
Competências do treinador de Jovens
– Estudo de treinadores das equipas
futebol formação do concelho de
Viseu

Competências do treinador de Jovens

– Estudo de treinadores das equipas futebol formação do concelho de Viseu

Trabalho final de Dissertação apresentada à Escola Superior de Educação de Viseu para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Desporto e Atividade Física, realizada sob a orientação científica da Professora Doutora Maria Teresa Mateus Oliveira.

Declaro por minha honra que este trabalho é original e que todas as fontes estão devidamente referenciadas.

O candidato,

Viseu, 20 Maio 2013

Agradecimentos

Os meus agradecimentos recaem sobre as pessoas que de alguma forma contribuíram para a elaboração e conclusão da presente dissertação. Assim sendo quero agradecer:

Aos meus pais por me facultarem este nível de educação e formação;

À minha orientadora, Professora Doutora Teresa Oliveira, pelos conselhos, disponibilidade e orientação;

À Academia Cultural e Recreativa do Concelho de Castro Daire – O Crasto pela oportunidade de estágio, pelo incentivo, pela disponibilidade, motivação e empenho dos seus colaboradores;

Ao Artur Vieira, coordenador técnico da O Crasto, pela troca de conhecimentos que me permitiram evoluir enquanto treinador e sobretudo como Homem;

Aos meus atletas por todo o empenho, amizade e dedicação;

Ao meu amigo e adjunto Rafael Outeiro que sempre me acompanhou neste percurso;

Ao meu amigo Bruno Martins pela amizade de sempre, pelos conselhos e pela partilha de conhecimentos;

Aos amigos de longa data pela ajuda, apoio e motivação ao longo deste ano;

Aos meus irmãos pela disponibilidade e ajuda.

Por fim à minha noiva, Ana Filipa Queirós, que sempre me acompanhou e incentivou durante a realização deste trabalho;

Resumo

O Futebol assume extrema importância na sociedade atual. O elevado número de praticantes, de espetadores e a atenção que desperta no público em geral e nos diversos órgãos de comunicação social, garantiu-lhe um forte impacto na sociedade. Esta dimensão universal exigiu, por parte dos seus profissionais, reflexões profundas e novas abordagens em relação ao processo de treino. Parece-nos que não existem formas mais ou menos corretas de pensar o Futebol, mas todas elas devem focar a sua atenção no desenvolvimento do jogo e do praticante.

No presente relatório pretendemos abordar a nossa forma de ver e pensar o jogo e o treino no Futebol, assente na aplicação dos conhecimentos adquiridos ao longo de toda a formação académica e da experiência como treinador de futebol, evidenciando os princípios e as estratégias inerentes à operacionalização do processo de treino e intervenção pedagógica como treinador do escalão Iniciados A da ACRCDD “O CRASTO” na época desportiva 2011/12.

O contexto que envolve o jogo do futebol, o seu enquadramento institucional e a sua abordagem multifatorial, evidenciando a preponderância do contexto tático no futebol e na melhoria da tomada de decisão do atleta, foram alguns dos conteúdos abordados.

A identificação com uma metodologia de treino específica – Periodização Tática, e o reconhecimento da importância do Modelo de Jogo e da qualidade de intervenção do treinador foram aspetos realçados na revisão da literatura e pontos fundamentais que sustentaram a intervenção prática como treinador. Para isso, tivemos presente a necessidade de construção de um Modelo de Jogo, que define os princípios do “jogar” que pretendemos e que serviu de guia de todo o processo de treino, e a importância da intervenção pedagógica do treinador nesse processo de desenvolvimento.

Posto isto, este documento apresenta todo o conteúdo relacionado com esse processo de planeamento, operacionalização e condução do processo de treino e relaciona alguns princípios que para nós assumiram particular importância em todo este processo de ensino/aprendizagem com vista ao desenvolvimento desportivo e social do atleta. O papel do treinador no desenvolvimento destas duas vertentes, pressupõe que este possua um conjunto de conhecimentos e competências diversificadas que

permitam orientar e melhorar este processo. Neste sentido, apresentamos um estudo que caracteriza os treinadores das camadas jovens dos clubes do concelho de Viseu e a valorização dada por estes em relação ao perfil de competências de um treinador de jovens.

Palavras-chave: Futebol, Periodização Tática, Treino, Competências Treinador, Jovens.

Abstract

Football is of utmost importance in today's society. The high number of participants, spectators and the attention drawing from the general public and media, assured him a strong impact on society.

This universal dimension demanded from their professionals deep thinking and new approaches to the training process. We think that there are no better or worse ways of thinking about football, but they all should focus its attention on the development of the game and the practitioner.

In this report, we intend to address the way we see and think about the game and the training of football, based on applying the knowledge acquired throughout the academic formation and experience as a football coach, highlighting the principles and strategies inherent to the operation of the training process and pedagogical intervention as coach of a youth team (aged between 14-15) from ACRCCD "The CRASTO" during the sports season 2011/12.

The context surrounding the game of football, its institutional framework and its multifactorial approach, showing the preponderance of tactical context in football and improving the decision-making athlete, were some of the subjects covered. The identification with a specific training methodology - Tactical Periodization, and the recognition of the importance of the model set and the quality of the coach intervention, were highlighted aspects in the literature review and key points that supported the interventions practiced as coach. For this, we were aware of the need of building a game model set, defining the principles of "play" that we want and that served as a guide throughout the training process, and the importance of pedagogical intervention of the coach in this development process.

That said, this document presents all the content related to the process of planning, operation and conduct of the training process and lists some principles that were of particular importance to us in all this process of teaching / learning the sports and social development of the Athlete. The role of the coach in the development of these two aspects, assumes that it possesses a set of diversified skills and knowledge that

could enable and drive this process. In this sense, we present a study featuring coaches from the youth clubs in the municipality of Viseu and the appraisal given by them to the competence profile of a youth coach.

Keywords: Football, Tactical Periodization, Training, Skills, Coach, Youth

Índice Geral

Índice de figuras	X
Índice de tabelas	XI
Introdução Geral	1
Parte A	3
Operacionalização do Processo de Treino na Equipa Iniciais A da ACRCDD o Crasto – Época 2011/12	3
Índice Parte A	1
Introdução	5
1. Natureza Contextual do Jogo de Futebol em Portugal.....	7
2. Enquadramento Institucional do Futebol.....	8
3. Contextualização do Futebol enquanto Jogo Desportivo Coletivo	13
4. Futebol, um jogo tático complexo.....	15
5. Fatores de Treino	18
5.1. Fator de Treino Técnica	19
5.2. Fator de Treino Teórico.....	21
5.3. Fator de Treino Físico	22
5.4. Fator de Treino Psicológico	24
5.5. Fator de Treino Tático no Futebol.....	26
5.5.1. Ação Tática no Desporto.....	30
5.5.2. Organização de Jogo, um princípio para a melhoria da tomada de decisão	35
5.5.3. Periodização Tática.....	38
5.5.4. Tomada de Decisão	39
6. O jogo como matéria de ensino.....	43
6.1. Modelo de Ensino para a Compreensão - TGFU.....	45
7. Época Desportiva 2011/12 – Iniciais A da “O CRASTO”	50
7.1. Planeamento da Época Desportiva.....	50
7.1.1. História da Instituição	52
7.1.2. Condições logísticas	54
7.1.3. Objetivos do Processo de Treino – Época 2011/12	54
7.1.3.1. Objetivos Formativos/Teóricos.....	55

7.1.3.2.	Objetivos Tático-Técnicos.....	55
7.1.3.3.	Objetivos Competitivos	57
7.1.3.4.	Objetivos Psicológicos	58
7.1.3.5.	Objetivos Físicos	58
7.1.3.6.	Objetivos do Treino de Guarda-Redes.....	59
7.1.4.	A Equipa de Iniciados A	59
7.1.5.	Periodização da Época Desportiva.....	61
7.1.6.	Metodologia de Treino – Periodização Tática e sua operacionalização .	65
7.1.6.1.	“Construção” de um Modelo de Jogo para a equipa.....	67
7.1.6.2.	Estruturação de um Microciclo-Tipo de Treino	67
7.1.6.3.	Aquisição de Comportamentos Táticos inerentes a uma forma de jogar concreta	69
7.1.6.4.	Princípios Metodológicos como Especificidade, Alternância Horizontal, Progressão Complexa e Propensões	70
7.1.6.5.	A Recuperação sempre contextualizada no processo de treino.....	72
7.1.6.6.	Exercícios realizados sempre à Intensidade Máxima Relativa	74
8.	Avaliação da Época Desportiva 2011/12	76
8.1.	Avaliação individual final dos atletas.....	76
8.2.	Análise coletiva referente aos objetivos do processo de treino.....	77
8.3.	Análise coletiva referente à aquisição dos princípios de jogo do Modelo de Jogo construído.....	80
8.3.1.	Sistema de Jogo.....	80
8.3.2.	Organização Defensiva	81
8.3.3.	Organização Ofensiva	82
8.3.4.	Transições Defesa – Ataque.....	84
8.3.5.	Transições Ataque – Defesa.....	85
8.3.6.	Bolas Paradas	86
8.4.	Análise referente à organização/recursos do clube;.....	87
8.5.	Análise da intervenção pedagógica enquanto treinador	89
8.5.1.	Instrução	91
8.5.2.	Feedback Pedagógico	93
8.5.3.	Dimensão Gestão.....	94
	Reflexão Conclusiva.....	97
	Bibliografia	99

9. Anexos	109
9.1. Anexo nº 1 Planeamento Anual.....	110
9.2. Anexo nº 2 Planos de Microciclo e Fichas de Jogo.....	124
9.3. Anexo nº 3 Planos de Treino	156
9.4. Anexo nº 4 Modelo de Jogo “Construído”.....	243
9.5. Anexo nº 5 Exercícios Padrão	262
9.6. Anexo nº6 Fichas Individuais dos Atletas	279
Parte B	318
Perfil de competências do Treinador de Jovens	318
Resumo	319
Abstract	320
Índice	321
Introdução	322
10. Revisão de Literatura	324
10.1. O Treinador de Futebol – contexto legal e institucional	324
10.2. Treinador Desportivo de Jovens.....	328
10.3. Perfil de Competências de um Treinador de Jovens	331
10.4. Perfil Social do Treinador	335
10.5. O Futebol Juvenil na Associação de Futebol de Viseu.....	337
11. Metodologia	340
11.1. Problema do Estudo	340
11.2. Hipóteses	341
11.3. Variáveis de Estudo	341
11.3.1. Variáveis Independentes	342
11.3.2. Variáveis Dependentes	343
11.4. Caracterização da amostra	345
11.5. Instrumento de Pesquisa	346
11.6. Procedimentos Estatísticos.....	347
12. Apresentação dos Resultados	349
12.2. Análise descritiva da valorização do Perfil de Competências	353
12.2.1.2. Em função da Variável Independente – Escolaridade.....	361
12.2.1.4. Em função da variável dependente – Nível de Prática como jogador	
364	

12.3.1. Análise Inferencial dos grupos de competências	374
13. Discussão dos resultados.....	381
13.1. Análise descritiva da caracterização da amostra	381
13.2. Análise descritiva da valorização do perfil de competências	382
13.3. Análise comparativa da valorização dos treinadores ao perfil de competências	384
14. Reflexão Conclusiva	389
Bibliografia	392
15. Anexos.....	395
15.1. Nº 1 Instrumento de pesquisa - Questionário	396
Conclusão Geral	400

Índice de figuras

Figura 1 Capacidades psicológicas	25
Figura 2 Decisão Tática do jogador de Futebol	27
Figura 3 Acoplamento percepção-ação	32
Figura 4 Dinâmica ecológica do comportamento decisional	34
Figura 5 Comportamento decisional.....	34
Figura 6 Modelo de Jogo adotado	36
Figura 7 Revisão do modelo TGFU	48
Figura 8 Modelo de decisão do treinador	51
Figura 9 Lógica intrínseca ao planeamento semanal.....	63
Figura 10 Microciclo - Tipo da equipa de iniciados da época 2011/12.....	68
Figura 11 Fatores de domínio do treinador.....	89

Índice de tabelas

Tabela 1 Plantel Iniciados A	61
Tabela 2 Relação dos campeonatos da AFViseu com o número de equipas participantes.....	338
Tabela 3: Relação do número de equipas do futebol jovem da AFViseu a participar nos campeonatos nacionais.....	339
Tabela 4 Variáveis dependentes	344
Tabela 5 Relação das equipas sediadas no concelho de Viseu a disputar respetivos campeonatos.....	345
Tabela 6 Escala de Likert com cinco níveis de valorização das competências do perfil do treinador.....	346
Tabela 7 Caracterização da idade da amostra	349
Tabela 8 Caracterização da faixa etária da amostra	349
Tabela 9 Caracterização da experiência da amostra.....	350
Tabela 10 Caracterização do nível de prática como treinador	350
Tabela 11 Caracterização do nível de escolaridade da amostra	350
Tabela 12 Caracterização da formação técnica da amostra	351
Tabela 13 Caracterização da formação técnica da amostra.....	351
Tabela 14 Caracterização do nível de prática como jogador	352
Tabela 15 Caracterização dos Anos de Prática nos Escalões Formação.....	352
Tabela 16 Caracterização do Escalão Etário onde desempenham a sua atividade de Treinador.....	353
Tabela 17 Valores médios da Importância atribuída a cada competência pelos Treinadores.....	355
Tabela 18 Competências com valor médio de importância mais elevado.....	355
Tabela 19 Competências com valor médio de importância mais baixo.....	356
Tabela 20 Tabela de Frequência do nível de valorização de cada competência	358
Tabela 21 Teste Kruskal-Wallis, em função da Faixa Etária.....	359
Tabela 22 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da faixa etária	359
Tabela 23 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da faixa etária	360

Tabela 24 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da faixa etária	360
Tabela 25 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da faixa etária	361
Tabela 26 Teste Mann – Whitney, comparação entre 2 grupos, em função da Escolaridade	362
Tabela 27 Teste Kruskal-Walls, em função da Formação Técnica	363
Tabela 28 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da Formação Técnica	363
Tabela 29 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da Formação Técnica	364
Tabela 30 Teste Kruskal-Walls, em função do Nível de Prática como Jogador	364
Tabela 31 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Prática como Jogador	365
Tabela 32 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Prática como Jogador	366
Tabela 33 Teste Kruskal-Walls, em função dos Anos de Prática até aos Juniores	366
Tabela 34 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função dos Anos de Prática como atleta.....	367
Tabela 35 Teste Kruskal-Walls, em função tempo de prática como treinador.....	367
Tabela 36 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador.....	368
Tabela 37 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador.....	368
Tabela 38 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador.....	369
Tabela 39 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador.....	369
Tabela 40 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador.....	370
Tabela 41 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador.....	370
Tabela 42 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador.....	371

Tabela 43 Teste Kruskal-Walls, em função do Nível Etário onde desempenham a função de Treinador	371
Tabela 44 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Etário em que trabalham	372
Tabela 45 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Etário em que trabalham	372
Tabela 46 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Etário em que trabalham	373
Tabela 47 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Etário em que trabalham	374
Tabela 48 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Etário em que trabalham	374
Tabela 49 Valores Médios da importância atribuída a cada grupo de competências.	375
Tabela 50 Teste Kruskal-Walls, em função da faixa etária	375
Tabela 51 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos de variáveis, em função do Nível de Escolaridade.....	376
Tabela 52 Teste Kruskal-Walls, em função da Formação Técnica	377
Tabela 53 - Teste Kruskal-Walls, em função do Nível de Prática como Jogador	377
Tabela 54 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos de competências, em função do Nível de Prática como Jogador	378
Tabela 55 Teste Kruskal-Walls, em função dos Anos de Prática como atleta.....	378
Tabela 56 Teste Kruskal-Walls, em função do tempo de prática como treinador.....	379
Tabela 57 Teste Kruskal-Walls, em função do Escalão Etário em que desempenham a função	380

Introdução Geral

Uma das grandes preocupações da sociedade atual tem a ver com a aparente dificuldade na dinâmica de transmissão de valores às gerações mais jovens. É evidente, que a maior exposição mediática a casos onde os valores éticos e sociais aparecem desacreditados, evidencia esta preocupação. Acrescem a esta preocupação diferentes condicionantes sociais, que afastam os jovens da família, outrora a grande responsável pela transmissão destes valores.

Neste sentido, os clubes desportivos assumem um espaço privilegiado de formação ético-social dos jovens praticantes. Contrariamente ao que acontece em muitos espaços de possível intervenção pedagógica, a maioria dos jovens praticantes sente prazer quando se desloca para o seu espaço desportivo, sente satisfação por estar com o seu grupo de colegas e sente-se motivado por estar a fazer o que mais gosta. Esta é uma realidade que não podemos ignorar e que marca o papel fundamental que os clubes e instituições desportivas devem ter na transmissão de valores e princípios sociais.

O Futebol, enquanto desporto de massas e fenómeno social, tem de ser visto em função da capacidade de intervenção na rentabilização desses níveis motivacionais dos jovens, para valorização do processo de transmissão de valores fundamentais ao desenvolvimento da sociedade atual.

Por outro lado, as características do jogo de futebol têm sofrido uma enorme transformação. Este aumento de interesse e de mediatização da modalidade aparece associado a um maior número de investigações científicas em torno desta modalidade e, conseqüentemente, de novas formas de pensar o treino e o jogo. Esta evolução ao nível dos conhecimentos científicos e do entendimento do Futebol resultou na melhoria dos métodos de treino e da qualidade do jogo.

É neste contexto complexo, e no reconhecimento da contribuição fundamental do papel do treinador nestas duas dimensões fundamentais do desenvolvimento dos jovens praticantes – desenvolvimento do conhecimento do jogo e formação pessoal, que reconhecemos que o treinador deve ser visto como mais do que um simples técnico que prescreve exercícios, mas também um educador que desempenha funções de pedagogo e de agente transmissor de valores éticos e sociais.

A própria sociedade reconhece este papel fundamental na formação integral dos mais jovens por parte dos treinadores, através do desenvolvimento de condicionalismos legais que procuram limitar a intervenção na prática pedagógica a treinadores com

conhecimentos e competências para tal. A par desta evolução legislativa surge a influência de novas metodologias de ensino e de treino, que exigem, por parte do treinador, uma constante atualização dos conhecimentos científicos e pessoais, e o desenvolvimento de novas competências que lhe permitam adequar o seu processo de intervenção na prática.

O sentido de responsabilidade, a procura de novos conhecimentos, o desenvolvimento de novas competências, a capacidade de reflexão e a adequação da sua intervenção profissional às diferentes situações, fazem parte desse processo complexo que é ser treinador de jovens. Torna-se fundamental assumir que a prática desportiva por parte do jovem atleta, deve estar associada a uma forte componente de desenvolvimento desportivo e pessoal, mas esta realidade só será possível se o principal agente formador possuir competências e conhecimentos que lhe permitam promover a formação integral do Homem desportista.

Nesta perspetiva, a pesquisa de novas metodologias e conhecimentos científicos que nos permitam refletir e reajustar a nossa forma de pensar e agir às necessidades desportivas e formativas atuais, revela-se fundamental no processo de desenvolvimento do treinador.

Na unidade curricular de Estágio II, no âmbito do Mestrado em Desporto e Atividade Física, direccionámos a nossa pesquisa para o reconhecimento das competências do treinador de jovens. Esta pesquisa processou-se em duas vertentes fundamentais de intervenção, nomeadamente, a procura de novos conhecimentos e o desenvolvimento de novas competências na área do treino e da intervenção pedagógica como treinador e na caracterização dos treinadores de futebol jovem do concelho de Viseu e no reconhecimento das opiniões destes em relação à valorização do perfil de competências do treinador de jovens.

Em suma, este relatório encontra-se organizado da seguinte forma:

- Parte A – Intervenção profissional: Nesta parte do relatório, apresentaremos todos os conteúdos que sustentam a intervenção profissional na equipa de formação dos Iniciados A da Acrcd “O Crasto” e a respetiva reflexão;
- Parte B – Investigação Ação: Nesta parte do relatório, apresentaremos o estudo sobre a caracterização dos treinadores de futebol jovem do concelho de Viseu e sobre as competências mais valorizadas por esses treinadores, relativamente às representações mais adequadas de um treinador de jovens.

Parte A

Operacionalização do Processo de Treino na
Equipa Iniciados A da ACRCDD o Crasto –
Época 2011/12

Índice Parte A

Introdução.....	5
1. Natureza Contextual do Jogo de Futebol em Portugal	7
2. Enquadramento Institucional do Futebol	8
3. Contextualização do Futebol enquanto Jogo Desportivo Coletivo	13
4. Futebol, um jogo tático complexo	15
5. Fatores de Treino	18
5.1. Fator de Treino Técnica	19
5.2. Fator de Treino Teórico	21
5.3. Fator de Treino Físico	22
5.4. Fator de Treino Psicológico	24
5.5. Fator de Treino Tático no Futebol	26
5.5.1. Ação Tática no Desporto	30
5.5.2. Organização de Jogo, um princípio para a melhoria da tomada de decisão	35
5.5.3. Periodização Tática	38
5.5.4. Tomada de Decisão	39
6. O jogo como matéria de ensino	43
6.1. Modelo de Ensino para a Compreensão - TGFU	45
7. Época Desportiva 2011/12 – Iniciados A da “O CRASTO”	50
7.1. Planeamento da Época Desportiva	50
7.1.1. História da Instituição	52
7.1.2. Condições logísticas	54
7.1.3. Objetivos do Processo de Treino – Época 2011/12	54
7.1.3.1. Objetivos Formativos/Teóricos	55
7.1.3.2. Objetivos Tático-Técnicos	55
7.1.3.3. Objetivos Competitivos	57
7.1.3.4. Objetivos Psicológicos	58
7.1.3.5. Objetivos Físicos	58
7.1.3.6. Objetivos do Treino de Guarda-Redes	59
7.1.4. A Equipa de Iniciados A	59
7.1.5. Periodização da Época Desportiva	61
7.1.6. Metodologia de Treino – Periodização Tática e sua operacionalização .	65

7.1.6.1.	“Construção” de um Modelo de Jogo para a equipa	67
7.1.6.2.	Estruturação de um Microciclo-Tipo de Treino.....	67
7.1.6.3.	Aquisição de Comportamentos Táticos inerentes a uma forma de jogar concreta	69
7.1.6.4.	Princípios Metodológicos como Especificidade, Alternância Horizontal, Progressão Complexa e Propensões.....	70
7.1.6.5.	A Recuperação sempre contextualizada no processo de treino.....	72
7.1.6.6.	Exercícios realizados sempre à Intensidade Máxima Relativa	74
8.	Avaliação da Época Desportiva 2011/12.....	76
8.1.	Avaliação individual final dos atletas	76
8.2.	Análise coletiva referente aos objetivos do processo de treino	77
8.3.	Análise coletiva referente à aquisição dos princípios de jogo do Modelo de Jogo construído.....	80
8.3.1.	Sistema de Jogo.....	80
8.3.2.	Organização Defensiva.....	81
8.3.3.	Organização Ofensiva.....	82
8.3.4.	Transições Defesa – Ataque	84
8.3.5.	Transições Ataque – Defesa	85
8.3.6.	Bolas Paradas	86
8.4.	Análise referente à organização/recursos do clube;.....	87
8.5.	Análise da intervenção pedagógica enquanto treinador.....	89
8.5.1.	Instrução.....	91
8.5.2.	Feedback Pedagógico.....	93
8.5.3.	Dimensão Gestão	94
	Reflexão Conclusiva.....	97
	Bibliografia.....	99
9.	Anexos	109
9.1.	Anexo nº 1 Planeamento Anual	110
9.2.	Anexo nº 2 Planos de Microciclo e Fichas de Jogo.....	124
9.3.	Anexo nº 3 Planos de Treino.....	156
9.4.	Anexo nº 4 Modelo de Jogo “Construído”	243
9.5.	Anexo nº 5 Exercícios Padrão	262
9.6.	Anexo nº6 Fichas Individuais dos Atletas	279

Introdução

O Futebol faz parte de um conjunto de modalidades designadas de jogos desportivos coletivos e é considerado um jogo tático pela sua natureza intrínseca.

Entre todas as anteriores, o Futebol é considerado o desporto mais popular do mundo e que desperta maior nível de atenção, sendo praticado por todas as culturas, traço marcante da sua universalidade (Costa, Garganta, Fonseca & Botelho, 2002).

Esta aparente popularidade, levou a que fosse uma modalidade referência no estudo e análise do treino e da competição, originando o aparecimento de novas metodologias e métodos de treino. Uma das mais recentes abordagens, com enorme sucesso diga-se, tal o mediatismo que tem evidenciado dentro da classe de treinadores, foi a Periodização Tática.

Esta metodologia inova perante as metodologias mais tradicionais por, ao invés destas, enfatizar o “jogar” e o desenvolvimento dos princípios desse “jogar” (Faria, 1999).

A identificação com a aplicação prática desta nova análise, levou-nos a direcionar a intervenção profissional para a operacionalização da Periodização Tática no processo de treino, que pressupôs a “construção” de um Modelo de Jogo para a equipa e na definição de estratégias de intervenção técnica e pedagógica para atingirmos o “jogar” que pretendemos.

Nesta parte A do relatório, que se centra na nossa intervenção profissional, propomo-nos a desenvolver um estudo sobre o planeamento e condução do processo de treino da equipa dos Iniciados A da Acrccd “O CRASTO”, jovens do escalão Sub 15, participante na zona norte do campeonato distrital de juniores C da Associação Futebol de Viseu, na época 2011/12. Assim, procuramos expor esse processo definindo os seguintes objetivos:

- Apresentar as principais diretrizes do nosso processo de treino, dos objetivos a atingir e da metodologia utilizada no mesmo;
- Apresentar o Modelo de Jogo “construído”;
- Definição do planeamento da progressão metodológica;

- Apresentar o planeamento da época desportiva (planeamento anual, planos de microciclos e planos de treino).

Para sustentar os objetivos referidos anteriormente, utilizaremos referências bibliográficas que ajudaram a suportar as nossas convicções.

A parte A deste relatório e os conteúdos a abordar, aparecem estruturados da seguinte forma:

- Introdução;
- Revisão Bibliográfica (palavras chave: Futebol, Jogo Tático, Fatores de Treino, TGFU);
- Planeamento da Época Desportiva 2011/12 – Iniciados A do “O CRASTO”;
- Avaliação da Época Desportiva 2011/12;
- Conclusão;
- Referências Bibliográficas;
- Anexos.

Em suma, este relatório da intervenção profissional, centra-se no trabalho desenvolvido no estágio, tendo em conta a operacionalização do nosso processo de treino. Ao longo do relatório serão apresentados documentos elaborados ao longo da época desportiva, e que sustentam toda a abordagem ao planeamento da mesma.

1. Natureza Contextual do Jogo de Futebol em Portugal

“Não há duas opiniões em contrário. O futebol que se joga e sempre se jogou em Portugal veio de Inglaterra, pela mão de alguns jovens lusitanos educados nos melhores colégios daquele país e, também, por cidadãos britânicos a trabalhar entre nós. Há, porém, duas versões sobre a chegada da primeira bola a Portugal. Uma aponta para o Funchal e é atribuída a um inglês de nome Harry Hilton, que ali residia - facto assinalado, durante muitos anos, num pequeno muro do parque infantil do jardim da Camacha, inserindo, em letras metálicas, a legenda “Aqui se praticou futebol pela primeira vez em Portugal em 1875”. Outra diz terem sido os irmãos Eduardo e Frederico Pinto Basto, em 1886, os portadores de uma bola com o forte desejo de continuarem na sua pátria um desporto, o futebol, que muito os apaixonara. (...), e outras iniciativas de Guilherme Pinto Basto, na propaganda e expansão do futebol, levaram ao justo e unânime reconhecimento do seu nome como o do verdadeiro introdutor do mais popular desporto em Portugal. E, implicitamente, o ano de 1888 ficou, assim, praticamente oficializado como o do nascimento do futebol no nosso país” (Henrique Parreirão, citado por Federação Portuguesa de Futebol na sua página online).

O futebol é uma modalidade desportiva com longa existência e cuja popularidade no nosso país atingiu, desde os tempos mais remotos, valores bastante significativos, não só relativos à quantidade de espectadores, mas essencialmente ao aumento expressivo do número de praticantes.

Segundo Coelho e Tiesler (2006), o impacto social do Futebol na sociedade portuguesa é facilmente perceptível pela exposição mediática da modalidade nos principais órgãos de comunicação social. No entanto, a importância do futebol em Portugal não deve ser compreendida apenas na análise das dimensões observáveis e estatísticas, pois esse “impacto social profundo do futebol tem também uma crucial dimensão simbólica”, pois para os autores supracitados, a maioria dos portugueses parece ver e sentir o futebol como um “indicador seguro da *qualidade e competência* do país e seus habitantes”.

2. Enquadramento Institucional do Futebol

Antão e Seabra (2005), referem que o futebol, como jogo desportivo coletivo e pelas características que lhe são imputadas, assume um papel de extrema importância na sociedade atual, defendendo que podemos, através deste fenómeno social, formar e educar para uma sociedade melhor.

A popularidade da modalidade e consequente procura, acarreta como consequência um maior rigor por parte dos seus intervenientes – clubes, diretores técnicos, treinadores, atletas, entre outros – pela construção e implementação de linhas de orientação no sentido de construir bases sólidas ao processo no desenvolvimento da modalidade.

Todo este fenómeno mundial que envolve o Futebol, nos dias de hoje, torna fundamental o enquadramento do mesmo, quer a nível nacional como internacional. Assim, começemos por perceber o topo da “pirâmide” de forma a chegar à sua base.

“The International Olympic Committee is the supreme authority of the Olympic Movement” (Comité Olímpico Internacional, in www.olympic.org).

O Comité Olímpico Internacional (daqui para frente designado COI) é o organismo máximo do desporto em todo o Mundo e é a autoridade suprema sobre o movimento olímpico. Segundo o site do COI (www.olympic.org), o Movimento Olímpico está relacionado com todas as atividades associadas à realização dos Jogos Olímpicos e com o conjunto de entidades que coordenam essas atividades, que são: COI, Federações Desportivas Internacionais, Comitês Olímpicos Nacionais e o Comité organizador de cada edição dos JO.

“The goal of the Olympic Movement is to contribute to building a peaceful and better world by educating youth through sport practised without discrimination or any kind, in a spirit of friendship, solidarity and fair play” (Comité Olímpico Internacional, in www.olympic.org).

O objetivo do Movimento Olímpico é contribuir para construção de um mundo melhor e mais pacífico, através da educação dos mais jovens num desporto sem qualquer tipo de discriminação, e num ambiente de amizade, solidariedade e fair-play.

Assim, o COI atua enquanto organização controladora das federações desportivas nacionais e respetivos comités olímpicos nacionais, segundo diretrizes definidas pela Carta Olímpica.

A Carta Olímpica (atualizada em 2007), apresentada na página online do Comité Olímpico Português (COP), é “a codificação dos Princípios Fundamentais do Olímpico, Regras e Regulamentos adotadas pelo COI e governa a atividade da organização e a intervenção do Movimento Olímpico, proporcionando as condições necessárias para a celebração dos Jogos Olímpicos.” A Carta Olímpica, na sua essência, serve três objetivos fundamentais:

- Pela sua natureza constitucional, reger e apelar aos Princípios Fundamentais e Valores essenciais do Olimpismo;
- Constituir os estatutos para o COI;
- Definir os principais direitos e recíprocos e obrigações dos três principais constituintes do Movimento Olímpico (COI, Federações Internacionais, Comités Olímpicos Nacionais e Comités Organizadores de JO).

