos* (pp. 63 – 82). Centro Estudos dos Jogos Desportivos. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Garganta, J. (1998). O ensino dos jogos desportivos colectivos. Perspectivas e tendências. *Movimento*, ano IV, nº 8, 19-27.

Garganta, J. (2005). Para uma teoria dos jogos desportivos colectivos. In A. Graça e J. Oliveira (Eds.), *O Ensino dos Jogos Desportivos* (pp. 11 – 26). Faculdade de Ciências de Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Garganta, J. e Pinto, J. (2005). O ensino do Futebol. In A. Graça e J. Oliveira (Eds.), *O Ensino dos Jogos Desportivos* (pp. 97 – 135). Faculdade de Ciências de Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Gaspar, P., Ferreira, J., Pérez, L. (2005). Tomadas de decisão no desporto: o seu ensino em jovens atletas. *Revista MacKenzie de Educação física e Esporte*, ano 4, nº 4, 95-111.

Gerschenfeld, A. (2013). Quando uma decisão-relâmpago é a melhor opção... e pensar não adianta. *Público*. Consult. 28 Março 2013, disponível em <http://www.publico.pt/ciencia/noticia/quando-uma-decisaorelampago-ea-melhor-opcao-e-pensar-nao-adianta-1589481>.

Giacomini, D., Soares, V., Santos, H., Matias, C., e Greco, P. (2011). O conhecimento tático declarativo e processual em jogadores de futebol de diferentes escalões. *Motricidade*, vol. 7, nº 1, 45-53.

Gladwell, M. (2005). *Blink! Decidir num piscar de olhos*. Dom Quixote.

Gladwell, M. (2008). *Outliers*. Dom Quixote.

Gomes, D. (2009). *Alguns Pressupostos determinantes na Formação do Jovem Futebolista*. Universidade do Porto, Faculdade de Desporto.

Graça, A. (2005). Os comos e os quandos no ensino dos jogos. In A. Graça e J. Oliveira (Eds.), *O Ensino dos Jogos Desportivos* (pp. 27 – 34). Faculdade de Ciências de Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Graça, A., e Mesquita, I. (2007). A investigação sobre os modelos de ensino dos jogos desportivos. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, vol. 7, nº 3, 401-421

Graça, A., e Mesquita, I. (2009). Modelos de Ensino dos Jogos Desportos. In A. Rosado e I. Mesquita (Eds.). *Pedagogia do Desporto* (pp. 131 – 163). Faculdade de Motricidade Humana.

Greco, P. (2006). Conhecimento técnico-tático: o modelo pendular do comportamento e da ação tática nos esportes coletivos. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte e do Exercício*, v. 0, pp. 107-129.

Greco, P. (2008). Tomada de Decisão nos Jogos Esportivos coletivos: o conhecimento tático-técnico como eixo de um modelo de pêndulo. In J. Garganta, A. Graça, I. Mesquita e F. Tavares (Eds.). *Olhares e Contextos da*

Performance nos Jogos Desportivos (pp. 149 – 157). Faculdade de Desporto. Universidade do Porto.

Haugaasen, M., e Jordet, G. (2012). Developing football expertise: a football-specific research review. *International Review of Sports and Exercise Psychology*, vol. 5, nº 2, pp. 177 – 201.

Klein, G. (1998). *Fontes do Poder – O Modo como as Pessoas Tomam Decisões*. Instituto Piaget.

Instituto António Houaiss (2001). *Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa*. Círculo de Leitores.

Lapa, A. (2009). *A Importância da Inteligência de Jogo e da Criatividade no Âmbito da Formação e Performance em Futebol. Um Estudo Baseado na Literatura e na Percepção de Treinadores*. Universidade do Porto, Faculdade de Desporto.

Lehrer, J. (2010). *Como decidimos*. Lua de papel.

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

Loureiro, F (2008). *Escolas de Futebol: Que Preocupações?* Universidade do Porto, Faculdade de Desporto.

Machado, J. (2008). *QUEM ERRA... APRENDE. A importância do Erro enquanto constrangimento indissociável do processo de ensino – aprendizagem do Futebol*. Universidade do Porto, Faculdade de Desporto.

Maciel, J. (2008). *A (In)(Corpo)r(Ação) Precoce dum jogar de Qualidade como Necessidade (ECO)ANTROPOSOCIALTOTAL. Futebol um Fenómeno AntropoSocialTotal, que “primeiro se estranha e depois se entranha” e ... logo, logo, ganha-se!* Universidade do Porto, Faculdade de Desporto.

McPherson, S. (1994). The Development of Sport Expertise: Mapping the Tactical Domain. *National Association for Physical Education in Higher Education*, 46, pp. 223-240.

Memmert, D., Furley, P. (2007). “I Spy With My Littler Eye!”: Breadth of Attention, Inattentional Blindness, and Tactical Decision Making in Team Sports. *Journal of Sport e Exercise Psychology*, 29, 365-381.

Memmert, D. (2010). Testing of tactical performance in youth elite soccer. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9, 199-205.

- Mesquita, I. (1997). *Pedagogia do Treino*. Cultura Física.
- Mesquita, I, e Graça, A. (2006). Modelos de Ensino dos Jogos Desportivos. In G. Tani, J. Bento e R. Petersen (Eds.). *Pedagogia do Desporto* (pp. 269-283). Guanabara Koogan.
- Mesquita, I., e Graça, A. (2009). Modelos Intrucionais no Ensino do Desporto. In A. Rosado e I. Mesquita (Eds.). *Pedagogia do Desporto* (pp. 39 – 68). Faculdade de Motricidade Humana.
- Mohr, M., Krustup, P., Bangsbo, J. (2005). Fatigue in soccer: a brief review. *Journal of Sports Science and Medicine*, 23 (6), 593-599.
- Moreno, José Hernandez (1994). *Fundamentos del Esporte. Análisis de las estructuras del juego desportivo*. INDE publicaciones.
- Nascimento, M., e Barbosa, F. (2010). Níveis de associação entre seleccionadores e bateria de testes no processo de detecção de talentos nas categorias de base do Futebol de campo. *Fitness&PerformanceJournal*, 9 | 2, 27-37
- Oliveira, B., Amieiro, N., Resende, N., e Barreiro, R. (2006). *Mourinho. Porquê tantas vitórias?* Gradiva.
- Oliveira, G. (2012). *O Ensino da Tomada de Decisão no Jovem Futebolista. Estudo de Caso nas Escolas de Futebol “Geração Benfica”*. Dissertação de Mestrado em Desporto para Crianças e Jovens apresentada `Faculdade de Desporto, da Universidade do Porto.
- Passos, P., Araújo, D., Davids, K., Shuttlesworth, R. (2008). Manipulating Constrains to Train Decision Making in Rugby Union. *International Journal of Sports Science e Coaching*, vol. 3, nº 1, 125-140.
- Parrant, D., Martin, A. (2010). Developing decision-making in rugby. *Waikato Journal of Education*, 15 (3), pp. 69-86.
- Pinto, J. (1997). A Tática no Futebol: Abordagem Conceptual e Implicações na Formação. In J. Oliveira e F. Tavares (Eds.), *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos* (pp. 51 – 62). Centro Estudos dos Jogos Desportivos. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Pinto, J., e Garganta, J. (1997). Contributo da Modelação da Competição e do Treino para a Evolução do Nível do Jogo no Futebol. In J. Oliveira e F. Tavares (Eds.), *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos* (pp. 83 – 94). Centro Estudos dos Jogos Desportivos. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Psotta, R., Martin, A. (2001). Changes in decision making skill and skill execution in soccer performance: the intervention study. *Acta Univ. Palacki. Olomuc., Gymn., vol. 40, nº 2, 7- 15.*

Raab, M. (2007). Think SMART – not hard – a review of teaching decision making in sport from an ecological rationality perspective. *Physical Education and Sport Pedagogy, vol., 12, nº 1, 1-22.*

Rink, J., French, K. & Tjeerdsma, B. (1996). Foundations for the Learning and Instruction of Sports and Games. *Journal of Teaching in Physical Education, 15, pp. 399-417.*

Roca, A., Ford, P., McRobert, A., Williams, A. (2011). Identifying the process underpinning anticipation and decision-making in a dynamic time-constrained task. *Cogn Process, 12, p. 301-310.*

Roca, A., Williams, A., Ford, P. (2012). Development activities and the acquisition of superior anticipation and decision-making in soccer players. *Journal of Sports Science, 30(15), pp. 1643-1652.*

Santos, J. (2009). *A Intervenção do Treinador no Futebol de Formação. Estudo de Caso com a Professora Marisa Gomes nos escalões de Escolas e Infantis do FC Foz.* Universidade do Porto, Faculdade de Desporto.

Silva, M. (2008). *O desenvolvimento do jogar, segundo a Periodização Tática.* MCSPORTS.

Singer, R. (2000). Performance and human factors: considerations about cognition and attention for self-paced and extrernally-paced events. *Ergonomics, vol. 43, nº 10, 1661-1680.*

Tamarit, X. (2009). *Qué es la “Periodozación Tática?”.* MCSPORTS.

Tani, G. (2005). *Comportamento Motor. Aprendizagem e Desenvolvimento.* Guanabara Koogan.

Tavares, F. (1997). Bases Teóricas da componente Tática nos Jogos Desportivos Coletivos. In J. Oliveira e F. Tavares (Eds.), *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos* (pp. 25 – 32). Centro Estudos dos Jogos Desportivos. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Tavares, F., e Faria, R. (1997) A Capacidade de Jogo como Pré-requisito do Rendimento para o Jogo. In J. Oliveira e F. Tavares (Eds.), *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos* (pp. 33 – 38). Centro Estudos dos Jogos Desportivos. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Tavares, F. (1999). A tomada de decisão no desporto: descrição de um modelo operativo para a sua avaliação. In IPG – Departamento de Ciências do Desporto e de Educação Física da Escola Superior de Educação, *Aprendizagem motora e tomada de decisão no desporto – actas das VI jornadas de psicologia do desporto* (pp. 85 – 96). Guarda IPG.

Tavares, F. (2005). O processamento da informação nos jogos desportivos. In A. Graça e J. Oliveira (Eds.), *O Ensino dos Jogos Desportivos* (pp. 35 – 46). Faculdade de Ciências de Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Tavares, F., Greco, P., e Garganta, J. (2006). Perceber, Conhecer, Decidir e Agir nos Jogos Desportivos Coletivos. In G. Tani, J. Bento e R. Petersen (Eds.). *Pedagogia do Desporto* (pp. 284 - 298). Guanabara Koogan.

Teixeira, A. (2007). *A importância da criatividade no Futebol actual – Ideias, conceitos e consequências para a formação de jogadores*. Universidade do Porto, Faculdade de Desporto.

Teixeira, J. (2009). *Ensino e Aprendizagem do Jogo nas Escolas de Futebol. Em busca de um entendimento*. Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.

Teixeira, N. (2001). Quase 150mil federados no Futebol Português. *Relvado*. Consult. 19 Junho 2013, disponível em <http://relvado.sapo.pt/diversos/quase-150-mil-federados-no-futebol-portugues-221801>.

Vaeyers, R., Lenoir, M., Williams, A., Philippaerts, R. (2007). Mechanisms Underpinning Successful Decision Making in Skilled Youth Soccer Players: An Analysis of Visual Search Behaviours. *Journal of Motor Behaviour*, vol.39, 5, 395-408.

Vaeyers, R., Lenoir, M., Williams, A., Mazyn, L., Philippaerts, R. (2007). The Effects of Task Constrains on Visual Search Behavior Decision Making Skill in Youth Soccer Players. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29, 147-169.

Vickers, J. (2007). *Perception, cognition, and decision training: the quiet eye in action*. Humam Kinetics.

González Vállora, S., Garcia López, L., Pastor Vicedo, J., Contreras Jordán, O. (2011). Conocimiento táctico y tomada de decisiones en jóvenes jugadores de fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, vol. 20, 1, 79-97.

Ward, P., Williams, A. (2003). Perceptual and Cognitive Skill Developmenat in Soccer: The multidimensional Nature of Expert Performance. *Journal of sports and exercise psychology*, 25, 93-111.

Williams, A., Ford, P., Eccles, D., Ward, P. (2011). Perceptual-Cognitive Expertise in Sports and its Acquisition: Implication for Applied Cognitive Psychology. *Applied Cognitive Psychology*, 25, 432-442.

Capítulo VII

Anexos

7. ANEXOS

Anexo 1: Guião da Entrevista

1. Tendo em conta a sua experiência como classificaria o estado atual da formação de jovens futebolistas em Portugal?

2. O que alteraria na atual formação de jovens futebolistas?

3. Considera existir uma idade ideal para começar a Jogar?

4. Garganta e Pinto, em “O Ensino do Futebol” referem “A verdadeira dimensão da técnica repousa na sua utilidade para servir a inteligência e a capacidade de decisão tática dos jogadores e as equipas no jogo”. Com este comentário e sabendo que não há existem 2 jogos iguais, que as variáveis do Jogo e a sua imprevisibilidade são imensas, qual é a sua opinião sobre o ensino do Futebol baseado nos jogos condicionados/reduzidos?

5. Acredita que a extinção (ou quase extinção...) do Futebol de Rua leva a um Jogo menos imprevisível, mais padronizado? Quais considera serem as características do Futebol de Rua?

6. Considera que a perda de espaço e tempo para brincar, assim como o aparecimento de divertimentos eletrónicos tornam as crianças mais mecanizadas, mais “robôs”, refletindo-se esse mecanicismo na prática futebolística?

7. Jonah Lehrer, em “Como Decidimos” refere: “ O problema em elogiar crianças pela sua inteligência inata – elogio da esperteza – está em que deturpa a realidade neural da educação. Encoraja-os a evitar o aspeto mais útil das atividades de aprendizagem, que é o aprender a partir dos erros. Caso não experimente os desagradáveis sintomas de estar errado, o cérebro nunca passará em revista os seus modelos. Antes que os seus neurónios sejam bem-sucedidos, têm de falhar muitas vezes. Não existem atalhos para este difícil processo!”. Qual a sua opinião acerca do valor do erro no processo de treino?

8. A criação de hábitos de jogo é um aspeto fundamental a ser trabalhado no treino. António Damásio, em “o Sentimento de SI” fala acerca da automatização, dizendo que esta “também tem grande valor nos desempenhos

motores tecnicamente complexos. Uma parte da técnica de um virtuoso musical pode permanecer inconsciente, permitindo que este se concentre nos aspectos mais elevados da concepção de uma determinada peça e possa assim orientar a atuação de forma a exprimir certas ideias. O mesmo se aplica a um atleta.” Tendo isso em conta, qual a importância que considera ter a repetição de processos no treino, conseguindo desta forma uma maior automatização no jogo da equipa?

9. A capacidade de antecipação permite a um jogador obter informação do Jogo, agindo em função dessa informação, “ganhando tempo”. Segundo Klein (Fontes de Poder), “a experiência permite-nos identificar a existência de oportunidades”, ou seja, a experiência é decisiva na leitura de informação. Quanto mais experientes, mais hábeis. Com isto, podemos assumir que quanto maior a prática, mais habilidosos nos tornamos na leitura de jogo. Se antigamente as crianças jogam Futebol durante horas e horas, hoje a realidade é outra, as crianças têm menos tempo de jogo. Considera existir uma forma de recuperar esse tempo no treino?

10. Embora o objetivo da formação seja formar, na grande maioria dos casos a maior preocupação é ganhar, existindo a ideia de que a formação é boa quando se ganha. Embora o objetivo do Jogo seja sempre ganhar, na formação o primeiro objetivo é formar, se possível ganhando! As crianças muitas vezes não entendem o porquê de se Jogar de uma determinada forma, considerando que existem opções mais viáveis para a vitória, muitas vezes influenciadas pelos pais. Os próprios treinadores negligenciam a opinião dos jogadores (especialmente com crianças) na construção de um plano de jogo. Considera que as crianças devem ter conhecer do porquê de uma determinada forma de Jogar, compreendo os objetivos do treinador e ganhando um maior entendimento do jogo?

11. O processo de Tomada de Decisão depende de inúmeros fatores, sendo certo que não existem duas situações idênticas, nem uma única solução ideal, no contexto do Jogo. O jogador decide com a informação que recebe do ambiente. Tendo tudo isto em conta, qual a melhor forma, na sua opinião, de potenciar este processo no treino?

Anexo 2: Entrevistado A

Manuel Conceição (MC): Tendo em conta a sua experiência, como classificaria o estado atual da formação de jovens futebolistas em Portugal?

Entrevistado A: É uma boa pergunta, uma pergunta difícil. Em alguns momentos acho que, até pela experiência que tenho, com algumas leituras que faço e pelo que vivencio às vezes em alguns clubes, fico com a sensação que se trabalha bem. Outras vezes acho que não, mesmo aqui no nosso clube, porque ainda existem muitas coisas que é preciso desenvolver e trabalhar. Uma é mesmo relacionada com o tema deste trabalho. Por vezes vejo equipas evoluídas, com um sentido, uma matriz e uma identidade própria, mas também vejo outras, mesmo dentro dessa matriz de jogo, com alguma formatação, o que me preocupa um bocadinho. Também vejo equipas anárquicas, a jogar direto, com o objetivo centrado no resultado. Com toda a sinceridade é uma boa pergunta, mas há alguns momentos em que eu me sinto confuso e não escondo isso. Agora entre o que foi feito anteriormente, há alguns anos e o que é feito agora, foram dados passos significativos. Existem cada vez mais melhorias e têm aparecido projetos de clubes, com equipas cada vez mais evoluídas. Mas não escondo que há esta divergência em mim, talvez pela falta de algum espaço, de algum momento de reflexão pormenorizada dessa situação.

MC: O que alteraria na atual formação de jovens futebolistas?

Entrevistado A: Uma das alterações que faria, a mais fácil, alteraria os quadros competitivos. Na minha opinião estão desatualizados, não têm nada a ver com o aspeto do desenvolvimento do jogo nem com a dimensão dos próprios clubes. Outra alteração diz respeito a um aspeto que eu acho que é muito importante, mas isso tem responsabilidades quer a nível da associação, quer da federação, na medida em que implica mudar mentalidades, e isso pode até ter a

ver um bocadinho com o quadro competitivo. Jogar em qualidade deveria sobrevalorizado. A federação e os técnicos que estão a ela ligados, deveriam ser os promotores de todo um conjunto de ideias, de orientações, no sentido de fazer com que todos ligados aos clubes percebam e entendam a ideia do Jogar em qualidade. É um aspeto importantíssimo esta questão da mentalidade porque, como nós sabemos, encontramos muita gente na área da formação muito preocupada com o resultado, pouco preocupada com o processo e com a evolução do jogador. Depois preocupam-se muito com o aspeto da equipa. A equipa é importante, mas o aspeto individual também o é. Há pouco trabalho individual no aspeto tático. E por isso é que, mesmo nós aqui encontramos miúdos a fazer a transição para o futebol sénior com muitos problemas em entender o jogo, cometendo erros do âmbito tático - técnico que para nós são fundamentais na passagem dele para os seniores. O que eu acho é que ainda há muita coisa a fazer. Diz-se muitas vezes que no Futebol está tudo inventado e eu acho que ainda há muitas coisas para inventar no Futebol de formação. E eu agora falei nestas, mas poderia ainda falar de outras, desde o aspeto da formação dos próprios treinadores da formação, pois há muito pouca informação sobre isso, existem muito poucos projetos de clubes. Aliás, quando falo com alguns colegas riem-se, “projeto do Padroense?”. Eu considero que um projeto é um conjunto de intenções, que podem demorar 2,3,4,5 ou 6 anos a atingir, depende muito de vários fatores, mas tem que haver um conjunto de ideias, porque se não acontecer isso andamos aqui um bocadinho, digamos que à “balda”. São essas as principais preocupações que eu tenho.