Os Comités Olímpicos Nacionais (CON) são as instituições máximas a nível nacional do Movimento Olímpico no mundo. Sujeitas ao controlo do COI, são responsáveis por organizar a participação dos seus países nos JO e por promover o desenvolvimento dos atletas que se insiram neste âmbito de participação.

“The International Sports Federations (IFs) are responsible for the integrity of their sport on the international level (Comité Olímpico Internacional, in www.olympic.org).

As Federações Desportivas Internacionais são entidades não-governamentais reconhecidas pelo COI como responsáveis por desenvolver o desporto específico que representam e controlar a sua prática, incluindo a prática durante os JO. Chamamos particular atenção ao facto de as federações de modalidades que estejam no programa olímpico receberem o estatuto de *Federações Olímpicas Internacionais*.

Assim, existem quatro grandes associações (com mais poder institucional, claramente, as de carácter Olímpico) que reúnem as federações desportivas:

- ✓ Associação das Federações Olímpicas Internacionais de Verão (ASOIF);
- ✓ Associação das Federações Olímpicas Internacionais de Inverno (AIOWF);

- ✓ Associação das Federações Desportivas Internacionais Reconhecidas pelo COI (ARISF);
- ✓ Associação Geral das Federações Internacionais Desportivas (GAISF), que também inclui outras federações com enquadramento nacional.

Neste âmbito o Futebol, segunda modalidade coletiva a entrar no programa olímpico, já no longínquo ano de 1908, aquando da sua aprovação pelo COI, aparece integrado no grupo ASOIF, representado pela Federação Internacional Futebol Associado (FIFA).

“Develop the game, touch the world, build a better future”. (International Federation Football Association, in www.fifa.com).

A FIFA é a instituição internacional que dirige as associações de futebol e que tem como missão desenvolver o jogo e ajudar à construção de um mundo melhor, através da atuação no desporto. Esta instituição foi fundada em 1904 e conta atualmente com 210 federações nacionais associadas ao seu organismo (International Federation Football Association, in www.fifa.com).

Em conjunto com a FIFA trabalham seis confederações continentais, que organizam competições na sua área de atuação, seguindo as especificações da mesma. São elas: CONMEBOL (América Sul), CONCACAF (América do Norte, América Central e Caraíbas), AFC (Ásia), OFC (Oceania) e UEFA (Europa) (International Federation Football Association, in www.fifa.com).

O Futebol Português, ao nível das competições europeias está sob a alçada da UEFA, que é o órgão administrativo e de organização e controlo do futebol europeu. A nível nacional, o futebol é dirigido pelas federações nacionais de futebol do respetivo país.

Segundo o *site* oficial da Federação Portuguesa de Futebol (www.fpf.pt), o futebol português divide a sua organização por dois organismos:

- Federação Portuguesa de Futebol que é o órgão dirigente do futebol e responsável pela Seleção Portuguesa de Futebol;
- A Liga Portuguesa de Futebol Profissional que, como o nome indica, é a organização responsável, apenas, pelo futebol profissional em Portugal, nomeadamente a Liga Zon Sagres, a Segunda Liga e a Taça da Liga.

Segundo o *site* oficial da Federação Portuguesa de Futebol (www.fpf.pt), esta foi fundada a 31 de Março de 1914 pelas únicas três associações regionais então existentes – no caso Lisboa, Portalegre e Porto. Na altura da sua fundação esta foi denominada de União Portuguesa de Futebol sendo posteriormente, no Congresso Extraordinário de 28 de Maio de 1926, alterada a sua denominação para a atual.

Nos seus primórdios a União Portuguesa de Futebol apenas organizava alguns jogos entre as seleções de Lisboa e Porto, tendo nessa altura apresentado a candidatura de Portugal à FIFA, candidatura essa aceite no XII Congresso de FIFA de Maio de 1923, organizado em Genebra e a partir do qual Portugal passou a ser um membro efetivo daquele organismo.

Na sua génese os estatutos da UPF eram compostos por cinco artigos (www.fpf.pt):

Artº. 1º. – A União Portuguesa de Futebol é uma federação que dirigirá o futebol no território da República Portuguesa.

Artº. 2º. – A sede da União Portuguesa de Futebol será em Lisboa.

Artº. 3º - A União Portuguesa de Futebol tem por fim:

- Propagar, estimular e regulamentar a prática do futebol em Portugal;
- Promover a formação de associações regionais que se destinem, igualmente, ao progresso e regulamentação do futebol;
- Prevenir as faltas ou abusos que possam cometer-se e, quando se cometam, reprimi-los;
- Instituir competições entre as associações filiadas;
- Proteger os interesses das associações filiadas, dos seus jogadores e dos juízes de campo;
- Organizar o Campeonato de Portugal;
- Fazer cumprir os presentes estatutos e todos os regulamentos da lei desta União.

Artº. 4º - A União Portuguesa de Futebol adotará os regulamentos do jogo conforme forem sucessivamente promulgados pela direção da Football Association e será exclusivamente filiada na Fédération Internationale de Football Association, com sede em Amesterdão.

Artº. 5º - A União Portuguesa de Futebol é constituída por:

- Associações regionais;
- Ligas ou núcleos de clubes;

- Sócios de mérito.

O primeiro Campeonato de Portugal aconteceu em 1922 organizado pela União Portuguesa de Futebol. Curioso o fato da Seleção Nacional de Futebol ter iniciado atividade ainda antes do I Campeonato de Portugal ter início. Caso raro na história do futebol internacional.

Segundo o seu *site* oficial, os estatutos da Federação Portuguesa de Futebol são consideradas no seu artigo 94º - Competições, as competições organizadas e coordenadas pela FPF, nomeadamente:

1. Competições oficiais de futebol masculino;
2. Competições oficiais de futebol feminino de seniores;
3. Competições oficiais de Juniores A, B e C;
4. Competições oficiais de Futsal.

Ainda no mesmo artigo e no seu segundo capítulo, a direção da FPF reconhece às Associações Distritais ou Regionais a competência para organizar campeonatos distritais ou regionais, em todas as variantes masculinas e femininas de futebol, desde que não interfiram com as competições organizadas pela FPF.

Perante este pressuposto, conclui-se que cabe à Federação Portuguesa de Futebol a tutela do futebol de formação, estando a seu cargo toda a direção e organização dos campeonatos nacionais das diferentes categorias base (Juniores A, Juniores B e Juniores C), sendo que a nível distrital nas diversas categorias a responsabilidade de organização e supervisão cabe às Associações Distritais que abrangem os clubes sediados nesse distrito (www.fpf.pt).

3. Contextualização do Futebol enquanto Jogo Desportivo Coletivo

O Futebol é uma modalidade desportiva, que faz parte dos designados Jogos Desportivos Coletivos (JDC). Ao longo dos anos vários autores têm procurado categorizar, dentro dos JDC, as diversas modalidades que os integram.

Para Gréhaigne e Guillon (1992), os JDC podem, na sua essência, ser definidos como uma atividade em que duas equipas, numa relação de oposição, coordenam a sua ação de forma a recuperar, conservar e mover a bola de modo a transportá-la para zonas de finalização e finalizar.

Os JDC podem ser divididos em três categorias fundamentais de jogo: Rede (Voleibol, Badmington, etc.), Campo/Corrida/Marcação (Softball, etc.) e Invasão (Futebol, Basquetebol, Andebol, etc.) (Oslin et al. citado por Silva, 2008). Relativamente a estes últimos, estes caracterizam-se pelo facto de uma equipa invadir o meio campo defensivo da equipa adversária, com o objetivo de pontuar e de realizar habilidades abertas, que contrariamente às fechadas, se realizam em ambiente onde predomina a incerteza e imprevisibilidade (Silva, 2008).

Segundo Pinto (2007), estas ditas modalidades de invasão, reúnem um conjunto de variáveis comuns, designadamente:

- Um objeto em geral esférico, cuja composição foi variando ao longo dos tempos;
- Espaço de jogo, caracterizado por um terreno limitado com maior ou menor área;
- Objetivos de ataque e de defesa;
- Colegas que ajudam o avanço da bola (cooperação);
- Adversários a ultrapassar (oposição);
- Regras a respeitar;

Assim, destacamos o facto de os aspetos defensivos (defender e evitar a concretização do adversário) e ofensivos (manter a posse de bola e atingir o objetivo) do jogo serem similares, tanto no Futebol, como no basquetebol ou no hóquei, bem

como noutras modalidades de carácter coletivo, nomeadamente o andebol, o rugby, entre outras.

Ao nível estrutural, estas modalidades, apesar da diversidade que as caracteriza, revelam alguns aspectos comuns (Gréhaigne, 1992; Gréhaigne & Godbout, 1995 & Pinto, 2007). De facto, qualquer uma das modalidades citadas expressa-se através de acontecimentos dinâmicos que requerem uma relevante compreensão tática.

A tática alcança o seu mais alto nível de expressão nos JDC (Garganta, 1997). Esta opinião é reforçada por Bayer (1994), Castelo (1994), Queiroz (1986) e Teoduresco (1984), que destacam a importância do desenvolvimento da tática, referindo que nos JDC o principal problema subjacente aos indivíduos que jogam é essencialmente tático.

Apesar de apresentarem inúmeras semelhanças táticas entre elas, a verdade é que cada modalidade é caracterizada pela execução de *skills* específicos (Castelo, 2002).

Entre os Jogos Desportivos Coletivos (JDC) o futebol é aquele considerado o mais imprevisível e aleatório, pois possui características que resultam de vários fatores, nomeadamente o envolvimento complexo e aberto entre jogadores, bem como o seu elevado número, a dimensão do campo e ainda a duração do jogo (Costa, Garganta, Fonseca & Botelho, 2002).

De todas as modalidades coletivas o Futebol ocupa um lugar de relevo, não só em resultado da sua enorme popularidade e universalidade mas também por ser o desporto mais praticado em todo mundo (Silva, 2008).

4. Futebol, um jogo tático complexo

O Futebol é um jogo desportivo coletivo, em que os jogadores estão agrupados em duas equipas, numa relação de adversidade entre ambas, onde existe uma luta constante pela posse de bola, respeitando as regras, com o objetivo de introduzir a mesma o maior número de vezes possível na baliza do adversário, evitando que este faça o mesmo (Teodorescu, 1984; Gréhaigne & Guillon, 1992; Arda Suárez, 1998 & Garganta, 1998).

O jogo de futebol decorre num contexto de grande complexidade pois consagra uma estrutura funcional centrada nas relações tático-técnicas (individuais e coletivas), ataque/defesa e cooperação/oposição que visam atingir os objetivos propostos (Garganta, 1999). São evidentes, então, as conflitualidades que existem entre as equipas num jogo de futebol. Para Silva (2008) estas conflitualidades estão inerentes a uma forte tendência estratégico-tática, que emerge como fator crucial no comportamento dos jogadores e das equipas e pressupõe mudanças rápidas e alternadas de comportamentos, de acordo com os objetivos gerais e específicos de cada situação.

No Futebol existe um sistema de referência com vários componentes (colega, adversário, bola, campo de jogo, etc.), no qual se integram todos os jogadores e com o qual todos se confrontam constantemente (Schellenberger, 1990).

Nascimento (2008), refere que nos JDC, dos quais faz parte o Futebol, estabelece-se uma relação de cooperação entre elementos da mesma equipa, e de oposição, entre elementos das duas equipas. A relação de oposição que se estabelece entre os elementos das duas equipas em confronto e a relação de cooperação entre os elementos da mesma equipa, ocorridas num contexto completamente aleatório, são as características que traduzem a essência do jogo de Futebol, sem pretender no entanto, diminuir a importância das restantes características (Garganta, Marques & Maia, 2002).

Para Oliveira (2004), a complexidade do jogo é o jogo em si, evidenciando a interação entre as duas equipas, as interações entre os jogadores da mesma equipa, o jogo das previsibilidades e imprevisibilidades que constantemente se confrontam, a aleatoriedade dos acontecimentos, a capacidade de criação das equipas e dos

diferentes jogadores, a qualidade do jogo e dos jogadores e, conseqüentemente, os problemas levantados, que proporcionam um meio complexo e caótico que, para ser perceptível, tem de ser gerado e analisado nesse envolvimento.

Podemos caracterizar o Futebol como uma modalidade estruturalmente definida, que compreende um terreno de jogo, regras definidas, bola, companheiros, adversários, árbitro, com funcionalidade dinâmica, que centra a sua atividade nas relações tático-técnicas que se estabelecem da relação cooperação-oposição e com carácter complexo dada a imprevisibilidade das ações que decorrem do sistema de relações que se estabelecem. No entanto o atleta através da sua ação, na relação de cooperação entre os elementos da sua equipa, deve tentar diminuir o aleatório, enveredando por comportamentos coletivos que os ajudem a atingir o objetivo do jogo.

Dentro da imprevisibilidade que pode existir durante o jogo de futebol, o treinador e a equipa, através de processos de preparação e planificação previamente executados e posteriormente trabalhados no treino, pretendem criar previsibilidades que sejam reconhecidas pelos elementos da equipa, procurando dar ordem ao “caos” (Oliveira, 2004).

Sendo o Futebol uma atividade complexa, que se caracteriza e exprime mediante acções de jogo que não correspondem a uma sequência possível de códigos (Garganta, 1997), exige dos jogadores uma eficácia de desempenho que se relaciona em primeira instância com os aspetos de processamento de informação (leitura do jogo) e as decisões (Tavares, 1993). Desta forma, são as situações de jogo com a variabilidade, alternância e a aleatoriedade que lhes é inerente, que determinam a direção dos comportamentos a adotar pelos jogadores, pelo que a estes é reclamada uma atitude tática permanente (Garganta, 1995).

No Futebol, todos os fatores, quer técnicos, quer físicos, quer psíquicos, surgem em prol de desempenhos táticos de nível ainda mais elevado. Isto porque, é aceite que o problema fundamental que se coloca ao indivíduo que joga é essencialmente tático (Garganta, 1998).

As equipas de Futebol de alto rendimento são grupos de elevado potencial que procuram afirmar uma identidade e preservar a sua integridade. Na busca das melhores formas para rentabilizarem a ação, a eficácia decorre duma cumplicidade operacional, sustentada nas inteligências individuais que devem servir uma inteligência coletiva (Sousa, 2005).

O Futebol representa na sua essência, um conjunto variado de situações momentâneas de jogo. Estas situações acarretam inúmeros “problemas que deverão ser solucionados pelos componentes das duas equipas em confronto, através de respostas técnico-táticas eficazes, conforme a situação, orientadas sob um objetivo comum, traduzindo a dinâmica da expressão tática (Castelo, 1994).

Assim, nas várias ações que ocorrem no futebol, estão implícitos os processos de perceção e análise da situação, solução mental e motora, os quais exigem a participação da consciência, exprimindo um pensamento produtor (Castelo, 2002).

Losa et al. (citado por Silva, 2008), reforça a necessidade de uma modalidade complexa como o Futebol, ser entendida como um desporto de natureza problemática e contextual, no qual o desempenho motor dos jogadores está relacionado com a capacidade destes responderem, de uma forma eficaz, às constantes e evidentes alterações do seu contexto.

Apesar de um jogo de Futebol apresentar sempre um resultado que é historicamente único e de envolver um carácter mais imprevisível, mesmo numa única partida, normalmente ganha a melhor equipa, ganha a equipa que vai mais ao encontro dos fatores – treináveis – que influenciam a vitória (Catita, 1999).

5. Fatores de Treino

No mundo desportivo é frequente considerar-se que o rendimento competitivo é multifatorial, dado o conjunto de variáveis que concorrem para a sua obtenção. A otimização do rendimento desportivo decorre de um grau de desenvolvimento e especialização de diversos fatores, usualmente agrupados em quatro macro dimensões: tática, técnica, física e psicológica (Bangsbo, 1993 & Miller, 1995).

Figueiredo (1996), enumera cinco fatores fundamentais no treino: Físico, Técnico, Tático, Psicológico e Teórico. Embora não deixe de realçar a natureza relacional dos mesmos, o mesmo autor, evidencia a seguinte ordem: “a preparação física e técnica representam a base sobre a qual a prestação desportiva é construída. À medida que o atleta vai adquirindo uma técnica mais aperfeiçoada, vai-se enfatizando a preparação tática. E quando a preparação tática estiver adquirida, o atleta deve enfatizar a preparação psicológica (Bompa, 1990).

Segundo Figueiredo (1996), os cinco fatores de treino dão, em primeira instância, as seguintes condicionantes a gerir em qualquer momento do treino (porque o Homem nunca deixa de ser como um Todo durante a atividade):

- Sócio Culturais;
- Afetivo – Emocionais;
- Bio Informativos;
- Biomecânicas;
- BioEnergéticas;

“Na tarefa motora, as condicionantes bio informativos fundamentam e dão intenção à passagem de energia química (condicionantes energéticas – mecânicas). Note-se que é gerindo intenções que se leva o sujeito de prática a treinar as capacidades de análise e percepção da situação (tática) que lhe permite executar um movimento eficaz (técnica) para a situação que acaba por ser um estímulo das condicionantes bioenergéticas para a sua realização (físico). Mas a qualidade dessas capacidades está intimamente ligada a fatores psicossociais” (Figueiredo, 1996).

De facto, tal como evoca Lima (2000), o Homem é um ser biopsicosocioaxiológico, e por isso não conseguimos, mesmo que quiséssemos, treinar no atleta apenas um único fator a partir de determinado exercício de treino.

Segundo Castelo (1994), o jogo de futebol tem evoluído de tal forma, que os acontecimentos que o materializam se tornaram mais intensos, competitivos, complexos, pressionantes, transitórios e instáveis, impondo uma constante adaptação das equipas e dos jogadores a novas exigências impostas pelo próprio jogo.

O processo de formação em futebol é considerado um fenómeno complexo, dado que a performance nesta modalidade desportiva resulta da interação de diferentes fatores: táticos, técnicos, físicos e psicológicos (Castelo, 2002; Soares, 2005 & Tavares, 1993). Contudo, não existe um fator que, de forma isolada, seja mais importante do que os demais, podendo-se dizer que o jogo de futebol, na sua natureza contextual, é influenciado pelo envolvimento dos referidos fatores (Castelo, 2002).

No Futebol, apesar de entendermos o rendimento desportivo como multidimensional, a dimensão tática revela-se preponderante, pois condiciona, de forma preponderante, a prestação dos jogadores e das respetivas equipas, salvaguardando-se a importância dos demais fatores (Físico, Técnico, Psicológico e Teórico) pelo papel fundamental que assumem no suporte dos comportamentos táticos que o jogo exige, sendo a tática entendida como um fator integrador e simultaneamente condicionador dos referidos fatores (Castelo, 2002).

5.1. Fator de Treino Técnica

Djatschkow (1974; citado por Castelo, J. et al. 1998), define técnica desportiva como “um sistema especializado de ações motoras simultâneas e consequentes, orientadas para a cooperação racional das forças internas e externas (que participam no movimento), com o fim de as utilizar de forma completa e efetiva para a obtenção de (elevados) rendimentos desportivos”.

Castelo, J. et al. (1998), definem técnica como um conjunto de ações motoras que procuram responder a necessidades exigidas pelo confronto com determinadas situações desportivas.

Quando utilizamos a palavra “Técnica” no contexto desportivo, esta é entendida como o conjunto de processos bem definidos e transmissíveis que se destinam à produção de certos resultados. No Futebol, as “técnicas” constituem ações motoras especializadas que permitem resolver as tarefas do jogo (Garganta, 1997).

Durante muito tempo, a técnica foi considerada o elemento fundamental e básico na configuração e desenvolvimento da ação de jogo nos desportos de equipa (Garganta, 1997). Uma das consequências mais evidentes deste facto, tem sido a obsessão pelos aspetos do ensino/aprendizagem centrados na técnica individual, partindo-se do princípio que a soma de todos os desempenhos individuais provoca um apuro qualitativo da equipa e também que o gesto técnico aprendido numa forma analítica possibilita uma aplicação eficaz nas situações de jogo (Garganta, 1997).

De facto, quando pensamos no termo “técnica” para abordar algum gesto ou acção desportiva, falamos das condicionantes biomecânicas e da eficiência desse mesmo gesto.

Castelo et al. (1998), define os objectivos do treino do fator “técnica” :

- **Aquisição de um conjunto de aptidões técnico – desportivas** – o treino técnico desportivo permite a aquisição por parte dos praticantes/jogadores de uma disponibilidade motora, ou de um repertório de respostas motoras, que em última análise consubstanciam, o alargamento das capacidades dos praticantes, para que estes se adaptem com o máximo de eficácia possível às situações competitivas.
- **Aperfeiçoamento e desenvolvimento das aptidões técnico – desportivas** – o treino técnico desportivo assegura o aperfeiçoamento e desenvolvimento gradual dos praticantes/jogadores ao longo do seu processo anual ou plurianual.

É reconhecida a importância do fator “técnica” na estrutura de rendimento da maioria das modalidades desportivas e em alguns casos específicos é mesmo o elemento preponderante e determinante desse rendimento. Castelo (1998), explica essa importância essencialmente devido à complexidade das habilidades motoras exigidas por algumas modalidades como a ginástica artística ou a natação sincronizada.

No caso do Futebol, apesar da reconhecida importância do fator “técnica” esta não é a dimensão preponderante, principalmente devido ao carácter isolado da dimensão eficiência (forma de realização) da habilidade, independentemente das dimensões eficácia (finalidade) e adaptação, isto é, do ajustamento das soluções e respostas ao contexto que o Futebol envolve na sua dinâmica complexa (Castelo, 1998).

A técnica de jogo é um sistema de movimentos integrados ou uma cadeia de movimentos parciais (atos, gestos, destrezas, hábitos) especializados e automatizados, mediante os quais realizamos os objetivos e as tarefas do jogo. Ou seja, é um fator de grande importância no jogo individual e coletivo, uma vez que materializa e exterioriza a inteligência e a intencionalidade tática (Moya, 1996).

A dificuldade da execução das ações técnicas no Futebol resulta da necessidade que os jogadores têm de identificar e prestar atenção, em simultâneo, às informações visuais, propriocetivas e cognitivas. Importa desde modo que a execução de um gesto técnico, em Futebol, privilegie a interação com o envolvimento (Mahlo, 1980).

Deste modo, refere Mahlo (1980), que nos JDC a técnica que se pretende observar deve ser qualitativa e não uma técnica descontextualizada.

5.2. Fator de Treino Teórico

O fator Teórico / Formativo tem no Desporto a ver com a parte sócio-afectiva do praticante. No seu papel de praticante este interage com diferentes indivíduos, como sejam colegas, adversários, treinadores, dirigentes, pais, árbitros, adeptos, patrocinadores e com estes tem de estabelecer uma relação social adequada ao seu papel na sociedade.

A sociabilização deve ser entendida como um processo de relação entre um indivíduo com outros, da sociedade que o rodeia, num processo que resulta a partir da aceitação das regras de comportamento social que a mesma fomenta (Rodriguez et al., 2008).

Ruiz, 1994 (citado por Rodriguez et al., 2008) caracteriza o carácter processual da sociabilização da seguinte forma:

- A Sociabilização é um completo processo de aprendizagem, que não se refere estritamente à aquisição da capacidade de se relacionar com os outros de maneira afetiva, mas também no que diz respeito à integração social nos meios desportivos onde as formas de ação e de motricidade estão implicadas.

Rodriguez (2008) descreve a sociabilização sob dois pontos de vista:

- Objetivamente, a partir da influência que a sociedade exerce no indivíduo, ou seja, a sociabilização enquanto processo que molda o indivíduo e adapta-o aos valores e regras de determinada sociedade;
- Subjetivamente, a partir da resposta ou reação do indivíduo em relação à sociedade.

O principal objetivo da sociabilização é inculcar normas e valores morais, desenvolvendo características da personalidade do indivíduo, principalmente as consideradas fundamentais pela cultura dessa mesma sociedade (Rodriguez, 2008).

Este fator Teórico diz assim respeito às normas, valores e símbolos fundamentais para a integração do indivíduo no meio social e desportivo.

5.3. Fator de Treino Físico

A preparação e o treino de qualquer modalidade desportiva requerem o estudo de muitos aspetos e o conhecimento, o mais exato possível, das características e do tipo de exigências impostas pela competição. A duração e o espaço de jogo, as normas e as características do futebol moderno, obrigam a atitudes e comportamentos específicos que se refletem tanto nos aspetos técnicos e táticos como nos energéticos (Soares, 2005).

O fator físico foi ao longo de muitos anos o fator mais valorizado no panorama desportivo. De facto, é o fator fundamental em modalidades individuais como o atletismo, a ginástica ou a natação, modalidades em que a dimensão física é potenciadora de rendimento.

Nos jogos desportivos coletivos a capacidade funcional dos jogadores tende a estar intimamente ligada à execução técnica e à aplicação tática dos diferentes elementos do jogo (Silva, 2008).

Nas modalidades coletivas, em que o Futebol está incluído, os aspetos físicos têm uma componente estrutural importante, na medida que suportam as solicitações e fornecem energia à realização das ações tático – técnicas. Deste modo intervém no aumento da capacidade de performance da equipa, caracterizando-se as suas solicitações predominantes por um carácter intermitente do esforço, com elevada percentagem de deslocamentos de alta velocidade (Vieira, 2003).

Vários estudos, realizados no Futebol, apontam o valor da intensidade média de esforço solicitada ao futebolista de 70% do consumo máximo de oxigénio. Este facto torna o sistema aeróbio, maior fornecedor de energia do futebolista, fundamental no rendimento do jogo. Segundo Bangsbo (1997; citado por Vieira, 2003), para além desta importância que o sistema aeróbio tem no fornecimento de energia, esta também pode ser obtida pela decomposição anaeróbia dos fosfatos de alta energia, nomeadamente quando o atleta realiza exercícios de alta intensidade como os sprints.

Associadas ao fator físico desportivo surge o treino de diferentes capacidades físicas. São elas:

- Força;
- Velocidade;
- Resistência;
- Flexibilidade;

Durante um jogo, os jogadores realizam diferentes tipos de exercício, desde estar parado a *sprintar*, com uma intensidade alterável a qualquer momento. Isto distingue o futebol de desportos nos quais é realizado exercício contínuo a uma intensidade muito alta ou moderada durante todo o evento, tal como acontece, respetivamente, numa corrida de 400 metros ou numa maratona. Consequentemente, as exigências fisiológicas no futebol são mais complexas do que em muitos desportos individuais. Sob condições ótimas, estas exigências estão intimamente relacionadas com a capacidade física dos jogadores, que pode ser dividida nas seguintes categorias: a) capacidade de realizar exercício intermitente prolongado (resistência); capacidade de

realizar exercício a alta intensidade; capacidade de *sprintar*; capacidade de desenvolver força em situações simples de jogo como pontapear, saltar ou desarmar. (Castelo, et al. 2000).

Estas características são, em alguma percentagem, determinadas por fatores genéticos mas só poderão ser potenciadas e desenvolvidos através do treino regular.

5.4. Fator de Treino Psicológico

Há mais de 20 anos Jozef Venglos (citado por Teques, 2009), treinador de futebol, afirmou que o futebol caminhava a passos largos para a sua dimensão psicológica. Segundo o mesmo autor, todas as outras dimensões, a técnica, a física e a tática estariam mais exploradas no que diz respeito ao rendimento no futebol.

O treino psicológico implica principalmente o incremento de capacidades psicológicas durante os treinos e competições com o objetivo de ajudar o jogador a melhorar a sua capacidade de rendimento (Schellenberger, 1990).

O fator psicológico forma parte integrante das variáveis que determinam o rendimento desportivo, por isso, deve ser parte integrante de um planeamento estruturado, em interação com os restantes fatores de treino como o fator físico, tático, técnico ou sócio teórico.

Segundo Araújo (1999), existem vários autores que destacam a importância do desenvolvimento do treino psicológico com o objetivo de melhorar as qualidades/aptidões psicológicas do atleta durante o treino ou competição.

Após a realização de uma pesquisa sobre as capacidades psicológicas valorizadas no contexto desportivo, este aponta as seguintes capacidades, que permitem aumentar a probabilidade do desempenho ao melhor nível, como as mais importantes: autopercepções positivas, motivação intrínseca, competências interpessoais, lidar com o stress competitivo e manifestação de afeto positivo.

Segundo Weiss (1995; citado por Araújo, 1999), para além das competências psicológicas, no desporto com jovens, é fundamental considerar os métodos psicológicos:

- ✓ Estratégias contextuais;
- ✓ Estilos de comunicação;
- ✓ Estratégias de controlo individual.

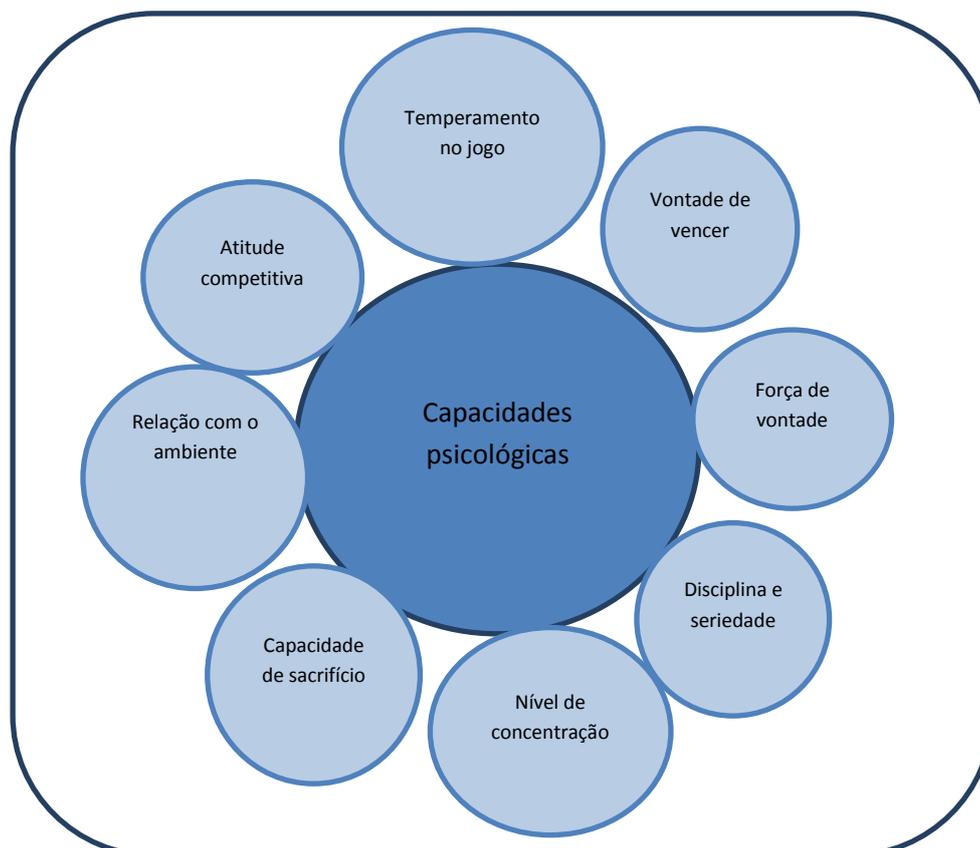


Figura 1 Capacidades psicológicas

Adaptado de: Araújo (1999)

Segundo o autor supracitado, as capacidades psicológicas resultam da convergência de todas estas variáveis que integram as componentes da personalidade condicionadora do comportamento do indivíduo durante a atividade e encontram-se, cada vez mais, valorizadas no contexto desportivo.