MC: Considera existir uma idade ideal para começar a Jogar?

Entrevistado A: Eu acho que não. Eu vejo aqui pela academia, miúdos de 4 anos a brincar à bola, no fundo o que eles fazem é brincar à bola, nem é ao futebol. Não deve haver uma idade ideal, mas existe na iniciação e ao longo do processo momentos que se deve trabalhar o aspeto tático - técnico de acordo com o estado de desenvolvimento do miúdo, para que não aconteça como nós vemos por aí, miúdos de 5 anos jogar 8vs8. Na minha opinião, não existe idade,

mas existem etapas que se deve ter em atenção para que os miúdos consigam ter uma evolução progressiva, com uma complexidade crescente, e para evitar o que na minha opinião acontece sempre, que é na transição de júnior para sénior os miúdos estarem muito aquém daquilo que o Futebol sénior lhes pede.

MC: Garganta e Pinto, em “O Ensino do Futebol” referem “A verdadeira dimensão da técnica repousa na sua utilidade para servir a inteligência e a capacidade de decisão tática dos jogadores e das equipas no jogo”. Com este comentário e sabendo que não existem 2 jogos iguais e que as variáveis do Jogo e a sua imprevisibilidade são imensas, qual é a sua opinião sobre o ensino do Futebol baseado nos jogos condicionados/reduzidos?

Entrevistado A: Como tu sabes é a forma que nós temos aqui de trabalhar. Indo a outra pergunta (questão 2) ao aspeto da formação de treinadores, na minha opinião acho que devíamos investir um bocadinho nisso, porque é importante as pessoas perceberem o porquê da questão. Estou perfeitamente de acordo com o que dizem os autores e mais, acho que dentro dessa forma de pensar, no trabalho que se deve realizar. A técnica deve estar presente, isto é não privilegiando apenas uma dimensão do jogo, mas mais do que uma dimensão, o aspeto tático – técnico deve enquadrar-se dentro do contexto que nós achamos muito importante. O Futebol é para pessoas inteligentes e as tomadas de decisão têm um valor importantíssimo, quanto mais eficazes, mais rápidas, mais corretas e eficientes forem, melhor. Mas isso só pode acontecer se forem treinadas e é no treino que nos devemos acreditar um bocado nisso.

MC: Acredita que a extinção (ou quase extinção...) do Futebol de Rua leva a um Jogo menos imprevisível, mais padronizado? Quais considera serem as características do Futebol de Rua?

Entrevistado A: Tudo aquilo que eu tenho lido e que nos chega todos os dias, acerca do empobrecimento do Futebol é que se deve muito ao desaparecimento do Futebol de Rua. Eu acho que neste ponto, as escolas de formação e as academias têm um papel importante. Cada vez mais aparecem miúdos a fazer prática desportiva e essas academias devem fazer com que esse desaparecimento, esse empobrecimento seja menor. Portanto, aquilo que eu converso muitas das vezes com a malta é tentar perceber quais são os ingredientes do Futebol de Rua e conseguir colocá-los na academia, independentemente de sabermos que na Rua existe o pedregulho, a variabilidade de terreno, mas eu também acho que é possível fazer isso mesmo no sintético ou no relvado. Criando essas condicionantes através de pequenas regras e coisas simples para poder tornar essa situação uma realidade. Existem cada vez mais miúdos na prática desportiva, em academias e escolas de formação, e essas escolas de formação têm que ter um projeto, uma forma de trabalho, uma metodologia no sentido de dar respostas a isso. Por isso é que eu acho que esta questão do desaparecimento e do empobrecimento não será assim tão radical, porque com esta implementação das academias e do número significativo de miúdos isso se pode diluir no tempo.

MC: E quais é que considera serem as grandes características do Futebol de rua?

Entrevistado A: Desde a variabilidade do terreno, a constituição das equipas, as balizas e as bolas, enfim os coletes, toda uma série de coisas, as regras, a pouca ou nenhuma intervenção do adulto. Enfim, existem tantas coisas que são fáceis de implementar numa academia.

MC: Considera que a perda de espaço e tempo para brincar, assim como o aparecimento de divertimentos eletrónicos tornam as crianças mais mecanizadas, mais “robôs”, refletindo-se esse mecanicismo na prática futebolística?

Entrevistado A: Sim, é verdade. Nós todos, e quando eu falo em nós refiro-me ao estado, aos treinadores, aos professores de educação física, aos pais, etc., que perante este problema temos feito muito pouco. O exemplo que eu te dou, ainda hoje perante a carga horária que vai existir no próximo ano no 3º ciclo e no ensino secundário, a educação física vai ter uma perda significativa. Eu acho que o Futebol pode ser um meio importantíssimo para a melhoria da qualidade de saúde nas crianças e combater o grande problema da obesidade e do sedentarismo. Mas nós não temos feito rigorosamente nada por isso, aquilo que eu digo é que é preciso tomar outro tipo de consciência, e outro tipo de perspetiva de vida, de projeto de vida, de sociedade. Nós estamos numa sociedade muito economicista em que o número é que conta, quando o aspeto da promoção da saúde e outros aspetos relacionados com isso vão sendo desprezados, quando a longo prazo até ganhamos miúdos mais saudáveis, mais capazes, mais resistentes e mais disponíveis para o dia-a-dia, não só na parte desportiva, mas torna-os mais fortes e mais dinâmicos, com mais saúde. E se calhar isso até para o próprio país, vai economizar muito dinheiro. As pessoas não estão a perceber isso, aliás faz-me lembrar a mesma coisa relativamente a taxa do país a natalidade, ninguém faz rigorosamente nada e todos os anos estamos a diminuir na taxa de natalidade.

MC: Mas acha que a perda de tempo e de espaço para a brincadeira se reflete depois no jogo ou acha que não tem ligação?

Entrevistado A: Tem ligação, só que eu acho que os clubes e as instituições têm de trazer os jovens para cá. Acho que existe pouca dinâmica, poucos projetos de trazer os miúdos. Perturba-me que na escola não existam clubes, que a partir das 18h30, quando os miúdos saem, a escola fique deserta. Não existe investimento no desporto escolar, nem investimento em clubes, em espaços e locais onde os miúdos possam usufruir do prazer, da alegria e da motivação da prática desportiva. Esta situação faz com que o “puto” chegue a casa e a primeira coisa que faz é pegar no computador. Agora se nós percebermos que há coisas mais atrativas, e quando digo o Futebol pode ser o

Basket, pode ser outra coisa qualquer, o miúdo já começa a ter outros hábitos, independentemente de nos sabermos que uma coisa é o que vivemos neste momento, e outra coisa é o que vivíamos há 15 anos ou 20 anos onde não tínhamos mais nada para fazer. A única coisa que tínhamos para fazer era brincar na nossa rua com uma bola e jogar. Agora existem outras coisas. As pessoas que estão ligadas à área desportiva devem perceber a importância que isso tem na sociedade e têm de mudar. Temos uma pessoa responsável pela educação que a primeira coisa que fez foi tirar a carga importante que a educação física tinha, um meio importante do desenvolvimento integral do aluno, e tirou-lhe o valor, deixou mesmo de ser uma disciplina com valor quantitativo, já nem conta na classificação final para entrar no ensino superior, e o investimento por parte dos miúdos sabendo que está ali uma disciplina que não conta para nota é menor. É todo um conjunto de coisas que faz com que, estejamos a incentivar os miúdos a chegar a casa e irem diretos para o computador.

MC: Jonah Lehrer, em “Como Decidimos” refere: “ O problema em elogiar crianças pela sua inteligência inata – elogio da esperteza – está em que deturpa a realidade neural da educação. Encoraja-os a evitar o aspeto mais útil das atividades de aprendizagem, que é o aprender a partir dos erros. Caso não experimente os desagradáveis sintomas de estar errado, o cérebro nunca passará em revista os seus modelos. Antes que os seus neurónios sejam bem-sucedidos, têm de falhar muitas vezes. Não existem atalhos para este difícil processo!”. Qual a sua opinião acerca do valor do erro no processo de treino?

Entrevistado A: O erro faz parte da aprendizagem para o sucesso. No meu tempo, os meus treinadores não me proporcionavam momentos de descobrir o erro, de perceber o erro, e perceber o erro obriga a compreender melhor o jogo. Davam-me a solução, “tens que jogar para a esquerda, para a direita”, não me obrigavam a refletir. Neste momento, aquilo que nós aqui na academia e no treino tentamos conversar com os treinadores nesse sentido, porque há um exacerbar de intervenção por parte dos treinadores, acho que os

treinadores são muito interventivos. Não quer dizer que não possam ser interventivos, mas dentro de um contexto, proporcionando que os miúdos percebam esse erro. Quando o erro é em demasia, ou repetitivo então aí entra o treinador, no sentido de o ensinar, de o encaminhar para a melhor solução. Devemos proporcionar ao atleta uma oportunidade de perceber o erro e tentar perceber a solução que é importante para aquela situação contextualizada, e ele a partir daí consegue compreender melhor o jogo e até pode criar alternativas e colocar sugestões ao próprio treinador! É esta dialética que eu acho muito importante, o treinador tem de proporcionar ao atleta essa situação, como também acho que a própria intervenção do treinador deve ter um reforço positivo, um aspeto motivacional positivo. Eu eventualmente posso dizer ao jogador num ou noutro momento que aquela situação foi a errada mas não de uma forma pejorativa, negativa, dizendo-lhe que eventualmente poderia ter outra solução e colocá-lo a descobrir qual seria essa solução. Este aspeto motivacional na positiva é, na minha opinião, muito importante e acho que é uma das coisas que na formação cria alguns problemas de relacionamento ou comunicacionais e muitas das vezes até levam ao abandono de alguns miúdos, porque ficam desmotivados, com falta de auto - estima e de confiança.

MC: A criação de hábitos de jogo é um aspeto fundamental a ser trabalhado no treino. António Damásio, em “o Sentimento de SI” fala acerca da automatização, dizendo que esta “também tem grande valor nos desempenhos motores tecnicamente complexos. Uma parte da técnica de um virtuoso musical pode permanecer inconsciente, permitindo que este se concentre nos aspetos mais elevados da conceção de uma determinada peça e possa assim orientar a atuação de forma a exprimir certas ideias. O mesmo se aplica a um atleta.” Tendo isso em conta, qual a importância que considera ter a repetição de processos no treino, conseguindo desta forma uma maior automatização no jogo da equipa?

Entrevistado A: Primeiro acho que é muito importante privilegiar-se a dimensão do jogo. O jogo consegue ter os ingredientes importantíssimos daquilo

que tu falaste aí, da variabilidade. O que também acho é que os treinadores devem dar algumas indicações, podemos-lhes chamar alguns princípios de jogo, no sentido de nortear a ideia que tem para que os jogadores possam seguir essa forma de pensar. Assim como quando queremos que algumas coisas aconteçam no jogo a repetição sistemática deve estar presente. A mim perturba-me um bocadinho quando se quer formatar algum aspeto muito específico, porque depois retiramos alguma criatividade. Como diz no texto, o jogo não é sempre o mesmo, as condicionantes que acontecem em cada jogo são diferentes, a variabilidade continua sempre presente. Então, devemos dar algumas indicações importantíssimas para que aconteçam algumas coisas que queremos e que efetivamente são importantes, mas deixar sempre algum aspeto de liberdade ao atleta para ele perceber que aquele momento é o momento dele, dentro, como é lógico, de uma dinâmica coletiva. É muito importante eu conseguir melhorar os processos de jogo através da repetição, mas sem deixar de dar um certo grau de liberdade.

MC: Os mecanismos percetivo-cognitivos subjacentes à capacidade de antecipação permitem a um jogador obter informação do Jogo, agindo em função dessa informação, “ganhando tempo”. Segundo Klein (Fontes de Poder), “a experiência permite-nos identificar a existência de oportunidades”, ou seja, a experiência é um dos fatores decisivos na interpretação da informação. Quanto mais experientes, mais hábeis. Com isto, podemos assumir que quanto maior a prática, mais habilidosos nos tornamos na leitura de jogo. Se antigamente as crianças jogavam Futebol durante horas e horas, hoje a realidade é outra, as crianças têm menos tempo de jogo. Considera existir uma forma de recuperar esse tempo no treino?

Entrevistado A: É difícil, porque nós sabemos os milhares de horas que passávamos, que pelo menos eu passava, na rua é completamente diferente do treino. A forma de pensar o treino pelos treinadores deverá ser diferente, até pelos aspetos das novas ideias, das novas forma do pensar o treino e o Futebol.

Há necessidade de o treinador fazer a gestão do treino e que coloque em grande parte a questão do jogo e não perca tempo com algumas coisas, como aspetos de trabalho analítico. Para dar resposta a isso é importante que o treinador tenha uma forma diferente de gerir e que privilegie muito o jogo, para que essas situações, a experiência do jogo, os aspetos condicionantes a isso, permitam que o jogador possa usufruir de mais tempo de jogo e ganhar com isso mais conhecimento, mais compreensão e mais experiência. Enquanto anteriormente essas preocupações, até pelos aspetos conceptuais, não eram colocadas, havia uma forma estruturada da unidade de treino: a parte inicial, a parte fundamental e a parte final, neste momento tem de mais tempo destinado ao jogo, para que aquilo que tu falaste anteriormente, da experiência, dos aspetos cognitivos, de terem mais densidade motora, o tempo potencial de aprendizagem seja muito mais efetivo. Se calhar anteriormente não havia essa preocupação, a forma de pensar o treino era diferente. Neste momento, com o desaparecimento do Futebol de Rua e a nova forma de pensar o treino, vão-nos colocar novas formas de pensar nisso, e uma delas acho que é essa, que é a questão de darmos alguma predominância ao jogo e até muitas das vezes de o condicionarmos em função das necessidades que queremos num ou noutro momento trabalhar.

MC: Embora o objetivo da formação seja formar, na grande maioria dos casos a maior preocupação é ganhar, existindo a ideia de que a formação é boa quando se ganha. Embora o objetivo do Jogo seja sempre ganhar, na formação o primeiro objetivo é formar, se possível ganhando! As crianças muitas vezes não entendem o porquê de se Jogar de uma determinada forma, considerando que existem opções mais viáveis para a vitória, muitas vezes influenciadas pelos pais. Os próprios treinadores negligenciam a opinião dos jogadores (especialmente com crianças) na construção de um plano de jogo. Considera que as crianças devem conhecer o porquê de uma determinada forma de Jogar, compreendendo os objetivos do treinador e ganhando um maior entendimento do jogo?

Entrevistado A: Eu acho isso fundamental, Aliás uma questão muito importante é eles (treinadores) perceberem que podem formar e ganhar. Depois, nesta questão do formar e ganhar, eles podem jogar em qualidade. Aqui é um aspeto, primeiro do treinador, se acredita ou não acredita. Depois outro aspeto é eles perceberem o que é um Futebol evoluído e perceberem qye quem joga esse Futebol evoluído são os jogadores evoluídos. Para eles chegarem a isso é importante eles praticarem um jogo evoluído. Na minha opinião, o que eu acho muito importante é o treinador acreditar nisto e perante estas premissas, tentar comunicar com os miúdos, porque os miúdos são inteligentes, eles percebem se nós lhes explicarmos bem e lhes dermos exemplos de jogadores mais evoluídos, como é que eles jogam, desde o guarda-redes, ao lateral, ao central e até ao extremo esquerdo. Eles perceberem que há fases do jogo, há momentos em que se tem de jogar daquela forma, de uma forma evoluída. E eles percebem isso, e percebem que eventualmente numa primeira fase o potencialmente jogar bem nos pode condicionar num determinado momento, pode haver uma má receção em função de algum deslize e sofremos um golo, mas se nós pusermos os miúdos a acreditar nisso, alias os miúdos e os pais que eu também acho muito importante, eu estou convencido que os miúdos ao perceberem esta forma de pensar, esta filosofia, depois facilmente lhes dá um certo gozo, e percebem que no seu processo evolutivo eles vão chegar muito mais longe que os outros. A mim o que me perturba muito é um treinador que não acredita nisto, que acredita que o formar e o ganhar não estão no mesmo patamar, podem os dois estar no mesmo patamar e não quando lhes dá jeito interessa ganhar a qualquer preço e quando lhes dá jeito, se calhar formar e até serem um bocadinho rigorosos no regulamento. O que eu acho é que as duas coisas estão presentes e é importante que eu como treinador se acredito nisto e se tenho consciência que o processo evolutivo de um jovem futebolista é jogando em qualidade, praticando um futebol de qualidade e depois podemos questionar o que é essa situação de jogar a bola no pé, percebendo as dinâmicas do jogo. Enfim toda essa realidade que mais tarde ou mais cedo as equipas evoluídas fazem, quanto eu mais cedo colocar isso em prática muito melhor. Eu estou convencido que os miúdos sentem-se mais à vontade até pela experiencia que nos temos aqui e que não

foi fácil numa fase inicial. Eu estou convencido que neste momento qualquer miúdo daqui já não sabe jogar com base no pontapé para a frente, se chegar aqui um treinador e quiser jogar dessa forma, eles já não sabem jogar assim. Agora, isto tem muito a ver com o treinador, com o acreditar nesta forma de pensar e perceber qual é a aprendizagem e o processo formativo destes jogadores, se queremos jogadores de alto nível. Se queremos jogadores da distrital se calhar aí já será diferente. Eu sei que a primeira fase é um bocado madraستا e um bocado difícil, o conceito de bom jogo, jogar bonito por exemplo, passamos por situações complicadas aqui com os nossos miúdos de 5/6 anos, mas eu estou convencido que isto vai ter reflexos muito positivos no futuro, porque eles começam muito cedo a ter um conceito de jogar bonito. Nós quando jogávamos, numa fase inicial a primeira coisa que fazíamos era chutar a bola, de forma anárquica, para a frente, se nós percebemos este conceito, e desde muito cedo o colocarmos aqui em prática eu estou convencido que estes miúdos começam a perceber isso. Agora é importante, mais uma vez, o treinador é um fator decisivo no futebol de formação.

MC: O processo da Tomada de Decisão é influenciado por inúmeros fatores, sendo certo que não existem duas situações idênticas, nem uma única solução ideal, no contexto do Jogo. O jogador decide com a informação que recebe do ambiente. Tendo tudo isto em conta, qual a melhor forma, na sua opinião, de potenciar este processo no treino?

Entrevistado A: Uma delas é na conceção do próprio exercício, depois a questão da intervenção do treinador, em aspetos de concentração, de intervenção não dirigida, guiada, e que coloca em causa dos aspeto cognitivos dessa situação. Eles poderem ter liberdade e poderem tomar decisões. Depois também perceber que em alguns momentos, por desconhecimento ou por alguma falta de pré-requisitos as coisas não saem, aí importa a intervenção do treinador no sentido de lhe poder ajudar nessa tal tomada de decisão que não é a melhor. Depois também tem a ver com as próprias regras de funcionamento

de um exercício, que eventualmente por isto ou por aquilo está a funcionar bem ou esta a funcionar mal, e que podemos contextualizar isso. Pode ajudar muito o aspeto comunicacional entre treinador e jogador no sentido de, num ou noutro momento, quer no contexto de jogo quer muitas das vezes até fora do contexto. Por exemplo, mesmo a nível teórico, se calhar eventualmente sentarmo-nos com o miúdo e ele perceber uma imagem, um vídeo, e perceber o que queremos disso. Mas quero sublinhar isto, é muito importante a tomada de decisão, é importante que essa tomada de decisão seja feita quanto mais não seja em liberdade e que essa tomada de decisão permita aumentar até os aspetos psicológicos de auto - estima e de confiança, para que o processo de jogo seja cada vez mais evoluído. A tomada de decisão é muito importante nestas fases de formação de um jovem.