De facto, é cada vez mais comum no desporto atual, e mais propriamente no Futebol, a valorização nos atletas de competências como a motivação, a autoconfiança, o espírito de sacrifício, a atenção, o controlo emocional ou a concentração. Então mas

será que podemos exigir a um jogador concentração se nunca a treinou? Serão então as competências psicológicas passíveis de ser “treinadas” no treino?

O fator Psicológico deverá ser otimizado, devendo ter um grau de preponderância no processo de treino semelhante aos outros fatores do treino.

De facto, estas competências parecem poder e dever ser treinadas no treino. No entanto, só conseguirá o treinador desenvolver estas competências nos atletas se lhes proporcionar no treino condições semelhantes às que o atleta encontrará no jogo. Se queremos melhorar os níveis de concentração dos atletas, então teremos de criar, no treino, condições “stressantes” semelhantes às que encontrará no jogo, de forma a apelarmos ao incremento dos níveis de concentração do mesmo e assim permitirmos o desenvolvimento da mesma competência. O mesmo acontece com as restantes capacidades psicológicas.

O rendimento do jogo pode assim ser influenciado pelas características psicológicas dos jogadores, revelando-se no modo como estes lidam com as situações e, igualmente, na forma como adquirem, assimilam e interpretam o jogo. Esta componente psicológica caracteriza-se por uma combinação de processos motivacionais, volitivos, emocionais e cognitivos expressos na atividade motora específica dos futebolistas (Vieira, 2003).

5.5. Fator de Treino Tático no Futebol

Ao longo dos tempos, a procura pelo máximo rendimento desportivo das equipas propiciou o desenvolvimento de diferentes metodologias e por sua vez diferentes compreensões do processo de treino e dos fatores que regulam o anterior processo.

A valorização de diferentes factores: primeiro o factor técnico, depois o factor físico e por fim o factor tático e psicológico, têm sido associados à melhoria do rendimento das equipas e dos atletas no futebol (Pinto, 2007).

Segundo Garganta et al. (2002), no plano desportivo é habitual afirmar que o rendimento competitivo é multidimensional por serem vários os fatores que concorrem para a sua efetivação. Contudo, afirmam os mesmos autores, nos JDC em geral, e no

Futebol em particular, a dimensão tática parece de facto condicionar, duma forma importante, a prestação dos jogadores e das equipas.

Atualmente parece consensual que a dimensão tática desempenha um papel relevante no atingir desse objetivo.

“Face ao jogo, o problema primeiro é de natureza tática, isto é, o praticante deve saber o que fazer, para poder resolver o problema subsequente, o como fazer, selecionando e utilizando a resposta motora mais adequada. Tal exige, então, que os praticantes possuam uma adequada capacidade de decisão, que decorre duma ajustada leitura do jogo, para poderem materializar a ação através de recursos motores específicos, genericamente designados por técnica” (Garganta, 2002).

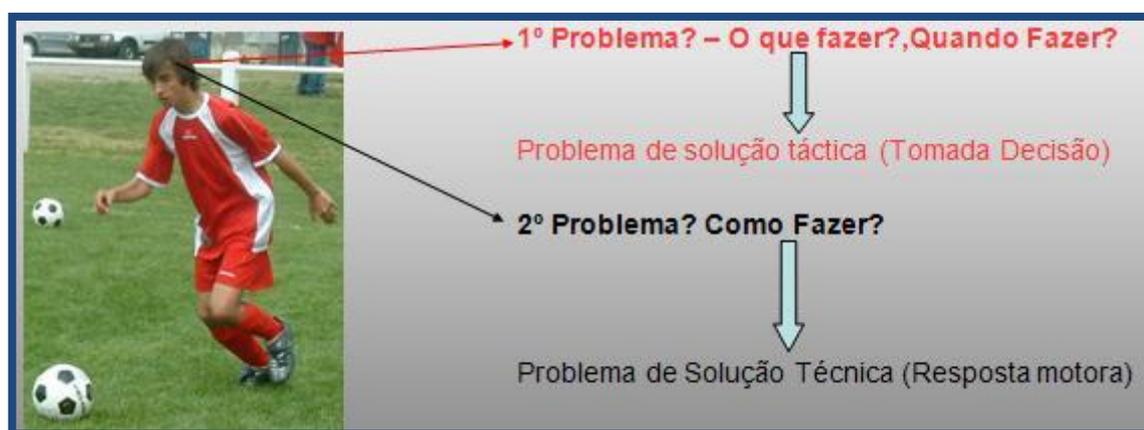


Figura 2 Decisão Tática do jogador de Futebol
Fonte: Elaboração própria

Segundo Pinto (2007), o jogador deve “saber o que fazer” e “quando fazer” (conhecimento declarativo), para poder resolver o problema subsequente, o “como fazer” (conhecimento processual). Para isso, o jogador selecionará e utilizará a resposta motora mais adequada (Garganta & Pinto, 1995), ou seja, face a uma situação tática deverá reagir, através de resposta motora mais adequada à situação.

Segundo “Tática” pode ser encarada como uma “ação racional realizada por um ou mais jogadores com o intuito de atingir um determinado objetivo” (Garganta, 1997).

Tática, é a totalidade das ações individuais e coletivas no domínio da preparação técnica, física, psicológica e teórica, bem como também outras medidas específicas – dos jogadores de uma equipa – selecionadas, organizadas e coordenadas

unitariamente, com vista à sua utilização racional e oportuna no jogo (dentro dos limites do regulamento e do desportivismo) e com o objetivo da obtenção da vitória. Isto impõe a valorização das qualidades e particularidades dos jogadores da própria equipa, assim como também a exploração das falhas na preparação dos adversários (Teoduresco, 1984).

Para Mourinho (em entrevista por Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006), a tática é um conjunto de comportamentos que se pretende para a equipa, que se deseja que esta se manifeste com regularidade em competição, isto é, o conjunto de princípios que se assumem como uma cultura comportamental específica.

Inerentes à dimensão tática existem 4 componentes que a caracterizam e que são: as fases, os princípios, os fatores e as formas (Teoduresco, 1984). A Tática começa por considerar o jogo em fases, para as quais se estabelecem os princípios, os fatores que lhes estão subjacentes e finalmente caracteriza as formas de desempenho (Silva, 2008).

Para Frade (2003), o objetivo da tática deverá ser o colocar a equipa a jogar por um determinado modo, que potencie a qualidade da sua equipa, que por consequência possa estar mais próxima da vitória. Podemos verificar também, que a tática deve ter/ser uma referência e um critério, tornando-se específica de uma forma de jogar.

Segundo o autor supracitado, o tático não é físico, não é técnico, não é psicológico, não é estratégico, mas compreende todas as outras dimensões, e a sua operacionalização tem subjacente o “jogar” que se pretende e implica alterações a todos os níveis, relativamente aos quatro factores anteriores.

Deste modo, deve-se entender tática não apenas como uma das dimensões tradicionais do jogo, mas sim como a dimensão unificadora que dá sentido e lógica a todas as outras. Assim, a dimensão tática funciona como a interação das diferentes dimensões, dos diferentes jogadores, dos diferentes intervenientes no jogo (jogadores e treinadores) e dos respetivos conhecimentos que estes evidenciam (Oliveira, 2004), devendo constituir-se como o princípio diretor da organização de jogo (Garganta, 1999).

O conceito Tática é definido, segundo Garganta (1997), como o conjunto de comportamentos e acções individuais e colectivas dos atletas e da equipa, dentro das

condicionantes do jogo, com o objectivo de obter o melhor resultado competitivo possível.

Entendemos que a dimensão tática tem de ser vista como causadora de comportamentos e é através destes que o jogo se desenvolve. O desempenho dos jogadores e das equipas é, então, condicionado, de uma forma fundamental, pela dimensão tática.

Segundo Oliveira (2004), devemos perceber a dimensão tática como o resultado da interação entre as diferentes dimensões. Se o jogador, ao nível tático, terá de cumprir com certos posicionamentos em cada momento do jogo (ação motora implicada), e terá de ter a capacidade para responder a cada situação (tecnicamente) dentro de uma ideia coletiva então a dimensão tática por si só não existe, mas sim pela interação das outras dimensões.

Para Nascimento (2008), o conceito de tática transcende as funções específicas de cada jogador e pressupõe a existência de uma ideia unitária da equipa para tornar o jogo mais eficaz. Esta ideia unitária é, segundo o mesmo autor, o modelo de jogo.

Para Castelo (1996), Tática “não significa somente uma organização em função do espaço de jogo e das missões específicas dos jogadores, esta pressupõe em última análise, a existência de uma concepção unitária para o desenrolar do jogo, ou por outras palavras, o tema geral sobre o qual os jogadores concordam e que lhes permite estabelecer uma linguagem comum.

Podemos verificar uma interpretação tática específica que assume o modelo de jogo como critério de todo o processo.

De facto, a construção da atitude/cultura tática exigida individualmente a cada atleta e o desenvolvimento das suas possibilidades de escolha depende do conhecimento que este tem do jogo, o que significa que a sua forma de atuação está bastante condicionada pela forma como ele concebe e percebe o jogo e da forma como este lhe é apresentado sendo, portanto decisiva a influência do Modelo de Jogo e a forma de preparação utilizada pelo treinador (Cardoso, 2006).

Como podemos observar pela revisão da literatura, diversas interpretações do fator “Tático” parecem resultar em dois entendimentos do mesmo fator. Se para alguns

autores, a tática é interpretada de forma abstrata e global, outros interpretam-na de forma mais específica pois assume o modelo de jogo como o critério de todo o processo. Todas reforçam a importância fundamental que o fator “Tática” revela numa modalidade tão complexa e imprevisível como o Futebol.

Deste modo, verificamos a existência de uma “tática individual”, onde o atleta é visto como fator preponderante e decisivo em todo o processo de tomada de decisão tática, bem como uma “tática coletiva”, a qual pressupõe a existência de um modelo de jogo, no fundo, de princípios coletivos, que regem e limitam a tomada de decisão do atleta, respeitando a percentagem de criatividade que a sustenta (Cardoso, 2006).

Segundo Teodurescu (1984), importa ter presente que, a tática individual constitui a base da tática coletiva, no sentido de encontrar soluções para superar a equipa adversária, tanto no ataque como na defesa. Os jogadores devem saber o que fazer em conjunto (tática coletiva), para poderem resolver o problema subsequente, o como fazer (tática individual), ou seja seleccionar e utilizar a resposta motora mais adequada. (Sousa, 2005).

5.5.1. Ação Tática no Desporto

O desporto em geral, e o Futebol em particular, são atividades complexas e que baseiam a sua ação nas relações de cooperação e oposição que se estabelecem entre jogadores, no ambiente que envolve toda a sua dinâmica e nas características imprevisíveis do próprio jogo ou treino.

Segundo Castelo, et al. (1998), o ato/comportamento tático é definido pelo “processo intelectual de solução dos problemas competitivos, sendo uma componente indissociável da atividade, devendo ser rápida e deliberada, visando o maior grau de eficiência possível”.

De facto, o comportamento tático pressupõe uma “atividade cognitiva, sendo resultado de complicados mecanismos de receção, transmissão, avaliação e elaboração da resposta, relacionando o resultado dessa ação com a memória. É esta atividade cognitiva ou intelectual, que amplia significativamente a capacidade das respostas

adaptativas dos praticantes às situações competitivas, permitindo que este reconheça, oriente e regule a sua ação motora” (Castelo et al., 1998).

A ação tática, ao ser dirigida para a otimização do rendimento, implica recurso para além dos conhecimentos táticos às habilidades técnicas, às capacidades condicionais, às características da vontade e outros componentes (Vieira, 2003).

Podemos assim aferir que o comportamento tático não se reduz a um sistema fechado, antes pelo contrário, exige uma elaboração realizada a partir de sistemas abertos de relação baseados em códigos simbólicos de informação.

Sinteticamente podemos concluir que o presente modelo tenta evidenciar que os jogadores ao procurarem resolver uma determinada situação competitiva, ajustam a sua ação de acordo com:

- 1) A perceção e análise da situação;
- 2) Solução mental do problema;
- 3) Solução motora do problema;
- 4) Resultado – interpretado em função da eficiência e, simultaneamente, o analisador do efeito.

“Durante a competição, os atletas/jogadores têm uma capacidade quase ininterrupta, isto é, as fases do processo de perceção e análise da situação assim como a solução mental do problema realizam-se em movimento. Isto significa a existência de uma modificação contínua da atividade motora como consequência de processos intelectuais, sendo alterada na sua qualidade, quantidade e orientação espacial. Logo, as ligações temporais das fases enunciadas, desenvolvem-se de forma sucessiva e simultânea” (Castelo, et al. 1998).

Segundo outra perspetiva, a ação tática é complexa e “as ações desportivas não são respostas realizadas pelo sistema motor oriundas da mente ou de estímulos do ambiente”. Assim, as ações não passam de “ajustamentos de um indivíduo ao seu meio”, logo o comportamento não é intrinsecamente mecânico, mas intrinsecamente funcional (dependente da tarefa). Temos, desta forma, que o indivíduo é influenciado pelo ambiente e influencia, do mesmo modo, o mesmo ambiente dando origem à adaptação do indivíduo ao seu meio – ação tática. Vejamos o exemplo de um atleta no

treino, que age influenciando o ambiente, forçando-o a fornecer informação para o atleta volte a agir (Araújo, 2010).



Figura 3 Acoplamento percepção-ação

Fonte: Araújo (2010)

Araújo (2010), defende que a inteligência do atleta aparece embutida no contexto, pois o atleta para além de ter a habilidade de explorar ativamente o ambiente para resolver problemas, resolve os mesmos agindo, isto é, o conhecimento do jogador está na sua ação e na interação que estabelece com o mesmo contexto.

Torna-se evidente o dualismo organismo – ambiente na tomada de decisão do atleta. De facto, os jogadores “expressam ações exploratórias e performativas com os outros jogadores, e no contexto do jogo, visando um objetivo. Durante este processo as decisões comportamentais emergem da interação dos constrangimentos do jogador, do seu objetivo e do contexto” (Araújo, 2009).

Araújo (2010), utilizou o termo “affordance” para descrever as informações provenientes do ambiente e respectivas possibilidades de ação oferecidas ao indivíduo pelo mesmo ambiente. No fundo, perceber uma “affordance” é perceber como se pode agir quando confrontado com um conjunto específico de condições ambientais (objetivos, superfícies, pessoas, eventos, tudo o que faça parte do contexto que envolve o atleta) (Araújo, 2010).

Araújo (2010), enuncia um conjunto de características das “affordances”:

- São específicas ao praticante, logo não são inerentes aos objetivos ou aos ambientes, em si próprios. As “affordances” descrevem, assim, o ambiente em termos de como o ator pode agir;
- Captam a reciprocidade entre a percepção e ação;
- Permitem controlo prospetivo pois, na ausência deste, a ação seria reduzida a mera reação.

Araújo (2010), procura explicar a dinâmica da percepção e da ação, em 4 pontos fundamentais:

- *Embodiment and embeddedness*. O praticante possui um corpo físico e está embutido num ambiente físico;
- *Information-based control*. O comportamento é guiado por informação contingente acerca do estado do sistema praticante-ambiente;
- *Task-specificity*. As relações de controlo são específicas da tarefa, fazendo corresponder quantidades informacionais relevantes a variáveis de ação relevantes;
- *Emergent, self-organized behavior*. O comportamento emerge da interação entre o praticante e o ambiente, sob constrangimentos físicos e informacionais da tarefa.

Araújo (2010), explica esta dinâmica ecológica do comportamento decisional com base na relação Ambiente-Indivíduo:

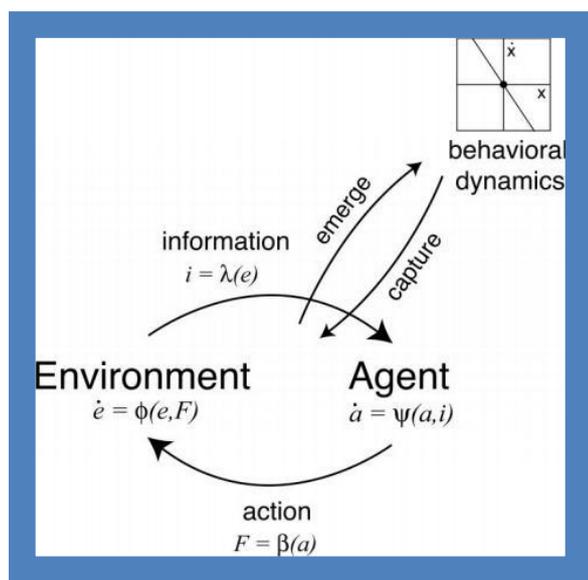


Figura 4 Dinâmica ecológica do comportamento decisional
 Fonte: Araújo (2010)

Para Araújo (2005) tomar decisões é selecionar “affordances” (orientar o curso da ação) direcionadas para um objetivo.

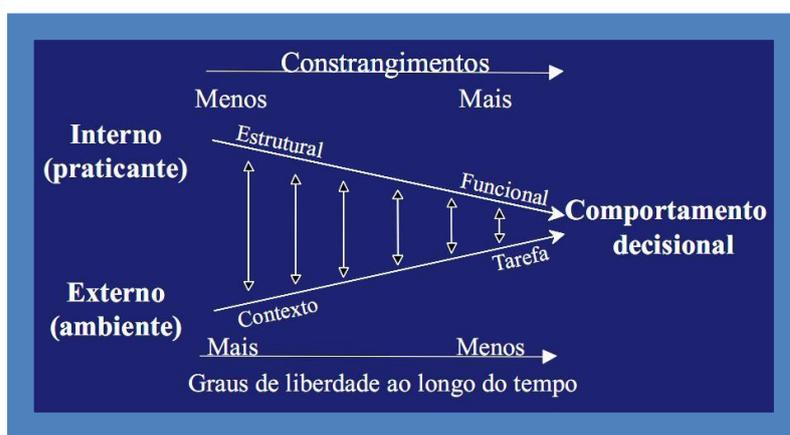


Figura 5 Comportamento decisional
 Fonte: Araújo (2010)

Comportamento decisional é definido como sendo o produto resultante da interação praticante-ambiente, tendo em conta o contexto estrutural e a dinâmica da tarefa. Quanto maiores os constrangimentos (emanados da relação com o ambiente) a que o

praticante é sujeito, menor número de graus de liberdade terá e mais adequada será a decisão, ou seja, é o que a situação proporciona que guia a ação (Araújo, 2009).

5.5.2. Organização de Jogo, um princípio para a melhoria da tomada de decisão

De alguns tempos para cá, tem-se verificado que no jogo de futebol há uma maior dependência do carácter coletivo por parte das equipas, passando o jogo cada vez menos pelas individualidades (Castelo, 1996). Da mesma forma, no conjunto de ações individuais estão implícitas as obrigações táticas individuais e coletivas (Silva, 2008)

Castelo (1994), refere que cada elemento está dialeticamente relacionado com o conjunto, emanando uma organização, pelo que cada elemento do jogo só exprime o seu significado total quando observado no seu contexto.

Para Ribeiro (2008), a tendência evolutiva dos processos de treino, tem relacionado, de forma mais significativa, o processo de treino aos modelos de jogo. Bompa (1999) reforça que este processo vai, progressivamente, constituir-se como um dos princípios mais importantes no treino. Garganta (2002) reforça que, cada vez mais, o processo de treino terá de ter como base um Modelo de Jogo.

Castelo (1998) refere que o Modelo de Jogo tem a ver com um conjunto de fatores: cultura do clube, subsistema cultural, sistema de jogo, funções dos jogadores nesse sistema, sistemas metodológicos, questão relacional que são os princípios de jogo ofensivos e defensivos, subsistema tático-técnico no plano ofensivo, defensivo, individual e coletivo e com o subsistema tático-energético.

Frade (em entrevista por Ribeiro, 2008), refere-se ao Modelo de Jogo como sendo o futuro enquanto elemento causal do comportamento, afigurando-se imprescindível na construção de um processo de aprendizagem ou treino.

O Modelo de Jogo aparece definido como sendo orientador no processo de operacionalização do “jogar” da equipa (Oliveira, 2004).

Segundo Oliveira (2003, citado por Nascimento, 2008), podemos encarar o modelo de jogo como aquilo que nós pretendemos, em termos mentais, que aconteça durante o

jogo, constituindo-se essencialmente por princípios que se articulam entre si e que dão uma certa forma de jogar, isto é, são comportamentos que nós queremos que a equipa tenha em todos esses momentos, manifestando uma organização funcional própria, ou seja, uma identidade.

Oliveira (2006), acrescenta que o Modelo de Jogo constitui-se por princípios, subprincípios e subprincípios dos subprincípios, referentes a cada momento do jogo, e que se articulam entre si manifestando uma dinâmica coletiva que, por sua vez, proporcionará uma identidade específica.



Figura 6 Modelo de Jogo adotado
Fonte: Oliveira (2004)

Mourinho (em entrevista por Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006), refere que os princípios de jogo assumem-se como referências coletivas ou individuais, de ação ou referências comportamentais, que levam a que os jogadores joguem em equipa, sendo responsáveis pelo aparecer com regularidade da coordenação coletiva, vulgo entrosamento. São eles que dão organização à equipa.

Como consequência desse facto, a intervenção do treinador no processo de treino deve ser analisada pela sua complexidade, na tentativa de dar a conhecer todos os constrangimentos de jogo aos seus jogadores e, para além disso, tornar inteligível a sua ideia de jogo (Silva, 2008). “Se o treinador souber claramente como quer que a equipa jogue e quais os comportamentos que deseja dos seus jogadores, tanto no

plano individual como no coletivo, o processo de treino e de jogo será mais facilmente estruturado, organizado, realizado e controlado” (Oliveira, 2004).

Oliveira (2004), refere que se deve entender Tática “não apenas como uma das dimensões tradicionais do jogo mas sim como a dimensão unificadora que dá sentido e lógica a todas as outras. Assim, a dimensão tática funciona como a interação das diferentes dimensões, dos diferentes jogadores e treinadores, e dos respetivos conhecimentos que estes evidenciam. É o elo de ligação que dá sentido e sentimento ao jogo, promovendo uma Especificidade de jogo, uma vez que o jogo é muito mais que um somatório de ocorrências, é um enredo que se pretende criado desses ocorrências que, em consequência, promove a criação e o desenvolvimento de conhecimentos coletivos e individuais que lhe são próprios e que vão permitir a melhoria qualitativa de jogo, coletiva e individual.”

No futebol não se pretende, de forma alguma, a existência de “jogadores clonados”, mas sim criar condições para que cada um exprima as suas individualidades no respeito pelos princípios coletivos.

Segundo Oliveira (2006), podemos nomear o modelo de jogo de uma equipa como um “modelo de jogo recriado”, pois preserva a mesma dialética entre equipa e jogador. Para que a equipa exteriorize o modelo de jogo, os jogadores devem interiorizar esse mesmo modelo. Do mesmo modo, essa equipa exterioriza as características individuais dos jogadores, dado que estes emprestam criatividade, inovação e as suas características ao Modelo de Jogo.

Podemos concluir que o treinador deverá guiar todo o seu processo de treino a partir desse Modelo de Jogo, com vista a um determinado tipo de cultura. Esse Modelo constitui-se como um guião que irá dar um sentido ao processo de treino com vista a um conjunto de regularidades coletivas e individuais.

Tendo como referência a figura 5, do comportamento decisional de Araújo (2010), podemos entender o Modelo de Jogo e os princípios que o constituem como constrangimentos que direcionam o atleta para a ação tática. Deste modo, o Modelo de Jogo, enquanto indutor de um princípio de jogo coletivo, reduz os graus de liberdade do atleta, aumentando-lhe ao mesmo tempo os constrangimentos a que está sujeito, direcionando-o para a ação tática mais eficaz, tendo em conta a informação que a situação lhe fornece em determinado momento.

5.5.3.Periodização Tática

A metodologia denominada por “Periodização Tática”, não tem como objeto de estudo nenhum fator ou componente do rendimento mas sim o jogar como objetivo irreduzível. A periodização é tática porque, segundo Frade (2004), a “expressão do jogo é tática: é o jogar” e tem como objetivo a operacionalização de um modelo de jogo que se constitui como um elemento causal do futuro, que se visualiza constantemente com o intuito de se aproximar o jogo a essa ideia. Assim, entende-se que na periodização tática o modelo de jogo e os seus princípios são o guião do processo desde o início.

No mesmo entendimento, Faria (1999) refere que “se no jogo há necessidades físicas, técnicas, táticas e psicológicas, elas são consequência de um determinado tipo de comportamento organizado e organizador de uma equipa”, cuja identidade traduz o conceito de jogo do treinador.

Uma vez que cada Modelo de Jogo resulta de uma determinada especificidade (conceção), a sua operacionalização tende a ser única. Segundo esta ideia, a “periodização tática” concebe o treino no sentido de modelar o jogo, através de exercícios específicos que contemplem os princípios de jogo que o constituem. O treino vai inserir o jogador dentro de um padrão de jogo, dentro de uma organização, com o propósito de desenvolver uma identidade coletiva. Essa identidade coletiva é verificada nas interações entre os jogadores da equipa e na ideia de jogo coletiva.

Segundo Carvalho (2003), são características da Periodização Tática:

- Dar enfoque à contextualização;
- A dimensão Tática, mais precisamente, o MJA, como orientadora das Periodizações e das Planificações;
- O MJA impõe uma coordenatividade muito própria, estando subjugada à dimensão tática e restantes dimensões técnica, psicológica e física;
- Impõe-se uma inversão no binómio Volume-Intensidade, a Intensidade é quem "comanda", e o Volume, é o somatório de frações de máxima intensidade (volume da qualidade) de acordo com o Modelo de Jogo Adotado;
- O princípio da Especificidade é quem dirige a Periodização Tática;

- Esta periodização reclama o Princípio da Estabilização, de forma a permitir os Patamares de Rendibilidade;
- A operacionalização do treino reclama a utilização de exercícios Específicos desde o primeiro dia;
- A Estabilização da Forma Desportiva consegue-se com base na estruturação de um determinado microciclo, onde o grau de desgaste semanal é similar de semana para semana;
- A estrutura básica do microciclo deve manter-se (os momentos de treino, a duração, etc), o que leva a uma estabilização de rendimento;
- Deve-se considerar uma forma desportiva coletiva. Esta está ligada ao jogar (bem) de acordo com o Modelo de Jogo Adotado e a referência que serve como indicador é "jogar melhor".

Numa perspetiva integral do rendimento a criação de situações de treino o mais aproximadas possíveis da competição (exijam níveis de intensidade e concentração próximos dos exigidos na competição), potenciará todas as capacidades (nas diferentes dimensões) dos jogadores de acordo com o Modelo de Jogo Adotado e dos princípios de jogo inerentes a esse mesmo MJA. A tática para ser concretizada necessita que na situação específica esteja presente um adversário ou uma decisão a tomar (Garganta et al. (2002).

5.5.4. Tomada de Decisão

No exposto anteriormente podemos verificar que as nossas decisões devem ser modeladas de forma a respondermos dentro de uma determinada lógica (MJ). Tais decisões não deverão ser comandadas pelo treinador e conseqüente processo de treino, não se trata de respostas mecânicas onde o jogador espera por um estímulo de forma responder conforme previsto. O jogo é demasiado imprevisível para que assim seja, logo as decisões são da autonomia dos jogadores que com o processo de treino

deverão ser capazes de encontrar no jogo as informações mais relevantes para ele e para a equipa responderem dentro de um padrão coletivo de resposta.

Assim sendo, ao abordarmos o processo de treino temos de compreender que este deve adaptar os jogadores a uma forma de jogar, mas sempre para que a capacidade autónoma de conceder as soluções esteja presente, ou seja, a adaptabilidade enquanto capacidade de inovar e de se auto-organizarem dentro de um padrão coletivo.

Quanto melhor estiverem adquiridos os princípios de jogo, reduzindo a imprevisibilidade do nosso jogo, mais liberdade mental teremos para acrescentar o detalhe e criatividade ao jogo. Quando se assimila esses comportamentos e os convertemos em hábito ganhamos uma maior perfeição e regularidade nas ações, a nossa mente torna-se livre para sermos criativos. Desse modo o treino ao procurar melhorar o jogo e o jogador, tem de equilibrar a ordem e o caos num padrão, num mecanismo não mecânico. Tal como refere Queiroz (2003) “no fundo é ser mais eficiente nessas rotinas, mas com autonomia e liberdade suficiente, ser inovador, ser criador, ser regenerador de soluções.”

Para Pinto (2007), a tomada de decisão centra-se na gestão da atividade motora mais apropriada em função da incerteza das situações, da pressão do tempo, do espaço e das exigências da eficácia na ação. O mesmo autor refere que em situações em que os intervenientes não sejam competentes, ao nível da apreensão da informação, esta inabilidade se reflete na leitura de jogo (capacidade tática individual) e ao nível da comunicação com os próprios colegas de equipa. Ao estarem envolvidos outros participantes, nomeadamente os colegas de equipa, facultam à tomada de decisão um carácter não só funcional, pela participação da ação, mas também significativo ao incluir os colegas e adversários na tomada de decisão (Pinto, 2007).

Qualquer movimento consciente, decorrente da ligação entre o pensamento e a ação, é precedido de uma decisão. Tomar uma decisão é limitar as alternativas para apenas uma ação. Nos Jogos Desportivos Coletivos, as decisões em jogo (ofensivas e defensivas) devem ser tomadas de acordo com a situação, já que os objetivos de cada ação não são definidos antes do começo do jogo ou mesmo da jogada (Costa, 2001).

As tomadas de decisão neste contexto de jogo são dinâmicas porque, como afirma Johnson (2006), vão-se alterando ao longo do tempo, ou seja, uma informação num determinado momento pode ser favorável (posição em relação à baliza), mas no

momento seguinte já não o ser (oposição do adversário), o que induz uma certa imprevisibilidade e aleatoriedade (Garganta & Silva, 2000).

Segundo Araújo (2010), a tomada de decisão tem como objetivo:

- ✓ Organizar num determinado sentido aquilo que o jogador virá a fazer;
- ✓ Permitir que o jogador resolva a situação com que se depara.

Os desportistas *experts* são capazes de adquirir informação vantajosa do movimento dos seus opositores para a tomada de decisão e preparação da ação usando um modelo antecipatório de ação. Se considerarmos que tanto a antecipação como a tomada de decisão, são mediadas por estruturas de conhecimento, as implicações que isto tem para a prática desportiva são enormes, na medida em que a diferença de rendimento entre desportistas, com altos ou baixos níveis de habilidade, estabelece-se, entre outros fatores, pela quantidade e tipo de conhecimento que tenham sobre a tarefa, assim como pela forma como a informação é utilizada para essa antecipação e tomada de decisão (Sá, et al., 2009).