Anexo 3: Entrevistado B

Manuel Conceição (MC): Tendo em conta a sua experiência, como classificaria o estado atual da formação de jovens futebolistas em Portugal?

Entrevistado B: Enquanto o principal interesse do Futebol profissional (nível sénior) for o mercado externo, a formação, nos moldes atuais, está condenada. Têm que existir mudanças em termos legislativos, porque é um pouco inglório o trabalho que é feito. Um trabalho de qualidade no qual as pessoas têm grande capacidade e temos observado uma evolução nas qualidades individuais dos jogadores. Depois chegamos a uma determinada altura, e mesmo com a entrada das equipas “B”s começamos a olhar para elas e pensamos “agora finalmente vamos ter algo diferente”, e depois temos plantéis (de equipas “B”) com mais de metade de estrangeiros. O problema da formação vai ser sempre este, enquanto existir total abertura ao mercado exterior sobrevivem, apenas e só, os melhores.

MC: O que alteraria passaria pela criação de modelos desportivos ou projetos de lei para valorizar o jogador português e dar mais oportunidades a estes jovens?

Entrevistado B: Se reparares há um fenómeno que é o principal responsável pela aposta na formação e nos jovens jogadores que é a falta de dinheiro. Isto está-se a ver particularmente no Sporting, embora o aproveitamento por vezes deixe muito a desejar por não assegurarem os jogadores em termos de direitos desportivos, acabando depois por perder as mais-valias a esse nível. O Sporting neste momento tem “obrigatoriamente” de ir à sua formação buscar jogadores porque não tem dinheiro. Por isso, vemos jogadores de grande nível a aparecerem assim do nada porque têm de ser apostas imediatas. Nos restantes clubes enquanto houver dinheiro essa apostas

é pontual, é um jogador de 3 em 3 ou de 4 em 4 anos, o que é muito pouco. O Futebol hoje é uma indústria que envolve muito dinheiro, e não é com um jovem jogador português que se ganha dinheiro, os agentes não ganham com esses jovens no imediato, apenas mais tarde quando se verificam as grandes transferências para o exterior. No imediato a forma de ganharem dinheiro, as suas jogadas, é ir buscar jogadores ao estrangeiro, e quantos mais melhor.

MC: Considera existir uma idade ideal para começar a Jogar?

Entrevistado B: Tenho a certeza que o talento é intrínseco, é algo que nasce connosco. O gosto pelo Futebol já está cá dentro. Vês um miúdo que sonha, que adormece agarrado a uma bola, que mal acorda a primeira coisa que faz é dar uns chutos a uma bola, e depois vês outro que faz coisas completamente diferentes, e muitas vezes esses dois miúdos até são irmãos. Tem a ver com algo natural, que depois é potenciado. Agora com que idade... Os miúdos quando gostam a partir dos 3, 4 ou 5 anos já estão a jogar Futebol, mesmo involuntariamente, a brincar, quase sem se darem conta. A partir daí é o momento que os pais acharem melhor para os colocarem numa escola ou num clube. Por exemplo eu comecei a jogar federado aos 14 anos, mas antes joguei desde os 9 anos até aos 14 em equipas populares, a componente estava sempre presente, apenas não era federado. Com 14 cheguei ao Porto, mas antes joguei sempre em clubes populares, normalmente na zona onde vivia. Não há uma idade ideal, também há colegas meus que aparecem muito tarde. O talento está lá mas entretanto andaram a jogar a brincar, com o talento que sempre exibiram. O gosto tem de existir sempre, não podemos chegar a um dia e decidir que queremos ser jogadores de Futebol e ter qualidade para isso. Isso não existe, é algo que já vem de trás, mesmo começando (federado) apenas aos 17 ou 18 anos têm que existir um histórico para trás, não acordamos de repente e temos qualidade para tal, mesmo quando se é miúdo vai-se desenvolvendo as questões fisiológicas e técnicas, mesmo na rua.

MC: Garganta e Pinto, em “O Ensino do Futebol” referem “A verdadeira dimensão da técnica repousa na sua utilidade para servir a inteligência e a capacidade de decisão tática dos jogadores e das equipas no jogo”. Com este comentário e sabendo que não existem 2 jogos iguais e que as variáveis do Jogo e a sua imprevisibilidade são imensas, qual é a sua opinião sobre o ensino do Futebol baseado nos jogos condicionados/reduzidos?

Entrevistado B: Sabes que há determinados aspetos onde se consegue ter uma maior perceção, um trabalho mais visível, até um encurtar de tempo de aprendizagem, se for em campos reduzidos exatamente para te obrigar a pensar mais rápido, a executar mais rápido. Isso obriga a um apuramento de questões como o pressing, a finalização, mesmo questões técnicas como a receção. Campos reduzidos é quase transportar para o campo, para diferentes zonas do campo, aquilo que acontece no Jogo com uma intensidade tremenda. A bola pode estar na tua zona ofensiva e vê-se a pressão que te exercem e que tu próprio tens de exercer. No meio campo vê-se a mesma coisa e em termos defensivos também. Treinando em campos normais, que eu penso que está já fora de moda, há muitos jogadores que ficam muito parados, até se escondem. Em termos táticos, imagina em 10 ou 15 minutos, podemos fazer aqui um joguinho só para ver como reagimos a uma questão tática. Agora, para tirar partido do treino, os treinos de conjunto são um erro tremendo, há muitos jogadores que se escondem, que parece que não estão lá, que não treinam. O campo reduzido obriga o teu cérebro a assimilar tudo muito mais rapidamente, obriga a uma capacidade de decisão muito mais rápida, porque o jogo é isso. Depois pode até haver outras questões para trabalhar como a parte física, mas para te adaptares a um jogo com uma intensidade alta nada melhor que espaços curtos, porque aquilo é real, tudo acontece ali. Independentemente de estares num campo grande, o que te acontece no espaço real de Jogo, a pressão, o estarem em cima de ti ou tu em cima deles, o ter de passar rápido, de direcionar rápido, de chutar quando menos esperam, etc., nos campos curtos consegues fazer isso tudo.

MC: Acredita que a extinção (ou quase extinção...) do Futebol de Rua leva a um Jogo menos imprevisível, mais padronizado? Quais considera serem as características do Futebol de Rua?

Entrevistado B: O Futebol de Rua é a essência de cada um, não há disciplina, é o Futebol na sua essência pura, as pessoas jogam para se divertir, não estão com problemas se vão para a frente ou se vêm para trás, se defendem ou não defendem, estão ali para se divertirem, para estar com os amigos. Nuns momentos queremos ser defesas, noutros momentos queremos ser centro campista, depois de repente queremos ser guarda-redes. Utilizar a rua como eu utilizei, por exemplo eu jogava bem na frente, o desporto de rua serve também para filtro, para nós recebermos sensações em relação ao lugar onde nos adaptamos melhor, onde nos sentimos mais confortáveis. Eu jogava a frente e marcava muitos golos, mas depois ia para a baliza e via qualquer coisa que não conseguia explicar, ia para a baliza e começava a voar e pensava “como é que eu fui buscar isto?”, e depois ninguém me conseguia marcar um golo. E depois mesmo os meus amigos me dizem “tu jogas bem na frente mas és melhor na baliza” e eu ia para a baliza. Mas tinha também aptidões para ser jogador de campo. Na rua experimentamos um pouco de tudo, a essência do Futebol de Rua é um pouco isso, é a indisciplina do próprio jogo, é a pureza, é o Futebol na sua beleza pura, o que se perdeu muito porque deixaram de existir condições para isso.

MC: Acredita que o fim do Futebol de Rua faz com que o jogador atual seja diferente?

Entrevistado B: Agora existem sítios, como academias ou escolinhas de jogadores. Vemos muitos campos para potenciar a formação. Só que isso tem o seu preço, e há pais que não conseguem pagar tanto, começa mesmo a elitizar o próprio Futebol, começa a não ser um desporto para todos. E o Jogo de Rua tinha uma coisa muito boa, as pessoas iam lá ver na mesma. Os observadores atuais, que na altura eram os olheiros, iam ver esses jogos que nos fazíamos,

recebiam informações “olha há ali um miúdo, que tu hás-de ir ver, eles costumam jogar ali perto da praia”, e eles iam lá ver. Isso desapareceu completamente, neste momento não existe. Os observadores já sabem onde têm de ir, quais são os jogos e só observam isso, os jogos. No Brasil essa realidade ainda existe, de vez em quando aparece lá um talento e quem é que o descobriu? “Fui eu, estava aqui a passar na praia e vi ali um rapaz, achei que tinha qualquer coisa de “anormal” (para melhor), resolvi apostar e saiu isto”.

MC: Considera que a perda de espaço e tempo para brincar, assim como o aparecimento de divertimentos eletrónicos tornam as crianças mais mecanizadas, mais “robôs”, refletindo-se esse mecanicismo na prática futebolística?

Entrevistado B: Sem dúvida alguma. Vivemos na era da playstation, os miúdos dizem que vão jogar Futebol e nós pensamos que é para jogar no pátio ou na rua e não, vão para dentro de casa, jogar Futebol na playstation. Gostam de Futebol na mesma mas vão jogá-lo na consola. Por um lado é bom porque aprendem novos truques que depois tentam imitar, e eles tem essa capacidade de imitar, mas depois falta sempre qualquer coisa. Têm sempre que ir ou para um clube ou para uma academia. Mas é a transformação dos valores, agora ir jogar Futebol é dentro de casa numa playstation, antes jogar Futebol era sempre na rua.

MC: Jonah Lehrer, em “Como Decidimos” refere: “ O problema em elogiar crianças pela sua inteligência inata – elogio da esperteza – está em que deturpa a realidade neural da educação. Encoraja-os a evitar o aspeto mais útil das atividades de aprendizagem, que é o aprender a partir dos erros. Caso não experimente os desagradáveis sintomas de estar errado, o cérebro nunca passará em revista os seus modelos. Antes que os seus neurónios sejam bem-sucedidos, têm de falhar muitas vezes. Não existem atalhos para este difícil processo!”. Qual a sua opinião acerca do valor do erro no processo de treino?

Entrevistado B: Isso faz parte da evolução. Também tem a ver com quem está a treinar, é a tal componente pedagógica.

MC: Eu pergunto isto porque há muito treinadores que rejeitam completamente o erro. As crianças chegam lá, erram e é o fim do mundo, não podem errar.

Entrevistado B: Sabes que lidar com crianças tem que se lhe diga, têm de ser pessoas já qualificadas para isso. O erro vai existir sempre e quando se é jovem existe muitas mais vezes. Agora é preciso é explicar o erro e dar a instrução correta para que não se repita. Mas se repetir é preciso voltar a dizer na mesma até que o jovem consiga interiorizar o que está mal. Nós somos bons através da repetição, em tudo o que fazemos somos cada vez melhores quanto mais repetirmos. Se estamos a repetir é porque não estamos ainda com o movimento certo, e estamos a errar, portanto um treinador quando pede para repetir até chegar ao que ele quer, quer dizer que não está perfeito, que existem erros. Mas há várias formas de o dizer, se for aos berros e a intimidar não é agradável, agora se for através da repetição, dizer “não está como que quero” e usar os termos corretos para transmitir isso aos jovens, que aquilo está errado e de que forma pode melhorar, mas corrigindo pela repetição. Em todas as áreas de atividade as pessoas melhoram com a repetição e se repetem é porque não está bem, existem algum erro. Quanto mais repetires menos vezes vais errar, mas também é preciso saber transmitir isso aos jovens.

MC: Os mecanismos percetivo-cognitivos subjacentes à capacidade de antecipação permitem a um jogador obter informação do Jogo, agindo em função dessa informação, “ganhando tempo”. Segundo Klein (Fontes de Poder), “a experiência permite-nos identificar a existência de oportunidades”, ou seja, a experiência é um dos fatores decisivos na interpretação da informação. Quanto mais experientes, mais hábeis. Com isto, podemos assumir que quanto maior a prática, mais habilidosos nos

tornamos na leitura de jogo. Se antigamente as crianças jogavam Futebol durante horas e horas, hoje a realidade é outra, as crianças têm menos tempo de jogo. Considera existir uma forma de recuperar esse tempo no treino?

Entrevistado B: Sim, dar-lhes muito jogo. É dar-lhes aquilo que lhes falta na rua e potenciar isso ao máximo. Jogos criativos, jogos que os estimulem, mas ao mesmo com as repetições necessárias que os leve a evolução. Isso é uma explicação correta para ajudar a encurtar esse espaço (de explicação). Quanto melhor souberes comunicar de uma forma simples, porque há treinadores que gostam de elaborar, o que a meu ver é errado. Com jovens ou seniores o ideal é usar uma linguagem simples e objetiva. Não adianta usar palavras caras, porque os miúdos vão olhar e não vão perceber. Temos de transmitir as nossas ideias, o nosso conceito de jogo de forma simples e objetiva, o que pretendemos para determinado exercício, e a partir daí ser exigente. Durante o período do exercício é preciso exigência total. Repetir quando for necessário, mas com um nível altíssimo de treino. Treinar, e isto é um conselho que dou, independente de serem jovens ou não, treinar sempre ao ritmo de jogo, o espaço e o tempo é que são mais curtos. O jogo é jogado a uma intensidade alta, mas também tem pausas. Sempre que há treino, seja qual for o processo que queremos ver assimilado e o pretendemos com o próprio treino, este deve ser realizado sempre com grande intensidade. E grande intensidade a todos os níveis, na concentração, na execução, na velocidade, em todas as vertentes presentes. E depois nas repetições. Mas para pedir isso o treinador deve saber falar, e dizer as coisas certas nos momentos certos. Quando se começa aos berros, os jogadores... Esquece. Berros e entrar pela agressão verbal é a pior coisa que podem fazer. Agora ser incisivo sim!

MC: Embora o objetivo da formação seja formar, na grande maioria dos casos a maior preocupação é ganhar, existindo a ideia de que a formação é boa quando se ganha. Embora o objetivo do Jogo seja sempre ganhar, na formação o primeiro objetivo é formar, se possível ganhando!

Entrevistado B (interrompe): Isso é um erro, isso não existe, mesmo na formação o objetivo deve ser sempre ganhar.

MC: Eu com esta pergunta não quero dizer que o objetivo não seja sempre ganhar, apenas quero separar o ganhar do ganhar a todo o custo. Preparar uma equipa de formação usando um modelo, preferencialmente idêntico ao da equipa sénior, para os jovens poderem chegar ao patamar seguinte com maior facilidade e manter esse modelo de jogo.

Entrevistado B: Eu sou da opinião, sinceramente, que as camadas jovens têm de ser o espelho daquilo que é a história e a cultura do clube. Se a cultura do clube passa por pessoas de trabalho, incisivas e agressivas, quase seguindo a norma do “dar tudo” e “morrer dentro do campo”, isso deve ser seguido por todos, usar outro tipo de linguagem, mas começar a incutir essa cultura. Ai eu sou a favor. Sou a favor disso, porque só assim é que quando chega aos seniores é que sabem exatamente o que é a essência do clube e o que é ser jogador de um clube desta dimensão. Dou o exemplo do F.C.P. Mas até posso dar outros exemplos, como o Barcelona. Ainda ontem jogou com a equipa principal contra o Bayern de Munique e numa dada altura entrou toda a equipa “B” e não se notou diferença nenhuma. O Bayern de Munique está muito bem, são coisas diferentes, mas entre os jogadores que jogaram a primeira parte, os mais conhecidos, o Messi foi um deles, e os miúdos que ninguém os conhecia de lado nenhum, os processos eram os mesmos, até parecia que era a mesma equipa que estava a jogar. Se estás atento a esses detalhes, vês os miúdos da equipa “B” que entram e nem se nota, parece a equipa “A”. Há diferenças claro na qualidade individual, mas ai não vamos entrar, não podemos comparar o Messi com um miúdo. Nas camadas jovens é a mesma coisa. Os juniores ou os juvenis têm de entrar em campo e já ter a mesma mentalidade da equipa principal, que é uma equipa com uma mentalidade muito forte, ganhadora, agressiva q.b., de grande intensidade, e os miúdos têm de entrar nessa dinâmica, e só assim é que se salvam. Agora todos os processos têm de

ser assimilados, claro que sim. Mas depois há uma coisa que é visível, que é a cultura. O Barcelona tem aquela cultura, que é uma cultura agressiva. Nós (F. C. Porto), por exemplo, já temos uma cultura agressiva. Se a nossa cultura é esta, se nós temos estes processos, e além destes processos temos uma cultura agressiva, e quando eu digo agressiva é chegar primeiro, estar sempre em pressing, pressionar alto, isso é uma cultura, os jogadores interiorizam isso. Depois dentro do campo o que é que acontece, eles a correr parecem cães de fila. Nos miúdos, cada uma à sua dimensão naturalmente, nos juniores já podes ter esta linguagem, mas mais abaixo deve ser um bocadinho mais soft. Conseguir transmitir estes valores, mas de forma diferente, não vamos começar a dizer aos miúdos “mata, rebenta”, e o miúdo ainda vai buscar um pau e dá na cabeça de um jogador do adversário, porque não tem noção das coisas. Agora, se o ADN é este, tem de ser transmitido desde cedo aos pequeninos. E a vitória está sempre presente. Forma só por formar, isso não existe. A vitória tem de estar presente. Só assim é que formamos e porquê? Porque a vitória trás mais ânimo, passas para o escalão a seguir e já vais doutra forma. Agora, perdeste. Dizem “tu és um craque do caraças”! Ano seguinte, perdeste outra vez. “És um craque do caraças”! Voltas a perder, voltam a chamar-te “craque”. Há uma altura em que pensas “sou um craque do caraças e não ganho uma vez, nem um campeonatozinho”. Isso mexe. As vitórias, os títulos o que trazem, trazem confiança. Mesmo sendo na formação. Eu comecei e ganhei em todos os escalões. Conheço jogadores que nunca foram campeões. Alguma coisa está mal. Tive 4 anos na formação ganhei os 2 primeiros e os 2 últimos. Só soube ser campeão. No primeiro ano de sénior não ganhamos nada, no segundo ano de sénior já fui campeão. Parecendo que não isto dá confiança. Agora dizer, “é para formar”, chega a fase final e leva derrotas. Sede de vitória faz parte do ADN, se o ADN da equipa principal é vencer, quais são os parâmetros? Encontrar pessoas com formação para isso, encontrar formas e mecanismos de explicar aos miúdos que o ADN deste clube é este, e devem seguir isto, para além claro do modelo de treino. São as tais coisas invisíveis aos olhos. Nós ganhávamos e os outros eram bons, Benfica, Sporting tinham bons jogadores, mas ganhávamos nesta parte que eles não tinham.

MC: As crianças muitas vezes não entendem o porquê de se Jogar de uma determinada forma, considerando que existem opções mais viáveis para a vitória, muitas vezes influenciadas pelos pais. Os próprios treinadores negligenciam a opinião dos jogadores (especialmente com crianças) na construção de um plano de jogo. Considera que as crianças devem conhecer o porquê de uma determinada forma de Jogar, compreendendo os objetivos do treinador e ganhando um maior entendimento do jogo?