Sendo o futebol uma modalidade que é regulada externamente, o nível de mestria da tomada de decisão é sensível ao contexto, isto é, está sujeita a vários constrangimentos que poderão reduzir a vantagem na tomada de decisão do *expert*. No entanto, os *experts* são mais rápidos a detetar e a localizar os sinais relevantes, bem como a forma como preveem as consequências das relações entre esses sinais (Rodrigues, 1997 & Araújo, 1999). Estes atletas são portadores de um repertório de padrões específicos de ações tático-técnicas, que lhes permitem ter várias alternativas de resposta quando tiverem de tomar decisões.

Araújo (2010) define as bases psicológicas da tomada de decisão. São elas:

- Julgar que ação a situação permite, de acordo com os objetivos da equipa;
- Conduzir visualmente a ação, para atingir um objetivo.

Araújo (2010) defende que antes de ser interpretada, a informação precisa ser percecionada e nem todos os atletas revelam a mesma capacidade de percecionar as informações que vêm do ambiente. Perante a mesma situação, diferentes indivíduos

detetam uma informação de forma diferente, de acordo com as capacidades de cada um (Araújo, 2006).

O treinador que conheça de facto o que é informação, percebe que o praticante atua num contexto onde o treinador estrutura muitas das situações e seletivamente disponibiliza determinados tipos de informação (Araújo, 2006).

De facto, a tomada de decisões do atleta é um “processo social, que para além da exploração, por parte desse atleta e da informação disponível no contexto, implica também a seleção e a transformação de muita dessa informação no próprio contexto, por parte do treinador” (Araújo, 2006).

Assim, entende-se que o desenvolvimento do comportamento decisional não é um processo linear e normativo, e que são esperadas diferentes quantidades de mudanças entre os jogadores. Segundo Araújo (2009), três fases muito gerais podem ser identificadas:

- 1) A exploração dos graus de liberdade relacionados com a relação jogador ambiente;
- 2) Descobrir e estabilizar soluções, através da informação para agir em direção ao objetivo;
- 3) Potenciar os graus de liberdade onde diferentes sistemas de ação, em diferentes momentos, podem ser acoplados às mesmas fontes de informação.

O treino deve focar a sua atenção nos aspetos funcionais do jogo através da manipulação do contexto (dos constrangimentos individuais, ambientais e da tarefa), os quais propiciam a exploração de novas oportunidades de ação por parte do atleta (Araújo, 2009).

6. O jogo como matéria de ensino

Segundo Ricardo (2005), a uma generalizada insatisfação com a abordagem tradicional ao ensino dos Jogos Desportivos Coletivos, há que juntar a manifesta falta de progresso de aprendizagens, ou seja, um ensino das modalidades marcado pela superficialidade, pela brevidade, pela ausência de significado, pela alienação do jogo, pela trivialidade, pela repetição e pelo aborrecimento.

Para o autor supracitado, nestes modelos tradicionais dos Jogos Desportivos é enfatizado a aprendizagem dos elementos técnicos, apresentados e exercitados em situações descontextualizadas, ao mesmo tempo que atribuem pouca ou nenhuma importância aos conteúdos táticos. A estrutura típica das unidades didáticas é constituída por duas partes desarticuladas entre si: a das habilidades técnicas descontextualizadas e a agenda do jogo formal, que requisita as habilidades num contexto incomparavelmente mais complexo e que pouco ou nada aproveita da exercitação das habilidades isoladas. Neste contexto os resultados são pouco animadores, pois os alunos evidenciam pouca evolução na execução das habilidades nas condições mais simples e isso pouco ou nada acrescenta à sua capacidade de perceber e atuar no jogo (Ricardo, 2005).

Também no Futebol, esta valorização exagerada, em alguns casos totalitária, do trabalho das habilidades técnicas descontextualizadas do jogo foi moda durante muitos anos.

Nas escolas de Futebol, verifica-se muito frequentemente, abordagens ao jogo que pouco se coadunam com as necessidades das crianças para aprender a jogar e a perceber esse “jogar”. Para Garganta (2006) é possível constatar alguns dos erros mais frequentes, tais como:

- Recurso a métodos convencionais para ensinar as técnicas do Futebol, em detrimento do ensino do jogo baseado na compreensão;
- Repetição exagerada de exercícios analíticos, tornando a aprendizagem monótona e desmotivante;
- A carência de correções oportunas e pertinentes, durante a execução dos exercícios ministrados;

- A responsabilização excessiva e repressão do erro, desencorajando a tentativa e a descoberta.

Nesta forma de ensino tradicional é privilegiada a dimensão eficiência (formas de realização) da habilidade, independentemente das dimensões eficácia (finalidade) e adaptação (Garganta, 2006a).

A natureza do jogo reclama um contexto variável e imprevisível, no qual a execução das habilidades técnicas depende das configurações particulares de cada momento do jogo, que impõem o tempo e o espaço para a sua aplicação (Garganta et al., 2002).

No ensino das competências para jogar deve-se cultivar nos praticantes uma atitude tática permanente, onde a aprendizagem dos procedimentos técnicos constitui apenas uma parte dos pressupostos necessários para que, em situação de jogo, os praticantes sejam capazes de resolver os problemas que o contexto específico lhes coloca (Garganta et al., 2002).

Desde os primeiros momentos do processo ensino - aprendizagem, importa que os praticantes assimilem um conjunto de princípios que vão do modo como cada um se relaciona com a bola, até à forma de comunicar com os colegas e contra comunicar com os adversários, passando pela noção de ocupação racional do espaço de jogo (Garganta & Pinto, 1995).

Alguns dos principais erros e que com maior frequência se cometem na formação das crianças e jovens praticantes das diversas modalidades coletivas reportam-se ao recurso a métodos convencionais para ensinar as técnicas da modalidade em detrimento do ensino do jogo baseado na compreensão; repetição exagerada de exercícios analíticos, tornando a aprendizagem monótona e desmotivante; carência de correções oportunas e pertinentes durante a execução dos exercícios, débil conhecimento das repercussões adaptativas dos exercícios ministrados; responsabilização excessiva e repressão do erro desencorajando a tentativa e a descoberta (Garganta, 2006b).

6.1. Modelo de Ensino para a Compreensão - TGFU

Bunker e Thorpe (1982), por via das preocupações resultantes da reflexão no domínio dos estilos de ensino vigentes na Educação Física, conceberam a espinha dorsal do Teaching Games for Understanding (TGFU) fundamentada nos problemas decisoriais apresentados na prática do jogo: “o que fazer?” e “quando fazer?” (Ferreira).

Sendo verdade que nos dias de hoje quase todos os treinadores e técnicos desportivos no Futebol reconhecem a importância de ensinar as habilidades táticas secundadas pelas habilidades técnicas nos jogos desportivos, torna-se patente que revelam dificuldades na ligação destas duas componentes do jogo. Em resposta a este dilema, a abordagem pelo TGFU coloca o “porquê” antes do “como” (Ricardo, 2005).

O modelo do TGFU “adere bem a um estilo de ensino de descoberta guiada, em que o praticante é exposto a uma determinada situação e é incitado a procurar soluções, verbalizá-las, discuti-las, explicá-las, ajudado pelas questões estratégicas do professor/treinador” (Graça & Mesquita, 2009).

O envolvimento cognitivo não deve desprezar o principal propósito do modelo, que consiste em “desenvolver a capacidade do jogo e aumentar o gosto e a participação no jogo, o que pode conduzir a um estilo de vida ativo” (Graça & Mesquita, 2009).

O modelo de TGFU considera que uma abordagem que destaque as considerações táticas no jogo promoverá o envolvimento dos jovens enquanto são assistidas e encorajadas a tomar decisões corretas, baseadas na consciência tática desenvolvida (Thorpe, 1982, citado por Ferreira). Deste modo, a aprendizagem e desenvolvimento desta compreensão tática do jogo, permite ao jovem interpretar princípios do jogo fundamentais para tomar decisões adequadas acerca “do que fazer?” e “como o fazer?” durante o jogo de Futebol.

O ensino da técnica surge, deste modo, subordinado à compreensão tática do jogo, procurando garantir que a aprendizagem das habilidades se realize de forma contextualizada (Graça, 2007). Esta tentativa de colocar o jogador perante situações mais ou menos complexas, que “obriguem” o mesmo a procurar as melhores soluções para resolver possíveis problemas que se lhe colocarem, terá de ser concretizada através da escolha de formas de jogo apropriadas ao nível de compreensão do jogo por parte dos jogadores (Graça, 2007).

O Teaching Games for Understanding “é um modelo centrado no jogo e no aluno, por isso mesmo tem como ponto de partida absolutamente fundamental a escolha da forma de jogo (...) cujas dificuldades técnicas inerentes não sejam de todo impeditivas de o aluno encarar a situação de jogo de uma forma inteligente, i.e., seja capaz de agir com intencionalidade, tendo em vista os objetivos do jogo” (Graça, 2007).

Um treinador, através da manipulação das condicionantes estruturais e funcionais do jogo tem como propósito facilitar a ocorrência de êxito, determinando o espaço das contingências do jogo e tem uma intencionalidade didática ao condicionar o espaço de ação, o tempo de atuação e as ações a desenvolver (Mesquita, 2000).

Segundo Griffin e Patton (2005, citados por Graça & Mesquita, 2009), a operacionalização do presente modelo rege-se por quatro princípios pedagógicos fundamentais:

- **Seleção do tipo de jogo** (game sampling);
- A modificação do Jogo por **representação** (formas de jogo reduzidas representativas das formas adultas de jogo);
- A modificação por **exagero** (manipulação das regras de jogo, do espaço e do tempo, de modo a canalizar a atenção dos jogadores para o confronto com determinados problemas táticos);
- O ajustamento da **complexidade tática** (o repertório motor que os alunos já possuem deve permitir-lhes enfrentar os problemas táticos ao nível mais adequado para desafiar a sua capacidade de compreender e atuar no jogo).

O jogo objetivado numa forma modificada é a referência central para o processo de aprendizagem, pois é este que dá coerência a tudo quanto se faz de produtivo no treino (Graça & Mesquita, 2009).

Como vimos anteriormente, nesta abordagem ao ensino dos jogos desportivos, os jovens jogadores são ensinados a entender o jogo através da participação num jogo condicionado, que será apropriado ao seu nível de desenvolvimento nas diferentes áreas – físico, social e intelectual. Esta apreciação fomenta nos jogadores a consciência tática de como jogar um jogo de forma a ganhar vantagem sobre os seus opositores. Com esta tomada de consciência tática, o aluno é capaz de tomar decisões apropriadas acerca do que fazer e como o fazer. Assim, quando os alunos

tomam decisões de executar determinada habilidade técnica, fazem-nos porque estão taticamente conscientes da necessidade dessa habilidade.

O foco didático desta forma adaptada de jogo incide sucessiva e ciclicamente sobre a apreciação dos aspetos constituintes do jogo mas também sobre a tomada de decisão do que fazer e como fazer nas diferentes situações do jogo, sobre a tomada de consciência dos princípios táticos do jogo, sobre a exercitação das habilidades necessárias à melhoria da performance no jogo e, finalmente, sobre a integração dos aspetos técnicos e táticos necessários à melhoria da performance no jogo (Graça & Mesquita, 2009).

Neste modelo, o processo ensino - aprendizagem tem como núcleo do trabalho o jogador e o jogo (contexto), colocando o jogador como elemento central e construtor das suas aprendizagens. Assim sendo, torna-se fundamental que o treinador, na seleção da forma de jogo adaptada, se preocupe em apresentar formas de jogo que tenham em conta as conceções que os jogadores trazem para o contexto de aprendizagem e que possam ser vistas por parte dos jogadores como formas de jogo credíveis e adaptadas à natureza do próprio jogo (Mesquita, 2000).

Segundo Griffin, Mitchell e Oslin (1997, citados por Ricardo, 2005), existem três argumentos de peso que justificam o emprego deste modelo de ensino. O primeiro é relativo ao interesse e entusiasmo dos alunos no jogo e nas formas jogadas, utilizando-os como um fator positivo de motivação e como tarefas predominantes na estrutura do modelo, de modo a manter os jovens atletas com elevados níveis de interesse e entusiasmo. Por outro lado, o conhecimento é capacitante, permitindo aos atletas serem melhores jogadores a partir da melhoria da sua compreensão do jogo, e, simultaneamente, menos dependentes do treinador nas tomadas de decisão e na sua participação no jogo. Por último, podem transferir a sua compreensão e execução entre os vários jogos desportivos com as mesmas características.

O modelo TGFU não é um modelo que tenha atingido a perfeição ou que tenha fechado as suas possibilidades de ação. De facto, este é um modelo aberto ao diálogo com diferentes perspetivas teóricas sobre o currículo, a relação pedagógica e a aprendizagem, com preponderância para as diversas perspetivas cognitivistas e construtivistas mais ligadas às teorias do processamento da informação (Graça & Mesquita, 2009).

Do crescente estudo e investigação em torno do TGFU surgiu uma proposta de revisão do modelo original. Graça e Mesquita (2009) propõem a alteração da

designação de alguns elementos do modelo TGFU inicial e acrescentam novas dinâmicas de relações entre os elementos do modelo numa perspetiva situada:

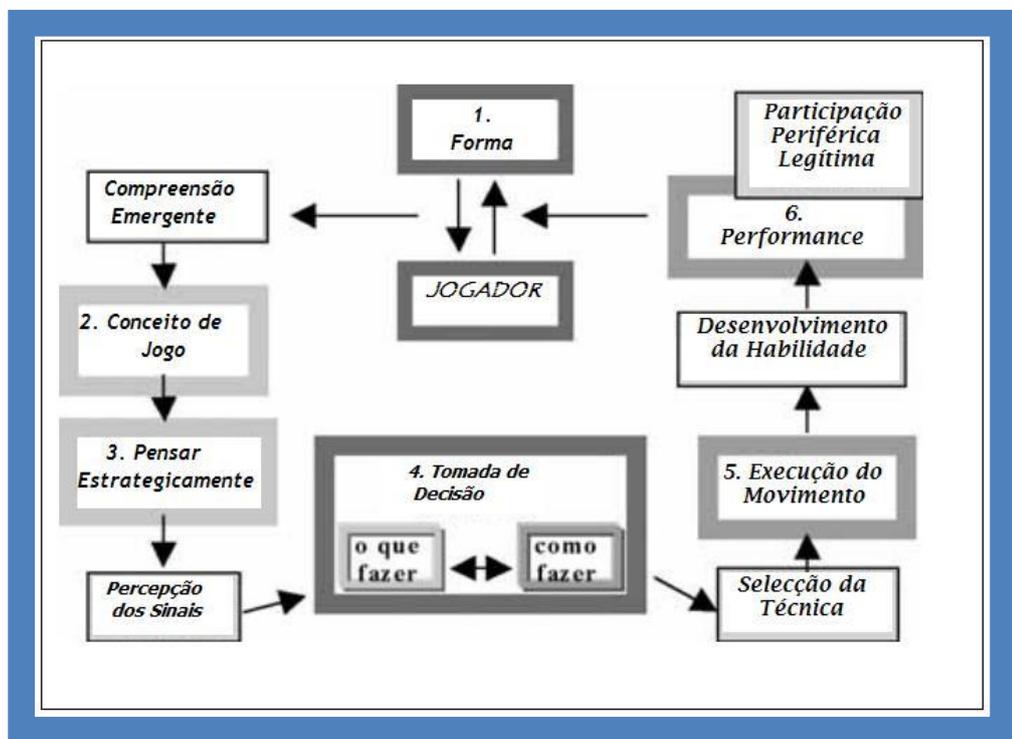


Figura 7 Revisão do modelo TGFU

Fonte: Graça & Mesquita (2009)

Kirk e Mcphail (2002, citados por Graça & Mesquita, 2009) introduzem a interface “compreensão emergente” entre as formas de jogo adotada e o conceito de jogo, cuja função é focar a atenção do treinador sobre como ajudar os jogadores a estabelecer a ligação entre propósitos do jogo e a forma modificada de jogo proposta.

Para Graça e Mesquita (2009), os elementos “conceito de jogo” e “pensar estrategicamente” substituem os antecessores *apreciação do jogo* e *consciência tática* para vincarem melhor uma ligação entre o conhecimento declarativo e processual, indo além da mera transmissão - aquisição de conhecimento das regras e outros aspetos do jogo, para visar o conhecimento situado e o uso dos conceitos no jogo. A interface “percepção de sinais” pretende sublinhar a necessidade de fornecer apoio aos jogadores com o objetivo de desenvolver a capacidade de identificar e diferenciar os sinais relevantes emanados pelo contexto do momento.

Uma boa tomada de decisão, depende de uma boa leitura da situação e esta, por sua vez, depende das competências de procura, de antecipação, de saber o que procurar e onde procurar (Graça & Mesquita, 2009). A interface “seleção da técnica” insere-se como o mediador entre o elemento “tomada de decisão”, no sentido de como agir e o processo mais específico de “execução do movimento”. As interfaces “seleção da técnica” e desenvolvimento da habilidade” pretendem reforçar a interligação entre a técnica e a tática, reconhecendo o carácter situado das habilidades e do seu uso. Finalmente a “performance situada” e a interface “participação periférica legítima” chamam a atenção para a autenticidade e significado das experiências de aprendizagem dos jogadores, tendo por referência as práticas dos jogos enquanto realidades sociais, culturais e institucionais complexas, multifacetadas e heterogéneas (Graça & Mesquita, 2009).

Em síntese, o TGFU é um modelo “aberto ao diálogo” em constante evolução, que abrange todas as estratégias de ensino - aprendizagem que se vinculem ao objetivo de motivar os jogadores para a compreensão do jogo e o desenvolvimento das suas habilidades de jogar. Este modelo de ensino dos jogos para a compreensão adere a um estilo de ensino de descoberta guiada, em que o jogador é exposto a uma situação - problema e é incitado a procurar soluções, com o objetivo de trazer a equação do problema e respetivas soluções para um nível de compreensão consciente e de ação deliberadamente tática do jogo (Graça, 2007).

Segundo o autor supracitado este modelo pretende que as situações de jogo sejam introduzidas primeiro e a partir daí se possa assegurar que as habilidades sejam ensinadas de forma contextualizada, devendo o treinador fomentar a autonomia e responsabilidade pessoal dos jogadores na procura de desenvolver as capacidades de jogo e concomitantemente aumentar o prazer e a participação no jogo.

7. Época Desportiva 2011/12 – Iniciados A da “O CRASTO”

7.1. Planeamento da Época Desportiva

Planeamento é um processo que analisa, define e sistematiza as diferentes operações inerentes ao desenvolvimento dos praticantes ou das equipas (Castelo, Barreto, Alves, Santos, Carvalho & Vieira, 1998).

Planear pressupõe a elaboração de um documento escrito onde se estabelecem as operações de análise, intervenção e avaliação no processo de desenvolvimento dos alunos, praticantes ou competidores (Figueiredo, 2009).

Do ponto de vista da metodologia do treino, parece ser fundamental planear e organizar racionalmente o processo de preparação desportiva para um atleta/equipa alcançar resultados de elevado nível. Parece-nos importante assumir que o papel do treinador desportivo vai muito para além de orientar os atletas durante os treinos e as competições. Existem muitas outras decisões prévias fundamentais pelas quais o treinador é responsável e sem as mesmas o processo de treino não permite alcançar os resultados desportivos esperados.

O processo de planeamento do treinador, pressupõe dois tipos de decisões: pré-iterativas e pós-iterativas. As decisões pré-iterativas, abrangem uma série de decisões que o treinador poderá e deverá ter em conta antes do treino ou da competição (Sequeira, 2009). Para que o processo de treino e a competição (jogos) sejam positivos e revelem um efeito duradouro, não podem estar sujeitas à inspiração momentânea do treinador, devem antes ser preparadas e estruturadas previamente (Lima, 2000).

As decisões tomadas após reflexões efetuadas na sequência de treinos e competições, assim como as decisões de planeamento que definem as ligações entre treinos e entres treinos e competições, representam aquilo que se denomina de decisões pós-iterativas (Sequeira, 2009).

No processo de planeamento é indispensável, a relação dia a dia do treino com a competição e vice versa, numa perspectiva de relação interativa (Lima, 2000).

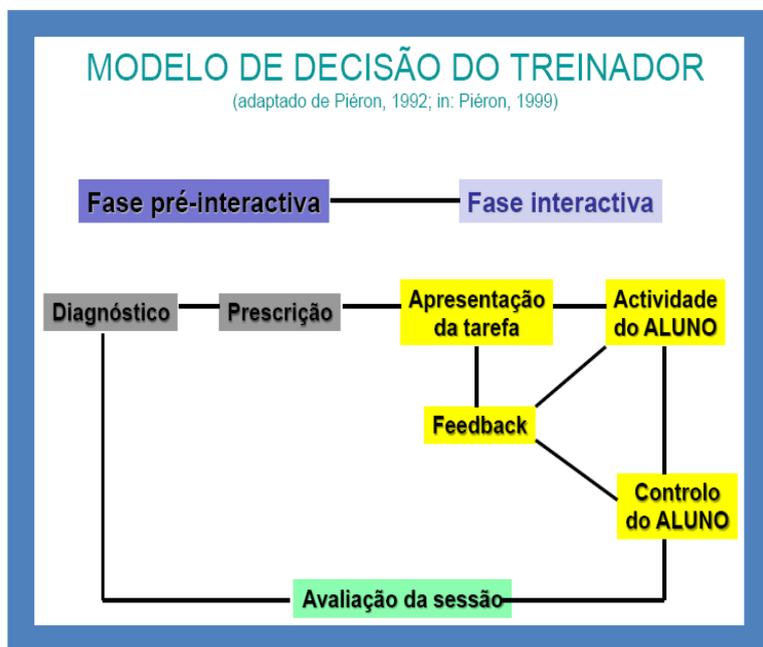


Figura 8 Modelo de decisão do treinador

Fonte: Sequeira (2009)

O planeamento do treino enquadra-se claramente nesta fase pré-interativa, momento no qual o treinador tem de tomar decisões fundamentais tendo em conta o trabalho ao longo da época e a organização de todo o processo de treino. No fundo, é precisamente nesta fase que o treinador deve perceber o contexto onde está inserido, perceber as características desse mesmo contexto que possam influenciar positiva e/ou negativamente o processo, analisar os diferentes recursos à disposição e a partir daí, para além da definição dos objetivos a atingir, delinear as estratégias para atingir esses mesmos objetivos e de que forma vai analisar e avaliar os resultados dessas mesmas estratégias no plano operacional.

Este planeamento funcionará assim como uma base teórica de orientação do processo de treino e a partir do qual se fará a operacionalização e gestão do mesmo, tendo este um papel nuclear para o treinador na medida em que contribui para um maior controlo do processo e para a rentabilização dos recursos ao seu dispor.

7.1.1.História da Instituição

No início dos anos oitenta, o futebol de formação ressurgiu em Castro Daire, após um interregno de cerca de 10 anos. E esse reaparecimento deu-se através do Grupo Desportivo Castrense (GDC), uma associação inativa desde os anos setenta. Nos anos seguintes, o GDC compete nos campeonatos distritais de juniores, juvenis e iniciados da Associação Futebol de Viseu. No entanto, devido a problemas com a justiça federativa, o clube volta a suspender a atividade. Nessa altura aparece a Associação Desportiva de Castro Daire, que até aí só disputava os campeonatos distritais da Associação Futebol de Viseu na categoria seniores, e recruta alguns jovens residentes na vila e nas localidades mais próximas para participar nos campeonatos distritais do futebol formação. Contudo, ao longo dos anos este clube foi perdendo recursos, e na época 1994/1995 já só disputa o campeonato distrital de iniciados. De facto, a escassez de meios à disposição e a pouca motivação dos dirigentes para a formação conduziram à extinção do futebol jovem em Castro Daire.

Assim, foi no sentido de responder a uma necessidade desportiva dos jovens da vila que, no verão de 1995, apareceu a Academia Cultural e Recreativa do Concelho de Castro Daire - O CRASTO. Foi celebrada a escritura pública de constituição desta coletividade em 5 de junho de 1995 e surge com um objetivo bem definido: promover o lazer, a cultura e o desporto no concelho.

Nos seus primórdios a “O Crasto” abrangia diferentes modalidades como o futebol, o andebol, a canoagem, o tiro com arco, o ténis de mesa ou a pesca desportiva e foi precisamente esta faceta mais eclética que cativou de imediato a população juvenil de Castro Daire. Mais tarde, surgiram também o futsal feminino e a natação.

O arranque desta coletividade resultou numa enorme adesão às modalidades novas na terra, o tiro com arco e a canoagem. Os bons resultados apareceram rapidamente e com eles os títulos. Os atletas da canoagem conquistaram uma taça de Portugal e no tiro com arco foi conseguido um título de campeão europeu da modalidade.

No entanto, apesar dos bons resultados atingidos noutras modalidades, foi sempre o futebol a modalidade que mais motivou os jovens e os colaboradores do clube. A direção da “O CRASTO” teve, desde cedo, enorme dificuldade em captar para o quadro de dirigentes, pessoas com sensibilidade e tempo para acompanhar estes

jovens. E foi, em parte, devido a essas dificuldades ao nível dos recursos humanos que a maioria das modalidades acabou por cessar a atividade.

Atualmente a “O CRASTO” tem ativas as modalidades do futebol, do futsal feminino e da natação. No universo de jovens que nos últimos anos passaram pelas camadas jovens do futebol do clube, existe um elevado número, que pela sua qualidade e capacidade, se projetou em clube de dimensão nacional. Entre outros, os maiores destaques e as grandes referências do futebol formação do clube foram o Pedro Pontes e o Licá. Pedro Pontes foi o primeiro jogador da “O CRASTO” a dar o salto para clubes de referência nacional. Foi para o Boavista (grande referência na época), onde se sagrou campeão nacional no escalão juniores. Depois de fazer carreira profissional no futebol português e no estrangeiro, voltou ao nosso País e é, nos dias de hoje, o presidente da “O CRASTO”. Também Licá, acabou por sair do clube no segundo ano de júnior e fez o seu percurso até ao futebol profissional e a 1ª Liga Portuguesa, onde representa atualmente o Estoril Praia. Muitos outros jogadores saíram nos últimos anos para clubes de referência nacional como Belenenses, Boavista, Marítimo, S.C. Braga, Leixões ou Rio Ave, sinónimo do bom trabalho desenvolvido pelo clube com os seus jovens atletas.

No contexto atual, a “O CRASTO” é constituída por oito escalões de formação/competição e 4 turmas de formação/não competição. No departamento de formação existem: uma equipa de sub10, uma equipa de sub11, uma equipa de sub12, uma equipa de sub13, duas equipas de iniciados, uma equipa de juvenis e uma equipa de juniores. De salientar que nos últimos anos as equipas de formação que participam nos diversos campeonatos distritais têm entrado na disputa dos lugares cimeiros da classificação. No entanto, a palavra de ordem dentro do clube e o seu principal objetivo, assumido perante toda a comunidade, tem a ver com o carácter formativo que o clube assume e no objetivo de conseguir formar bons jogadores mas principalmente bons Homens, capazes de alcançar sucesso ao nível desportivo e social.

7.1.2. Condições logísticas

Desde os últimos anos que tem havido um esforço da direção do clube para dotar o mesmo de melhores condições de trabalho. Atualmente o clube, para todas as equipas da formação (pré-formação e formação competitiva), apenas conta com um relvado sintético de futebol 11. Assim, e porque a formação apenas tem direito ao campo desde o período final das aulas (+- 18h) até às 20h, todas as equipas têm de dividir o campo com uma ou mais equipas, em alguns casos. É expectável que na próxima época competitiva, o clube já tenha disponível também alguns horários no Campo Pelado de Lamelas para a formação.

Em virtude desta limitação em termos de utilização do campo, e na divisão do mesmo por várias equipas, também o material acaba por ser escasso face à utilização simultânea a que é sujeito, principalmente as bolas, balizas pequenas e os coletes disponíveis. O resto do material (varas, cones, mecos e diverso material de coordenação) é suficiente, havendo organização por parte dos treinadores para não o utilizarmos nos mesmos dias.

No estádio onde treinamos temos ainda disponível uma sala de reuniões, onde podemos reunir com os jogadores ou fazer apresentações diversas, tendo disponíveis para esse efeito um projetor e uma televisão.

Uma novidade em relação aos últimos anos foi a criação no presente ano de uma sala de reabilitação. Para isso o clube assegurou um fisioterapeuta que está presente nas horas dos treinos, permitindo assim que os atletas lesionados possam seguir o seu processo de reabilitação devidamente acompanhados e às horas dos treinos.

7.1.3. Objetivos do Processo de Treino – Época 2011/12

O sucesso do planeamento desportivo e do processo de treino do treinador pressupõe, na nossa opinião, uma definição de diferentes categorias de objetivos a atingir durante a época desportiva, consoante os fatores do treino a desenvolver: Formativos/Teóricos, Tático-Técnicos, Competitivos, Psicológicos e Físicos. A

definição destes objetivos deverá ser o mais ajustada e adequada ao conjunto de jogadores que formam o grupo de trabalho.

7.1.3.1. Objetivos Formativos/Teóricos

Tendo em conta o conhecimento do grupo de jogadores à disposição, a experiência adquirida no ano transato no campeonato nacional e as condições de trabalho ao dispor do escalão, definimos os seguintes objetivos para a época:

- Os objetivos formativos projetam-se no treino sob o ponto de vista da formação do jovem como membro de uma “família” e da formação do mesmo como membro de uma sociedade regida por normas de respeito e responsabilidade, valores e símbolos.
- A formação e a integração dos jovens baseada em princípios como:
 - Respeito pelas normas, valores e símbolos da sociedade;
 - Amizade e solidariedade;
 - Fair-Play, Ética e Respeito;
 - Reconhecimento dos valores sociais e regras de bom comportamento;
 - Cooperação e Responsabilidade Coletiva;
 - Espírito de companheirismo, disciplina e união de grupo.
- Fomentar no jovem a responsabilização individual e a importância do investimento e sucesso escolar no seu futuro enquanto atletas e futuros homens da sociedade.

7.1.3.2. Objetivos Tático-Técnicos

- Aprendizagem e desenvolvimento dos princípios fundamentais. Os atletas devem perceber a importância de conseguir ter vantagem numérica em qualquer das fases do jogo e deverão:
 - Recusar inferioridade numérica;

- Evitar igualdade numérica;
 - Garantir superioridade numérica.

- Conhecimento dos processos de jogo ofensivo e defensivo. Devem os atletas perceber a importância de adotar diferentes comportamentos consoante se tenha ou não a posse da bola, nomeadamente a mudança para comportamentos defensivos aquando da perda de bola e da mudança para atitudes ofensivas no momento em que a equipa a recupera e entra em posse de bola.

- Aprendizagem e desenvolvimento dos princípios específicos de jogo. Os atletas deverão perceber a importância de cumprirem e executarem corretamente os princípios específicos de jogo:
 - Princípios Específicos de Ataque: progressão, cobertura ofensiva, mobilidade e espaço;
 - Princípios Específicos de Defesa: contenção, cobertura defensiva, equilíbrio e concentração.