Entrevistado B: É preciso explicar tudo. Se não o sabe fazer, mais vale vir outro que o consiga. A informação tem de ser completa, nem os miúdos vão nessa de “é como eu quero e pronto”. Tudo tem um porquê, tudo tem de ser explicado. Se é explicado nos seniores, ainda mais tem de ser explicado nos miúdos que estão a aprender. É um espaço de aprendizagem, aqui é que temos de ser meticolosos, explicar tudo na perfeição e com os termos corretos e de fácil compreensão. Isto vai em conta também com aquilo que eu falei, se na parte do ADN, da cultura isto tem de ser passado, nos conceitos de jogo ainda mais, e a repetição é que faz a evolução. Não tem nenhum problema passar uma manhã a repetir um exercício, enquanto não aprendermos não saímos daqui. Isso obriga a uma concentração maior, até que depois são recompensados, na altura o treinador vai ficar contente, dá um abraço a todos os miúdos e eles ficam com aquilo. Para além do bem que fizeram, não se esquecem do abraço! Mas depois também se fazem mal, têm outro lado. E eles sabem isso, sabem que é melhor fazer bem e receber abraços. É como eu, se dava um frango nem conseguia dormir, mas eu quero dormir! Não posso sofrer frangos, e aí a concentração é maior. Consegues ver o paralelismo? E isto ninguém me ensinou, fui eu que aprendi por mim, “se eu sofro um golo não durmo, mas eu quero dormir”, “fico mal disposto, mas eu quero estar bem-disposto”. Tinha de fazer tudo ao meu alcance para não acontecer nada disso. E se acontecer, ser esporádico. Era a minha maior valia, ter a noção eu próprio que para o meu bem-estar eu não podia falhar. Porque não conseguia dormir com essa ideia de ter

falhado. E sentia-me mal, e ninguém gosta de se sentir mal. Eu próprio, sem ninguém me ensinar, sabia que tinha de fazer de tudo para não falhar. Esse era o grande segredo, focalizar-me num objetivo e pensar que não posso falhar e acreditar que não vou falhar. É a mesma coisa que a memória da preparação do jogo. Recebes o DVD, comesas a ver os jogadores” que vêm, e ficas com tudo aqui, aquele jogador faz assim e assado. Mas se de repente comesas a fazer a imagem do jogo, com o jogador a marcar um golo alguma coisa está mal, vais chegar ao jogo e isso vai acontecer. E acontece o contrário com as grandes defesas. É dizer aos miúdos, pensem nas coisas boas, nas defesas, nos golos, nos cortes, na pressão. Não pensem que o outro jogador vai fazer isto, e que vai marcar um golo, isso é meio caminho andando para acontecer. Tem muito a ver com a parte mental, trabalhar com os miúdos para só pensarem nas coisas positivas. É como a lei da atração, queres uma coisa, focalizaste e enquanto não a conseguires não saís dali. Custa e demora algum tempo, não é pensar que queres aquilo e já tens. Mas depois de repente aparece um êxito e tu na altura não tens noção de porque apareceu, mas tiveste um êxito porque te focalizaste naquele objetivo, e isto acontece porque já tens uma certa maturidade. E o treinador tem de explicar isso, fazer com que os miúdos se focalizem e o êxito acontece. Agora se estão a pensar que vão falhar, vão falhar mesmo, não há hipótese, porque o subconsciente tem muito que se lhe diga e acaba por atrair o pensamento negativo. Por isso é que é muito importante esta questão da mente.

MC: O processo da Tomada de Decisão é influenciado por inúmeros fatores, sendo certo que não existem duas situações idênticas, nem uma única solução ideal, no contexto do Jogo. O jogador decide com a informação que recebe do ambiente. Tendo tudo isto em conta, qual a melhor forma, na sua opinião, de potenciar este processo no treino?

Entrevistado B: Isso acaba por estar tudo ligado, isto é tudo aquilo que eu falei até agora, juntas tudo e tens a resposta a esta questão. Tem a ver com a intensidade, a velocidade e a velocidade de pensamento, assim como com

todos aqueles fatores que falei e fiz referência. Se me tens perguntando isto no início eu ter-te-ia respondido tudo o que vem para trás

Anexo 4: Entrevistado C

Manuel Conceição (MC): Tendo em conta a sua experiência, como classificaria o estado atual da formação de jovens futebolistas em Portugal?

Entrevistado C: Eu acho que, comparativamente com aquilo que se fazia no passado, houve uma evolução muito grande na intervenção pedagógica no ensino do Futebol devido a vários fatores: a evolução do treino, o conhecimento que as pessoas vão tendo, mas fundamentalmente porque também se começou a exigir formação para os treinadores que trabalhavam com os escalões da formação. Essa formação antes não existia e depois conseguiu-se, há uns anos atrás, através de algumas pessoas ligadas a educação física, nomeadamente o professor Carlos Queiroz, que os professores de educação física comesçassem também a entrar no Futebol de formação. A partir daí houve uma melhoria qualitativa nas pessoas que estão no treino, porque têm outro tipo de conhecimentos e acesso a outro tipo de cultura, que as pessoas antes, os antigos jogadores que passavam para a posição de treinadores, não tinham. Embora não estejamos num estado ótimo, a maioria dos clubes já começa a ter pessoas capazes que têm o dever de ter uma melhor intervenção sobre os jovens.

MC: O que alteraria na atual formação de jovens futebolistas?

Entrevistado C: As alterações têm um bocado a ver com o que nós pensamos sobre o que é o Futebol de agora e o que será no futuro e o que pretendemos ter em termos de jogadores. Se calhar o que alteraria era ter treinadores devidamente formados, porque vemos que ainda há aí muita gente que não tem essa formação e tentar melhorar algumas coisas: passar a haver nos clubes aquilo que antes se fazia nas ruas, ou seja, neste momento não podemos querer que se jogue Futebol de Rua na rua, mas o ideal é trazer para o clube aquilo que de bom tinha esse Futebol. O jogar em espaços reduzidos

com número reduzido de jogadores, com liberdade de intervenção dos jogadores, e por outro lado melhorar também um aspeto nos treinadores, já que há treinadores que querem dirigir, tipo piloto automático, os treinos, e que não colocam a liberdade de intervenção nos jovens jogadores. Parece que as vezes são um colete-de-forças, muitas vezes esse tipo de treinadores em vez de ajudarem a evolução do Futebol são constrangedores do próprio jogo.

MC: A nível administrativo não julga existirem aspetos a alterar?

Entrevistado C: Sim, a nível da organização dos quadros competitivos, mas isso aí já tem a ver com uma reflexão da forma de pensar o Futebol. A nossa sociedade é um bocado conservadora, fica parada no tempo e não pensa nas coisas em termos futuros. Acho que era necessário ter pessoas mais ativas nas associações, e na própria federação, que é o estimulador daquilo que se passa nos clubes. Pensar que o tipo de organizações em termos de campeonatos que se fazem nas associações, porque muitas das coisas são pensados nos futebol sénior e são decalcadas daí, e não se pensa que há jovens que se calhar não tem necessidade de entrar muito cedo em competições, porque são muitas vezes stressantes, não pela competição em si mas por aquilo que os adultos fazem da competição. E por outro lado ajustar o tipo de jogo aos jovens. Nós que defendemos alguma progressão pedagógica, do jogo a 3, ao jogo a 5, ao jogo a 7 e ao jogo a 11, muitas vezes o que se vê é que há 7 e 11 e não há mais nada. Além disso não se promove a competitividade por nível de aptidão dos jogadores. Isso era muito importante que se fizesse, ou seja, que houvesse uma primeira fase ou apenas uma primeira volta dos campeonatos para agrupar as equipas e depois então fazer uma segunda fase mais competitiva com níveis maiores de competitividade. Não se pensa na evolução dos jovens, o que as pessoas dizem é que gastam mais dinheiro se fizerem as coisas dessa maneira, argumenta-se com a questão monetária, quando muitas vezes são os pais que suportam o transporte dos miúdos e isso é um falso problema.

MC: Considera existir uma idade ideal para começar a Jogar?

Entrevistado C: Não podemos dizer que há uma idade marcante e que seja estanque, porque isso depende muito do nível de “ABC” motor que cada um dos miúdos transporta em si. Nós aqui na nossa escola o que temos defendido é que a partir dos 5/6 anos os jovens já poderão começar a ter os indícios de Futebol, embora comecemos entre os 3 e os 4 anos com um programa de aprendizagem motora em que já aparece algumas situações ligadas ao ensino do jogo, mas também é demasiado cedo porque eles ainda não têm noção coletiva, eles são muito egocêntricos, o mais importante para eles é a bola, não tem noção de conjunto e de grupo. A partir dos 6 anos, embora isso ainda se mantenha, já se começa a diluir e acho que por volta dessa idade, 5/6 anos será uma idade indicada para se proceder ao ensino do jogo.

MC: Garganta e Pinto, em “O Ensino do Futebol” referem “A verdadeira dimensão da técnica repousa na sua utilidade para servir a inteligência e a capacidade de decisão tática dos jogadores e das equipas no jogo”. Com este comentário e sabendo que não existem 2 jogos iguais e que as variáveis do Jogo e a sua imprevisibilidade são imensas, qual é a sua opinião sobre o ensino do Futebol baseado nos jogos condicionados/reduzidos?

Entrevistado C: O que eu digo é que o jogo de Futebol é um jogo essencialmente decisional, em que o jogador quando está em jogo está sempre a tomar decisões, quer quando tem a bola, quer quando está sem a bola, de maneira que nós somos apologistas que, quanto maiores forem as situações em que o jovem é colocado perante situações-problemas que tenha de resolver com base na Tomada de Decisão, mais o estamos a preparar para eventualmente ter um melhor jogador em termos futuros. Daí que as situações mais analíticas, fora do contexto do jogo, embora sejam importantes em termos do complemento da aprendizagem, fundamentais são aquelas, que deverão existir em termos da aprendizagem, que exigem aspetos que são a essência do jogo: cooperação,

oposição, balizas para atacar e defender e não situações como víamos há uns anos atrás, em que se passava muito tempo a ensinar o passe e o remate, tudo muito descontextualizado, e depois queríamos que eles aprendessem e colocassem essa aprendizagem no jogo, quando muitas vezes não conseguiam fazer esse “transfer”, porque a situação era muito diferenciada.

MC: Acredita que a extinção (ou quase extinção...) do Futebol de Rua leva a um Jogo menos imprevisível, mais padronizado? Quais considera serem as características do Futebol de Rua?

Entrevistado C: O que eu acho é que, ao contrário do que muita gente diz, o Futebol de Rua também tem organização. Quando os miúdos vão jogar, eles próprios organizam-se, “tu ficas aqui, tu ficas ali”, os menos aptos vão para a baliza, “eu jogo atrás, tu jogas a frente”, o campo é até ali ou até aqui, etc.. As suas grandes características referem-se à grande liberdade que os jogadores têm de decisão, e de imprevisibilidade em termos do jogo. Poderão jogar em superioridade, ou inferioridade numérica, mas tendo sempre um número reduzido de jogadores permite o contacto mais frequente com a bola e estar pronto em termos das decisões no jogo. Se eles têm de tocar mais vezes na bola, atacam muito mais vezes, defendem muito mais vezes e isso tem um conjunto de situações que lhes permite depois ter uma aprendizagem melhor, naqueles requisitos que o Futebol de Rua tem e que muitas vezes o clube não tem. Os treinadores muitas vezes apenas estão preocupados com a organização da equipa, com alguma mecanização que pretendem que os jovens tenham, muitas vezes não dando liberdade para que os jogadores possam jogar à vontade. Daí que nos defendamos que, em todos os exercícios de treino devemos deixar uma parte para que os jovens jogadores possam jogar à sua vontade. Se houver uma situação mais grosseira com certeza o treinador deve intervir, porque o treinador tem o papel de ajudar os jogadores a resolver os problemas do jogo. Quando acontece problemas muito graves, se ninguém intervém, o treinador não está ali a fazer nada. Daí que seja importante o

treinador dar esse espaço, mas também tem o seu papel na intervenção na melhoria qualitativa do jogo.

MC: Considera que a perda de espaço e tempo para brincar, assim como o aparecimento de divertimentos eletrónicos tornam as crianças mais mecanizadas, mais “robôs”, refletindo-se esse mecanicismo na prática futebolística?

Entrevistado C: Não tenho dados concretos para dizer que isso seja verdade, agora o que eu sinto é que de facto hoje as crianças são muito chamadas a participar nesse tipo de atividades fora da prática desportiva e que muitos miúdos estão muito preocupados em ir para casa jogar “playstation”, e nas férias não querem ir para a praia, porque querem ficar em casa a jogar “playstation”. O que acontece é que o nível de jogo que apresentam hoje, é menor do que aquele que fariam há uns tempos atrás, porque em vez de praticar Futebol e ter horas de prática desportiva, passam muito tempo nesse tipo de atividade. Este tipo de atividades, que são muito repetitivas, poderão, eventualmente tirar alguma criatividade na capacidade de pensar, de tomar decisões e agir por elas próprias, porque elas já estão habituadas a agir de uma forma quase mecânica. Mas não tenho dados concretos em termos de estudos que indiquem que isso eventualmente seja assim.

MC: Jonah Lehrer, em “Como Decidimos” refere: “ O problema em elogiar crianças pela sua inteligência inata – elogio da esperteza – está em que deturpa a realidade neural da educação. Encoraja-os a evitar o aspeto mais útil das atividades de aprendizagem, que é o aprender a partir dos erros. Caso não experimente os desagradáveis sintomas de estar errado, o cérebro nunca passará em revista os seus modelos. Antes que os seus neurónios sejam bem-sucedidos, têm de falhar muitas vezes. Não existem atalhos para este difícil processo!”. Qual a sua opinião acerca do valor do erro no processo de treino?

Entrevistado C: O que nós entendemos é que o Erro é um grande amigo da evolução, porque quando erramos ficamos preocupados, e muitas vezes no Futebol as vitórias escondem os erros, porque não nos preocupamos, como ganhamos e aquilo fica escondido. Quando perdemos isso coloca-nos nas situações de nos interrogarmos porque é que tal aconteceu. De maneira que é preciso muitas vezes aprender por tentativa e erro, para nós percebermos a forma como fazemos melhor ou pior, e no decurso do treino muitas vezes quando o jovem erra, nos devemos intervir no porquê, “porque é que fizeste mal?”, ou seja, no meu ponto de vista, o “feedback” interrogativo é muito mais consciencializador da aprendizagem do que ser o professor a ser a resposta, “tu fizeste mal porque não olhaste antes de passar”. Deve antes ser “porque é que tu falhaste?”. Se for ele a refletir sobre o próprio erro, provavelmente da próxima vez vai dar muito mais importância, porque foi ele próprio que o descobriu. Daí que isso seja importante do ponto de vista individual, em termos da aprendizagem, nós passarmos por situações difíceis e muitas vezes quando passamos por situações difíceis é que damos valor às situações quando são boas. Também no jogo coletivo, muitas vezes fazemos um jogo, acabou e vamos para casa refletir, e uma das formas que nós temos de melhorar é refletir sobre o erro no sentido de que a equipa possa melhorar, ou em termos individuais, e esses aspetos, no meu ponto de vista são muito importantes, o passar pela situação de erro para depois formular ou sedimentar melhor o que deverá ser a aprendizagem no futuro, mas muitas vezes não dar logo a resposta, tentar ajudar mas eles vão tentar encontrar essa resposta por eles.

MC: A criação de hábitos de jogo é um aspeto fundamental a ser trabalhado no treino. António Damásio, em “o Sentimento de SI” fala acerca da automatização, dizendo que esta “também tem grande valor nos desempenhos motores tecnicamente complexos. Uma parte da técnica de um virtuoso musical pode permanecer inconsciente, permitindo que este se concentre nos aspetos mais elevados da conceção de uma determinada peça e possa assim orientar a atuação de forma a exprimir certas ideias. O mesmo se aplica a um atleta.” Tendo isso em conta, qual a importância que

considera ter a repetição de processos no treino, conseguindo desta forma uma maior automatização no jogo da equipa?

Entrevistado C: No próprio nome, treino, está inerente a palavra repetição, que é repetirmos determinados atos motores que, tantas vezes repetidos, nos levam a chegar a uma situação de topo. É importante essa repetição sistemática, até porque muita gente refere que, para se chegar a um atleta de topo temos de ter cerca de 10,000 horas de treino, de repetição, de atividade. O treino deverá ter, no meu ponto de vista, duas situações: uma situação que poderá ser de repetição, ou seja, uma situação de bola parada, um esquema tático, é algo que nós conhecemos e que o adversário não sabe, e nós através da repetição somos capazes de tirar partido dessa situação, em termos do coletivo e da equipa, para termos sucesso. Se o esquema tático for bem trabalhado, for repetido, se todos nós o conhecermos, nós vamos ter sucesso, quer em termos de executantes, quer em termos da equipa. Por outro lado a mecanização sistemática em termos do jogo, muitas vezes não é muito boa, porque o jogo em si é muito dinâmico, e nós muitas vezes não somos capazes de recriar no treino todas as possibilidades que o jogo tem. No entanto, eu acho que nós devemos dar referências aos jogadores nas situações em relação ao que devem fazer, quando a bola estiver num jogador que está dentro, o outro se calhar poderá estar fora. Se um jogador joga em aproximação, o outro joga em profundidade. São essas referências que também acabam por se repetir e que tornam o jogo melhor, porque nós através da repetição somos capazes de prever aquilo que vai acontecer em termos de futuro, e que a nossa equipa é capaz de tirar partido dessas situações. Quando nós no treino conseguimos alguma coisa que repetimos e temos êxito, é uma alegria imensa no âmago do treinador, porque estamos a ver que o treino, que digamos assim só é, no meu ponto de vista avaliado em termos do jogo, pois o jogo é para nós a grande avaliação do treino e quando chegamos ao jogo e vemos que treinamos, ou seja que repetimos situações e quando elas nos aparecem ficamos extremamente contentes. Houve um ano que ganhei um jogo através de um livre estudado. Foi um jogo extremamente difícil, numa fase final do campeonato de juniores. Serviu

para dizer aos jogadores que vale a pena treinar, que vale a pena repetir, quando nós conhecemos uma situação que o adversário não conhece e que depois tiramos partido dela e temos êxito com isso. Não pode ser uma repetição mecânica das ações dinâmicas de jogo, mas deverá haver alguns princípios de jogo que, os jogadores em função do momento atual saibam o que devem fazer, acho que isso deve existir em termos de organização das equipas.

MC: Os mecanismos percetivo-cognitivos subjacentes à capacidade de antecipação permitem a um jogador obter informação do Jogo, agindo em função dessa informação, “ganhando tempo”. Segundo Klein (Fontes de Poder), “a experiência permite-nos identificar a existência de oportunidades”, ou seja, a experiência é um dos fatores decisivos na interpretação da informação. Quanto mais experientes, mais hábeis. Com isto, podemos assumir que quanto maior a prática, mais habilidosos nos tornamos na leitura de jogo. Se antigamente as crianças jogavam Futebol durante horas e horas, hoje a realidade é outra, as crianças têm menos tempo de jogo. Considera existir uma forma de recuperar esse tempo no treino?

Entrevistado C: Eu acho muito difícil, mas se as situações de treino forem organizadas para que coloquem o jogador em permanente situação de decisão, conseguimos diminuir essa “décalage” que há entre as dificuldades que eles tinham e as que irão ter. Dai que, se sabemos que o jogo é fundamentalmente Tomadas de Decisão e se queremos de fato melhorar essas experiências há que recriá-las numa forma mais sistemática em termos do treino, para que elas possam depois atenuar perdas (de tempo de jogo) que eventualmente existam. Nós aqui, mesmo na escola de Futebol, idealizamos que a sessão de treino poderá ter, eventualmente 2/3 da mesma para situações decisórias e que poderá haver 1/3 como complemento. Mas a dominância deve ser decisória, porque o jogo é isto, e por isso são estas as dominantes que deverão existir no treino para ganharmos algum tempo e no jogo eles terem uma leitura melhor. É

esta a leitura que temos e a forma como podemos recuperar algum déficit de leitura de jogo que os jogadores possam ter.

MC: Embora o objetivo da formação seja formar, na grande maioria dos casos a maior preocupação é ganhar, existindo a ideia de que a formação é boa quando se ganha. Embora o objetivo do Jogo seja sempre ganhar, na formação o primeiro objetivo é formar, se possível ganhando! As crianças muitas vezes não entendem o porquê de se Jogar de uma determinada forma, considerando que existem opções mais viáveis para a vitória, muitas vezes influenciadas pelos pais. Os próprios treinadores negligenciam a opinião dos jogadores (especialmente com crianças) na construção de um plano de jogo. Considera que as crianças devem conhecer o porquê de uma determinada forma de Jogar, compreendendo os objetivos do treinador e ganhando um maior entendimento do jogo?

Entrevistado C: Julgo que sim, em todas as atividades que fazemos na vida, quando temos uma situação em que compreendemos o seu porquê, o nosso empenhamento vai ser maior porque é uma situação de compromisso. Mesmo quando os adultos vêm para aqui trabalhar connosco, os nossos treinadores, nos colocamos alguns objetivos comuns. Isso é um compromisso também de quem dirige, neste caso digamos que eu sou o treinador, o coordenador aqui é o treinador e os treinadores são os jogadores, também vão com certeza esforçar-se muito mais em termos de Jogo, porque há um compromisso do mesmo. Eu estive a falar com alguém ligado ao Andebol. Tivemos um treinador de Andebol da seleção nacional, que era o Olsson, que foi um grande guarda-redes de Andebol, e que ele discutia com os jogadores a forma como a equipa jogava. Claro que já eram jogadores adultos, mas havia um compromisso, porque discutiam estratégias, se defendiam duma ou doutra forma contra uma ou outra equipa, e o compromisso estabelecia-se aqui. Muitos dos jovens ainda não têm uma capacidade de compreensão global do jogo, de maneira que acho que as coisas ainda não poderão ser muito discutidas por eles, porque ainda têm pouco conhecimento do conteúdo. Mas é importante explicar

porque é que muitas vezes nós saímos a jogar pelo guarda-redes e não damos um pontapé para a frente. Porque a ideia é que eles tenham de perceber que fazer um jogo positivo, em termos de qualidade, vai-lhes permitir no futuro virem a ser melhores jogadores, independentemente de agora, se calhar, um pontapé para a frente nos podia levar a ganhar o jogo; mas no futuro se calhar esse tipo de jogadores não vão ter espaço. A ideia é perceber que nem sempre aquilo que é mais rápido é o melhor em termos de formação. O ganhar é importante, mas se formarmos com qualidade estamos mais perto de ganhar, do que se formarmos com base no resultado imediato, porque o ganhar não é só agora, é o ganhar agora e depois, embora no futebol de formação o ganhar no imediato muitas vezes é aquilo que as pessoas procuram e daí que se note as chicotadas psicológicas no futebol de formação também como se fosse o futebol dos adultos, porque a ideia é o resultado imediato. Mesmo as grandes equipas estão enganadas em relação a isso e não valorizam essa componente. Eu posso dar um exemplo, eu fui treinador do F. C. Porto e tivemos um ano em que tivemos jogadores, que neste momento já deixaram de jogar mas que chegaram a algum lado, como o Rui Jorge, o Bino, o Tulipa e o Sá Pinto, por exemplo, foram jogadores que chegaram ao primeiro nível. No entanto fomos a um campeonato e perdemos. Toda a gente nos deu cabo da cabeça por termos perdido aquele campeonato. No ano a seguir tínhamos uma equipa de gente que, de fato tinha vontade, mas que não chegou a lado nenhum, fomos campeões e ficamos todos contentes com isso. Eu pergunto é que qual foi, se pudéssemos medir, o melhor trabalho? Foi aquele em que de facto conseguimos colocar 5 jogadores a nível internacional e na primeira equipa da seleção nacional, independentemente de termos perdido naquela altura, ou aquele ano em que ganhamos o campeonato com jogadores que depois nunca mais foram jogadores e que deixaram de jogar Futebol? De maneira que o aspeto qualitativo é determinante. Agora é muito difícil aos olhos, fundamentalmente do grande público e do dirigismo que não tem formação desportiva específica, perceber isso.

MC: O processo da Tomada de Decisão é influenciado por inúmeros fatores, sendo certo que não existem duas situações idênticas, nem uma

única solução ideal, no contexto do Jogo. O jogador decide com a informação que recebe do ambiente. Tendo tudo isto em conta, qual a melhor forma, na sua opinião, de potenciar este processo no treino?

Entrevistado C: É influenciado por inúmeros fatores. O processo de treino, se nós acharmos que tem em consideração aquilo que é a essência do jogo, nós treinamos para jogar, não treinamos para melhorar a receção ou o passe ou o drible, treinamos para melhorar essas componentes num contexto de jogo, num contexto de oposição, cooperação e finalização e são essas as situações dominantes que devem existir. O que eu acho, e essa parece-me uma questão que sintetiza aquilo que nós estamos aqui a falar, é que devemos recriar efetivamente no treino aquilo que de essencial o jogo tem. E se nós conseguirmos passar isso em termos do jogo para o treino, acho que estamos a trabalhar da forma mais próxima do jogo. No entanto, há sempre situações que não conseguimos recriar em termos de meio ambiente. Recriar uma situação de grande penalidade no último minuto sem público e sem as pessoas, sem aquele ambiente próprio do jogo é um bocadinho difícil, mas independentemente disso nós podemos recriar situações em termos de treino onde colocamos alguma pressão a esses jogadores, nessas situações para que de facto isso também aconteça. Muitas vezes para treinar situações de grande penalidade sugerimos que seja feito ao longo do processo de treino, e quando uma equipa marca um golo tem direito a uma grande penalidade, se a transformar vale 2, se falhar vale 0 e a equipa é penalizada com isso. Isto coloca nos jogadores que vão marcar algum índice de pressão. Fazemos isso porque não somos capazes de ter ambiente no treino igual ao que acontece no jogo, então temos de criar situações que potenciem aquilo que acontece no jogo, o mais próximo possível, embora às vezes isso não seja muito fácil de recriar no treino.

Anexo 5: Entrevistado D

Manuel Conceição (MC): Tendo em conta a sua experiência, como classificaria o estado atual da formação de jovens futebolistas em Portugal?

Entrevistado D: Estamos melhor, relativamente ao passado, entre quando eu fiz a minha formação e hoje, há uma diferença muito grande. As condições melhoraram muito, e acima de tudo penso que a formação também melhorou muito nos métodos de trabalho, as pessoas começaram a ver a formação de forma diferente da que viam há uns anos atrás.

MC: O que alteraria na atual formação de jovens futebolistas?

Entrevistado D: Há coisas que se poderiam melhorar, por exemplo em determinados escalões está-se a olhar muito só para a vertente técnica e esquece-se muito os aspetos físicos, porque são jovens e diz-se que é prematuro estar a pensar na parte física. Eu acho que é preciso ver bem onde acontece o desenvolvimento do atleta e onde se pode começar a trabalhar esse desenvolvimento, porque penso que ainda existe alguma confusão acerca do que se deve e não se deve fazer na formação.

MC: Considera existir uma idade ideal para começar a Jogar?

Entrevistado D: Não. Hoje as condições são outras, antigamente jogávamos muito Futebol na rua, passávamos a vida a jogar na rua e hoje isso não acontece, quanto mais cedo eles forem para as escolas de formação e quando mais cedo se detetar que eles já têm o mínimo de condições para poder jogar Futebol melhor. E eu digo isto porque sei que as vezes é complicado, eu tive uma escolinha de Futebol onde existia crianças que ainda não eram minimamente concentradas para que o professor pudesse explicar e conseguir

prepara-los para aquilo que era o treino ou mesmo a brincadeira do treino, e se calhar nessa fase ainda é muito precoce. Agora, a partir do momento em que a criança gosta daquilo que faz, é concentrada e coordenada, acho que qualquer idade a partir dos 4/5 anos serve, não menos do que isso.

MC: Garganta e Pinto, em “O Ensino do Futebol” referem “A verdadeira dimensão da técnica repousa na sua utilidade para servir a inteligência e a capacidade de decisão tática dos jogadores e das equipas no jogo”. Com este comentário e sabendo que não existem 2 jogos iguais e que as variáveis do Jogo e a sua imprevisibilidade são imensas, qual é a sua opinião sobre o ensino do Futebol baseado nos jogos condicionados/reduzidos?

Entrevistado D: Antigamente não existia tanta complexidade e havia grandes jogadores e grandes jogos. Hoje, e eu como treinador é evidente que procuro o melhor desenvolvimento para os jogadores e a sua rentabilidade. Evidente que os exercícios mais complexos e em espaços mais reduzidos obrigam os jogadores a pensar e a executar rápido. Tudo isso é bom e quanto mais se conseguir fazer com que os jogadores estejam mais concentrados, melhor jogador será. Acho que isso tem vantagens em determinados momentos da semana e em determinados exercícios, mas sabendo onde os colocar e em que momento da semana coloca-los.

MC: Acredita que a extinção (ou quase extinção...) do Futebol de Rua leva a um Jogo menos imprevisível, mais padronizado? Quais considera serem as características do Futebol de Rua?

Entrevistado D: A partir do momento em que o estudo do Futebol começou a ser mais profundo, começou-se a privilegiar o coletivo e a organização coletiva e isso veio mudar o Futebol. Hoje vemos equipas muito organizadas, compactas e não com tanta liberdade de, entre aspas, se puderem divertir no Jogo. E no Futebol de Ruas as equipas divertiam-se, os próprios

jogadores depois quando vinham para os seniores, para o Futebol profissional, esse Futebol era mais divertido, era mais anarquizado. A partir de determinado momento o Futebol passa a ser diferente e passa a ser um Futebol com uma distribuição de funções para com os jogadores que acaba por padronizar o Futebol, por fazer com que o Jogo hoje em dia seja mais massudo do que há uns anos atrás.

MC: Considera que a perda de espaço e tempo para brincar, assim como o aparecimento de divertimentos eletrónicos tornam as crianças mais mecanizadas, mais “robôs”, refletindo-se esse mecanicismo na prática futebolística?

Entrevistado D: Concordo, o Futebol a partir de determinado momento passou a ser mais “robotizado” e isso pode explica-lo. A criança chega a casa e põe-se em frente ao computador, a fazer tudo menos jogar Futebol de rua. Admito que essa criança com esse tipo de jogos tenha um desenvolvimento muito maior e consiga, se calhar mesmo no Futebol, fazer coisas muito mais perfeitas do que jogando na rua. Esses jogos dão-lhes outras coisas que o Futebol de rua não dá. Mas o Futebol de Rua deu sempre uma liberdade de decisão e hoje em dia acho que acontece o contrário, a decisão está condicionada em todas as situações de jogo.

MC: Jonah Lehrer, em “Como Decidimos” refere: “ O problema em elogiar crianças pela sua inteligência inata – elogio da esperteza – está em que deturpa a realidade neural da educação. Encoraja-os a evitar o aspeto mais útil das atividades de aprendizagem, que é o aprender a partir dos erros. Caso não experimente os desagradáveis sintomas de estar errado, o cérebro nunca passará em revista os seus modelos. Antes que os seus neurónios sejam bem-sucedidos, têm de falhar muitas vezes. Não existem atalhos para este difícil processo!”. Qual a sua opinião acerca do valor do erro no processo de treino?

Entrevistado D: O Erro é fundamental, devendo acontecer no treino para que o jogador sinta a responsabilidade do Erro que cometeu e isso servir de referência para aquilo que não deve fazer no futuro. Para mim o Erro deve acontecer, até porque, tal como diz o texto, a partir desse momento o cérebro grava uma situação desfavorável e que não deseja que volte a acontecer.

MC: A criação de hábitos de jogo é um aspeto fundamental a ser trabalhado no treino. António Damásio, em “o Sentimento de SI” fala acerca da automatização, dizendo que esta “também tem grande valor nos desempenhos motores tecnicamente complexos. Uma parte da técnica de um virtuoso musical pode permanecer inconsciente, permitindo que este se concentre nos aspetos mais elevados da conceção de uma determinada peça e possa assim orientar a atuação de forma a exprimir certas ideias. O mesmo se aplica a um atleta.” Tendo isso em conta, qual a importância que considera ter a repetição de processos no treino, conseguindo desta forma uma maior automatização no jogo da equipa?

Entrevistado D: Há coisas que podem ser comparáveis, outras não podem. Na minha opinião não se deve comparar o treino de Futebol com o treino de outras profissões como a música. Por muito que tentemos nunca vamos conseguir comer com os pés, nem nunca vamos conseguir fazer coisas com os pés que fazemos com as mãos, portanto acho que há comparações que quanto a mim não de devem fazer. Agora quanto mais tempo passarmos com uma bola, e quanto mais tempo insistirmos naquilo que queremos, tenho a certeza até pela experiência vivida, melhoramos e conseguimos ficar mais perfeccionistas. O treino é muito importante, quanto mais tempo tivermos para treinar mais vamos melhorar. Agora há coisas que nascem, há determinadas crianças que olhamos e vemos que têm coordenação desde pequeninas, conseguem ter movimentos coordenados quer de braços quer de pernas, e isso por muito que se trabalhe não se consegue. Por muito que queiramos dizer ao cérebro que não é assim, ele nasceu assim e é difícil mudá-lo.

MC: Os mecanismos perceptivo-cognitivos subjacentes à capacidade de antecipação permitem a um jogador obter informação do Jogo, agindo em função dessa informação, “ganhando tempo”. Segundo Klein (Fontes de Poder), “a experiência permite-nos identificar a existência de oportunidades”, ou seja, a experiência é um dos fatores decisivos na interpretação da informação. Quanto mais experientes, mais hábeis. Com isto, podemos assumir que quanto maior a prática, mais habilidosos nos tornamos na leitura de jogo. Se antigamente as crianças jogavam Futebol durante horas e horas, hoje a realidade é outra, as crianças têm menos tempo de jogo. Considera existir uma forma de recuperar esse tempo no treino?

Entrevistado D: Não é fácil, o jogo é sempre diferente. Quando estamos a treinar, treinamos com jogadores que já conhecemos, começamos a ter um conhecimento muito forte sobre os nossos colegas de treino. O Jogo obriga-nos a outras coisas. Primeiro porque basta só estar o resultado em causa para isso se tornar um condicionante de confiança. E no Jogo é natural o Erro acontecer mais vezes. Há jogadores que interpretam isso duma forma perfeita em termos de confiança e de à vontade com que enfrentam o jogo e quando se fala no poder de antecipação. Eu acho que há uns mais inteligentes que outros e há uns que conseguem ter uma leitura daquilo que vai acontecer em determinada situação e esses conseguem realmente ser mais inteligentes dentro do campo. E quem diz essa situação diz outra, por exemplo antes de a bola chegar aos pés de um jogador ele consegue antecipar 2 ou 3 soluções que consegue fazer antes mesmo de ter a bola. Isso é uma capacidade que se pode treinar, mas também é uma capacidade que nasce com alguns e por isso é que as vezes esses marcam a diferença naquilo que é o Futebol.

MC: Embora o objetivo da formação seja formar, na grande maioria dos casos a maior preocupação é ganhar, existindo a ideia de que a formação é boa quando se ganha. Embora o objetivo do Jogo seja sempre ganhar, na formação o primeiro objetivo é formar, se possível ganhando!

As crianças muitas vezes não entendem o porquê de se Jogar de uma determinada forma, considerando que existem opções mais viáveis para a vitória, muitas vezes influenciadas pelos pais. Os próprios treinadores negligenciam a opinião dos jogadores (especialmente com crianças) na construção de um plano de jogo. Considera que as crianças devem conhecer o porquê de uma determinada forma de Jogar, compreendendo os objetivos do treinador e ganhando um maior entendimento do jogo?

Entrevistado D: É evidente que a formação depende muito do clubes onde estamos inseridos e dos objetivos que esse clube tem, sabendo que em Portugal, que é um país pequeno, 3 clubes conseguem recrutar os melhores e as crianças o que querem é jogar nesses 3 grandes. Formar a ganhar é o ideal mas isso não é possível para todos. Quem trabalhar com crianças na formação deve acima de tudo fazer sentir o que é a realidade, saberem o quanto é importante poder ganhar e o impacto que isso pode ter neles. Esse tipo de ambição, de sonho é o que vai fazer com que eles cresçam. Há pais que têm muita influência no desenvolvimento duma criança e naquilo que é o crescimento em termos de jogador de Futebol, e há pais que não têm noção nenhuma do que é o Futebol ou o que é formar um jogador. Isso acaba por prejudicar muito a criança, porque fica na dúvida do que há-de fazer, se respeita o pai ou o professor. Devia de haver também um formador para os pais, porque realmente os pais das crianças são um problema para a criança que quer praticar Futebol. Muitos pais pensam que é ali que está o futuro deles, e que é naquilo que ele pode singrar. É o querer tanto que o filho seja jogador que prejudica, e muito, a formação dessa criança.

MC: Acha importante o treinador explicar as crianças a sua ideia de jogo, o porquê de jogarem duma forma e não doutra?

Entrevistado D: Sim, isso é muito importante. Aquele professor que consiga explicar bem, que tenha noção da realidade, de qual é a ambição de cada criança, porque há uns mais ambiciosos que outros, um professor que

consiga ter consciência de tudo isso, ajuda e muito na formação desses miúdos. Quanto mais eles acreditarem naquilo que o professor diz, naquilo que os pode levar ao êxito, isso ajuda muito, tanto a criança como o professor, e se calhar diminui muita informação que os pais possam dar.

MC: O processo da Tomada de Decisão é influenciado por inúmeros fatores, sendo certo que não existem duas situações idênticas, nem uma única solução ideal, no contexto do Jogo. O jogador decide com a informação que recebe do ambiente. Tendo tudo isto em conta, qual a melhor forma, na sua opinião, de potenciar este processo no treino?

Entrevistado D: A Tomada de Decisão pode ser mais lenta ou mais rápido, e por isso há pouco quando falávamos na questão de treinos e exercícios específicos para trabalhar isso eu achei que era importante. O trabalho em espaço reduzido, em situações mais complexas, seja com o número de jogadores ou o número de toques, acho que isso consegue fazer com que um jogador pense e execute mais rápido, e aí já alguns marcam a diferença e vê-se quem é que realmente consegue fazer com mais facilidade certas coisas. Agora, sabemos que o Jogo de Futebol é jogado num espaço grande, a tomada de decisão também tem de ser alargada, decidir e executar rápido, mas depois no Jogo poderão haver situações onde essa decisão seja diferente, mais lenta. Depende do momento em que se trabalhar isso, ou da altura da semana para depois podermos passar isso para o Jogo, com todas as suas ações e durante a semana temos de estar bem cientes de onde devemos fazer isso. Sabendo ainda que a Tomada de Decisão nunca é igual para todos os jogadores. A decisão de um ala pode ser mais individualizada, mas um médio já não tem os mesmos objetivos, por exemplo já decide mais com o objetivo de por o jogo rápido, de o colocar em amplitude ou em profundidade, e isso às vezes implica apenas dar 1 ou 2 toques, enquanto noutras situações já é diferente. A Tomada de Decisão de um lateral, que tem de ter mais condução de bola, onde vai dar mais toques e vai decidir muito mais à frente no terreno já é diferente. Só para dizer que a Tomada de Decisão dum médio não é igual a de um lateral direito e

isso implica certos cuidados. Agora, se queremos fazer com que eles pensem e executem mais rápido, podemos fazer isso durante a semana, existem vários exercícios que podemos fazer, mas fazemos isso por exemplo à terça e à quarta, e na quinta ou na sexta se calhar já não podemos fazer esses exercícios em espaços reduzidos, porque já estamos a preparar o Jogo e as Tomadas de decisão já serão mais abrangentes, em espaço muito mais largos.