Até ao final da época os objetivos passam por os atletas finalizarem a aprendizagem, desenvolvimento e aperfeiçoamento dos 3 primeiros princípios do ataque e da defesa (já abordados em anos anteriores). Em relação aos restantes, pretende-se que os atletas tenham uma primeira noção sobre os mesmos e os consigam cumprir e executar ainda que de forma pouco complexa.

- Racionalização do Espaço de Jogo. Os atletas deverão perceber a importância de uma ocupação racional e equilibrada do terreno de jogo, tendo em conta a divisão do espaço de jogo em corredores, sectores e o processo de jogo em que se encontram (ofensivo e defensivo), percebendo que cada um desses espaços apresenta uma determinada dinâmica.

- Desenvolvimento e Aperfeiçoamento das Ações Tático-Técnicas Individuais. Desenvolvimento qualitativo das ações técnicas individuais de modo a

promover um desenvolvimento e uma melhoria da qualidade de jogo do atleta e consequentemente da equipa:

- De Ataque: passe, receção de bola, condução de bola, remate, cabeceamento, drible, finta/simulação e técnica de guarda-redes;
 - De Defesa: desarme, interceção, carga e técnica de guarda-redes.
- Aprendizagem, Desenvolvimento e Aperfeiçoamento das Ações Tático-Técnicas Coletivas. Desenvolvimento qualitativo das ações coletivas de modo a promover um desenvolvimento e melhoria de jogo da equipa:
 - Do Ataque: desmarcações, combinações táticas, circulações táticas simples (solicitar processo decisional do próprio atleta, não mecanizando a ação), temporização, tarefas e funções;
 - De Defesa: marcação, dobras, compensações, desdobramentos, temporização, tarefas e funções.

7.1.3.3. Objetivos Competitivos

Tendo em conta o historial recente da equipa neste escalão (campeão distrital em 2009/10 e participação no campeonato nacional da categoria 2010/11) mas também a qualidade dos jogadores que fazem parte do grupo de trabalho, temos “obrigação” de definir objetivos ambiciosos e ao mesmo tempo realistas. Assim, os objetivos para esta época desportiva são os seguintes:

- Entrar em qualquer campo para disputar e tentar ganhar os três pontos (mentalidade competitiva!);
- Procurar terminar a 1ª fase nos dois primeiros lugares de forma a podermos disputar a fase final do escalão e, consequentemente, a subida à categoria nacional;
- Proporcionar oportunidade e tempo de competição a todos os elementos do plantel, desde que trabalhem para o merecer.

7.1.3.4. Objetivos Psicológicos

Os objetivos psicológicos a desenvolver nos atletas são:

- Motivação pessoal e grupal;
- Garra, empenho e espírito de sacrifício;
- Dedicção, assiduidade e pontualidade;
- Respeito por todos os intervenientes do fenómeno desportivo (do clube, adversários, árbitros);
- Saber aceitar a derrota com humildade e saber ganhar respeitando ao máximo o adversário vencido;
- Equilíbrio emocional e força psicológica;
- Prazer na realização das tarefas;
- Fortalecimento do carácter e da personalidade através do desporto.

7.1.3.5. Objetivos Físicos

De acordo com a periodização definida – Periodização Tática, a adaptação física e fisiológica dos atletas vai ser comandada pela dimensão tática do nosso jogar. Sendo assim, os objetivos físicos são requisitados pelo nosso modelo de jogo. Esses objetivos são:

- Trabalho da flexibilidade nos atletas, com o objetivo de produzir um maior relaxamento dos músculos, uma melhor recuperação dos esforços e dar maior estabilidade e flexibilidade aos músculos e articulações, contribuindo assim para a prevenção de lesões;
- Desenvolvimento da força média e da força superior – compensar o desequilíbrio no trabalho de campo do trem superior em relação ao trem inferior;
- Desenvolvimento de diferentes tipos de velocidade: velocidade de reação, de deslocamento e de execução;
- Desenvolvimento da agilidade e coordenação motora;
- Desenvolvimento da força e resistência específica.

7.1.3.6. Objetivos do Treino de Guarda-Redes

Cada vez mais no Futebol, pelas suas características e evolução constante, surge a necessidade de trabalhar em especificidade no exercício de treino, direcionada para as diferentes funções táticas e orientada pelos princípios que dão corpo ao modelo de jogo adotado. Neste contexto, o guarda-redes assume um papel fundamental. É uma função tática com exigências específicas e concretas, necessitando, deste modo, de ser trabalhada de forma específica e direcionada para as exigências que lhe são solicitadas pelo jogo e pela forma do “nosso” jogar.

Os fundamentos técnicos que pretendemos trabalhar são: posição básica defensiva, manutenção da posição básica, deslocamentos laterais, diferentes tipos de receção, saídas da baliza, colocação e orientação, defesa e reposição de bola em jogo com pé e com a mão.

Os fundamentos psicológicos que pretendemos trabalhar são: coragem, calma, determinação, agressividade, capacidade de concentração e tomada de decisão, antecipação e leitura de jogo e capacidade de comunicação com os colegas da defesa.

Os fundamentos físicos que pretendemos trabalhar para este posto específico são: velocidade de reação, agilidade, coordenação, força explosiva, equilíbrio e flexibilidade.

Os fundamentos táticos que pretendemos trabalhar são: organização e coordenação da defesa, transições para contra-ataque, situações defensivas 1x1, gestão de ritmos do jogo e esquemas táticos defensivos.

7.1.4.A Equipa de Iniciados A

A equipa de Iniciados A é constituída em termos organizativos por um *Team Manager*, responsável pela logística e pela função de diretor de escalão, um treinador principal e um treinador adjunto, responsáveis pelo planeamento, gestão e operacionalização de todo o processo de treino e gestão do grupo de trabalho e jogadores. Esta é a

constituição do grupo mais restrito dos Iniciados A, no entanto existem outras funções no clube fundamentais para assegurar todas as condições para o grupo de trabalho. São elas o coordenador técnico, um treinador de guarda-redes que trabalha com os guarda-redes de todos os escalões, diretores e outros funcionários.

A equipa disputa este ano o Campeonato Distrital de Iniciados – Zona Norte da Associação de Futebol de Viseu. Convém referir que o ano passado este escalão se encontrava a disputar o campeonato nacional da categoria, tendo descido este ano novamente ao campeonato distrital. O campeonato irá desenrolar-se em duas fases, sendo a primeira disputada em duas séries – norte e sul - de treze equipas. Nas duas séries apuram-se os dois primeiros classificados para uma fase final do escalão, decorrendo um campeonato a quatro equipas para apurar o campeão distrital, sendo precisamente esta equipa que obterá a conseqüente subida de divisão e disputará o campeonato nacional da categoria na época 2012/13.

Este ano, tendo em conta o elevado número de jogadores no escalão, o clube optou pela inscrição de duas equipas. A equipa A, constituída na sua maioria por jogadores de 2º ano e três atletas de 1º ano, e a equipa B, constituída por atletas de 1º ano cujo objetivo visa uma melhor adaptação ao Futebol 11 por parte dos atletas vindo do escalão de Infantis – Futebol de 7.

Assim, tínhamos como objetivos primordiais na equipa A, para além de incutir nos mesmos valores éticos e sociais, desenvolver e potenciar as competências individuais dos jogadores, procurando relacionar essas individualidades dentro de uma ideia de jogo coletiva que nos conduzam à realização de uma boa época desportiva.

A equipa é constituída pelos seguintes jogadores:

	Nome do atleta	Posição	Idade	Clube Anterior
1	Vítor Lourenço	GR	Sub 15	O CRASTO
2	Fábio Giroto	GR	Sub 14	O CRASTO
3	José Eduardo	DD (Defesa Direito)	Sub 15	O CRASTO
4	André Filipe	DD	Sub 15	O CRASTO
5	João Pedro	DC (Defesa Central)	Sub 15	O CRASTO
6	Pedro Pinto	DC	Sub 15	O CRASTO
7	Ivan Figueiredo	DC	Sub 15	-
8	David Lucena	DE (Defesa Esquerdo)	Sub 15	O CRASTO

9	Carlos Condeço	MC (Médio Centro)	Sub 15	O CRASTO
10	José Diogo	MID (Médio Interior Direito)	Sub 15	O CRASTO
11	João Matos	MIE (Médio Interior Esquerdo)	Sub 15	O CRASTO
12	Rui Silva	MIE	Sub 15	ACADÉMICO VISEU
13	David Ramos	MID	Sub 15	O CRASTO
14	José Francisco	EE (Extremo Esquerdo)	Sub 14	O CRASTO
15	Jorge Aarão	ED (Extremo Direito)	Sub 14	O CRASTO
16	Edgar Trinta	ED	Sub 15	PAIVENSE
17	Bruno Teixeira	EE	Sub 15	-
18	Simão Nunes	AV (Avançado)	Sub 14	O CRASTO
19	Fábio Dória	AV	Sub 15	O CRASTO

Tabela 1 Plantel Iniciados A

Fonte: Elaboração própria

7.1.5. Periodização da Época Desportiva

A periodização do processo de treino consiste, antes de tudo, em criar um sistema de planos para distintos períodos que perseguem um conjunto de objetivos mutuamente vinculados (Gomes, 2004).

“A periodização é um aspeto particular do Planeamento, e que está relacionado com o permanente desenvolvimento das capacidades tático – técnicas individuais e coletivas, com a lógica evolutiva da dinâmica das cargas (treino e jogo) e das subsequentes adaptações do organismo do jogador e da equipa a nível tático, técnico, físico, cognitivo e psicológico. Também significa dividir em períodos mais ou menos alargados, definidos cronológica e estrategicamente, (...) com objetivos específicos para facilitar a construção de todo o processo evolutivo de elaboração do treino (...).” (Documento de apoio curso de I nível AFV)

Como o próprio nome indica (periodização), esta aborda fundamentalmente a divisão da época desportiva em períodos, com objetivos e conteúdos próprios.

Tendo em conta estas definições entendemos que estruturar a época em períodos, determinando objetivos e conteúdos próprios, torna-se fundamental para atingirmos um planeamento coerente e eficaz.

No anexo 1 apresentamos a Periodização Anual que definimos, a qual tem como objetivo único servir de ponto de referência dos conteúdos e objetivos que pretendemos que o grupo assimile durante a época desportiva. Evidenciamos que esta periodização anual serve apenas de ponto de referência, não sendo imutável, estando sujeita a alterações e/ou adaptações tendo em conta a eficácia desse plano no desenvolvimento das competências dos atletas e o nível de assimilação dos princípios e subprincípios do nosso Modelo por parte dos mesmos atletas.

De resto, e como é apanágio da Periodização Tática, incidiremos o nosso processo de treino numa dinâmica de planificação tática semanal, onde teremos em conta:

- O modelo de jogo construído, à dinâmica das cargas / esforço e recuperação. A lógica da carga fisiológica / biológica, se possível deve ser mantida sem grandes oscilações;
- Lógica evolutiva do Modelo de Jogo construído;
- Periodização Anual previamente realizada;
- Jogo anterior realizado: aspetos positivos e aspetos negativos observados;
- Alguma característica importante do próximo adversário;

Na nossa opinião, a importância dos tópicos apresentados que estabelecem a dinâmica do planeamento tático semanal, varia consoante o escalão e a realidade que nos envolve. O treino de jovens do escalão de iniciados, e por conseguinte de jovens ainda em período de aprendizagem/formação deve basear-se fundamentalmente no ensino de conteúdos tático - técnicos fundamentais para o seu desenvolvimento e evolução. Deste modo, o trabalho semanal nestas idades baseia-se fundamentalmente nos fundamentos do Modelo de Jogo construído, nos objetivos definidos e no desempenho apresentado pelos jogadores e pela equipa. Assim, torna-se importante referir que nestas idades o estudo da equipa adversária não é tão relevante como em

escalões etários mais velhos onde a competição aumenta e os atletas já se encontram em fase final do seu processo de formação.

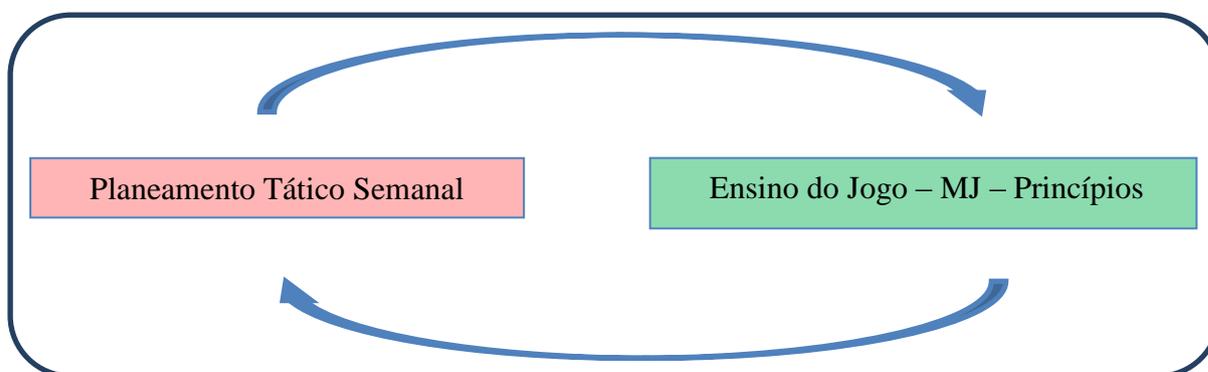


Figura 9 Lógica intrínseca ao planeamento semanal

Fonte: elaboração própria

Outro ponto fundamental desta etapa do planeamento, posterior à definição dos objetivos para a época e da construção do Modelo de Jogo, tem a ver com a elaboração dos planos de treino englobados no período de estágio nesta época desportiva. Os planos de treino assumem particular importância no processo de treino, em virtude de representarem a transformação das ideias teóricas do treinador e a tentativa de tornarem operacionais essas mesmas ideias. Representa assim, de forma sumária, o processo de decisões pré-interativas do treinador, contendo os objetivos e os exercícios de treino através dos quais o treinador procura que o grupo de trabalho atinja os objetivos pretendidos. Este plano visa estabelecer e orientar o caminho para o sucesso (assimilação dos princípios de jogo por parte dos atletas), tendo em conta todas variáveis do treino e considerando cenários diferentes, de forma a servir de auxílio à condução do treino por parte do treinador.

No anexo 2 apresentaremos os planos dos microciclos e as fichas de jogo correspondentes a esses microciclos. De referir que as fichas de jogo, para além da informação estatística subjacente ao jogo, integra as decisões pré-jogo relativamente aos tópicos de instrução a abordar na preleção com os jogadores e análise refletiva ao que se passou no jogo, tendo como referência os quatro momentos considerados (organização ofensiva e defensiva e transição ataque-defesa e defesa-ataque). Esta

reflexão tornou-se fundamental no processo, porque foi tido como referência no planeamento semanal do microciclo seguinte, nomeadamente, com a definição de objetivos e exercícios de treino que visavam a melhoria dos aspetos menos positivos dos jogos anteriores, a lógica evolutiva do processo ensino-aprendizagem e algumas características do próximo adversário. No anexo 3 apresentamos os planos de treino que abrangeram o período de estágio, nomeadamente o período definido entre 20/02/2012 a 16/06/2012, planificações essas que tiveram em conta a periodização anual, procurando abranger os conteúdos/princípios definidos, a evolução e desenvolvimento do grupo de trabalho e as necessidades de adaptação do planeamento da época a esse mesmo desenvolvimento.

Para avaliar esse desenvolvimento, seguimos um processo dinâmico de observação e reflexão do desempenho dos atletas nos treinos e nos jogos, cujos relatórios se encontram no mesmo anexo. Estas reflexões foram importantes, pois permitiram-nos preparar de forma mais coerente e eficaz o processo de ensino/aprendizagem de alguns atletas que não demonstraram o nível de desenvolvimento evidenciado pela maioria do grupo (decisões pós interativas do treinador).

7.1.6. Metodologia de Treino – Periodização Tática e sua operacionalização

Em termos de Metodologia de Treino aquela que foi definida para ser utilizada em termos operacionais no estágio no clube é a **Periodização Tática**.

Mas afinal o que significa operacionalizar uma metodologia de treino, e no caso, a Periodização Tática?

Para Rui Faria, “operacionalizar uma filosofia é dar corpo à inteligência, à imaginação e à criatividade. É a responsabilidade de uma ligação umbilical entre o exercício, a referência ideológica e o seu inventor” (em entrevista por Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006).

Parece-nos clara a ideia transmitida pelo autor, pois para a operacionalização de determinada metodologia ter sucesso é necessário que haja uma ligação forte entre os exercícios de treino, as estratégias de intervenção e as ideias de jogo do treinador.

Anteriormente vimos que o Futebol é um jogo, essencialmente, de natureza tática. É esta componente tática do jogo, que torna fundamental trabalhar em consonância com um modelo de jogo e com uma ideia de jogo coletiva.

Para Rui Faria (em entrevista por Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006), são objetivos da Periodização Tática:

- ✚ Tornar cerebral a dinâmica comportamental que é a organização, que é a filosofia, que é emoção;
- ✚ Criar intenções e hábitos;
- ✚ Tornar consciente e depois subconsciente um conjunto de princípios de forma a potenciar naturalmente uma determinada forma de jogar.

A Periodização Tática é uma metodologia com identidade própria e com condicionantes muito específicas, e por isso, de difícil compreensão. O surgimento da PT é reflexo da importância atribuída ao treino, enquanto processo que contribui para atingir determinada forma de “jogar” e conseqüentemente a obtenção de resultados desportivos almejados.

Esta metodologia rompe com as metodologias mais tradicionais por, ao invés destas, enfatizar o “jogar” e o desenvolvimento dos princípios desse “jogar” (Modelo de Jogo

da Equipa). Esta visão veio, de certa forma, confrontar a ênfase dada pelas metodologias convencionais à dimensão física e à maximização das capacidades condicionais (Faria, 1999).

Consideramos o Modelo de Jogo como algo “construído” pelo treinador devido à natureza individual do mesmo. De facto, o Modelo de Jogo é construído pelo treinador porque nasce das convicções e ideias de jogo do mesmo e depende do contexto em que se enquadra. Para além disso, revela-se um processo dinâmico e em constante reconstrução por parte do treinador.

O Modelo de Jogo representa o conjunto de referências comportamentais (individuais e coletivas) que visam que os jogadores joguem em equipa. De facto, estabelece princípios de jogo definidos pelo treinador e que fazem aparecer com regularidade a coordenação coletiva (Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006). São estes que dão organização à equipa.

Em termos operacionais pretendo aplicar a Periodização Tática, tendo em conta as seguintes estratégias:

- **Construção de um Modelo de Jogo** coerente e estruturado tendo em conta a ideia de jogo, as características dos jogadores e as características do contexto;
- Perceber que a estabilização da forma desportiva consegue-se com base na **estruturação de um microciclo-tipo** de treino, onde o grau de desgaste semanal seja similar de semana para semana;
- Entender o Modelo de Jogo Construído (**dimensão tática**) como orientador de todo o processo de Treino;
- Quando falamos em forma desportiva referimo-nos a uma **forma desportiva coletiva**. Esta está ligada ao jogar (bem) de acordo com o Modelo de Jogo Construído (pelo treinador), pois a referência que serve como indicador é "jogar melhor";
- Distribuir no tempo a **aquisição de comportamentos táticos** (princípios e subprincípios) **inerentes a uma forma de jogar concreta** (específica), com o subjacente arrastamento das restantes dimensões;

- A metodologia da Periodização Tática deverá sempre cumprir 4 princípios fundamentais: **Especificidade, Alternância Horizontal, Progressão Complexa e Propensões;**
- A **recuperação aparece, contextualizada no processo de treino**, ou seja, na sua operacionalização;
- Todos os exercícios do treino são trabalhados em **Intensidade Máxima (Relativa)**.

7.1.6.1. “Construção” de um Modelo de Jogo para a equipa

O primeiro passo para a operacionalização da metodologia em questão foi a “construção” de um Modelo de Jogo, com base nas nossas ideias de jogo, nas características do contexto e nas características dos jogadores. Este Modelo de Jogo (apresentado no anexo 4), é composto pelos seguintes pontos:

- ◇ Definição de princípios e subprincípios que pretendemos para o “jogar” da equipa em função dos quatro momentos de Jogo – Organização defensiva e ofensiva e Transições defesa-ataque e ataque-defesa;
- ◇ Definição de uma filosofia de treino adaptada à metodologia de treino;

7.1.6.2. Estruturação de um Microciclo-Tipo de Treino

Como vimos anteriormente nesta metodologia trabalha-se em função de um microciclo-padrão, sempre com o objetivo de facilitar a aquisição dos comportamentos inerentes a uma determinada forma de jogar.

Para operacionalizar esta metodologia em função do número de vezes que vamos treinar (3 treinos semanais – terça-feira, quarta-feira e sexta-feira) e o espaço disponível (terça-feira – campo inteiro ou ½ campo de futebol de 11, e restantes dias – ½ campo de futebol de 11) definimos o seguinte Microciclo-Tipo:

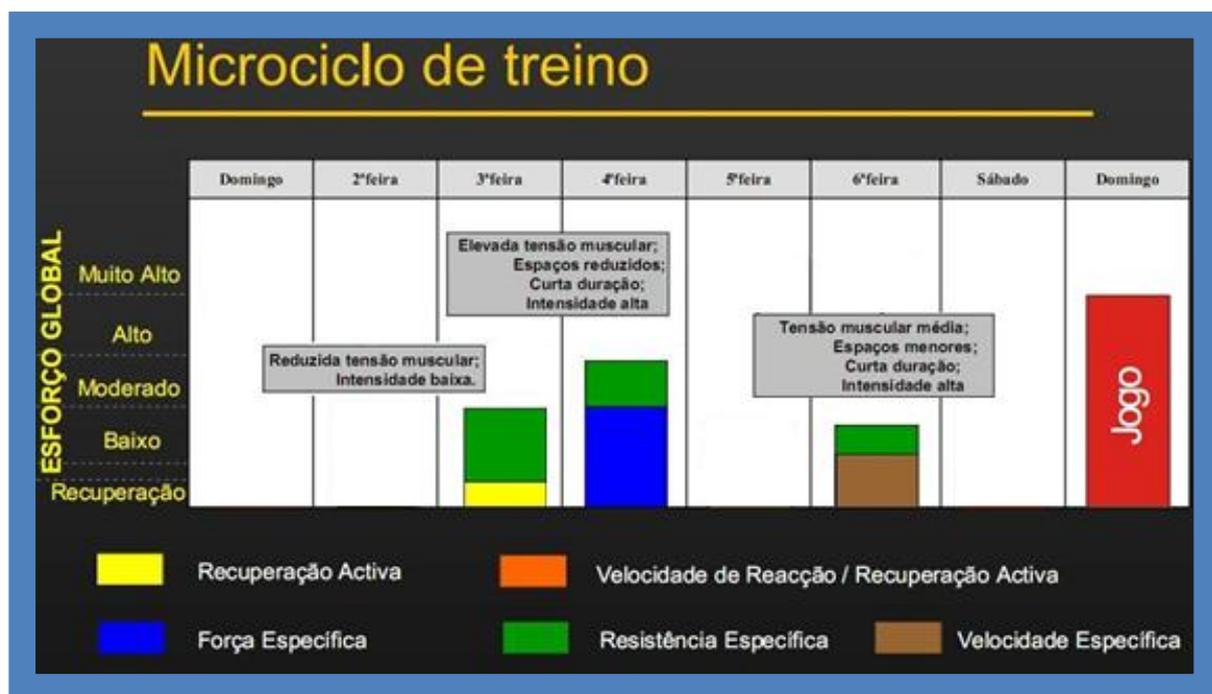


Figura 10 Microciclo - Tipo da equipa de iniciados da época 2011/12

Adaptado de Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006

De referir que devido ao escasso tempo disponível para treinar, todos os treinos da semana serão de operacionalização aquisitiva da organização de jogo coletiva definida no Modelo de jogo, ou seja, de aquisição dos princípios e subprincípios que norteiam a forma de jogar pretendida para esta equipa, e que se encontra descrita no Modelo de Jogo Construído.

7.1.6.3. Aquisição de Comportamentos Táticos inerentes a uma forma de jogar concreta

“O estímulo externo é tanto mais qualitativo quanto mais específico for, isto é, quanto mais se identificar com o jogar que se pretende” (Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006).

No que diz respeito às metodologias tradicionais, os efeitos e consequências do treino foram muito associadas ao volume e intensidade da carga. No entanto, como podemos “olhar” para o estímulo externo em termos quantitativos se o objetivo da nossa metodologia de treino é a aquisição, por parte dos jogadores, dos princípios que norteiam a nossa forma de “jogar” concreta? De facto, o estímulo externo (exercícios de treino) terá sempre de ser específico e construído à luz do seu teor qualitativo.

Com esta metodologia pretendemos, logo desde o primeiro treino, um crescimento qualitativo e sustentado da equipa em termos do desempenho coletivo pretendido. A construção de exercícios deve, assim, ter em conta os princípios e subprincípios do jogar pretendido por nós e solicitar, nos jogadores, comportamentos desejados (não mecanizados) que permitam a aquisição dos comportamentos táticos inerentes ao nosso “jogar”.

“Treinar em Especificidade e ter na repetição sistemática o suporte da viabilidade da aquisição dos seus princípios de jogo permite-lhe promover o aparecimento, no seio da equipa, de intenções em ato em conformidade com as intenções prévias.” (Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006)

Em termos operacionais, torna-se importante despertar nos jogadores um conjunto de intenções prévias – não são mais que representações mentais – relativas à nossa forma de “jogar” (através de palestras, visualização de documentos e vídeos sobre os princípios fundamentais do “jogar” pretendido, que produza conhecimento do Modelo de Jogo Construído, etc.) e depois através dos exercícios de treino construídos e da nossa intervenção pedagógica potenciar a aparecimento e repetição de

comportamentos táticos intrinsecamente relacionados com as intenções prévias anteriores.

No nosso Microciclo-tipo de treino a operacionalização aquisitiva dos princípios de jogo terá o seu pico no treino de 4ª feira – treino mais descontínuo de semana, em que trabalharemos exercícios que exigem uma grande densidade de contrações musculares excêntricas, incluindo por isso, um número elevado de travagens, acelerações, mudanças de direção, saltos, quedas e 6ª feira – treino menos descontínuo e onde o desgaste emocional é elevado, pois são trabalhados grandes princípios de jogo o que obriga a um nível elevado de concentração por parte dos jogadores.

7.1.6.4. Princípios Metodológicos como Especificidade, Alternância Horizontal, Progressão Complexa e Propensões

Treinar em **especificidade** é subordinar todo o processo de treino à vivência dos princípios que sustentam a nossa forma de jogar.

Reconhecer que a operacionalização do treino reclama a utilização de exercícios Específicos (com condições idênticas às situações reais do jogo) desde o primeiro dia é o primeiro passo para perceber a dinâmica desta metodologia.

É fundamental para o treinador ter um conhecimento profundo do Modelo de Jogo no sentido de ajustar os exercícios de treino ao “jogar” pretendido e permitir uma assimilação eficaz dos jogadores aos princípios de jogo que orientam esse “jogar”.

Em termos operacionais, ou seja, no processo de treino teremos a preocupação desde o primeiro treino da época em preparar a equipa em função do Modelo de Jogo Construído e, por ser um período sem competição oficial, será a altura ideal para fazer experiências, ajustamentos, reajustamentos que são importantes no relacionamento treinador-equipa e treinador-jogadores.

Neste período pretende-se potenciar a repetição sistemática dos comportamentos que queremos implementar nos jogadores (princípios de jogo) e, deste modo, ajustaremos

as situações de treino, e respetivas componentes Psico-Cognitivas, Tático – Técnicas, Físicas, com os princípios de jogo que norteiam o Modelo de Jogo Construído.

Em relação ao princípio da **Alternância Horizontal em Especificidade**, este é o princípio que nos vai condicionar a distribuição das contrações musculares na sua tensão, duração e velocidade. Neste sentido, entendemos que se durante os 3 treinos semanais realizássemos exercícios que potenciasses o desenvolvimento da Força Específica, solicitando constantemente contrações excêntricas, provocaríamos rapidamente fadiga nos atletas. Assim, haverá sempre uma preocupação constante – a operacionalização do Modelo de Jogo – mas a escala a que isso acontece vai sendo diversa.

É, pois, uma Alternância Horizontal comprida ao longo do microciclo de treino semanal o que torna fundamental efetuarmos uma gestão adequada do cansaço “físico” e mental – emocional e da recuperação durante esse mesmo microciclo de treino, alternando o padrão de contração muscular – entre treinos mais descontínuos e treinos menos descontínuos mas sempre em Especificidade.

No que diz respeito ao princípio da **Progressão Complexa**, este está intimamente ligado com o anterior, pois para se poder progredir, é também preciso ordenar, hierarquizar. Isto é que leva à operacionalização.

O princípio da progressão complexa depende do contexto e está relacionado com a hierarquização dos princípios de jogo. É provavelmente o aspeto mais importante no início da época. Como vamos iniciar o treino do nosso “jogar”? Quais os princípios que devem ser assimilados em primeiro lugar pelos jogadores? De facto, as competências e os princípios de jogo a adquirir pelos jogadores dependem do contexto e das ideias de jogo do treinador e devem ser metodologicamente planeadas, ou seja, compete ao treinador criar exercícios que promovam o direcionar da adaptabilidade, isto é, do processo de adaptação, para a aquisição hierarquizada dos seus princípios de jogo.

Em relação ao nosso Modelo de Jogo Construído, os princípios encontram-se enquadrados consoante os 4 momentos do jogo, sendo certo que hierarquicamente incidiremos o trabalho inicial nos princípios definidos para os momentos de organização defensiva e ofensiva e só depois para os princípios definidos para o

momento das transições, pretendendo iniciar a época com uma dinâmica de jogo assimilada pelos jogadores (com a facilidade de ser um grupo que já joga junto há pelos menos 2 anos).

“Portanto, o princípio das propensões diz respeito à calibragem, em especificidade, do que se quer que aconteça nos exercícios quando se está a repetir. Esse calibrar deve facilitar o aparecimento de uma densidade significativa das coisas do jogar que se pretende vivenciar, para que isso se repercuta em termos de assimilação, aquisição, alteração comportamental.” (Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006)

No que diz respeito ao princípio metodológico das Propensões este exige da nossa parte a criação de contextos propícios a determinadas aquisições, ou seja, a “construção” dos exercícios de treino e a forma como estes são transmitidos aos jogadores devem, pela sua organização e dinâmica intrínseca, orientar a repetição sistemática dos comportamentos dos jogadores em consonância com os princípios de jogo do nosso “jogar”. De facto, tem de haver um sentido associado aos exercícios de treino, pois este só é aquisitivo quando ao fazermos, soubermos minimamente aquilo que estamos a fazer.

Em suma, o foco no comportamento pretendido pelo nosso “jogar” que se pretende treinar, deve advir da configuração do exercício de treino e de uma intervenção do treinador centrada nesses aspetos de maneira a que haja repetição sistemática desse comportamento.

7.1.6.5. A Recuperação sempre contextualizada no processo de treino

José Mourinho refere *“treina-se em especificidade, recupera-se em especificidade”* (em entrevista por Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006).

A recuperação (como todos os outros fatores) aparece contextualizada no processo de treino, ou seja, na sua operacionalização.