Anexo 6: Entrevistado E

Manuel Conceição (MC): Tendo em conta a sua experiência, como classificaria o estado atual da formação de jovens futebolistas em Portugal?

Entrevistado E: O meu contexto a nível de formação é muito curto, estive sempre mais ligado aos escalões seniores. Mas aquilo que denoto dos atletas seniores é que aqueles que apresentam um maior raciocínio de Jogo, parece-me que deriva da formação que tiveram, enquanto atletas.

MC: O que alteraria na atual formação de jovens futebolistas?

Entrevistado E: Eu acho que os atletas, e principalmente os treinadores na formação, têm de ter a preocupação de definir muito bem os objetivos para cada um dos escalões. Definir bem os conceitos de jogo para enriquecer os atletas e não para alcançar resultados num curto espaço de tempo. Eles têm de estar devidamente preparados. Eu dou-lhe um exemplo, durante a formação um atleta tem de perceber os diferentes métodos de jogo ofensivo, porque na passagem para o escalão sénior eles pode ser confrontados com um treinador que idealiza o jogo ofensivo de uma forma, na época seguinte podem encontrar outro treinador com uma ideia de jogo completamente diferente, e ele tem de se adaptar a isso. E essa fase de adaptação e aquisição é na formação que se faz.

MC: Considera existir uma idade ideal para começar a Jogar?

Entrevistado E: Quanto mais cedo melhor, mesmo no ponto de vista da especialização.

MC: Garganta e Pinto, em “O Ensino do Futebol” referem “A verdadeira dimensão da técnica repousa na sua utilidade para servir a

inteligência e a capacidade de decisão tática dos jogadores e das equipas no jogo”. Com este comentário e sabendo que não existem 2 jogos iguais e que as variáveis do Jogo e a sua imprevisibilidade são imensas, qual é a sua opinião sobre o ensino do Futebol baseado nos jogos condicionados/reduzidos?

Entrevistado E: Hoje em dia são a essência do treino, quer a nível da formação quer do escalão sénior, a utilização de meios de treino com jogos reduzidos. Isto porque nós conseguimos transferir os pequenos objetivos de jogos reduzidos para os grandes objetivos do Jogo. Acho que é uma vantagem que devemos utilizar e até abusar.

MC: Acredita que a extinção (ou quase extinção...) do Futebol de Rua leva a um Jogo menos imprevisível, mais padronizado?

Entrevistado E: As alterações do Futebol de Rua, ou da inexistência quase total do Futebol de Rua, prendem-se essencialmente com a alteração de hábitos da nossa sociedade. Não quer dizer que não se consiga colmatar, e os clubes têm um papel muito importante nessa colmatação, as autarquias também o deveriam ter, as escolas também, apesar de vermos com alguma regularidade nos intervalos das aulas os miúdos com uma bola, com as suas próprias regras a disfrutarem do jogo, obviamente que não têm o mesmo tempo que nós tínhamos ou que outros países têm. Portanto eu acho que o Futebol de Rua é útil, pode dar conteúdo aos atletas, mas uma vez que nós temos uma realidade adulterada, começam-se a alterar hábitos, temos também de transformar o nosso pensamento, ou seja temos de colmatar essa falha com algo. E para esse algo tem muita importância o incremento de alguns espaços que possam proporcionar essa alegria do Futebol de Rua.

MC: Quais considera serem as características do Futebol de Rua?

Entrevistado E: Muito simplesmente, as características do Futebol de Rua passam pela anarquia desse Futebol, o que o torna mais do que suficiente para que os atletas consigam ter comportamentos simplificados e variados, que indique que tiveram algo de imprevisível que os tornou previsíveis.

MC: Considera que a perda de espaço e tempo para brincar, assim como o aparecimento de divertimentos eletrônicos tornam as crianças mais mecanizadas, mais “robôs”, refletindo-se esse mecanicismo na prática futebolística?

Entrevistado E: Eu não considero que as pessoas com esses hábitos se tornem mais “robôs”. Aquilo que eu acho é que quando alguém se torna um “robô”, é porque foi preparado e treinado para isso. Se retirarmos do Futebol a beleza e a imprevisibilidade do Jogo, aí entramos nesse campo. Eles (atletas e equipa) têm de ter condutas próprias que sigam alguma lógica, mas também o Jogo tem momentos de imprevisibilidade que enriquecem esse mesmo Jogo. Em parte a sociedade pode provocar (esse mecanicismo), mas nós enquanto profissionais temos de desmistificar isso. Treinar para que isso não acontece. Espero que isso não aconteça, mas há muita tendência para que isso continue a ser preparado.

MC: Jonah Lehrer, em “Como Decidimos” refere: “ O problema em elogiar crianças pela sua inteligência inata – elogio da esperteza – está em que deturpa a realidade neural da educação. Encoraja-os a evitar o aspeto mais útil das atividades de aprendizagem, que é o aprender a partir dos erros. Caso não experimente os desagradáveis sintomas de estar errado, o cérebro nunca passará em revista os seus modelos. Antes que os seus neurónios sejam bem-sucedidos, têm de falhar muitas vezes. Não existem atalhos para este difícil processo!”. Qual a sua opinião acerca do valor do erro no processo de treino?

Entrevistado E: Penso no erro como algo útil, tanto no treino como na vida. Ou seja, nos temos de transportar um bocadinho das nossas realidades diárias para o treino. Nós aprendemos com o erro, temos de estar preparados, primeiro para o assumir, segundo para sermos retificados. Há diferentes formas de retificar, e essa é que eu acho a principal questão. Os desportistas, e os futebolistas em particular, têm que passar algumas fases, temos de conhecer as diferentes fases maturacionais, a idade dos diferentes atletas nos diferentes escalões, para demonstrarmos por condutas verbais e não-verbais alterações desses mesmo erros. Eu esse é um bom meio, para que o comportamento deles seja assumido com segurança. Quer erre, quer não erre, sente-se seguro e confortável. Nós no treino devemos criar ações que provoquem o erro.

MC: A criação de hábitos de jogo é um aspeto fundamental a ser trabalhado no treino. António Damásio, em “o Sentimento de SI” fala acerca da automatização, dizendo que esta “também tem grande valor nos desempenhos motores tecnicamente complexos. Uma parte da técnica de um virtuoso musical pode permanecer inconsciente, permitindo que este se concentre nos aspetos mais elevados da conceção de uma determinada peça e possa assim orientar a atuação de forma a exprimir certas ideias. O mesmo se aplica a um atleta.” Tendo isso em conta, qual a importância que considera ter a repetição de processos no treino, conseguindo desta forma uma maior automatização no jogo da equipa?

Entrevistado E: Isso é uma temática que atualmente tem estado em discussão. Há quem defenda a prática deliberada, há quem diga também que para se alcançar a excelência desportiva temos de ter as 10 mil horas de prática. No entanto, já este ano, foi publicado um livro (*The Sports Gene*) por David Epstein onde são referidos essencialmente atletas que praticam atividades complexas, isto porque tudo aquilo que foi preconizado por Ericsson da prática deliberada e do número de horas necessárias para atingir a excelência desportiva, reportam-se a atletas de práticas simplificadas, assim como os

pianistas que referiu. O que está a ser estudado pelos departamentos de genética é que ambas são essências para se desenvolver um atleta de excelência: prática deliberada, treino de excelência que permita também que haja essa compreensão do jogo; e também tem de haver algo do indivíduo que o permita produzir essas mesmas ações. Metade genético, metade exterior. Quanto à automatização, eu vou-lhe responder desta forma: nós nos exercícios devemos provocar uma variabilidade enorme!

MC: Os mecanismos perceptivo-cognitivos subjacentes à capacidade de antecipação permitem a um jogador obter informação do Jogo, agindo em função dessa informação, “ganhando tempo”. Segundo Klein (Fontes de Poder), “a experiência permite-nos identificar a existência de oportunidades”, ou seja, a experiência é um dos fatores decisivos na interpretação da informação. Quanto mais experientes, mais hábeis. Com isto, podemos assumir que quanto maior a prática, mais habilidosos nos tornamos na leitura de jogo. Se antigamente as crianças jogavam Futebol durante horas e horas, hoje a realidade é outra, as crianças têm menos tempo de jogo. Considera existir uma forma de recuperar esse tempo no treino?

Entrevistado E: A única forma que me parece viável é a utilização de jogos reduzidos, para tentar recuperar isso mesmo. Parece-me também que isso já está demonstrado na investigação, que de facto a prática é muito importante para a evolução, crescimento e compreensão de jogo de um atleta. Já foram produzidos estudos onde se demonstrou que a capacidade de decisão de atletas que têm uma prática elevada é superior a de atletas com pouca prática e a de um outro grupo sem prática mas que visionava jogos na televisão. Ou seja, a Tomada de Decisão é mais eficaz nos atletas de elevada prática comparativamente a atletas dos outros dois grupos. Isso demonstra claramente que a prática é essencial.

MC: Embora o objetivo da formação seja formar, na grande maioria dos casos a maior preocupação é ganhar, existindo a ideia de que a formação é boa quando se ganha. Embora o objetivo do Jogo seja sempre ganhar, na formação o primeiro objetivo é formar, se possível ganhando! As crianças muitas vezes não entendem o porquê de se Jogar de uma determinada forma, considerando que existem opções mais viáveis para a vitória, muitas vezes influenciadas pelos pais. Os próprios treinadores negligenciam a opinião dos jogadores (especialmente com crianças) na construção de um plano de jogo. Considera que as crianças devem conhecer o porquê de uma determinada forma de Jogar, compreendendo os objetivos do treinador e ganhando um maior entendimento do jogo?

Entrevistado E: Eu concordo, acho que sim. Quando nós vamos a um restaurante lemos o cardápio e escolhemos o que vamos comer. Os miúdos sabem ler e destingir se gostam ou não gostam. Eles também tem de ter noção e conhecer o que se pretende naquele momento. Reconheço que é difícil, falou nos pais, o papel dos pais é importante quando eles, na assunção da palavra, têm um comportamento de pai. Mas também há outros intervenientes que prejudicam a interpretação do ser melhor o resultado ou formar. Eu acho que não nos devemos cingir só aos pais. Existem outros que podem perturbar muito mais o objetivo competitivo do que os pais. É fundamental para qualquer grupo ter conhecimentos dos objetivos, dos propósitos, dos princípios e de tudo aquilo que façam.

MC: O processo da Tomada de Decisão é influenciado por inúmeros fatores, sendo certo que não existem duas situações idênticas, nem uma única solução ideal, no contexto do Jogo. O jogador decide com a informação que recebe do ambiente. Tendo tudo isto em conta, qual a melhor forma, na sua opinião, de potenciar este processo no treino?

Entrevistado E: Em primeiro lugar, transferir todo o tipo de comportamento de Jogo para o treino. Segundo, tentar inserir nos exercícios de

treino diferentes tipos de constrangimentos que poderão depois assimilar os mecanismos decisoriais, para que quando confrontados com o Jogo, estes sejam realizados de uma forma assertiva. Também visionar ações, que é um instrumento de treino útil para melhorar a capacidade de decisão.

Anexo 7: Entrevistado F

Manuel Conceição (MC): Tendo em conta a sua experiência, como classificaria o estado atual da formação de jovens futebolistas em Portugal?

Entrevistado F: As diferenças que eu eventualmente possa identificar (em relação ao passado) decorrem, em primeiro lugar, de alguns casos que eu vou identificando como de falta de vivências com um Futebol mais informal nas primeiras etapas, onde os jogadores aparecem nas primeiras fases do treino com algumas carências, nomeadamente: a relação com a bola e a criatividade, características da prática informal, do Futebol de Rua, das brincadeiras de rua. Quando falamos em rua falamos em espaços, podem se vividos de diferentes modos e com diferentes expressões da motricidade das crianças, da forma como elas se movem e se relacionam num envolvimento diferente do atual. Hoje em dia temos mais jogadores de estufa e menos de rua, e isso vai tendo algumas implicações. Por outro lado, o que nos vemos é que continuam a existir jogadores, nomeadamente jogadores Portugueses a jogar em equipas estrangeiras e no nosso país que atingem um nível de topo e quando falamos com esses jogadores verificamos que quase todos, senão mesmo todos, têm essas vivências de rua, ou seja, apesar destas começarem a escassear, há sempre umas bolsas geográficas onde essas pessoas continuam a aparecer e a conseguir níveis que têm a ver com essa relação que eu estabeleci entre uma prática informal, para depois terem uma melhor prática formal, uma prática deliberada, ou jogo deliberado como agora é mais referido. O que denoto é que há uma formação mais escolar, mais programada nos primeiros estádios de desenvolvimento dos jogadores e do meu ponto de vista isso pode não ser bom, pois se nós começarmos a tecnificar em demasiada e demasiado cedo o ensino e o treino do Futebol, se não dermos lugar ao aparecimento, ou pelo menos ao evitarmos que esses espaços para as crianças e os jovens se exprimirem livremente a jogar e se não dermos lugar a que eles possam existir penso que

vamos ter equipas mais estereotipadas, jogadores mais programados, uma globalização negativa do Futebol em termos de gente que treinará e jogará da mesma maneira. E acho que isso não é bom para o Futebol para a sua evolução, para a sua ainda maior afirmação. Tal como na espécie humana a diversidade ajuda a que as coisas depois possam viver e sobreviver com outra dimensão e outra qualidade. E aqui acho que se corre um pouco esse risco. Quanto ao nível de treinadores, acho que houve uma evolução muito grande na formação e na capacitação de pessoas para saberem fazer, para treinar e ensinar. Acho que cada vez estamos melhor a esse nível, em Portugal estamos muito bem servidos. Aliás nota-se, os nossos treinadores vão sendo cada vez mais procurados e isso não acontece por acaso, há uma formação mais académica, cada vez mais consistente e com maior qualidade, mas há também uma capacitação dos treinadores para que eles consigam aprender uns com os outros. A partir do momento em que aparece um talento, eu costumo dizer que o talento é contagioso, e vai ajudando a capacitar os outros treinadores, pois os outros treinadores percebem melhor como se devem desenvolver, que competências são necessárias para evoluírem até ao nível mais elevado. Portanto acho que nesta dimensão nos temos melhorado muito.

Quanto aos jogadores, eles vão aparecendo, e quando nós tentamos perceber a relação daquela prática mais informal vemos que há esta relação que eu referi no início. A prática informal é muito importante, continua a ser muito importante para conseguirmos jogadores de alta expressão, com criatividade e diferentes uns dos outros.

De resto acho que as coisas seguem o seu curso, com estas duas nuances que me parecem paradoxais, mas que se nos analisarmos isso com algum cuidado continuamos a perceber que os jogadores que conseguem atingir uma expressão mais elevada tiveram essas vivências, ainda por cima com treinadores cada vez mais capacitados, eles vão chegando a níveis superiores. Os outros, alguma massa de jogadores provavelmente se tivessem vivências diferentes poderiam chegar mais longe, mas parece-me que começam a chegar a umas barreiras de rendimento e não evoluem, e isso do meu ponto de vista tem uma grande relação com as vivências em idades mais baixas.

MC: O que alteraria na atual formação de jovens futebolistas?

Entrevistado F: O que me parece importante modificar são fundamentalmente duas coisas. Uma delas tem a ver com a forma como as pessoas detetam talentos. Eu não gosto da expressão, prefiro falar em identificação de talentos, em desenvolvimento de talentos. E a minha ideia é que cada vez mais os clubes e as federações querem pugnar para que haja uma massa de praticantes com acesso a bons treinadores e a boas condições de trabalho, as tais práticas informais no início do seu estado de desenvolvimento e depois passar a um treino mais sistemáticos com pessoas capacitadas que como disse temos muitas. Do meu ponto de vista deve-se fazer ao contrário, em vez de falarmos em deteção de talentos para depois começarmos a selecionar os melhores jogadores mais adiante, deve-se fazer: primeiro desenvolve-se as pessoas, criando boas condições de trabalho e de treino, e depois é que se vê quem vai ser talento. O talento surge na resposta ao treino, na relação com o envolvimento e não o contrário. Não há talentos à nascença, ninguém nasce para jogar Futebol. Cada vez mais se percebe que isto é assim, portanto as pessoas só jogam Futebol a um determinado nível se tiverem vivências que lhes permitam chegar a esse nível. Podem ser vivências mais formais, mais informais, ou a conjugação destas duas que é o que normalmente acontece. De formas muito diferentes em diferentes jogadores. Também há diferentes formas de chegar ao talento, mas a verdade é que a prática é imprescindível. Não se chega a talento sem uma prática consentânea. E isso pode ser mais formal ou informal, mas tem é de ser prática dessa atividade, tem que haver um mergulhar nessa atividade para se conseguir vive-la e conseguir chegar a níveis mais elevados. O que nós fazemos muitas vezes é o contrário, sessões de captação para ver quem é talento. Não se vê quem é talento numa sessão, quer dizer podemos ver, mas isso vê a minha tia, a minha avô e toda a gente, porque é um miúdo muito diferente. Como se via o Messi aos 14 anos, via-se que era completamente diferente dos outros. Mas era completamente diferente dos outros porquê, porque já tinha nascido com isso? Tem vivências anteriores também? Pode haver algumas caraterísticas que são potenciadas por essa tal vivência, mas o

mais importante é aquilo que cada aspirante a jogador é capaz de fazer com o seu corpo, com a relação com o envolvimento, etc.. E por isso é que quando nós falamos muito em perfis, estabelecer perfis de jogadores, isso pode ser, do meu ponto de vista, pernicioso, porque há tantos perfis como jogadores. O Messi desenvolveu-se numa direção diferente daquela em que se desenvolveu o Cristiano Ronaldo ou o Falcao. Se eles se quisessem imitar uns aos outros ou a outros jogadores, nunca seriam o que são hoje. Se quisessem obedecer a perfis de talento, não seriam o talento que são hoje. Tentariam imitar talentos e provavelmente não seriam talentos, ou seja isso parece-me muito importante, primeiro: criar boas condições de trabalho, com bons treinadores, exercícios adaptados às melhores formas de aprender Futebol e de jogar Futebol e de desenvolver o que cada um tem de bom, crescer em diferentes direções, não todos na mesma. O outro ponto que eu queria focar é a questão da estruturação dos calendários competitivos. Deixarmos de ter situações em que há equipas a jogar que perdem 20-0 e depois passados alguns jogos são eliminadas, saem e ficam 6 meses sem jogar. Provavelmente nalguns casos pouco treinam ou são vetadas a uma condição de sub desempenho ou condições de treino com pessoas que apesar de toda a sua boa vontade não são devidamente formadas para ajudar as crianças e os jovens a crescerem através do Futebol. É preciso ter cuidado com os calendários competitivos, criar calendários mais competitivo mas em que todos tenham o seu lugar de participação para puderem evoluir. Porque o que é que acontece? A ideia peregrina neste caso é que, se eu identifico alguém como talento, este ou esta já nasceram com talento, eu vou-lhe automaticamente dar melhores condições de treino, competições de melhor nível, mais atenção, ponho o meu foco naquelas pessoas e automaticamente elas vão crescer melhor e mais. Os outros podem ser potenciais talentos, mas como eu as identifiquei como não sendo talentos, treinam menos, e ao treinar menos terão menores condições a nível competitivo e etc., não se vão desenvolver quanto os outros. E este é um problema que eu acho muito importante nos atendermos. É que quem vai dizer se são talentos ou não, são eles, não somos nós. Temos é que criar as condições e ver o que acontece, eu não posso olhar para uma semente e dizer que esta flor vai ser mais bonita do

que aquela, tenho de regar, adubar, dar-lhe condições para que cresça, desenvolva e depois é que eu vou ver se é mais bonita, não o contrário. Nós queremos identificar logo a partir da semente. E isso tem sido um erro no Futebol do meu ponto de vista, e uma das coisas que mais tem conduzido a alguns atropelos e tem feito que percamos alguns jogadores e jogadoras.

MC: Considera existir uma idade ideal para começar a Jogar?

Entrevistado F: É assim, a vida já nos mostrou, e a prática tem-nos sempre mostrado, que não há uma idade ideal, embora haja uma faixa etária em que os jogadores e as jogadoras nos mostrem mais evidência no desenvolvimento de algumas capacidades que se possam fazer prever que estamos na presença de jogadores com mais potencial que é a faixa dos 12/14 anos. Mas também devo ressaltar esta questão. Quando falamos nesta faixa etária devemos ter presente também que é diferente ter 12 anos em África ou na Dinamarca ou na Rússia ou no Brasil. Portanto, o que nós conhecemos do Futebol Europeu, e essa é a minha referência, habitualmente fala-se na especialização, quando começamos a especializar alguém, mesmo posicionalmente, isso situa-se mais aqui, nos 12/14 anos. Mas não é aí que eles vão começar a jogar, ou seja, quando é que se começa a jogar Futebol? Começa-se a jogar Futebol se calhar quando se nasce, começam-se a criar pressupostos para ver se eu tenho um desenvolvimento em que estou mais tempo numa cadeira sentado, ou estou com um Ipad, como agora se veem muitos miúdos, Vamos aos restaurantes e estão criancinhas sentadas numa cadeira e comem a ver algum filme a passar no Ipad ou uma coisa do género, quase nem interagem com ninguém. Há uns tempos atrás as crianças levantavam-se, andavam por ali e brincavam, desenvolvendo a motricidade. As afinidades para o movimento são necessariamente diferentes. Aqui já se começa a criar alguns pressupostos para depois pudermos jogar Futebol. Se eu não sei correr, se caio ao virar-me ou ao saltar, eu tenho alguma diferente depois em lidar com os problemas do jogo. Mas eu não digo que isso não é jogar Futebol, eu tenho é algumas carências na forma como eu lido com o meu corpo, e na sua

relação com o espaço. Isso é algo a que temos de atender e no meu ponto de vista, também é pena que os nossos governantes, e as pessoas que superentendem, digamos assim, as esferas da educação, deviam superentender essas esferas da educação e da formação das pessoas, mas eles não dão o devido valor a isto, perceber que o que nós fazemos nas primeiras idades é muito importante para depois virmos a ser o que podemos vir a ser. Uma vez mais está aqui a ideia peregrina: as pessoas nascem com determinadas características e depois é só esperar que elas possam eclodir. Não é assim, nós somos o que formos fazendo com nós próprios e com a relação que estabelecemos com as pessoas, com o meio, com os estímulos que nos são proporcionados, etc.. E portanto, se nós não percebermos isto, não percebemos a importância da formação e da educação, e também da formação no Futebol. Dai que eu diga que não se pode falar de uma idade para começar a jogar, falo numa idade para começar a especializar alguém no Jogo, nomeadamente ao nível do estatuto posicional, que aqui é apenas uma referência de acordo com o que vemos na Europa, a tal faixa dos 12/14 anos.

MC: Garganta e Pinto, em “O Ensino do Futebol” referem “A verdadeira dimensão da técnica repousa na sua utilidade para servir a inteligência e a capacidade de decisão tática dos jogadores e das equipas no jogo”. Com este comentário e sabendo que não existem 2 jogos iguais e que as variáveis do Jogo e a sua imprevisibilidade são imensas, qual é a sua opinião sobre o ensino do Futebol baseado nos jogos condicionados/reduzidos?

Entrevistado F: Sou favorável a utilização desses instrumentos pedagógicos. Numa primeira fase tínhamos a impressão que eles seriam importantes, hoje é mais do que isso, porque têm sido feitos vários estudos, não apenas com variáveis ou indicadores de categorias de natureza tática e técnica, mas também mesmo daquilo que as pessoas chamam de algumas características ou se quisermos alguma expressão de capacidades bio motoras ao nível da expressão da velocidade, da agilidade, etc., em que comprova que a utilização

de jogos condicionados, jogos reduzidos, jogos com complexidade reduzida e complexidade crescente até chegar ao jogo formal, são benéficos para trabalhar todas as componentes que são importantes para a expressão num Jogo de Futebol, tal como o conhecemos. A redução do espaço e da complexidade são importantes no ponto de vista da cobertura, do ponto de vista físico do espaço, de eu chegar rapidamente a um sítio e também do ponto de vista percetivo-decisional, porque se eu não domino o espaço de um ponto de vista percetivo eu vou jogar só no espaço próximo. Se jogo num campo grande, com muitos jogadores, e ainda não tenho por exemplo uma boa relação com a bola, então eu vou estar sempre preocupado com a bola, não me posso centrar o suficiente para desenvolver competências ao nível percetivo-decisional, e portanto eu jogo em quintais, jogo em zonas demasiado próximas, não trabalho essa descentração que é fundamental para depois poder jogar a um nível mais elevado, poder crescer, poder evoluir dentro do Jogo. A utilização dessas ferramentas são extremamente importantes. E essa foi também uma evolução que nós fomos constatando na formação, em vez de trabalharmos os aspetos técnicos isolados, ou trabalharmos só o Jogo, que se fazia mesmo com crianças e jovens há alguns anos atrás. As pessoas falavam em treino de conjunto e de técnica isolada, ou as duas coisas, não utilizavam estes jogos, estas situações intermédias, onde jogamos com o efetivo numérico, com a gestão do espaço e das diferentes variáveis, criando constrangimentos para levar os jogadores a desenvolverem competências graduais, até chegarem ao Jogo tal como o conhecemos. Eu acho que essas formas ajudam bastante para que essa evolução se processe.

MC: Acredita que a extinção (ou quase extinção...) do Futebol de Rua leva a um Jogo menos imprevisível, mais padronizado? Quais considera serem as características do Futebol de Rua?

Entrevistado F: O Futebol de Rua, o que é que ele tem que muitas vezes até se procura no treino através de outras formas? A palavra-chave do Futebol de Rua é especificidade, especificidade no bom sentido, no sentido em que é

Jogo. Tudo o que fazemos é para jogar, e logo aí temos uma vantagem grande, porque de facto este aspeto, esta dimensão lúdica do jogar com prazer

É muito importante para nós jogarmos e procurarmos o Jogo mais vezes, em condições de grande diversidade, que nos permitimos evoluir. Vamos praticando, vamos ficando melhores. No fundo vamos nos afiliando a essa atividade, e o Jogo, apesar das diferentes formas, 3vs3, 4vs4, 5vs5, e às vezes até 6vs5., sendo os 5 mais fortes para equilibrar, que é também outro aspeto importante, que os Jogos sejam equilibrados, nós vamos variando, mas vai sendo sempre Jogo, e sempre com agrado, e ao fazermos isso estamos a evoluir e a aprender sem saber que se aprender. Ou seja, o Futebol de Rua o que tem? Esta questão da especificidade de ser Jogo, de ser Futebol, mas também outra palavra-chave que é a variabilidade. Variabilidade, que muitas vezes é utilizada como sinónimo de variedade mas não é a mesma coisa, eu posso variar, posso jogar andebol, Basket, jogar com os pés, com as mãos, com a cabeça, variar a atividade. Neste caso a variabilidade tem a ver com uma variedade dentro da especificidade do Jogo, é sempre Futebol, tem bola, tem balizas, tem adversários, tem companheiros, etc., e isso faz com que, mesmo variando as facetas do Futebol, o número de jogadores, o tipo de bola que se utiliza, ou móbil, que as vezes joga-se com uma lata, com uma pedra, antes jogava-se, agora conseguimos bolas a preços módicos, mas antigamente quando não se conseguia construíamos bolas e jogávamos com latas e pedras, com outras coisas quaisquer que dessem para alimentar o Jogo. Essa variabilidade do tipo de bola, do tipo de ressaltos que tem, do tipo de pavimento que se utiliza, muitas vezes com raízes, com buracos, com covas e em situações onde tem de haver uma atenção distributiva, eu estou preocupado com a bola mas também com o que se passa à minha volta, estou a desenvolver competências perceptivas sem que o saiba para depois jogar em espaços mais afastados. Com o tempo isto vai se aprimorando, vai se refinando. A questão dessa tal variabilidade: variarmos o número de jogadores, o tipo de bola e a dimensão das balizas e do terreno. Há um conjunto de coisas que vão sendo diferentes, mas sempre Jogo, sempre Futebol. Algo que tem a ver com as intenções de Jogo, jogar para marcar golo e impedir que se marque golo na nossa baliza. Ou seja, tudo isto, e ainda a maior

parte das vezes jogava-se sem equipamento diferenciador, obrigando a que nós andássemos a procura dos nossos, isso tudo junto faz com que tenhamos aqui um caldo de constrangimentos e de estímulos muito ricos, para desenvolver, não apenas, e isso é o que se desenvolve mais no Futebol de rua, no meu ponto de vista, não apenas o virtuosismo técnico, a relação com bola e com os espaços, isso também é técnica, a forma como nos movimentamos, corremos e vamos à bola, mudamos de direção e de velocidade e travamos, todas estas coisas são competências que eu vou desenvolvendo e que depois me permitem chegar a outro nível mais tarde. É diferente de eu estar sentado numa cadeira a ver o jogo, ou a ver outra coisa qualquer que não seja Futebol e depois de repente querem que eu jogue Futebol. Portanto, eu entendo que a extinção do Futebol de Rua, corresponde de a da redução de espaços e de vivências que as crianças possam ter nas primeiras atividades de relação com o seu corpo, de perceber para que serve o seu corpo e o que podem fazer com ele, como podem evoluir na relação com o envolvimento. Isso cria as limitações, não apenas à prática desportiva, mas aos próprios hábitos que as pessoas possam adquirir, no que se refere à importância que podem dar ao exercícios e ao manter uma exercitação ao longo da vida. O tempo que passam sentadas na sua atividade profissional, tudo isto está relacionado, não apenas com o Futebol, mas com o facto de nós percebermos uma coisa que muitas das pessoas que estão ligadas à esfera intelectual ainda não perceberam apesar de serem identificados como intelectuais. É por isso que o senhor Ken Robinson diz que a maior parte dos intelectuais usa o corpo só para levar a cabeça às conferências, e é importante que nós saibamos usar o corpo, é uma forma de cultura. Desde cedo, uns cheguem às modalidades desportivas como o Futebol, e neste caso estamos a falar da especificidade do Futebol de Rua para usar o corpo e fazer com ele o que é importante para jogarmos cada vez melhor, mas há também essa faceta que é, essas vivências. Como espécie são importante para o ser humano, para que sejamos mais humanos, contrariamente aquilo que muitas pessoas pensam, que a humanização se faz apenas através do intelecto, mas o corpo não deve ser separado destas coisas. Aqui estamos a falar da especificidade, mas estas vivências informais são extremamente importantes do nosso ponto de vista, para

a espécie humana, não apenas para as pessoas que querem jogar Futebol. No caso do Futebol são particularmente importantes as vivências do Futebol de Rua, daquilo que tem a ver com o Jogo.

MC: Considera que a perda de espaço e tempo para brincar, assim como o aparecimento de divertimentos eletrónicos tornam as crianças mais mecanizadas, mais “robôs”, refletindo-se esse mecanicismo na prática futebolística?

Entrevistado F: Sim, considero que o surgimento e o “boom” da tecnologia, nomeadamente na questão da informática, daquilo que nós hoje temos à nossa disposição para aceder ao cyber-espço, e nos relacionarmos com outras pessoas, tem imensas vantagens, mas do ponto de vista da cultura do corpo tem muitas desvantagens e nós temos que pesar os prós e contras e sermos capazes de perceber onde é que isto nos pode conduzir: podemos ter pessoas extremamente evoluídas, vemos meninos e meninas com 2, 3 ou 4 anos a mexerem no computador e a interagirem com eles muito mais eficazmente do que aquela que eu tenho e já tenho 57 anos. Mas depois vemos que isso pode também ter facetas negativas, porque vamos ter pessoas muito evoluídas no ponto de vista da relação virtual, da socialização virtual, mas quando falamos em questões relacionadas com vivências corporais, nomeadamente a relação presencial entre pessoas, isso não pode ser ignorado nem branqueado, e o que acontece agora é que nós metemo-nos em situações, e eu próprio já me confrontei com isso, pessoas que são minhas conhecidas, por exemplo casais com 3 filhos, e eles comunicam entre si, na mesma coisa, pelo “facebook”, ou pelo “Messenger”, quando estão em quartos contíguos. Cada um leva um tabuleiro com o jantar para o seu quarto e depois falam através da internet. Isto tem implicações, não sei quais, e provavelmente ninguém saberá neste momento, mas terá implicações. Do ponto de vista das vivências corporais, da predisposição para as atividade desportivas, sabemos quais são estas implicações, e são notórias: é a perda de cultura, do desenvolvimento do esquema corporal, da noção que temos do nosso corpo e da relação dele com o

envolvimento e isso vai-se deteriorando. Vai-se deteriorando também no âmbito de práticas que são importantes para a manutenção do estado de saúde: o andar, o correr e o praticar algumas atividades. As pessoas passam a fazer isso de vez em quando nas férias, quando vão a praia ou ao campo, e vamos vendo o analfabetismo em termos de motricidade que vão engrossando por aí, enquanto outros países vão tendo algumas preocupações para compensar isto, que é o mais importante. Nós o que vamos fazer? Vamos acabar com a informática? Vamos dizer às pessoas que não devem ter computadores? Isso é impossível. Então o que temos de fazer? Não é dizer que não devem fazer, é criar condições para fazer algo para não deixar cair isto, que nós possa manter como humanos e fazer algo importante para o nosso desenvolvimento. E se nós continuarmos a branquear esta faceta, e a atribuir como fazem os governos cada vez menor importância à educação física, etc., então estão a dar a mensagem que isto não é importante. Importante é a matemática e o inglês, e depois vamos ver o que é que as pessoas vão ser, depois confrontam-se com problemas de obesidade mórbida. Isto não tem a ver diretamente com o Futebol, mas tem a ver com o Futebol. Hoje faz-se ao contrário, utiliza-se programas através do Futebol para combater a obesidade infantil, que é uma faceta importante. Perceber que o Futebol pode ser utilizado não apenas para se ser melhor futebolista ou aprender a jogar Futebol, mas também para chegar a outros objetivos. Porque o Futebol é uma modalidade aliciante, atrativa e continua a haver muitas crianças que veem no Cristiano Ronaldo, no Messi e noutros jogadores, modelos. Só que cada vez mais essas crianças apenas são espetadores, enquanto no nosso tempo nós queríamos ser parecidos ou semelhantes e tentávamos jogar para ser. Agora tenta-se ser através dos jogos da “FIFA”, “eu sou o Ronaldo, meto-o aqui, marquei 30 golos”, mas sentado no sofá. Isto tem implicações na matéria-prima que vamos ter. Quando as crianças chegam a um clube com 6 anos, uma coisa é chegar um menino ou uma menina que corre ou salta, que tenha tido vivências, e portanto nós podemos começar a brincar ao Futebol. A maior parte das vezes o que está a acontecer, vão brincar a atividades em que têm de aprender a correr e a saltar para não tropeçarem nos próprios pés, porque há um analfabetismo motor que cada vez é maior.

MC: Jonah Lehrer, em “Como Decidimos” refere: “ O problema em elogiar crianças pela sua inteligência inata – elogio da esperteza – está em que deturpa a realidade neural da educação. Encoraja-os a evitar o aspeto mais útil das atividades de aprendizagem, que é o aprender a partir dos erros. Caso não experimente os desagradáveis sintomas de estar errado, o cérebro nunca passará em revista os seus modelos. Antes que os seus neurónios sejam bem-sucedidos, têm de falhar muitas vezes. Não existem atalhos para este difícil processo!”. Qual a sua opinião acerca do valor do erro no processo de treino?

Entrevistado F: O Erro tem uma importância estruturante no treino e na nossa vida. Nós aprendemos através dos erros. E é por isso que só se pode efetivamente aprender por ensaio e erro. Quando alguém pensa que aprender é fazer certo à primeira vez, quando se confrontar com alguma dificuldade, não vai saber como lidar com ela, porque na aprendizagem o erro é parte integrante da forma como nós evoluímos. E é por isso que quando eu falava nos perigos da realidade virtual, está em parte relacionado com isto, porque na realidade virtual mesmo que erremos saímos sempre incólumes. Na realidade nós magoamo-nos, quando caímos dói, temos que aprender a cair, como por exemplo no Futebol. Uma coisa é eu estar a jogar em jogos da “Fifa”, caio e não me dói nada. Outra coisa é eu sabendo que caindo no cimento já é mais complicado. Isto parece algo estranho, mas isto é assim, nós temos de viver as situações para saber o que dói, e é por isso que de diz muitas vezes que se aprende mais nas situações adversas do que naquelas que nós são favoráveis, porque nós quando somos confrontados com situações que nos doem, que nos marcam, e é por isso que António Damásio fala em marcadores somáticos, algo que fica e que nós alerta para o facto de nós termos de fazer diferente para conseguirmos outros resultados, ou seja nós percebemos que fazendo sempre o mesmo os resultados que podemos esperar são os mesmos. Quando queremos resultados diferentes não podemos fazer sempre o mesmo, temos de mudar. Isto só é possível nós percebermos isso através da vivência, não é por ouvir falar, ou alguém nos contar que jogar Futebol é assim ou alguém diz que há uma equipa que vai jogar

assim, e o jogador deve jogar desta maneira, e depois está a espera que ele vá e jogue dessa forma, não, tem de treinar isso, de experimentar de viver. Ao experimentar vai errar, não vai acertar logo. Mesmo os melhores erram. Agora há vários tipos de erro e vários níveis de erro. Os jogadores de alto nível continuam a errar, os melhores do Mundo só comentem erros de nível muito superior, não são os erros de um principiante. Mas nós estamos sempre a cometer erros. Quando deixarmos de cometer erros significa que paramos de aprender. Portanto o erro é extremamente importante. Também para dizer o seguinte, quando se falar nisto desta maneira podemos ser levados a perceber que podemos provocar erros, para percebermos como é que as crianças e jovens lidam com eles, como é que os ultrapassam, como é que os resolvem. E se não entender o erro, fez errado, não vou dizer simplesmente que está bem e que o erro é um elemento de aprendizagem. O que nós temos é de ajudar quem está a aprender a perceber o que tem de fazer para melhorar. E é para isso que está lá o treinador ou o professor. Quando eu digo a alguém que está, por exemplo, a rematar a baliza e a bola sai dez metros acima de barra eu digo: “está mal”. Isso eu não preciso de dizer, porque a pessoa que fez o remate já sabe que o objetivo era marcar golo, portanto aquilo não está bem. O que eu posso é ajudar a pessoa que está a fazer isso a perceber porque é que a bola foi dez metros acima da barra. Se é porque ele inclinou o corpo atrás, se é porque o pé de apoio está longe da bola, aí é que eu posso ajudar. Da mesma maneira se uma transição defesa-ataque não é bem-feita, fazemos dez e não conseguimos chegar ao terço ofensivo, temos de perceber que tipo de erros estamos a cometer e não, “não chegamos lá!”, isso já nós sabemos. Mas o tipo de erro que cometemos pode ser diferente do de uma outra equipa que também não tem sucesso nessa ação. O que é que podemos fazer para chegar e não estamos a fazer? Isso é que é importante, usar o erro como elemento estruturante e como elemento de reflexão para fazer melhor, para atingir os objetivos e chegar aos modelos que nós pretendemos. O erro é fundamental mas é preciso ser bem equacionado.