Na metodologia da Periodização Tática a recuperação procura um princípio, pretendendo atingir exatamente os mesmos objetivos (da recuperação do organismo), no entanto sem perder de vista o sentido e a realidade do “jogar”.

Na atualidade são cada vez mais aqueles que reconhecem que a recuperação é tão importante como o treino e que o problema da recuperação deve ser equacionado a dois níveis: fadiga “física” e fadiga “mental-emocional”.

Naquela mesma entrevista, Mourinho afirma que esta última manifestação de fadiga, pode-se considerar *fadiga tática*, na medida que resulta da necessária concentração tática decisional implicada no treinar e no jogar. Essencialmente os jogadores quando chegam a este nível revelam incapacidade para se concentrarem por estarem cansados de o fazer (Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006).

Rui Faria afirma “...jogar é, fundamentalmente, pensar, e pensar exige concentração. E, se falamos de um jogo de qualidade, falamos em pensar tendo em conta um referencial coletivo – determinados princípios de jogo – e isso exige ainda mais concentração. Não é, por isso, de estranhar que a *fadiga tática* surja antes da fadiga “física” (em entrevista por Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006).

Assim, parece-nos que a questão da recuperação torna-se fundamental para existirem condições “físicas” e essencialmente “mentais-emocionais” dos jogadores para assimilarem comportamentos relativos ao “jogar” que se pretende.

Em virtude dos jogos do escalão de iniciados ocorrer ao domingo e segunda-feira não haver treino, o primeiro treino da semana – terça-feira – terá como objetivo a recuperação ativa em especificidade.

Assim, terei como objetivo o treino de princípios de jogo característicos no nosso “jogar” mas sempre inseridos num regime tático-técnico, ou seja, onde a preocupação apenas se cinge a aspetos táticos posicionais e a comunicação/feedbacks orientada para esse fim.

Por exemplo, uma situação em organização ofensiva com gr + 4 defesas + 3 médios, onde estes procuram progredir em posse de bola segura até à linha do meio campo. Por estarmos numa terça – feira a instrução e os feedbacks não incidirão no fomento da velocidade de realização do exercício ou da agressividade, mas apenas em princípios gerais de posicionamento ofensivo sectorial e intersectorial. Este é um exercício sem grande tensão emocional e com intensidade baixa, que permite

potenciar a recuperação mas específico porque “exige” princípios de organização ofensiva da equipa e da forma de “jogar” definida no Modelo de Jogo Construído para a mesma.

Em suma, será um treino onde procuraremos “jogar” com o espaço de jogo, a duração e a complexidade do comportamento exigido, retirando espaço e duração ao exercício, isto é, deslocamento e complexidade, para que não exista grande desgaste “físico” e mental-emocional” mas trabalhando sempre em especificidade e na procura da melhoria da qualidade do “nosso jogar”.

Reforçamos a ideia que a melhor forma de recuperar em treino parece ser a construção de exercícios que solicitem as mesmas estruturas/princípios que o nosso “jogar” requisita, retirando aos exercícios espaço, tempo de duração e “concentração tática”.

7.1.6.6. Exercícios realizados sempre à Intensidade Máxima Relativa

Mourinho defende que *“por norma, quando se fala em intensidade fala-se em desgaste energético. Eu não penso assim. Fundamentalmente, o que faz com que o treino seja mais ou menos intenso é a concentração exigida”* (em entrevista por Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006)

Podemos depreender das palavras de José Mourinho e o seu adjunto Rui Faria a necessidade de entender o termo *Intensidade* de outra forma. De facto, ao contrário do que é normalmente entendido, a intensidade de um exercício pode ser elevada sem que isso implique rápidos deslocamentos. Então porque é a intensidade elevada? A intensidade é elevada devido à concentração decisional implicada na exigência do comportamento tático.

“Quando falamos em intensidade temos de falar em intensidade de concentração; quando falamos em volume falamos em volume de intensidades de concentração. (...) intensidade de concentração porque “estar” no jogo é, fundamentalmente, estar a

pensar e a tomar decisões, o que exige que se esteja concentrado em função do que é fundamental no nosso jogo” (Rui Faria, em entrevista por Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006)

Assim, entendemos a Intensidade como uma **intensidade decisional** e está dependente da complexidade do exercício. Deste modo, basearemos o nosso “treinar” num padrão de intensidades máximas relativas.

É importante referir que a intensidade é máxima relativa porque depende do seu objetivo, isto é, tem a ver com a eficácia do mesmo. Vejamos este exemplo: um exercício de organização ofensiva com Gr + 4 defesas + 2 médios em que os objetivos são definidos pelos princípios e subprincípios da organização ofensiva do nosso “jogar” (bom comportamento posicional dos jogadores, receber sempre a bola de frente para o jogo, boa qualidade na receção orientada, linhas de passe sempre em diagonal, laterais a dar largura e profundidade, etc..) apesar de ser realizado com uma velocidade de deslocamentos média-baixa é desenvolvido à intensidade máxima, pois a intensidade máxima tem a ver com os princípios de jogo que estamos a trabalhar e com a eficácia dos comportamentos em relação a esses princípios.

O volume de trabalho dos princípios de jogo definidos pelo nosso Modelo de Jogo Construído, realizados a intensidades máximas relativas, será semanalmente semelhante e, ao tornar-se regular, constituirá o núcleo duro do nosso “jogar”, expressando o seu crescimento qualitativo.

8. Avaliação da Época Desportiva 2011/12

Terminado o processo de planeamento e operacionalização do processo de treino, torna-se fundamental avaliarmos o mesmo de forma a podermos determinar quais os aspetos mais positivos e quais os aspetos que teremos de melhorar em futuras intervenções profissionais a este nível. Mais certas temos, neste momento, da importância das decisões pré interativas do treinador, nomeadamente na definição de uma ideia clara do “jogar” que se pretende, da forma como se pretende conduzir o grupo a esse “jogar” e qual a intervenção que o treinador deve ter para permitir que haja assimilação dos princípios desse “jogar” e uma evolução dos atletas enquanto futebolistas e, fundamentalmente, como homens futebolistas. Futuros homens de uma sociedade que pretendemos mais solidária, humilde e respeitosa e temos, enquanto treinadores, um papel fundamental neste caminho dos jovens rumo a uma personalidade alicerçada em valores éticos e sociais.

Este processo de avaliação abrangeu os diferentes processos:

- ✓ Avaliação individual final dos atletas;
- ✓ Análise coletiva referente aos objetivos do processo de treino;
- ✓ Análise coletiva referente à aquisição dos princípios de jogo do Modelo de Jogo construído;
- ✓ Análise referente à organização/recursos do clube;
- ✓ Análise da prestação enquanto treinador.

8.1. Avaliação individual final dos atletas

A avaliação individual dos atletas é fundamental para percebermos e qualificarmos o nível de desenvolvimento atingido pelos atletas ao longo da época. Nomeadamente, o processo de aquisição dos princípios de jogo pretendido e dos conteúdos teóricos do treino, através da caracterização individual das competências tático-técnicas, teórico/psicológicas e físicas dos atletas como também, de uma análise mais profunda do nível de evolução dentro destas competências.

Esta avaliação possibilitará um conhecimento mais profundo das características dos atletas, permitindo um reajuste do processo de ensino/aprendizagem de época para época, assim como a definição de objetivos mais coerentes e mais ou menos ambiciosos tendo em conta as características e o nível de desenvolvimento dos atletas desse grupo.

Assim, no anexo 5, temos as fichas de avaliação individual dos atletas realizadas no final do período competitivo e do período de estágio.

8.2. Análise coletiva referente aos objetivos do processo de treino

Para além da avaliação individual final dos atletas é importante analisarmos o processo tendo em conta o nível de concretização dos objetivos do processo de treino. Esta análise vai ser considerada tendo em atenção o caráter coletivo que caracteriza esta modalidade e este processo e a diferente tipologia de objetivos a atingir no processo de planeamento da época desportiva.

- ✓ **Objetivos Formativos/Teóricos:** Atendendo ao escalão competitivo em causa – Iniciados A – é uma vertente fundamental e que nunca descurámos ao longo da época. Tem sido evidente a intenção pedagógica com que o clube e os seus responsáveis pressupõem todo o processo formativo dos seus atletas, o que, para nós treinadores, é um acrescento de responsabilidade e dever, no sentido de inculcar nos jovens valores de cidadania fundamentais à sua formação e vida em sociedade. É demasiado importante reconhecer que o papel do treinador não se esgota na formação desportiva do atleta e deve centrar-se numa formação integral do futuro Homem desportista. E esta tentativa torna-se inócua se não passar de meras palavras. É preciso agir, é preciso agir em conformidade com aquilo que pretendemos inculcar nos jovens. É preciso sermos honestos, se pretendemos inculcar honestidade. É preciso termos postura e respeito, se queremos inculcar respeito e tolerância. É preciso sermos pedagógicos e perceber que TODOS merecem ter oportunidade de jogar desde que trabalhem para isso, de ter o seu espaço, de “castigar” quem prevarica, se queremos inculcar valores fundamentais como igualdade e justiça.

Mesmo que, desportivamente, essa decisão nos conduza a uma “derrota” no jogo, esta postura levará, com certeza, a uma vitória na vida, daqueles de quem temos o dever de ajudar a FORMAR e a médio/longo prazo conduzirá a uma sociedade mais honesta, solidária e justa. Considero que tivemos ao longo da época preocupações claras nesse sentido e que estas resultaram numa “aprendizagem” psicossocial adequada e eficaz dos nossos atletas (não só dentro de campo, onde apenas fomos punidos com alguns amarelos e a grande maioria por faltas decorrentes do jogo, mas também fora dele).

- ✓ **Objetivos Competitivos:** Em relação a estes não conseguimos atingir os objetivos definidos pela estrutura coordenativa e pelo grupo de trabalho dos Iniciados – ida à fase final e, conseqüentemente, lutar pela subida de divisão. Este insucesso em termos competitivos deve-nos fazer refletir sobre todos os aspetos que nortearam esta época desportiva e procurarmos potenciar os aspetos positivos e erradicar os aspetos negativos. Fator importante neste desfecho foram os primeiros dois jogos do campeonato onde perdemos cinco pontos (problemas na inscrição dos jogadores fizeram com que só tivéssemos onze jogadores disponíveis, e onde evidenciámos problemas ao nível da eficácia do processo ofensivo), isto num campeonato pouco competitivo onde os dois primeiros classificados perderam apenas oito e treze pontos respetivamente ao longo de todo o campeonato tornou muito difícil a obtenção do nosso objetivo competitivo para a época. No entanto, realço o fato de termos reagido a estas dificuldades e evoluído ao longo da época de forma a realizarmos nove jogos consecutivos a ganhar e acabarmos a época com apenas três derrotas em vinte e quatro jogos.

- ✓ **Objetivos Psicológicos:** Um dos grandes problemas com que nos deparámos foi a falta de confiança dos jogadores em relação a equipas de meios mais citadinos (sentíamos no discurso e no desempenho deles em campo contra essas equipas, receio e demasiado respeito na forma como abordavam o jogo, com excesso de tensão e falta de alegria e confiança para serem iguais a eles próprios). Muitas das nossas instruções visaram esta problemática e que pudessem desenvolver mais autoestima e confiança nas suas qualidades. Ao longo do ano sentimos uma melhoria neste aspeto, já que os atletas perceberam a necessidade de se superarem em todas as situações de treino e

jogo, de serem pontuais, dedicados e assíduos, de serem mais agressivos competitivamente e de terem espírito de sacrifício em prol do coletivo, com raras exceções dentro do grupo (alguns atletas com menor capacidade técnica e personalidades mais introvertidas). Prova disto foi o ambiente “familiar” que o grupo evidenciou em muitas situações ao longo da época e no incremento de confiança coletiva que patentearam. Prova disso foi a diferença de atitude, empenho e qualidade que demonstraram na segunda volta do campeonato e em alguns amigáveis realizados depois do período competitivo com equipas de escalão etário superior ou com equipas com quem tínhamos perdido copiosamente durante o período preparatório.

- ✓ **Objetivos Tático-Técnicos:** Em relação a esta tipologia de objetivos observamos que os atletas incutiram de forma satisfatória a maioria das competências, nomeadamente, a noção de uma ocupação racional do espaço de jogo, da necessidade de procurar a superioridade numérica e evitar a inferioridade em todas as situações de jogo (desenvolvemos a capacidade de temporização em caso de igualdade ou inferioridade numérica no centro do jogo), conhecimento dos processos ofensivos e defensivos (capacidade para desenvolver comportamentos requisitados pelo MJ em função do momento de jogo), capacidade para reconhecer comportamentos requisitados pelos quatro princípios específicos de ataque e defesa, bem como a melhoria das ações tático-técnicas individuais e coletivas dentro do referencial coletivo definido pelos princípios do MJ. Durante a época foram os atletas capazes de assimilarem os princípios de jogo definidos no Modelo de Jogo para cada momento do jogo, conseguindo evidenciar qualidade no processo ofensivo com boa capacidade de circulação e manutenção da posse de bola, com bom sentido posicional e concentração no processo defensivo e rápidas mudanças de comportamentos nos momentos de transição (perda ou ganho da posse de bola).
- ✓ **Objetivos Físicos:** Em relação a estes objetivos houve um desenvolvimento satisfatório dos atletas em relação a capacidades como velocidade de deslocamento e reação, competências coordenativas, capacidade de produzir

força nas diversas ações de jogo e melhoria da capacidade ao nível da flexibilidade articular e muscular.

8.3. Análise coletiva referente à aquisição dos princípios de jogo do Modelo de Jogo construído

8.3.1. Sistema de Jogo

No que diz respeito a este ponto concreto, em termos estruturais e tendo em conta que estávamos no escalão de Iniciados (1º escalão do Futebol 11) tivemos algumas considerações:

- A maioria do plantel eram Iniciados de 2º ano que transitavam do ano anterior, onde para além de terem disputado o campeonato nacional, tinham trabalhado neste sistema e, derivado a este facto, eram atletas com bom entendimento do jogo e dos espaços a ocupar dentro deste dispositivo tático;
- Apenas 3 atletas eram de 1º ano e apesar das qualidades técnicas reconhecidas pelos treinadores, revelavam dificuldades evidentes em realizar o *transfer* em termos posicionais para o campo de Futebol de 11;
- 4/5 atletas, apesar de serem de 2º ano, nunca tinham jogado futebol federado e o seu conhecimento do jogo era nulo ou muito reduzido.

Tornou-se importante numa 1ª fase insistir no aspeto estrutural do sistema, dos espaços a ocupar em todos os momentos do jogos (começámos pelo processo defensivo e partimos para o processo ofensivo), mesmos que para alguns apenas fosse um reforço daquilo que eles já conseguiam revelar em campo. Numa 2ª fase começamos a trabalhar em termos funcionais, nomeadamente partindo dos referenciais estruturais dentro do nosso sistema de jogo e evoluindo no sentido de oferecer mobilidade, noções como a importância de recusar inferioridades numéricas e garantir (a partir dos nossos deslocamentos individuais e coletivos) superioridade numérica nas diferentes fases do jogo. Penso que no final desta época a grande maioria dos atletas (existem alguns, principalmente aqueles que nunca tinham jogado como o Ivan e o Bruno que revelam maiores dificuldades) domina este sistema e

conseguem interpretar dentro do próprio jogo a diferença em termos funcionais das diferentes posições que podem ocupar dentro do campo. No entanto, e refletindo sobre aquilo que foi a nossa evolução em termos coletivos no que diz respeito a este “entendimento do jogo” dentro deste sistema, teria sido importante termos abordado, pelo menos numa segunda metade da época, outros sistemas de forma mais regular. De facto, apenas evoluímos dentro de um 4:4:2 em linha em situações muito pontuais de jogo, nomeadamente em alguns treinos que visaram preparar a equipa para a necessidade de arriscar em termos posicionais em jogos que pudéssemos estar em desvantagem.

8.3.2. Organização Defensiva

Dentro deste momento torna-se importante referir que o nosso planeamento versou numa fase inicial o aprimorar das competências dos atletas neste momento específico. Fazendo uma análise daquilo que foi o trabalho ao longo do ano, nomeadamente dos princípios que foram bem assimilados pela equipa e dos princípios (definidos no MJ construído) de mais difícil perceção, chegamos a algumas conclusões importantes:

- Dentro do método de Defesa Zona a equipa revelou ter adquirido os principais princípios:

- ✓ Capacidade para formar “campo pequeno” sem bola – diminuição da largura das diferentes linhas defensivas.
- ✓ Capacidade para aproximar linhas defensivas, principalmente quando o centro do jogo se encontrava próximo da nossa baliza.
- ✓ Capacidade coletiva na realização de basculações e ajustamentos defensivos (em função do posicionamento da bola).
- ✓ Capacidade para realizar ajudas defensivas – coberturas defensivas – ao jogador da contenção.
- ✓ Capacidade para perceber e realizar posicionamentos em pirâmide ou em diagonal consoante a bola se encontre no corredor central ou nos corredores laterais na posse do adversário.
- ✓ Noções gerais da defesa zonal, nomeadamente noções de bloco alto, linhas defensivas mais largas mas sem permitir quebras no bloco

defensivo, noções de bloco baixo, com largura entre linhas mais curto e marcações mais próximas e agressivas, bem como noções dos momentos em que esse posicionamento do bloco deve ser mais alto (insegurança da equipa adversária na posse) ou mais baixo (momentos em que não conseguimos pressionar a bola ou que a mesma progride em segurança para espaços “entre linhas” do nosso bloco médio-alto).

Como pontos mais negativos revelamos alguma dificuldade na disputa de bolas aéreas nomeadamente quando ocorrem nos corredores laterais ou nas bolas paradas em que a bola vêm mais tensas, na realização de contenções agressivas mas seguras (revelamos muita ânsia em ganhar a posse quando nos deslocamos no sentido do adversário com bola) ao portador da bola, o que, por vezes, nos criou desequilíbrios com a deslocamento do jogador da cobertura defensiva ao portador com aproveitamento do espaço criado entre a linha formada pelos elementos restantes desse sector defensivo.

Jogadores mais fortes na execução dos princípios de jogo deste momento: João Pedro (Picaré), David Lucena, Tymmy, Rui Silva, David Ramos, Zé Eduardo, Fábio Dória.

Jogadores que mais evoluíram na assimilação dos princípios de jogo deste momento: Simão, Pedro Pinto, João Matos, Francisco Amorim, Edgar.

Jogadores com mais dificuldades em interpretar alguns princípios deste momento: Ivan (dificuldades posicionais), Zé Diogo (défice de agressividade na disputa e na ocupação dos espaços defensivos), Jorge (dificuldades posicionais), Bruno (dificuldades no entendimento do jogo e dos princípios do MJ), André Filipe (défice de agressividade).

8.3.3. Organização Ofensiva

No que diz respeito a este momento começamos por o abordar em termos sectoriais, partindo da linha dos 4 defesas mais o Guarda-Redes, e evoluindo para momentos de organização intersectoriais, nomeadamente Defesas + Médios e Médios +

Alas/Avançados. Tal como no momento anterior, realizamos uma breve análise daquilo que foi o trabalho ao longo do ano, nomeadamente dos princípios que foram bem assimilados pela equipa e das dificuldades/necessidades evidenciadas ao longo do processo:

- Dentro do método de Ataque Posicional a equipa revelou ter adquirido os principais princípios:
 - ✓ Capacidade para formar “campo grande” na gestão da posse – ocupação do espaço de jogo em largura e profundidade, “criando” condições para uma circulação mais curta ou mais longa consoante a situação de jogo.
 - ✓ Capacidade para realizar um elevado número de coberturas ofensivas e “oferecer” linhas de passe válidas ao portador da bola.
 - ✓ Capacidade para perceber e realizar posicionamentos ofensivos no sentido de beneficiar o coletivo (posicionamentos em função da circulação da bola (momento de organização sectorial e intersectorial) e do objetivo fundamental do jogo (finalização – espaços ofensivos a ocupar no caso de penetração de bola pelo corredor central – movimentos de apoio e/ou de rutura, ou pelo corredor lateral – cruzamentos ou solicitações no espaço).
 - ✓ Capacidade de perceber as funções e missões de cada posição específica em campo, bem como a articulação dessas funções tendo em conta as interações coletivas em campo – sectoriais e intersectoriais e os princípios de jogo assimilados e potenciados nos treinos.

Neste momento específico de jogo a equipa mostrou muita qualidade, não só na assimilação destes princípios gerais como na execução/realização dos mesmos, nomeadamente nas duas primeiras fases de construção do momento ofensivo – linhas defensiva e intermédia. No entanto, revelamos muitas dificuldades na última fase de construção de situações de finalização, principalmente contra equipas que defenderam em blocos baixos. Assim, se é verdade que apresentamos nesta fase boa qualidade na circulação e manutenção da posse de bola, esta ainda acontece com pouca velocidade e criatividade. É este, na nossa opinião, o grande desafio para esta equipa na fase seguinte deste processo. Conseguir aumentar a velocidade de circulação da bola, e a velocidade de deslocamento dos jogadores no último terço ofensivo, procurando ter mais e melhores opções perto da baliza adversária. Outro ponto que

apontamos como lacuna foi o aproveitamento/eficácia das situações de finalização perto da baliza. De facto, ao longo do ano revelámos uma pecha importante na finalização e teremos de criar estratégias para ultrapassar esta lacuna.

Jogadores mais fortes na execução dos princípios de jogo deste momento: João Pedro (Picaré), Pedro Pinto, João Matos, Tymmy, Rui Silva, David Ramos, Zé Eduardo, Fábio Dória, Zé Diogo

Jogadores que mais evoluíram na assimilação dos princípios de jogo deste momento: Simão, Francisco Amorim, Edgar, David Lucena, Jorge (pouca agressividade), André Filipe.

Jogadores com mais dificuldades em interpretar alguns princípios deste momento: e Ivan (dificuldades técnicas (passe, receção) e posicionais) e Bruno (dificuldades de entendimento do jogo e algum défice de qualidade técnica).

8.3.4. Transições Defesa – Ataque

No que diz respeito a este momento específico de jogo, nomeadamente a este momento de decisão após a recuperação da bola, os atletas, na sua esmagadora maioria, revelaram boa capacidade para assimilar os princípios gerais trabalhados ao longo do ano:

- ✓ Capacidade para analisar e decidir em função dessa análise – havendo condições para finalizar rapidamente, procurar a profundidade/jogar para a frente (jogador com ou sem bola); - sem hipótese de dar profundidade, passar para momento de organização ofensiva (tirar a bola da zona de pressão através das coberturas ofensivas).

Em relação a este aspeto sentimos que evoluímos em alguns condicionalismos. De facto, passámos de uma fase inicial em que a equipa revelava muita precipitação no momento da recuperação e procurava a baliza adversária de forma rápida mas inconsistente (poucos jogadores intervinham neste processo e os jogadores solicitavam os colegas unicamente com passes para o espaço), para uma fase em que começam a analisar melhor a situação de jogo e a perceber quando têm de acelerar o jogo de forma a aproveitar o desequilíbrio posicional momentâneo do adversário ou,

por outro lado, a procurar tirar a bola da pressão adversária pelas coberturas ofensivas passando para um momento de ataque posicional. No entanto, existe ainda um aspeto dentro deste momento que precisa de ser aperfeiçoado, pois apesar de conseguirmos colocar mais jogadores no processo ofensivo, quando procuramos a profundidade ainda o fazemos muito com solicitações no espaço e entregamos poucas vezes a bola no pé dos colegas que se desmarcam para espaços vazios. Acabamos por falhar demasiados passes por precipitação de quem realiza o passe, apesar de estarmos a melhorar no sentido da tomada de decisão. Por outro lado, sentimos que alguns jogadores sentem-se mais cómodos em acalmar o jogo, passando para um ataque mais posicional e de passe curto, decisão em que têm sucesso mas nem sempre ser a mais acertada pois poderíamos em alguns momentos aproveitar alguns desequilíbrios posicionais da equipa adversária.

Jogadores mais fortes na execução dos princípios de jogo deste momento: João Pedro (Picaré), David Lucena, Tymmy, Rui Silva, Francisco Amorim, João Matos, Pedro Pinto, Zé Diogo.

Jogadores que mais evoluíram na assimilação dos princípios de jogo deste momento: Simão, Edgar, Fábio Dória, Zé Eduardo, Bruno.

Jogadores com mais dificuldades em interpretar alguns princípios deste momento: Ivan, Jorge, André Filipe (dificuldades na tomada de decisão, défice de velocidade de execução – às vezes decidem bem mas perdem a bola porque demoram a “soltar” a bola – processo decisão/execução), David Ramos (alguma dificuldade na tomada de decisão, tem tendência a olhar só para “frente”).

8.3.5. Transições Ataque – Defesa

Este momento de Transição A-D foi, sem dúvida, dos que mais evoluímos em termos coletivos ao longo do ano. Sentimos enormes melhorias na capacidade de reagir rapidamente à perda de bola e na capacidade dos atletas perceberem que é um momento fundamental do jogo. Havia muitos atletas que reagiam tardiamente ou alheavam-se da jogada quando a bola era perdida por eles ou pelos colegas de

equipa. Ao longo do tempo conseguimos que estes tivessem uma consciência coletiva, com alto sentido de solidariedade e entreajuda em que todos trabalham para todos. Este era, numa fase posterior do campeonato, um dos pontos mais fortes da nossa equipa, a capacidade de reagir à perda de bola de forma agressiva impedindo que o adversário conseguisse dar profundidade ao jogo ou ganhando rapidamente a bola na zona da perda.

Jogadores mais fortes na execução dos princípios de jogo deste momento: David Lucena, Tymmy, David Ramos.

Jogadores que mais evoluíram na assimilação dos princípios de jogo deste momento: Simão, Pedro Pinto, Rui Silva, João Matos, Francisco Amorim, Edgar, Zé Eduardo, Fábio Dória, Bruno, João Pedro (Picaré), Zé Diogo, Ivan,

Jogadores com mais dificuldades em interpretar alguns princípios deste momento: Jorge (demonstra dificuldades em reagir quando a perda da bola é originada por erro dele, reage melhor quando a bola é perdida e ele se encontra fora do centro do jogo) e André Filipe (défice de agressividade).

8.3.6. Bolas Paradas

Sem dúvida um dos aspetos a melhorar no futuro. Ao longo do ano sentimos que descuramos um pouco este momento, seja por falta de espaço/tempo de treino, seja por considerarmos de primordial importância os conteúdos relacionados com a organização de jogo da equipa, bem como no trabalho dos princípios e sub – princípios inerentes ao MJ construído. Assim:

- Defensivamente e apesar de em termos posicionais os jogadores perceberem os espaços a ocupar e a importância de ocupar esses mesmos espaços, fomos pouco agressivos na disputa das bolas aéreas e revelamos dificuldades quando os cantos eram batidos para dentro da zona do Guarda-Redes (pequena-área), devido a algumas dificuldades de sincronização entre os GRs e os restantes elementos da equipa (o facto de termos guarda-redes de baixa

estatura também agravou de sobremaneira esta situação) – acabámos por sofrer alguns golos destas situações.

- Ofensivamente não fomos a equipa perigosa que, devido à estatura de alguns dos nossos atletas, devíamos ter sido. De facto, sentimos que a falta de treino destas situações (o facto de termos apenas metade do campo, durante um treino da semana, fez com que trabalhássemos mais aspetos da organização de jogo da equipa que julgamos importantes trabalhar e descuramos este tipo de trabalho). Juntando a esta situação a falta de agressiva na disputa dos lances pelos nossos atletas, acabámos a época apenas com 4 golos originados por este tipo de lances.

Jogadores mais fortes na execução dos princípios de jogo deste momento: João Pedro (Picaré), David Lucena, Tymmy, Rui Silva, Pedro Pinto, Edgar, João Matos.

Jogadores que mais evoluíram na assimilação dos princípios de jogo deste momento: , Francisco Amorim, David Ramos, Jorge.

Jogadores com mais dificuldades em interpretar alguns princípios deste momento: Zé Eduardo, André Filipe, Zé Diogo (Falta de agressividade no ataque à bola), Ivan, Bruno, Simão e Fábio Dória (Falta de concentração/dificuldades de perceção na ocupação dos espaços defensivos e ofensivos).

8.4. Análise referente à organização/recursos do clube;

Em relação a este ponto salientamos os seguintes aspetos positivos:

- ✓ Enorme disponibilidade de todos os intervenientes do clube, sempre disponíveis e acessíveis quando era preciso resolver algum assunto;
- ✓ Organização de todo o processo de treino, com todas as suas nuances e com supervisão do Coordenador Técnico;

- ✓ Reuniões periódicas entre Treinadores e Coordenador, de forma a partilharmos dificuldades e ideias que nos permitam evoluir e aprender com outros técnicos;
- ✓ Qualidade do grupo de trabalho. A grande maioria do grupo de trabalho já vinha de anos anteriores no clube, com bons hábitos de treino, com valores e boa capacidade em entender o jogo. Assim, foi fácil trabalharmos as nossas ideias e permitir uma boa assimilação das mesmas pelos atletas;
- ✓ Comunicação Coordenador-Diretores-Treinadores – ponto forte de qualquer organização. Enquanto Treinadores temos todas as situações controladas pelos responsáveis do clube, tendo apenas de nos preocupar com as questões do planeamento e orientação do processo de treino.

Em relação aos aspetos negativos salientamos os seguintes:

- Dificuldades na inscrição atempada dos jogadores – necessidade de envolver mais pessoas neste processo no início da época. Primeiros dois jogos realizados com onze e doze jogadores na ficha de jogo. Talvez seja positivo dar mais responsabilidade aos treinadores neste aspeto, como complemento do trabalho realizado pelos diretores.
- Espaço para treino. A falta de alternativas e que levam um escalão de futebol de onze a treinar frequentemente em apenas meio campo disponível prejudicam o trabalho de campo. Seria um ponto muito favorável ao desenvolvimento do clube arranjam-se alternativas para melhorar este condicionalismo.
- Materiais: Por culpa de todos os treinadores e jogadores mas a verdade é que as bolas foram desaparecendo ao longo do ano. Seria importante arranjar estratégias para que isto não acontecesse, de forma a termos sempre bolas suficientes para planear o treino dentro dos princípios a trabalhar (mais envolvimento de todos os jogadores, mais tempo de prática, etc.). Existência de reduzido número de coletes de tamanho grande.

Em suma, esta é apenas uma análise realizada com o intuito de podermos determinar aspetos em que podemos melhorar no futuro, potenciando os pontos fortes da organização e procurando diminuir os pontos fracos detetados pelos diferentes intervenientes. Não posso, no entanto deixar de referir que é um clube ímpar em termos organizativos e com muita qualidade nos seus recursos humanos.