MC: A criação de hábitos de jogo é um aspeto fundamental a ser trabalhado no treino. António Damásio, em “o Sentimento de SI” fala acerca da automatização, dizendo que esta “também tem grande valor nos desempenhos motores tecnicamente complexos. Uma parte da técnica de um virtuoso musical pode permanecer inconsciente, permitindo que este se concentre nos aspetos mais elevados da conceção de uma determinada peça e possa assim orientar a atuação de forma a exprimir certas ideias. O mesmo se aplica a um atleta.” Tendo isso em conta, qual a importância que considera ter a repetição de processos no treino, conseguindo desta forma uma maior automatização no jogo da equipa?

Entrevistado F: Sem repetição não há aprendizagem efetiva. Simplesmente convém que esclareçamos de que tipo de repetição estamos a falar. Um tipo de repetição pode ser eu repetir um gesto, uma ação sempre da mesma forma. No caso do Futebol nós estamos a falar em algo que é relativamente diferente, ou seja, tem a ver com aquilo a que eu chamo repetir sem repetir. Nós estamos a falar de uma equipa que ganha a posse de bola, na saída para a transição ofensiva nós podemos querer automatizar algo neste conjunto de ações que é a forma como saímos no primeiro momento e depois as movimentações dos jogadores. Mas o que sabemos é que o adversário também lá está, e podemos querer que os jogadores se movimentem numa determinada direção e o adversário tapa esses espaços e eles têm de se movimentar noutros. Então o que nós falamos é em princípios e subprincípios. Princípio querem dizer uma ordem inicial. Desde que os jogadores percebam aquilo que se pretende, eles podem gerir essas ações de maneira diferente, mas respeitando os tais princípios que são âncoras. E nós a esse nível, por exemplo temos de distinguir o que é técnica individual, mesmo que seja para servir o coletivo, do que é a movimentação global de uma equipa, de um super organismo. Há aspetos da técnica individual, uma receção de bola, um passe, que vão sendo automatizados à medida que nós vamos treinando, ou seja, a forma como eu recebo, como coloco o pé nos diferentes momentos, vou passando isso para níveis subcorticais, para quê? Para me libertar para o Jogo.

A tal questão do músico que falava há pouco. Se perguntar ao Cristiano Ronaldo ou ao Messi como é que eles fazem determinados dribles a única coisa que eles podem fazer é fazer os dribles e dizer “vejam como é que faço” e não explicar verbalmente. É algo que eles sabem fazer, está a um nível subcortical. É por isso que o Picasso, famoso pintor, diz “é muito bom nós termos uma boa técnica para não precisarmos dela”. A ideia é esta, quanto melhor técnica nos tivermos, menos precisamos de nós preocupar com isso, depois estamos preocupados com o resto. Tal como a conduzir um carro, se me perguntarem agora se primeiro ponho a mão na manete ou o pé no pedal da embraiagem, eu não sei, tenho de me tentar consciencializar ou experimentar. Porque isto está ao nível subcortical, coloco isto para níveis, digamos que, subconscientes. Para precisamente estarmos depois mais disponíveis para outras coisas. Essa automatização, mesmo ao nível da técnica, para ser uma automatização que se pretenda inteligente, versátil, para depois se poder jogar, eu não posso por o pé sempre da mesma maneira, porque não recebo a bola sempre com a mesma tensão, a mesma velocidade, do mesmo lado, etc. Ou seja, o que é que nos fazemos? Criar situações de vivência e estádios mais baixos de iniciação, precisamente gerando essa variabilidade, receber da esquerda, da direita, com o pé esquerdo, com a face externa, com a face interna, passar de calcanhar, receber a bola e fazer controlo orientado para a direita, receber a bola e ter de enviar para trás, ou seja ao aumentar este leque de possibilidades aumento a literacia, a motriz motora e faço com que o nível a que isto está, subconsciente, continuo no mesmo nível, mas a panóplia de soluções é grande. Eu posso ser confrontado com uma maior ou menor pressão, receber a bola da direita mais pressionado ou menos pressionado, que eu tenho “vocabulário” para responder a isso. E é por isso que alguns jogadores fazem coisas incríveis. Porquê? Porque treinaram isso tudo, foram criando essas vivências, eles não treinaram isso especificamente. Como é que se faz um drible a sair na área contra três adversários para depois rematar? Se perguntar a um jogador ele não sabe responder, apenas sabe que fez. Porque isso está a esse nível, toda a ideia do treino e ensino do Futebol é precisamente criar essas bases.

Para mim as verdadeiras bases são essas, passar esse tipo de conhecimento vivencial com diferentes incidências para esse tal nível, para depois cada vez estarmos mais despertos para jogar taticamente. O que se sabe é que há de facto uma relação muito estreita entre tática e técnica. Antigamente só se falava “é importante a técnica servir a tática”, mas hoje sabe-se que se eu for limitado tecnicamente, taticamente também vou ser. Não posso ter as mesmas soluções porque eu estou disponível para receber a bola entre 3 adversários e sair com uma solução para meter a bola mais a frente, ou tenho de estar preocupado em como é que vou sair daqui porque não tenho uma boa relação com a bola, ou não tenho soluções para isso. Da mesma maneira que tenho outro jogador que sai rapidamente com um controlo orientado e tira 3 jogadores logo da esfera de influência. E isso é muito importante, nós criamos essas bases, por isso é que falamos a pouco do Futebol de Rua, porque para isto é fundamental, precisamente para levar a técnica para um nível subcortical, as pessoas vivem isso tudo: calcanhar, peito, joga na direita ou na esquerda, com a parte de fora ou com a parte de dentro, portanto vão desenvolvendo essas capacidades porque têm de controlar bolas diferentes, espaços diferentes, ressaltos diferentes, e isso é algo que nenhum treinador pode ensinar. A técnica não é ensinada por nenhum treinador, pode ser melhorada, refinada nalguns pormenores, mas a técnica não se ensina, aprende-se nessas situações informais. O que os treinadores e os professores têm de fazer é criar condições de constrangimentos: limite de toques, obrigatoriedade de número de toques, balizas nos topos ou nas laterais, para criar essa diversidade e para eles adquirirem comportamentos em que há uma grande versatilidade de respostas. Isso permite que a técnica seja automatizada de uma forma inteligente e versátil, fazendo com que depois também possamos ter respostas versáteis.

MC: Os mecanismos percetivo-cognitivos subjacentes à capacidade de antecipação permitem a um jogador obter informação do Jogo, agindo em função dessa informação, “ganhando tempo”. Segundo Klein (Fontes de Poder), “a experiência permite-nos identificar a existência de oportunidades”, ou seja, a experiência é um dos fatores decisivos na

interpretação da informação. Quanto mais experientes, mais hábeis. Com isto, podemos assumir que quanto maior a prática, mais habilidosos nos tornamos na leitura de jogo. Se antigamente as crianças jogavam Futebol durante horas e horas, hoje a realidade é outra, as crianças têm menos tempo de jogo. Considera existir uma forma de recuperar esse tempo no treino?

Entrevistado F: Relativamente áquilo que afirmou atrás, quanto mais praticarmos melhor poderemos ficar, isso é verdade até um certo nível. Há um número mínimo de tempo considerado pela ciência, as tais 10.000 horas, o equivalente a 10 anos de prática deliberada. Eu considero que há um número mínimo para cada um de nós. Hoje sabe-se que com 7.000 horas ou 7 anos ou até com menos tempo há quem consiga atingir um nível elevado, precisamente porque além da tal macroestrutura, o tempo que nós dedicamos à prática, temos a microestrutura, que é o que fazemos durante esse tempo. Tem a ver com a qualidade de prática, e é isso que depois vai fazer a diferença. O tempo é a condição “sine qua non”, mas depois o que faz a diferença é o tipo de prática que temos. E neste caso, do meu ponto de vista, o mais importante na faceta percetiva é as crianças, os candidatos a jogador irem-se habituando a perceber determinados estímulos. Mais do que conhecimento na aprendizagem do Futebol, nós devíamos falar em reconhecimento de estímulos, de sinais pertinentes para agir. A informação em princípio está no meio, mas é se eu souber identifica-la, se souber ler as linhas de força do jogo, e é isso que é preciso aprender com o Jogo. O Futebol de Rua pode dar um virtuosismo grande do ponto de vista técnico e em relação à integração dos jogadores em clubes com treino sistematizado, onde o treino decisional e tático é fundamental, começam a aprender a jogar em conjunto, a identificar sinais do coletivo. Quer na perspetiva de uma pessoa que está numa equipa com os seus companheiros, quando temos a bola ou não temos a bola, quer também no equacionar das movimentações do adversário, ver como é que nós nos vamos enquadrar aqui e quais são os sinais em que nos fixamos, nos apoiamos para agir. E isso é muito importante, os jogadores não utilizam todos as mesmas variáveis para agir, fixam

sempre variáveis diferentes, isso tem a ver com a forma como têm de reconhecer os tais sinais. Existem estas duas facetas, o tempo e a qualidade. Na realidade portuguesa nós ainda treinamos pouco, ainda temos de nós preocupar numa primeira fase, obviamente com a qualidade, e como já falei a pouco, teremos gente com capacidade, é uma questão de colocar as pessoas certas nos lugares certos, mas temos gente que vai sendo formada e vai sendo capacitada para funcionar a um nível elevado, e quando digo nível elevado não é alta competição, nível elevado com crianças, para cada nível de treinadores há níveis elevados e portanto parece que quando estamos a falar em níveis elevados estamos a falar logo dos seniores, não. Estou a falar em escolinhas e infantis, nível elevado para aquele nível é falar em pessoas que sejam altamente capacitadas para treinar e ensinar essas crianças. Portanto, estamos numa fase em que a maior parte dos clubes ainda precisam de aumentar o tempo de treino, treinam pouco. Mas quando eu digo isto não é aumentar a todo o custo, quer dizer paralelamente temos de nos preocupar com a qualidade, que é o que nós vemos habitualmente nos clubes de topo, que se preocupam com a quantidade e a qualidade do treino, e é por isso que as pessoas quando lá entram evoluem mais, porque são aquilo a que eu chamo as empresas qualificadas. Quem entra lá corre o risco de ficar melhor. Mas é uma questão de oportunidade, um jogador que à partida não tinha grande possibilidade, pelo menos não era identificado como talento, mas que por um conjunto de situações condicionantes acaba por entrar, e as tantas esse jogador revela-se, e ninguém dava nada por ele e tornou-se um jogador fantástico. Porquê? Porque teve a oportunidade de entrar num clube que o melhorou, se ele tivesse ficado onde estava provavelmente nunca teria chegado a nenhum sítio. Neste caso estamos a falar em Futebol, não poderia chegar a este nível nem coisa que o pareça. Ou seja, isto deve-nos fazer pensar, nós dizemos este jogador entrou neste clube, porque é bom, e podemos pensar o contrário, este jogador não é bom, mas ao entrar neste clube tornou-se bom. Também é por isso que eu acho extremamente importante a criação de ambientes qualificantes, depois é que vemos quem é que chega lá. Temos de dar essas condições.

MC: Embora o objetivo da formação seja formar, na grande maioria dos casos a maior preocupação é ganhar, existindo a ideia de que a formação é boa quando se ganha. Embora o objetivo do Jogo seja sempre ganhar, na formação o primeiro objetivo é formar, se possível ganhando! As crianças muitas vezes não entendem o porquê de se Jogar de uma determinada forma, considerando que existem opções mais viáveis para a vitória, muitas vezes influenciadas pelos pais. Os próprios treinadores negligenciam a opinião dos jogadores (especialmente com crianças) na construção de um plano de jogo. Considera que as crianças devem conhecer o porquê de uma determinada forma de Jogar, compreendendo os objetivos do treinador e ganhando um maior entendimento do jogo?

Entrevistado F: Penso que sim, o ser humano quando tem uma atividade acho que não só deve, como tem o direito de saber porque é que está a fazer aquilo, qual é o objetivo. Quer dizer, eu não sou um mero instrumento de alguém que quer que eu atinja determinados objetivos, sou um ser humano, tenho direitos. É um direito da prática desportiva dos atletas saberem porque é que vão fazer aquelas coisas, mesmo no treino. As pessoas têm o direito de saber porque é que lhes são pedidas determinadas coisas. E neste caso há um fator acrescido que é o fato de quanto melhor os jogadores compreenderem aquilo que vão fazer, melhor podem lidar com o erro. Melhor podem corrigir. Se me disserem assim “você não acertou no alvo”, eu vou lançar outro a seguir. Se me disserem assim “estava muito para a esquerda”, eu tenho a ideia que preciso de direcionar o dardo para ali. Se eu lancei para a esquerda tenho de corrigir o movimento, independentemente de ter lançado muito acima ou muito abaixo. Muitas vezes o que acontece no treino é que as pessoas não sabem porque é que estão a fazer as coisas. E têm um modelo de jogo, em que querem sair no primeiro momento pelo lateral, e eu penso “mas porquê que não saio pelo meio se tenho lá uma pessoa livre, se tenho o pivot livre porque vou tentar meter a bola no lateral que está marcado?”. É preciso que as pessoas percebam isto, então se é importante sair pelo lateral, eu posso dizer assim, “mas eu posso jogar no meio e quando o adversário fechar no meio, então devolvem-me a bola e eu meto no lateral e já

saímos por lá”. É uma solução, agora dizer “não, pelo lateral, vamos sair pelas laterais”. Mas elas estão bloqueadas! Isto é algo contraproducente, mas isto passa-se. São coisas com as quais eu já me confrontei quando supervisiono centros de treino ou outras atividades, isto não é uma coisa que eu esteja a inventar. Então, o que é importante neste caso, é que ao nível da formação as pessoas percebam desde cedo que para sermos melhores há momentos que implicam que nós não tenhamos de ganhar, temos de ganhar competência, não temos de ganhar resultados ao nível desportivo. Se alguém tiver dúvidas pode ver para mim aquele que é o exemplo máximo a escala mundial que é o Barcelona. Em relação a isto o Barcelona é inquestionável em muitos aspetos e um deles é o modo como forma os jogadores e o resultado que isso dá. E nos vemos que a maior parte dos jogadores, e não é preciso fazer um estudo aprofundado, basta recolher uma série de entrevistas do Xavi, do Iniesta, do Messi, 3 dos melhores do Mundo, foram formados em “La Masia” e atingiram todos o que sabemos. Eles falam que desde o início havia aspetos importantes a trabalhar, mas uma das coisas que lhes diziam sempre é que o mais importante era a formação. Mesmo que não conseguissem ganhar jogos ali, era importante que conseguissem ganhar competência e estatuto para irem ascendendo na prática do Futebol a níveis cada vez mais elevados, jogando cada vez melhor, sentindo-se cada vez mais a vontade para jogar Futebol. E percebendo que podiam evoluir com isso. Isso é importantíssimo. O que nós fazemos muitas vezes é atropelar, por exemplo na teoria está tudo bem, o mais importante é a formação não interessa o resultado, depois na prática muitas vezes não é assim. E por isso sacrificamos jogadores, por exemplo, mais pequenos e mais franzinos para termos jogadores mais fortes fisicamente que se imponham e que possam ganhar o jogo no próximo domingo, e em vez de jogarmos um Futebol em que acreditamos: um Futebol mais elaborado, mais curto em que a bola passa em todas as áreas do terreno e todos os corredores, temos um Futebol alongado porque temos 2 jogadores rápidos e altos na frente que resolvem os jogos e os jogadores do meio campo treinam mobilidade cervical, não vão desenvolver competências para ter a bola, para saber circular a bola e portanto essa é uma forma de especialização precoce do ponto de vista tático-estratégico

extremamente perigosa, muitas vezes fala-se só no físico, especialização precoce ao nível físico, mas cá a maior parte dos clubes nem sequer treina o suficiente para especializar precocemente os jogadores do ponto de vista físico, eles treinam é pouco. Incurremos muitas vezes neste erro, que é um erro, neste caso, muito pernicioso, com o qual não se tem aprendido muito com ele, precisamente porque os treinadores muitas vezes também querem subir de escalão, cavalgando um pouco nos resultados, “eu estou nos Infantis mas a seguir quero ir para os Iniciados, portanto eu tenho de ter bons resultados esta época”. Enquanto não se der valor, que é outra coisa que se tem de fazer, não é dizer aos treinadores, “cuidado, vocês não façam isso, devem é atender a formação”, é preciso é criar condições para isso. Se eu vou valorizar os treinadores que estão nos escalões mais baixos e disser: “aqui devem estar as pessoas com competência para treinar escolinhas, se você for para os seniores é um desastre, escolinhas é treinador de alto nível, é aqui que deve estar”, então para isso tem de ser pago, tem de ser reconhecido. O clube não pode exigir resultados, exige é que quando os jogadores passam para o escalão seguinte os jogadores tenham cultura de jogo. O treinador quando pega neles diz maravilhas, este é o reconhecimento que eles têm de ter, não ver se ganharam ou se perderam muitas vezes. Se nós continuarmos a acentuar a tónica do discurso aí claro que estamos a fazer com que os treinadores trabalhem para salvar a pele. Temos de agir a outro nível do ponto de vista da organização desportiva e da visão desportiva e da forma de encarar isto.

MC: O processo da Tomada de Decisão é influenciado por inúmeros fatores, sendo certo que não existem duas situações idênticas, nem uma única solução ideal, no contexto do Jogo. O jogador decide com a informação que recebe do ambiente. Tendo tudo isto em conta, qual a melhor forma, na sua opinião, de potenciar este processo no treino?

Entrevistado F: A melhor forma, de alguma maneira posso dizer que já referi isso inicialmente, já foi aflorando essa questão, embora sem saber que a ia colocar agora, é assim: numa primeira fase tendo a possibilidade de ter uma

prática informal, isso é muito importante para o desenvolvimento das capacidades ao mais alto nível, e depois, quando entrarem na fase mais de treino sistemático, ter treino de qualidade em que as preocupações devam ser não estandardizar os jogadores, mas aproveitar o que os jogadores têm de diferente para integrarem obviamente um projeto coletivo, mas potenciando isso que os jogadores têm de diferente. Nós temos de ver que os clubes que têm melhores resultados ao nível da formação são exemplos a que temos de atender. A compatibilização da prática informal que os jogadores tiveram vivência quando chegam ao clube, não podendo ser estragada, deve-se potenciar isso, aproveita a diversidade, a possibilidade de desenvolver jogadores no respeito pelos princípios de jogo, mas exprimindo-se de formas muito originais. Posso jogar em 1x4x3x3, 1x4x4x2, em muitas formas, e tentando aproveitar, numa primeira instância o que os jogadores trazem e, em vez de tentar formata-los, como muitas vezes acontece, em função de um modelo, em que num 1x4x3x3 o lateral direito tem estas função, só deve ir até aqui, tem de ter estas características, e portanto eu começo a torcer as características do jogador para ele ser moldado, se adaptar aquilo. Não, o que eu tenho é de ver que um lateral direito pode ter características muito diferenciadas e pode continuar a ser um lateral direito. Saber como lidar com isso é que faz de nós treinadores, isso é que faz com que a arte do treino possa chegar longe. O treino tem algo de científico, princípios científicos, mas depois é muito arte. É saber, com a matéria-prima que dispomos, conjugar cada um a crescer para induzir o crescimento coletivo, porque no fundo trabalhamos para a equipa. Embora na formação o desenvolvimento individual seja mais importante que a equipa e é a grande diferença. No alto rendimento é a equipa que conta mais, na formação cada jogador conta por si só, a sua formação, o seu desenvolvimento é fundamental para depois chegarmos a esses patamares.