8.5. Análise da intervenção pedagógica enquanto treinador

Mesquita (1997), refere aqueles que pensa serem os fatores do domínio do treinador concorrentes para o aumento da qualidade do treino:

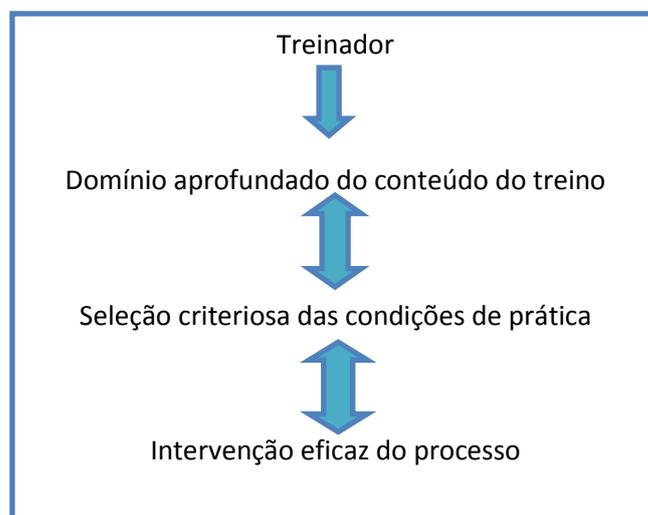


Figura 11 Fatores de domínio do treinador

Fonte: Elaboração própria

O reconhecimento da importância do conhecimento dos treinadores no desenvolvimento e práticas do ensino é relativamente recente. O mesmo autor realça, no entanto, que possuir conhecimento não é sinónimo de competência, embora quem tenha mais conhecimento tenha mais hipóteses de ser um bom profissional. Para o mesmo autor um aspeto fundamental na concretização do sucesso das aprendizagens é o conhecimento do treinador sobre o “quê”, “quando” e “como” transmitir os conhecimentos aos seus jogadores (Farias, 2007).

O treinador, na procura do sucesso, deve enveredar pelo reconhecimento de dois conceitos essenciais:

- ✓ Necessidade de conhecer e reconhecer o conteúdo específico da sua modalidade;
- ✓ Associar o conhecimento da modalidade em questão ao conteúdo da intervenção pedagógica e às formas de transmissão desse conteúdo (Seaborn, Trudel et al. 1998).

Um estudo recente e relevante nesta área foi produzido por Mesquita, Farias et al. (2009), do qual resultaram alguns resultados interessantes:

- ✓ Os treinadores revelaram um perfil instrucional centrado no conteúdo técnico;
- ✓ Os treinadores revelaram maior preocupação em ensinar os princípios do ataque em comparação com os da defesa;
- ✓ A maioria da informação dada aos atletas foi de carácter geral;
- ✓ A emissão de *feedbacks* teve como principal objetivo encorajar os jogadores para o exercício, e só depois visaram a avaliação positiva e a prescrição;
- ✓ A emissão de informação foi preferencialmente auditiva descurando, sobremaneira, o recurso visual e a combinação quinestésica-auditiva.
- ✓ A intervenção dos treinadores ocorreu, sobretudo, durante a prática dos exercícios;
- ✓ Os treinadores valorizaram a transmissão da informação de forma individual (talvez explicado pelo facto da informação ter sido, fundamentalmente, de natureza técnica).

Todo este processo de intervenção do treinador sobre os atletas, ocorre num sistema de atividade comunicativa em que o treinador e os atletas transformam os seus comportamentos influenciando-se mutuamente (Mesquita, 1997). Assim, torna-se fundamental percebermos o alcance das nossas decisões no que diz respeito aos comportamentos dos atletas e ajustar a informação a fornecer posteriormente tendo em conta esses comportamentos.

Santos (2008), num estudo sobre a intervenção pedagógica em treinadores de voleibol sugere que os mesmos devem atender às seguintes considerações:

- ✓ Para os jogadores em formação, a compreensão do jogo constitui a base fundamental para uma correta tomada de decisão, pelo que tanto o fator técnico como o fator tático devem ser valorizados no decorrer do treino e na intervenção do treinador;

Tivemos ao longo da época, neste processo de interação com os atletas, uma preocupação fundamental como:

- ✓ Promover tempo de competição para todos os atletas da equipa de forma a manter os mesmos motivados e predispostos para a aprendizagem, bem como para o cumprimento das regras de comportamento definidas previamente;

Posteriormente apresentaremos a análise à minha intervenção enquanto treinador dos Iniciados A da “O Crasto”, abordando diferentes parâmetros de análise como a instrução, o feedback pedagógico e a dimensão gestão.

8.5.1. Instrução

A operacionalização da instrução revela-se fundamental para atingir o quadro de objetivos que nos propomos em qualquer processo ensino-aprendizagem (Rosado & Mesquita, 2009).

Mesquita (1998), reforça a importância do processo de instrução, referindo que o conteúdo da informação transmitida pelo treinador é um fator decisivo no processo de treino para se alcançar o sucesso na realização de determinados comportamentos por parte do atleta.

Também Santos (2009), refere que para haver sucesso na aprendizagem é fundamental haver, por parte do treinador, uma instrução de qualidade.

Durante o processo ensino-aprendizagem o treinador deve potenciar a autonomia e a criatividade nos seus atletas, tendo em conta a variabilidade de situações que ocorrem

em competição, através de uma instrução cuidada e eficaz em relação aos comportamentos individuais e coletivos mais eficientes a desenvolver pelos atletas (Santos & Rodrigues).

Estas opiniões corroboram a ideia de vários especialistas quando reconhecem que “treinar bem é o resultado de comunicações eficientes” (Mesquita 1998).

Mesquita (1998) refere que a instrução é uma das principais funções do treinador e que a sua eficácia depende seriamente da qualidade do comportamento instrucional.

Assim, segundo Siedentop (1991; citado por Mesquita, 2009) o termo instrução considera todos os comportamentos de ensino exercidos pelos treinadores para comunicarem informações substantivas, ou seja, relacionadas com os objetivos de ensino-aprendizagem/treino. Do processo de instrução fazem, assim, parte os comportamentos verbais como a explicação, o feedback e o uso de palavras-chave e comportamentos não verbais como a demonstração que estão diretamente relacionados com os objetivos do processo de treino.

Relativamente aos dois momentos da dimensão Instrução (Instrução Inicial e Final), na minha intervenção pedagógica enquanto treinador, tivemos as seguintes preocupações:

- Na Instrução Inicial realizar uma breve abordagem aos conteúdos e aos objetivos do treino;
- Estruturar e simplificar ao máximo a Instrução de forma a permitir a compreensão rápida dos atletas sobre a organização dos exercícios de treino;
- Utilizámos com frequência o questionamento para controlo do processo de aprendizagem dos atletas e da perceção da instrução;
- Explicar a organização e a dinâmica de gestão dentro do espaço definido para cada exercício de treino;
- Sempre que pretendemos abordar um exercício novo (de previsível dificuldade de perceção para os atletas), recorri à demonstração. Essa demonstração foi sempre realizada pelo treinador ou por jogadores que fosse previsível cumprirem melhor com os objetivos do mesmo;
- Utilização de um quadro magnético – meio complementar – para suportar o processo de instrução.

- Na Instrução Final, procurámos fazer um balanço sobre a concretização dos objetivos planeados para o treino, bem como da atitude/empenho dos atletas, procurando ser motivador no sentido dos jogadores melhorarem o seu desempenho;

8.5.2. Feedback Pedagógico

O feedback pedagógico é reconhecido como um elemento valorizador do treino, especialmente para o treinador que se encontra perante um processo de interação pedagógica. Assim, o feedback resulta de uma competência de tomada de decisões oportunas por parte do treinador com base na seleção e no processamento de informação pertinente recolhida na observação do treino, envolvendo a análise do comportamento do jogador em função do contexto em que ele ocorre e em função do que foi exigido (Rosado & Mesquita 2009).

Na minha intervenção pedagógica tivemos as seguintes preocupações:

- Procurámos utilizar, sempre que possível, o feedback prescritivo, auditivo-visual, quinestésico e positivo, com o objetivo de controlar e motivar a prática do atleta;
- Procurámos a utilização, quando necessário, do feedback corretivo visando corrigir comportamentos tático - técnicos no decorrer dos exercícios;
- Utilizar feedback constante, pertinente e adequado quer em termos de “timing” quer em termos de qualidade;
- Procurámos direcionar o feedback para o individual e/ou grupo sempre que a situação o exigir, consoante a direção da correção/avaliação;
- Procurámos utilizar o “Sandwich Feedback”, ou seja, quando quis corrigir algum comportamento procurei começar por um comentário positivo específico (do género “Em relação a este ponto, fizeste bem ...”), depois emitir os pontos específicos que requerem melhoramento (“...mas podes melhorar especificamente...”), terminando novamente com um comentário positivo sobre algum outro aspeto do comportamento.

8.5.3. Dimensão Gestão

Mesquita (1997), define esta dimensão da gestão do treino, relacionando-a com o estabelecimento de disciplina/ordem no mesmo e abordando quatro pontos fundamentais:

- Organização das situações logísticas de treino e competição;
- Estabelecimento de regras e normas de conduta;
- Controlo e gestão de comportamentos incorretos;
- Supervisão e controlo da atividade no decorrer do treino.

Parece-nos que o processo de gestão de um treino em Futebol consiste, de maneira geral, na capacidade do treinador conseguir elevar os índices de envolvimento dos atletas, reduzir o número de comportamentos indesejáveis e perturbadores do bom desenrolar do treino e uma gestão eficaz (aproveitamento) do tempo do treino. Assim, parece-nos ser necessário percebermos que quanto menos forem os comportamentos de gestão do treinador, em principio, melhor estará a gerir os seus treinos. O que à partida parece ser uma frase algo contraditória não o é, se não vejamos, se observarmos um treinador num treino e registarmos uma quantidade elevada de tempo efetivo de prática, rápidas transições entre exercícios, índices de comportamento apropriado por parte dos atletas, e rara ocorrência de comportamentos perturbadores, com o treinador a intervir pouco na gestão do processo de treino, então provavelmente este estará a geri-lo de forma adequada.

Na minha intervenção pedagógica, no que diz respeito a aspetos de gestão do treino, procurámos ter as seguintes preocupações:

- ◇ No que diz respeito à Gestão/Organização do Treino
 - Iniciar o treino a “tempo e horas”;
 - Garantir que os atletas estejam atentos às instruções e demonstrações;
 - Garantir que os atletas se organizem e transitem de exercício para exercício de forma organizada e rápida;
 - Definição de grupos dentro do plantel para alternarem na arrumação do material no final dos treinos.

◇ No que diz respeito aos Recursos:

- Procurámos incutir sentido de responsabilidade no que diz respeito e normas de assiduidade e pontualidade, procurando saber antecipadamente o número de jogadores presentes no treino e não ser obrigado a fazer “adaptações” de última hora no plano de treino;
- Planeámos a gestão do material de treino antecipadamente, de forma a evitar a perda de tempo nas transições entre exercícios;
- Procurámos garantir a inexistência de fatores/material/espço que pudessem pôr em causa a segurança dos atletas;
- Adequar espaços disponíveis ao número de atletas presente no treino;

◇ No que diz respeito ao Clima:

- Privilegiámos uma condução do treino motivadora, no sentido de envolver os atletas nas situações de aprendizagem;
- Reconhecemos que uma boa dinâmica e postura da nossa parte permitiriam um melhor controlo dos atletas, bem como a melhoria dos índices de motivação para a prática;
- Sempre que possível e enquadrado com os objetivos do treino, recorreremos à utilização de exercícios mais “lúdicos” que permitissem alguma descontração competitiva e, desta forma, fomentar o espírito de grupo.
- Procurámos aceitar o erro como algo natural, desde que esse erro não fosse originado por falta de concentração ou displicência;
- Procurámos manter no treino um ambiente familiar e motivador para os atletas, com um clima agradável, mas sempre em concordância com as regras e os objetivos definidos;

◇ No que diz respeito à Disciplina:

- Combinámos com os atletas sinais e regras no sentido de melhorar o controlo dos comportamentos do grupo e reduzir tempos de transições entre exercícios;
- No sentido de controlar os atletas mais problemáticos, procurámos adaptar o espaço de treino ao número de treinadores presentes no treino de forma a nunca perdermos o controlo visual de todos os exercícios e atletas, intervindo de forma preventiva sempre que algum atleta evidencia-se um comportamento inadequado;
- Procurámos ser justos e coerentes na aplicação de “castigos” e ou “prémios”, tratando os atletas todos por igual, não evidenciando “preferência” por nenhum deles;

Reflexão Conclusiva

O presente relatório representa o culminar do processo de intervenção pedagógica com os Iniciados A da “O CRASTO”, que consistiu no planeamento, operacionalização e condução de todo o processo de treino. Neste ponto do relatório, apresentamos algumas conclusões que derivaram de um processo de análise e reflexão ao trabalho desenvolvido e aos objetivos atingidos.

Através da revisão da literatura percebemos o carácter formativo que o Futebol insere, e deve-se sublinhar que foi, desde o primeiro treino da época, uma preocupação que tivemos sempre presente, a de procurar inculcar nos nossos jovens atletas valores de cidadania, como respeito, humildade e solidariedade. Pudemos verificar a heterogeneidade de formas de “estar” e de “pensar” a vida e os outros, jogadores com personalidades mais fortes ou mais frágeis, jogadores mais seguros de si e outros com problemas de autoestima e confiança. E é dentro desta heterogeneidade que o treinador tem o dever de agir, de conseguir que os atletas possam maturar a sua personalidade, que possam afastar os seus receios e explanem todo o seu potencial.

Assim, devemos reconhecer que o papel do treinador não se esgota na formação desportiva do atleta e deve centrar-se numa formação integral do futuro Homem desportista. E esta tentativa torna-se inócua se não passar de meras palavras. É preciso agir, é preciso agir em conformidade com aquilo que pretendemos inculcar nos jovens. É preciso sermos honestos, se pretendemos inculcar honestidade. É preciso termos postura e respeito, se queremos inculcar respeito e tolerância. É preciso sermos pedagógicos e perceber que todos merecem ter oportunidade de jogar, de ter o seu espaço, de “castigar” quem prevarica, se queremos inculcar valores fundamentais como igualdade e justiça. Mesmo que, desportivamente, essa decisão nos conduza a uma “derrota” no jogo, esta postura levará, com certeza, a uma vitória na vida, daqueles de quem temos o dever de ajudar a formar e a médio/longo prazo conduzirá a uma sociedade mais honesta, solidária e justa.

Depois deste processo de operacionalização da nossa metodologia de treino, parece-nos que para haver sucesso no Futebol tem de haver competência por parte dos seus intervenientes. Em termos operacionais, mais do que a metodologia utilizada, é fundamental para o treinador ter um entendimento claro da sua ideia de jogo, do tipo

de comportamentos que quer observar nos seus atletas para chegar ao “jogar” coletivo pretendido e a forma como vai operacionalizar estas intenções no processo de treino e as suas intervenções para chegar a esse “jogar”. Neste sentido, apresentámos algumas ideias chave no operacionalizar do nosso processo de treino, nomeadamente a “construção” de um Modelo de Jogo, onde definimos os princípios, subprincípios e sub dos subprincípios do “jogar” que pretendíamos, a definição de um microciclo tipo e a definição dos princípios metodológicos que sustentaram essa operacionalização.

Concluindo, foi a interação dos fatores anteriores (e outros evidenciados ao longo do relatório) que permitiu o sucesso da nossa intervenção ao longo da época desportiva. Terminamos com a certeza que para atingir determinada forma de “jogar”, o treinador tem de estar identificado com esse mesmo “jogar” e o foco no comportamento pretendido por essa ideia de jogo, deve advir da configuração do exercício de treino e de uma intervenção do treinador centrada nesses aspetos, de maneira a que haja assimilação, por parte dos jogadores, dos princípios/comportamentos definidos no Modelo de Jogo da equipa (Amieiro, Oliveira, Resende & Barreto, 2006).

Bibliografia

Antão, N. & Seabra, A. (2005), A Formação em Portugal: Treinadores e Coordenadores Técnicos de Futebol. *Treino Desportivo*, 28, 32-36.

Amieiro, N., Oliveira, B., Resende, N., & Barreto, R. (2006). *Mourinho – Porquê tantas vitórias?* Editora Gradiva. Lisboa.

Araújo, J. (1994). *Ser treinador*. Editorial Caminho. Lisboa.

Araújo, D. (1999). O treino de competências psicológicas em jovens. *Treino Desportivo*, Especial 2, 22-30.

Araújo, D. (2005). *O contexto da decisão na ação tática no desporto*. Edição Visão e Contextos. Lisboa.

Araújo, D. (2006). Informação, desempenho e o atleta. *Treino Desportivo*, VIII(30), 20-24.

Araújo, D. (2009). O desenvolvimento da competência tática no desporto: o papel dos constrangimentos no comportamento decisional. *Motriz, Rio Claro*, v.15, nº 3, p. 537-540.

Araújo, D. (2010). Mestrado Desporto e Atividade Física. Teoria do Treino e Prescrição do Exercício. Professor convidado. ESEV. Viseu.

Ardá Suárez, A. (1998). *Análisis de los patrones de juego en fútbol a 7. Estudio de las acciones ofensivas*. Tese de Doutoramento. Faculdade de Ciências da Atividade Física e o Deporte. Departamento de Medicina. Corunha.

Bangsbo, J. (1993): *The Physiology of Soccer - with special reference to intense intermittent exercise*. August Krogh Institute. University of Copenhagen. Denmark.

Bayer, C. (1994). *O ensino dos desportos coletivos*. Dinalivro. Lisboa.

Bento, J. (2004). Desporto. *Discurso e Substancia. Coleção: Saberes do Desporto II*. Campo das Letras. Porto.

Bompa, T. (1990). *Theory and Methodology of Training*. Kendal/Hunt Publishing Company. USA.

Bompa, T. (1999). *Periodization: Theory and Methodology of Traininig*. Champaign: Human Kinetics.

Castelo, J. (1994). *Futebol – Modelo Técnico – Tático do jogo*. Faculdade de Motricidade Humana. Lisboa.

Castelo, J. [et al] (1996). *Metodologia de Treino Desportivo*. Faculdade de Motricidade Humana. Lisboa.

Castelo, J., Barreto, H., Alves, F., Santos, P., Carvalho, J., & Vieira, J. (1998). *Metodologia do Treino Desportivo*. Edições FMH. Lisboa.

Castelo, J. [et al] (2000). *Metodologia de Treino Desportivo (3ª edição)*. Faculdade de Motricidade Humana. Lisboa.

Castelo, J. (2002): *O exercício de treino desportivo. A unidade lógica de uma programação e estruturação do treino desportivo*. Edições Faculdade de Motricidade Humana. Lisboa.

Cardoso, F. (2006) *A necessidade de contextualizar a dimensão tática no futebol*. Dissertação de licenciatura não publicada. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Porto.

Tavares, J. (2003). Entrevista a Carlos Carvalhal. *Uma noção fundamental: a Especificidade. O como investigar a ordem das “coisas” do jogar, uma espécie de invariâncias de tipo fractal*. Monografia de licenciatura. Universidade do Porto, FCDEF. Porto.

Catita, P. (1999). Estatística Desportiva – Números que falam. *Training*, 0, 8-12.

Coelho, J. & Tiesler, N. (2006). O paradoxo do jogo português: a omnipresença do futebol e a ausência de espectadores dos estádios. *Análise Social*, vol. XLI (179), 519-551.

Comité Olímpico Internacional. COI. In www.olympic.org

Costa, J. (2001). *Inteligência geral e conhecimento específico no Futebol. Estudo comparativo entre a Inteligência geral e o conhecimento específico em jovens futebolistas federados de diferentes níveis competitivos*. Dissertação de mestrado. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Porto.

Costa, J.C.; 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 nº4, pp. 7-20.

Faria, R. (1999). *Periodização Tática. Um imperativo conceptametodológico do rendimento superior em futebol*. Dissertação de licenciatura. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Porto.

Farias, C. (2007). *A Intervenção Pedagógica do Conteúdo do Treinador de Futebol. Estudo Aplicado em Treinadores Licenciados e não Licenciados em Educação Física nos Escalões de Escolinhas e Infantis*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Porto.

Figueiredo, Abel (1996). Movo-me, Logo Existo!. *Millenium – Revista do Instituto Politécnico de Viseu*. Nº2, Abril, 58-64.

Martins, F. (2003). Entrevista a Vítor Frade. *A Periodização Tática Segundo Vítor Frade : Mais do que um conceito uma forma de estar e de refletir o futebol*. Dissertação de Licenciatura. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Porto.

Leal, P. (2004). Entrevista a Vítor Frade. *Rendimento no Futebol: diferentes entendimentos, diferentes orientações metodológicas*. Dissertação de Licenciatura não publicada. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto. Porto.

Federação Portuguesa de Futebol. FPF. Lisboa. In www.fpf.pt

Ferreira, A. P. (n.d.). Ensinar os jovens a jogar...a melhor solução para aprendizagem da técnica e da tática. Disponível em <http://www.scielo.oces.mctes.pt>.

Figueiredo, A. (2009). *Teoria do Treino*. Aulas do Mestrado em Desporto e Atividade Física. ESEV. Viseu.

Garganta, J. (1997). *Modelação tática do Futebol. Estudo da organização ofensiva de equipas de alto nível de rendimento*. Dissertação de Doutoramento. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Porto.

Garganta, J. (1998). Analisar o jogo nos jogos desportivos coletivos. Uma preocupação comum ao treinador e ao investigador. *Horizonte*, vol. XIV (83), 7-14.

Garganta, J.; Marques, A. & Maia, J. (2002). Modelação Tática do Jogo de Futebol. Estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento. *A investigação em Futebol*. FCDEF. 51-66.

Garganta, J. & Pinto, J. (1995). O ensino do Futebol. *O Ensino dos Jogos Desportivos*. In Graça A. & Oliveira J. (Eds.). CEJD/FCDEF-UP. 95-137.

Garganta, J. (1995). Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos. In A. Graça & J.

Oliveira (eds.). *O ensino dos jogos desportivos coletivos* (3ª ed), (pp 11-25). Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Porto.

Garganta, J. (1999) *A análise do jogo em futebol. Percurso evolutivo e tendências*. F. Tavares (Ed.) Estudos 2 (pp.14-40). CEJDEF – UP. Porto.

Garganta, J. & Cunha e Silva, P. (2000). O jogo de futebol entre o caos e a regra. *Revista Horizonte*. Vol. XVI – nº9.

Garganta J (2002). Competências no ensino e treino de jovens futebolistas. *EF Deportes Revista Digital*. Buenos Aires, Ano 8, Fevereiro, nº 45.

Garganta J. (2006a). Futebol: uma arte em busca da ciência e da consciência? *Revista Horizonte*, XXI (123), 21-25.

Garganta, J. (2006b). Ideias e competências para “pilotar” o jogo de Futebol. G. Tani. J. Bento & R. Peterson (eds). *Pedagogia do Desporto*. Guanabara Koogan. Rio Janeiro.

Graça, A. (2007). *Modelos e Conceções de Ensino do Jogo*. 1º Congresso Internacional de Jogos Desportivos. Faculdade de Desporto. Porto.

Graça, A. & Mesquita, I. (2009). Ensino dos jogos desportivos: conceções, modelos e avaliação. A. Rosado & I. Mesquita (Eds.). *Pedagogia do Desporto* (131-163). Edição da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa. Lisboa.

Gréhaigne, J. & Guillon, R. (1992). L'utilisation des jeux d'opposition a l'école. *Revue de l'Education Physique*, 32 (2): 51-67.

Gréhaigne, J. (1992). *L'organisation du jeu en football*. Editions Actio. Paris.

Gréhaigne, J.; Godbout, P. (1995). Tactical knowledge in team sport from a constructivist and cognitivist perspective, *Quest*, 47 (4): 490-505. Champaign Illinois.

Gomes, J. (2004): *Estudo da congruência entre a Periodização do Treino e os Modelos de Jogo, em Treinadores de Futebol de Alto Rendimento*. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade da Universidade do Porto. Porto.

Johnson, J. G. (2006). Cognitive modeling of decision making in sports. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 631-652.

Lima, T. (2000). Competições para jovens. *O Melhor da Revista Treino Desportivo*, Edição do CEFD, Lisboa, pp. 235-248.

Mahlo, F. (1980). *O ato tático no jogo*. Ed. Compendium. Lisboa.

Mesquita, I. (1997). *A pedagogia do treino: A formação em jogos desportivos coletivos*. Livros Horizonte. Lisboa.

Mesquita, I. (1998). *A instrução e a estruturação das tarefas no treino de voleibol: Estudo experimental no escalão de iniciados feminino*. Dissertação de Doutoramento. Universidade do Porto. Porto.

Mesquita, I. (2000). *A pedagogia do treino – a formação em jogos desportivos coletivos*. Livros Horizonte. Lisboa.

Mesquita, I., C. Farias, et al. (2009). A intervenção pedagógica, sobre o conteúdo, do treinador de Futebol. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte* 23(1).

Miller, J. (1995): A "small-game" approach to tactical awareness. *Scholastic Coach*, 64 (10): 27-30.

Moya, F. (1996): *El concepto de táctica individual en los deportes colectivos*. Congresso Internacional de Entrenamiento Deportivo. Apuntes. Educación Física y Deportes, 51: 16-22.

Nascimento, P. (2008). *Caracterização da transição defesa-ataque de uma equipa de sucesso no futebol contemporâneo: estudo de caso na equipa do Manchester United FC*. Monografia de licenciatura apresentada à FADEUP. Porto.

Nunes, M. (1995). A Formação e o Treinador de Futebol. *Revista Horizonte*(68): 75-78.

Oliveira, J. (2004). *Conhecimento específico em futebol. Contributos para a definição de uma matriz dinâmica ensino-aprendizagem/treino do jogo*. Dissertação de mestrado apresentado à FADEUP. Porto.

Oliveira, M. (2006). *Caracterização técnico-tática do modelo de jogo de duas equipas de futebol da superliga portuguesa. Estudo de caso*. Monografia de licenciatura apresentada à FADEUP. Porto.

Pinto, A. (2007). *Se não fosse para ganhar... A importância da dimensão tática no ensino dos Jogos Desportivos Coletivos*. Campo das letras, Editores, S.A., 2007.

Queiroz, C. (1986). *Estrutura e organização dos exercícios de treino em futebol*. Federação Portuguesa de futebol. Lisboa.

Silva, A. (2009). *Intervenção pedagógica sobre o conteúdo do treinador de futebol profissional: estudo de caso*. Dissertação de licenciatura apresentada à FDEUP. Porto.

Tavares, J. (2003). Entrevista a Carlos Queiroz. *Uma noção fundamental – a especificidade: o como investigar a ordem das “coisas” do jogar, uma espécie de invariâncias de tipo fractal*. Dissertação de Licenciatura. FCDEF-UP. Porto.

Ribeiro, P. (2008). *Do Modelo e Conceção de Jogo à Análise da Performance no Futebol: O Treino enquanto indutor da Operacionalização de um modo de Jogar*

Específico. Dissertação de Licenciatura. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Porto.

Rodriguez, S., Girela, D., Rodriguez, L., Guerrero, J. & Eduardo, M. (2008). Influencia de factores socio-afectivos y cognitivos en la práctica de actividad físico-deportiva en escolares de la provincia de Ciego de Ávila, Cuba. *Revista Digital*. Buenos Aires. Ano 13. Nº 120.

Rodrigues, J. (1997). *Os Treinadores de Sucesso*. Edição Faculdade de Motricidade Humana. Lisboa.

Rosado, A. & I. Mesquita (2009). *Pedagogia do Desporto*. Edição Faculdade de Motricidade Humana. Lisboa.

Ricardo, V. (2005). *Novas estratégias de ensino para os jogos desportivos. Um estudo experimental na modalidade de basquetebol em alunos do 9º ano de escolaridade*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física – Universidade do Porto. Porto.

Santos, A. C. & J. d. J. F. Rodrigues (2008). Análise da instrução do treinador de futebol: Comparação entre a preleção de preparação e a competição. *Fitness & performance jornal* (2): 112-122.

Santos, A. S. (2008). *A Intervenção Pedagógica sobre o Conteúdo do Treinador de Voleibol em Função do Género dos Atletas e do Escalão de Prática*. Dissertação de licenciatura. FDEUP. Porto.

Santos, J. M. (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 da Foz*. Monografia de licenciatura apresentada à faculdade de desporto da Universidade do Porto. Porto.

Seaborn, P., P. Trudel, et al. (1998). Instructional content provided to female ice hockey players during games. *Applied Research in Coaching and Athletics Annual*. 119-141.

Schellenberger, H. (1990). *Psychology of team sports*. Toronto. Sports Book Publisher.

Sá, P., Romero, J.F., Gomes, A.R., Saavedra, M., & Avezedo, A. (2009). Os indicadores para a tomada de decisão do guarda-redes de andebol. J. Fernández, G. Torres, & A. Montero (Eds.), II Congresso Internacional de Deportes de Equipo. Editorial y Centro de Formación Alto Rendimiento. Corunha. Espanha.

Silva, J. (2008). *Caracterização Técnico-Tática de jogos reduzidos em Futebol – Avaliação do impacto produzido pela alteração das variáveis espaço e numero de jogadores*. Dissertação de Mestrado. FCDEF. Porto.

Sousa, P. (2005). *Organização do jogo de Futebol. Proposta de mapeamento de situações táticas a partir da revisão da literatura e do entendimento de peritos*. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Ciências de Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto. Porto.

Sequeira, P. (2009). *Planeamento do Treino e Prescrição do Exercício*. Aulas do Mestrado em Desporto e Atividade Física. Professor convidado. ESEV. Viseu.

Soares, J. (2005). *O treino do futebolista: Resistência-Força-Velocidade*. Porto editora, Porto

Teques, P. (2009). *A importância da Psicologia no Desporto*. Seminário de Psicologia da Universidade de Coimbra (2009, Março 28) Artigo publicado online pela Associação Portuguesa de Escolas de Futebol.

Tavares, F. (1993). *A capacidade de decisão tática no jogador de basquetebol. Estudo comparativo dos processos percetivo-cognitivos em atletas sénior e cadetes*. Dissertação de Doutoramento. FCDEF-UP. Porto.

Teodorescu, L. (1984). *Problemas de teoria e metodologia dos jogos desportivos*. Livros Horizonte. Lisboa.

Vieira, J. (2003). *Capacidade de decisão tática em futebol. Estudo da adequação e tempo de resposta em seleções nacionais presentes no campeonato da Europa de sub-17/2003*. Dissertação de Mestrado. FCDEF-UP. Porto.

9. Anexos

9.1. Anexo nº 1 Planeamento Anual

9.2. Anexo nº 2 Planos de Microciclo e Fichas de Jogo

9.3. Anexo nº 3 Planos de Treino

9.4. Anexo nº 4 Modelo de Jogo “Construído”

9.5. Anexo nº 5 Exercícios Padrão

9.6. Anexo nº6 Fichas Individuais dos Atletas

Parte B

Perfil de competências do Treinador de Jovens

Resumo

O estudo pretende identificar um perfil de competências ideal, de acordo com a apreciação dada por treinadores das camadas jovens das equipas do concelho de Viseu, avaliando a influência de variáveis como a idade, nível de escolaridade, formação técnica, nível e anos de prática como atleta, experiência profissional como treinador e escalão etário em que desempenham a sua função. Na revisão da literatura são abordados os principais conceitos relativos à função e ao perfil de competências do treinador de jovens que sustentam o presente estudo. A amostra do estudo foi constituída por 64 treinadores, com uma média de idade de 31.2 anos. O instrumento de estudo utilizado foi um questionário adaptado de Costa & Rosado (2005).

Os dados obtidos foram tratados através de estatística descritiva e inferencial, nomeadamente as técnicas estatísticas não paramétricas de Kruskal-Wallis e MannWhitney, pois verificou-se a existência de $N < 30$ nos diferentes subgrupos e não se verificou normalidade na distribuição da amostra.

O estudo descreve as características gerais dos treinadores inquiridos e a apreciação dada pelos mesmos ao perfil de competências do treinador de jovens ideal. Podemos constatar que o nível de escolaridade é o grande diferenciador relativamente ao perfil de competências idealizado pelos treinadores inquiridos, e que a idade, a experiência profissional e o escalão etário em que desempenham a função também introduzem alguma variabilidade na valorização do perfil de competências. Em relação às restantes variáveis, conclui-se que introduzem pouca variabilidade pois verificou-se que a apreciação do perfil de competência foi, de um modo geral, homogénea. Os treinadores atribuem maior nível de importância às competências que estão intimamente relacionadas com o seu trabalho diário (“Conhecimentos técnico-táticos da modalidade”, “Demonstrar motivação para a atividade e para a progressão na carreira”, “Conhecimentos de planeamento do treino”, “Capacidade de operacionalizar a transmissão de conteúdos”).

Palavras-chave: Treinadores, Competências, Futebol, Formação.

Abstract

The study aims to identify a competency profile for the ideal coach, according to appraisal given by coaches from the youth teams of the municipality of Viseu, assessing the influence of variables such as age, level of education, technical training, level and years of practice as an athlete, professional experience and age group coached.

In the literature review are approached the main concepts related to the role and the skills profile of the youth coach that underpin this study. The study sample consisted of 64 coaches, with an average age of 31.2 years. The study instrument was a questionnaire adapted from Costa and Rosado (2005). The data were processed using descriptive statistics and inferential statistical techniques, namely nonparametric Kruskal-Wallis and MannWhitney due to the existence of $N < 30$ in the different subgroups and a normal distribution of the sample was not verified.

The study describes the general characteristics of the coaches surveyed and the appreciation given to the skills profile of the youth coach. We can see that the level of education is the great differentiator for the skills profile designed by the coaches surveyed, and that age, work experience and age group coached also introduce some variability in the skills profile. For the remaining variables, it is concluded that they add little variability as the competence profile was generally homogeneous.

Coaches give greater importance to the level of skills that are closely related to their daily work ("technical and tactical knowledge of the game", "Show motivation for the activity and for career advancement", "Knowledge of training planning", "Ability to operate the transmission of ideas").

Keywords: Coaches, Skills, Football, Training

Introdução

O futebol é uma modalidade desportiva com longa existência e cuja popularidade no nosso país atingiu valores bastante significativos, não só quanto à quantidade de espectadores, mas também ao número de praticantes.

Segundo Coelho e Tiesler (2006), “os números das audiências televisivas, da circulação dos jornais desportivos, ou a omnipresença do tema nas conversas quotidianas, não deixam qualquer dúvida sobre o impacto social do futebol na Sociedade Portuguesa.”

No entanto, a importância do futebol em Portugal não deve ser compreendida apenas na análise das dimensões observáveis e estatísticas, pois esse “impacto social profundo do futebol tem também uma crucial dimensão simbólica”, pois para os autores supracitados, a maioria dos portugueses parece ver e sentir o futebol como um “indicador seguro da *qualidade e competência* do país e seus habitantes.”

Antão e Seabra (2005), referem que o futebol como jogo desportivo coletivo, pelas características que lhe são imputadas, assume um papel de extrema importância na sociedade atual, sendo classificado como um fenómeno social que move grandes massas, defendendo que podemos, através do futebol, formar e educar para uma sociedade melhor.

Desta forma, essa popularidade e consequente procura acarretam como consequência um maior rigor por parte dos seus intervenientes – clubes, diretores técnicos, treinadores, atletas, entre outros – pela construção e implementação de linhas de orientação no sentido de construir bases sólidas ao processo no desenvolvimento da modalidade. A par desta evolução surge a influência de novas metodologias de ensino e meios, sendo, por isso, necessário um constante enriquecimento de novos conhecimentos.

Na opinião de Antão e Seara (2005), os clubes falam em formação e tomam a decisão de formar, mas na tomada de qualquer decisão tem obrigatoriamente que haver interrogações (porquê? para quê? como? onde? e quem?) para que essas decisões possam contribuir para a obtenção dos objetivos pretendidos. Uma das interrogações é “quem?”, ou seja, qual o treinador e porquê esse treinador. Na verdade, o treino a

que o jogador é sujeito tem a ver diretamente com a formação do treinador, com o seu perfil e as suas competências.

Este estudo surge então, na perspetiva de caracterizar algumas variáveis de um dos agentes desportivos fundamentais da própria modalidade (os treinadores), cujo desempenho e contributo se tornam indispensáveis para um correto funcionamento da mesma.

O estudo pretende caracterizar e analisar as perceções dos treinadores dos escalões jovens das equipas da Associação de Futebol de Viseu, permitindo assim, obter dados concretos que nos permitam aquilatar a situação real existente no distrito e nos possibilite perceber e conhecer mais detalhadamente estas pessoas, que são das que mais influência têm na prática desportiva dos jovens futebolistas.

Para Nunes (1995), a qualidade da prática desportiva dos jovens atletas está intimamente relacionada com a qualidade de transmissão de conhecimentos por parte dos agentes de ensino, que neste caso são os treinadores. Preconizamos, a este respeito, que a qualidade dos próprios conhecimentos por parte do treinador assume uma importância elevada nessa mesma qualidade da prática desportiva dos jovens.

O estudo da valorização das competências no perfil do treinador de futebol jovem, por parte dos treinadores das equipas de formação da Associação de Futebol de Viseu é importante, com vista a uma análise profunda das perceções de competência, fundamentando assim, muitas das decisões de qualificação da sua formação e consequentemente da sua ação profissional. Como refere Costa (2005), a formação dos treinadores tem sido sistematicamente descuidada pela investigação científica.

Tendo em conta estes pressupostos, pretende-se identificar o Perfil de Competências, de acordo com a perceção dos Treinadores do Futebol Formação das equipas do concelho de Viseu inscritas na Associação de Futebol de Viseu. Sendo estas metas pertinentes, para conhecer as competências mais valorizadas pelos treinadores, relativamente às representações mais adequadas de um treinador de jovens, possibilitando o planeamento, otimização e adequação dos processos formativos.

10. Revisão de Literatura

10.1.O Treinador de Futebol – contexto legal e institucional

Ao longo dos últimos anos, vários foram os governos que demonstraram nos seus programas preocupação pela existência de sistemas de formação adequados para os diversos agentes desportivos. Efetivamente esta atenção surge pelo facto da qualidade dos recursos humanos ser uma das variáveis que mais influência tem, no desenvolvimento do desporto e, conseqüentemente, dos seus praticantes. Assim, tornou-se imprescindível legislar a formação, nomeadamente de treinadores desportivos, para assim portar os mesmos de habilitações que lhes permitissem exercer, de forma mais competente, a sua função.

Como referência tivemos a Lei de Bases do Sistema Desportivo, Lei nº 30/04 de 21 de Julho, que estabeleceu a base nacional que orientou a atividade dos técnicos em Portugal, tendo em conta a regulamentação da formação. Nos pontos dos artigos a seguir transcritos poderemos aquilatar algumas das informações que a Lei de Bases do Sistema Desportivo perfilhou relativamente ao enquadramento dos técnicos no sistema desportivo português.

Artigo nº 36 – Docentes e Técnicos

“2 - São considerados técnicos quer os treinadores, quer aqueles que exerçam funções análogas a estes, ainda que com denominação diferente, quer ainda os que desempenhem na competição funções de decisão, consulta ou fiscalização, visando o cumprimento das regras técnicas da respetiva modalidade.

3- O acesso ao exercício de atividades técnicas na área do Desporto é legalmente condicionado à posse de habilitações adequadas e à frequência de formação e de atualização de conhecimentos técnicos e pedagógicos, em moldes ajustados à circunstância de essas funções serem desempenhadas em regime profissional, ou de voluntariado, e ao grau de exigência que lhes seja inerente.”

Artigo nº 38 – Princípios gerais de formação desportiva

“2 - Não é permitido o exercício de atividades de ensino, animação, treino ou enquadramento no contexto de uma atividade física ou desportiva, mediante regulamentação, a título de ocupação principal ou secundária de forma regular, sazonal ou ocasional, sem a adequada formação profissional que comprove a habilitação para o efeito.”

Observamos também que, segundo a Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto, Lei nº5/2007 de 16 de Janeiro, a Federação Portuguesa de Futebol, organismo que gere o Futebol jovem em Portugal, devido ao seu estatuto de utilidade pública tem a “competência para o exercício, em exclusivo, de poderes regulamentares, disciplinares e outros de natureza pública”. Neste mesmo documento, nomeadamente no seu artigo 35º, é reforçada a intenção de regulamentar todos os profissionais que possam exercer o cargo de Treinador de Futebol. Este artigo, direcionado para a Formação dos Técnicos, orienta o “processo de aquisição das competências e atualização de conhecimentos específicos para o cargo” para a sua definição na lei. Mais, reforça o facto de não ser permitido que qualquer profissional desempenhe funções nas áreas da atividade física e do desporto, “designadamente (...) do treino desportivo, (...), sem a adequada formação académica ou profissional.”

Neste contexto, a Federação Portuguesa de Futebol, define no seu Regulamento de Provas Oficiais, no artigo 114.02, a obrigatoriedade dos clubes de Futebol terem “ao seu serviço, pelo menos, um treinador por cada equipa filiada, no organismo desportivo da tutela, com o mínimo de nível I de habilitação”.

Constatamos então, um cuidado em evitar que pessoas sem formação ou com formação insuficiente exerçam funções técnicas. As Associações e as Federações devem responsabilizar-se pela formação de técnicos e de agentes desportivos, regulando todo o processo de formação através de cursos ou de ações de formação.

Mais diplomas foram publicados pelo governo no sentido de estreitar a regulamentação da Formação de Treinadores.

No decreto-lei nº 248-A-2008 de 31 de Dezembro é estabelecido “o regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto”. Esta derivação legislativa “assenta no reconhecimento de que a existência de treinadores devidamente qualificados é uma medida indispensável (...)”. Uma das particularidades importantes deste documento é a qualificação como “ilegal, do exercício de atividade de treinador de desporto por quem não seja titular da cédula de treinador de desporto, prevendo-se o correspondente quadro sancionatório”.

De facto, no seu artigo 5º é determinada como condição de acesso ao exercício da função de treinador de desporto “a obtenção de cédula de treinador de desporto”. No artigo seguinte fica claro, que a responsabilidade para certificação dos profissionais, nomeadamente com a tarefa de emissão e renovação da cédula, compete ao Instituto de Desporto de Portugal (IDP).

Este documento torna-se um diploma referência na medida em que para além destas determinações, fundamentais para o controlo dos agentes desportivos responsáveis pela formação em Portugal, define o regime de fiscalização e o regime sancionatório de base para esse mesmo controlo. Por conseguinte, este Decreto-Lei n.º 248 -A/2008 de 31 de Dezembro, estabelece o regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto, limitando-o aos detentores da Cédula de Treinador de Desporto (CTD).

O despacho nº 5061/2010 define as normas para a obtenção e emissão da mesma Cédula de Treinador Desporto.

Na sequência destes dois documentos reguladores da Formação de Treinadores, surgiu o Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNTF), que para além de determinar as diretrizes que regulamenta a Formação dos Treinadores em Portugal, veio estabelecer um novo processo de certificação por parte de uma entidade central (IDP).

Segundo o novo enquadramento legal, foi homologada a possibilidade de obtenção da CTD através de uma habilitação académica de nível superior na área das Ciências do Desporto, remetendo que, como condição prévia, é imprescindível garantir o reconhecimento dos respetivos cursos, nomeadamente para efeitos de emissão da Cédula de Treinador de Desporto (CTD).

Mais recentemente, foi publicada uma nova lei que, para além de revogar a anterior lei nº248-A/2008, estabelece o regime de acesso e exercício da atividade de treinador (a)

de desporto. Assim, a Lei nº 40/2012, de 28 de Agosto, determina a necessidade de obtenção de um Título emitido pelo Instituto Português do Desporto e Juventude, o qual confere competências ao titular consoante o seu grau: I, II, III e IV. Além de reconhecer os títulos adquiridos noutros países, a nova lei define especificamente o regime de fiscalização, aplicação de taxas e coimas, bem como da cassação dos referidos Títulos.

Neste decreto é estabelecido “o regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto”. Esta derivação legislativa assenta em pretensão de determinados objetivos gerais, nomeadamente “a promoção da ética desportiva e do desenvolvimento do espírito desportivo” e a “defesa da saúde e da segurança dos praticantes, bem como a sua valorização a nível desportivo e pessoal, quer quando orientados para a competição desportiva quer quando orientados para a participação nas demais atividades desportivas”. No seu artigo 2º são também definidos os objetivos específicos deste novo regime de acesso:

- a) “Fomentar e favorecer a aquisição de conhecimentos gerais e específicos que garantam competência técnica e profissional na área de intervenção desportiva;
- b) Impulsionar a utilização de instrumentos técnicos e científicos, ao longo da vida, necessários à melhoria qualitativa da intervenção no sistema desportivo;
- c) Promover o aperfeiçoamento qualitativo e o desenvolvimento quantitativo da prática desportiva, quer seja de iniciação desportiva, de competição ou de alto rendimento;
- d) Dignificar as profissões e ocupações do desporto e fazer observar a respetiva deontologia, reforçando os valores éticos, educativos, culturais e ambientais, inerentes a uma adequada prática desportiva;
- e) Contribuir para facilitar o reconhecimento, o recrutamento e a promoção de talentos com vista ao desenvolvimento do desporto;
- f) Contribuir para o reconhecimento público da importância social do exercício da atividade e da profissão de treinador de desporto”.

No artigo 5º da presente lei, é determinada como condição de acesso ao exercício da função de treinador de desporto “a obtenção do título profissional válido para o

exercício da atividade de treinador de desporto em território nacional”. O artigo 6º define a responsabilidade da certificação dos profissionais, através da tarefa de emissão e renovação da cédula, ao Instituto de Português do Desporto e Juventude (IPDJ, I. P.).

No artigo 10º, o documento estabelece quais as competências conferidas ao titular do título profissional, de acordo com o grau dessa certificação. É evidente a preocupação das entidades competentes em regular a formação e a certificação dos profissionais de desporto, procurando criar condições para uma prática orientada por profissionais competentes nas suas valentes técnicas e pedagógicas, valorizando assim o processo de intervenção no sistema desportivo, de forma a atingir um desenvolvimento quantitativo e qualitativo da prática desportiva, assente na transmissão de valores éticos, culturais, ambientais e educativos.

10.2. Treinador Desportivo de Jovens

Para Bento (2004), é reconhecido que vivemos, desde há algumas décadas, um período de crise ideológica e de axiologia. De facto, e segundo o mesmo autor, e fazendo fé no que lemos e experienciamos no nosso dia-a-dia, tem-se assistido a uma “desordem cultural” e a uma acentuada dificuldade no capítulo da transmissão e imposição de uma determinada hierarquia de valores. Assim, “a vida parece estar a ser comandada por uma espécie de *ética indolor*, de acentuado pendor hedonista, (...), valorizando as experiências (...), isto é, a fruição do presente, o vale tudo o sucesso a todo o custo, como se os fins justificassem todos os meios”.

Nesta sociedade, em que os valores éticos e morais aparecem desacreditados, parece-nos importante reconhecermos a existência de outros agentes, para além da família, com papel relevante na transmissão dos anteriores valores aos jovens de hoje. A verdade é que o aumento do horário laboral dos pais, o aumento da carga horária escolar dos jovens, o aparecimento dos centros de tempos livres e centros de estudo ou ainda o aparecimento de diferentes atividades extracurriculares, levaram a um maior distanciamento dos jovens com a família, no passado responsável pela transmissão, na sua maioria, de importantes valores morais e hábitos sociais, e consequentemente maior fragilidade em relação a possíveis comportamentos desviantes ou influências negativas vindas dos seus pares. É comum, nos dias de

hoje, haver jovens que passam mais tempo com amigos do que com os pais ou professores e que passam mais tempo nos próprios clubes do que na própria casa.

Bento (2004), acrescenta “(...). A isto somam-se o eclipse da família e o desaparecimento da socialização primária. Pelo que a educação institucional vê-se hoje obrigada a reforçar o seu papel no capítulo de princípios e valores, e hábitos que era suposto terem sido transmitidos e assimilados na família.”

Segundo Bento (2006), um dos locais importantes de educação e formação são, nos dias de hoje, os clubes desportivos. “Queira-se ou não, nos clubes desportivos, nos ginásios, nas piscinas, (...), decorrem constantemente processos pedagógicos e são continuamente desencadeados efeitos educativos.”

Estas são algumas razões que marcam o papel fundamental que as instituições e clubes desportivos devem ter, não só na formação desportiva mas também na formação ética e social dos jovens, através da transmissão de valores morais hierarquizados pela sociedade em que se encontram inseridos. A importância da aquisição destes valores sociais é reforçada por McCallister, Blinde e Weiss (2000), os quais referem que os jovens, através da participação no desporto, assimilam valores e exploram comportamentos que assumem particular importância na integração na sociedade.

De acordo com Bento (2006), “A abordagem do clube desportivo como instituição pedagógica é, pois, particularmente urgente (...). Por um lado, apesar das novas tendências da cultura desportiva, continua a ser grande o número de crianças e jovens que praticam desporto na instituição clube.” O mesmo autor realça a variedade de entidades pedagógicas presentes num clube, desde praticantes, treinadores, dirigentes, jornalistas ou espectadores, entidades essas que devem assumir o papel de exemplo ético e social.

Efetivamente, à prática de Desporto pelo jovem está associada a transmissão de grande variabilidade de valores desportivos com carácter ético e social. Segundo McCallister, Blinde e Weiss (2000), valores como fair-play, respeito, cooperação, capacidade de decisão e de trabalhar em grupo, liderança e solidariedade aparecem associados à participação ativa no desporto por parte dos jovens.

Bento (2006) refere ainda que é incontestável a poderosa influência que a figura do treinador (no seu papel e função enquanto personalidade pedagógica) exerce sobre as

atitudes, princípios e valores, e comportamentos dos jovens atletas. Também Araújo (1994), refere a que o treinador é “um elemento transmissor de princípios, regras, conhecimento desportivos, educativos, pessoais, sociais, culturais e, por vezes, também políticos e religiosos”.

Reconhecendo esta influência que o perfil comportamental do treinador e o papel do mesmo, enquanto transmissor de valores éticos e sociais, tem nos jovens, parece importante reconhecer que o papel do treinador não se esgota na formação desportiva do atleta e deve centrar-se numa formação integral do Homem desportista.

Refere Rosado (2000) que o fundamental no desporto dos mais jovens, é entendermos que o seu contexto atual, exige técnicos competentes com formação nas mais variadas áreas de intervenção, e não apenas com uma formação meramente técnica.

Segundo Pacheco (2001), formar jovens no Desporto é uma atividade pedagógica, aliciante e atrativa, que exige de todos os que a dirigem, uma qualificação adequada e um elevado sentido de responsabilidade para com o praticante, o sistema desportivo e a sociedade.

Acresce assim a importância do treinador: além de ser um técnico, é igualmente um educador e um líder, que interfere na formação global do atleta.

Segundo um estudo apresentado por Cassidy, Jones e Potrac (2008), e onde duzentos atletas foram questionados sobre as características, que na opinião deles, descrevem um “bom” treinador, recolheram-se as seguintes características:

- Paciente, Experiente, Bom Comunicador, Conhecedor das Habilidades, Motivador, Sentido de Humor, Gestor de Pessoas, Organizado, Capacidade para Ensinar, Bom Ouvinte, Bom Gestor do Tempo, entre outras.

Marques (2002), refere-se ao treinador de jovens como “alguém que compreenda o que é ser criança e adolescente e que esteja preparado para articular um conjunto de estratégias de intervenção centradas no sujeito da prática – o jovem desportista”. Para este autor, o treinador é um educador, referindo que a ausência de qualificação por parte destes é um desrespeito para com os atletas.

Ainda no passado recente os treinadores de escalões de formação eram, na sua maioria, pessoas sem habilitações para exercer tal tarefa, o que na maior parte dos

casos, resultava por decalque num tipo de trabalho idêntico daquilo que era vivenciado enquanto jogadores seniores. No presente esta realidade começa a ser corrigida com as recentes leis do Desporto e os regulamentos da própria federação que gere o Futebol em Portugal. Essa aplicação desajustada de meios e métodos do passado, devia-se, segundo Garganta (1986), sobretudo à deficiente (ou inexistente) formação das pessoas que tinham a seu cargo essa tarefa difícil de conduzir um processo de treino de jovens e a orientação do mesmo para objetivos somente direcionados para o rendimento desportivo.

Neste sentido é importante referir, que a vertente formativa do Desporto está sempre presente. Não podemos olhar para a vitória como único pressuposto para a obtenção do sucesso, de procurar vencer a todo o custo mas procurar a vitória como consequência de um processo de formação adequado, baseado em princípios éticos e sociais fundamentais. Segundo Marques (2002), a preparação desportiva da criança não pode estar condicionada por objetivos de rendimento desportivo, antes se insere num conjunto de preocupações que levam à formação e educação do jovem.

Para Araújo (1994), o treinador deve ter presente que o jovem desportista, mais do que um simples jogador, é alguém que se encontra em processo de construção dos traços da sua personalidade, e que esse processo deve merecer especial preocupação por parte do treinador. A preparação dos jovens deve incentivar o seu entusiasmo pela prática desportiva e ensiná-los a serem respeitadores da ética e das regras que regem o desporto e a vida em sociedade.

10.3. Perfil de Competências de um Treinador de Jovens

Para se perceber de um modo mais eficaz a função de treinador, torna-se fundamental definir o seu perfil de competências.

Segundo Costa (2005), uma função é vista como o desempenho de um ofício, atividade, exercício ou trabalho, profissão ou tarefa. O mesmo autor refere, ainda, que a pessoa que exerce determinada função deve estar munida de uma base de conhecimentos e experiência, que deve saber utilizar de modo a resolver os problemas profissionais que se lhe deparem.

Começamos por referir e compreender o significado atribuído à palavra “Perfil”. Perfil é definido como uma “descrição de uma pessoa em traços que ressaltam as suas características básicas” (DLP; 2009).

Sandberg, citado por Batista et al, 2008, define “Competência” como uma combinação de conhecimento, experiências e capacidade de cada pessoa: “competence as a combination of a person’s knowledge, experiences and abilities.”

Para Rosado (2000), a competência não pode ser interpretada como um dom ou uma disposição, nem, como pretendem as reflexões mais comportamentalistas, um conjunto de comportamentos particulares que os treinadores devem dominar. Deste modo, entende por competência um núcleo de saberes em torno de funções profissionais ao redor das quais se agrupam ações profissionais concretas. O mesmo autor refere que as competências não são imutáveis.

Em sintonia com o anterior pensamento, Costa (2005), refere que a definição de um perfil profissional não é estática, pois para este autor competências que hoje são adequadas, podem deixar de o ser no futuro, devido aos constantes progressos na área da investigação que levam a que tenhamos acesso a informação atualizada, que por sua vez vai possibilitar um conhecimento atual e evolutivo da sociedade e das diferentes variáveis/fatores que influenciam a definição desse mesmo perfil.

Rosado (2000), refere que um perfil profissional corresponde a uma descrição das atividades, competências, atitudes, e comportamentos necessários para o exercício das profissões ou ocupações profissionais, concluindo que para cada função tem de existir um perfil de competências.

Revela-se, no entanto, muito complicado descrever um treinador ideal, pois normalmente para este tipo de cargo, não existe um perfil único, mas um infinito número de perfis. Nesta linha de pensamento Costa (2005), refere que são muitas as percepções do que é ser treinador e quais deverão ser as suas competências.

Para Araújo (1994), ser treinador exige um conhecimento multidisciplinar, defendendo que são fundamentais os conhecimentos inerentes à tática, à técnica e à preparação condicional do jogo em que o treinador se especialize, bem com o domínio da pedagogia e metodologia de ensino e a necessidade expressa de ser um especialista no provocar do interesse e da motivação dos que consigo aprendem e treinam. Ainda o mesmo autor, refere que “o verdadeiro «segredo» dos treinadores com sucesso

reside em, para além do seu “saber” e “saber estar” na relação com atletas e dirigentes, serem capazes de criar nuns e noutros a motivação própria de quem se sente a participar e a contribuir de modo efetivo para o progresso coletivo”.

Segundo Rosado (2000), o treinador exerce, em primeiro lugar, influências sobre os atletas que provocam modificações nas estruturas psicomotoras, cognitivas e sócio – afetivas, transformações estas que visam a melhoria do rendimento desportivo dos atletas a seu cargo. Acrescenta ainda que o treinador exerce uma influência não só sobre o nível da prática da modalidade sobre o jovem enquanto atleta, mas também sobre o jovem enquanto pessoa e, que assim sendo, o objetivo de qualquer modelo de formação e de qualquer perfil de competências a prescrever deverá orientar-se no sentido de otimizar as referidas influências do treinador sobre os atletas. Assim, o conhecimento da modalidade, das formas de ensinar e treinar os gestos pode ser obtido através de percursos formativos planeados, sendo, contudo, possível encontrar outros caminhos igualmente válidos para o conseguir.

O autor supracitado menciona, também, que existe um conjunto de funções profissionais, próprias de um treinador desportivo com formação superior, que podem ser sistematizadas do seguinte modo:

1. Funções de desenvolvimento do processo de treino desportivo (esta função tem sido objeto de grande atenção, sendo a fonte maior de preocupação por parte dos treinadores e das estruturas de formação);
2. Funções de gestão, administração e animação desportiva (funções associadas à gestão, administração e animação desportiva concretizadas nas secções desportivas, nos clubes, nas associações, nas Federações e em outros organismos ligados ao mundo do desporto);
3. Participação na formação de treinadores (fator decisivo de desenvolvimento profissional, pela troca de experiências e pela reprodução/transmissão dos saberes profissionais);
4. Funções de investigação e criatividade (na realidade, os saberes não são definitivos e a produção de novos saberes terá de ser, também, uma responsabilidade dos próprios profissionais).

O autor em referência faz, desta forma, o esboço de um perfil de competências do treinador desportivo que responda a essas funções. Um desempenho eficaz das

funções profissionais descritas conduz o autor à definição de quatro grandes grupos de competências, intimamente ligados e cujas relações são amiúde inquebrantáveis:

1. Competências Científico-Pedagógicas, divididas em três grandes dimensões: a dimensão científica (envolvendo os conhecimentos sobre os fundamentos da Motricidade Humana e das Ciências do Desporto), a dimensão Técnico- Metodológica (associada às questões do “saber” e do “saber fazer”, de ordem operacional) e a dimensão Relacional e Deontológica (envolvendo, predominantemente, a maneira de se relacionar com os atletas e outros personagens do seu mundo profissional e as competências orientadas para o desenvolvimento de posturas profissionais fundamentais e críticas, o “saber estar”);
2. Competências Pessoais, agrupadas, também, em duas dimensões: uma dimensão a que chamaremos Formação Geral, associada a requisitos de cultura geral, e uma outra de Desenvolvimento Pessoal, envolvendo, sobretudo, competências orientadas para o seu crescimento e desenvolvimento pessoal, para o desenvolvimento do treinador enquanto pessoa;
3. Competências de Gestão e Administração: conhecimentos de gestão das organizações desportivas, de animação desportiva, de conceção, implementação e avaliação de projetos de desenvolvimento desportivo;
4. Competências de Produção e Divulgação de Saberes Profissionais (cumprindo os requisitos colocados pelas funções de participação na Formação de Treinadores e de Investigação e Criatividade).

O treinador, segundo Mata (2001), deve ser uma "personagem capaz de elevar efetivamente as capacidades e competências humanas dos jogadores, ao seu mais alto nível de rendimento, materializando as expectativas das equipas, por um lado, e as ambições e sonhos dos jogadores com quem trabalha. Assim, o treinador deve:

- Ser uma pessoa aberta e arguta;
- Ter uma visão criativa, global e dinâmica;
- Ser uma pessoa com um profundo conhecimento do jogo, a todos os níveis;

- Ter um profundo conhecimento do treino (treino que deve atender ou ser feito de acordo com a estratégia da equipa e o nível de rendimento dos jogadores);
- Possuir uma cultura geral e específica (conhecimentos interdisciplinares - não se limitar ao Futebol);
- Ter uma intervenção formativa junto dos jogadores - deixar marcas positivas nas suas vidas (ser uma referência);
- Ser líder e ser capaz de transmitir um ambiente de confiança e mútuo respeito".

Rodrigues (1997), estabelece um perfil de competências do treinador desportivo. Assim, define as seguintes dimensões de competências: dimensão de conhecimento científico (metodologia de treino, planeamento), dimensão técnico-metodologia (conhecimento da modalidade, competências didático-metodológicas, capacidade de detetar e selecionar talentos, competências que permitam potenciar um clima positivo de treino, competências pedagógicas e competências psicológicas), dimensão relacional (relação treinador-atleta) e, por último, a dimensão pessoal e social (treinador como modelo e transmissor de valores).

Segundo Simão (1999), num estudo que visava a análise das representações dos treinadores em relação à sua própria formação, concluíram que em relação às competências tidas como desejáveis, é atribuída grande importância à necessidade dos treinadores em dominarem conhecimentos relacionados com a metodologia do treino, a psicopedagogia, a qualidade de informação, o conhecimento do corpo humano, assim como conhecimentos sobre a estrutura desportiva e os fenómenos sócio – desportivos.

10.4. Perfil Social do Treinador

Os estudos realizados sobre os treinadores abordam normalmente uma área relacionada como o perfil social do treinador.

Segundo Almeida (2001), saber que idades têm, de que género/sexo são, que níveis de instrução e formação superior têm e em que áreas são dados que permitem caracterizar o perfil social do treinador e consequentemente traçar um perfil global do treinador português.

Almeida (2001), obteve resultados que indicam que a atividade de treinador é tipicamente masculina (cerca de 90% da amostra), e que a idade dos inquiridos varia entre os 15 e os 76 anos, apresentando uma idade média de 37 anos, mas era nos 24 anos que a frequência de idades era maior.

Foi constatado que 48% dos treinadores inquiridos frequentaram ou complementaram uma formação de nível superior (licenciatura/pós-graduação) ou médio (bacharelato), sendo para a autora um dos traços mais importantes da população inquirida. Os cursos superiores frequentados ou concluídos pelos inquiridos são em 60% dos casos, Educação Física e Desporto, seguido das áreas tecnológicas (11%) e das ciências sociais (9%). A maioria dos treinadores começou esta atividade nos escalões de formação (70%), sendo que atualmente pouco mais de metade ainda está nestes escalões (56%) (Almeida, 2001).

Relativamente ao nível competitivo mais elevado que atingiram enquanto treinadores, os inquiridos situaram-se entre o Distrital/Regional e o Nacional (cerca de 60% a 70%). Para 82% dos inquiridos esta atividade não é vista como a sua profissão. Daqueles que a consideram como profissão, são os treinadores de futebol que ocupam o primeiro lugar. Neste estudo, 70% dos treinadores indicam que são remunerados e 30% afirmam não receber qualquer compensação financeira.

Foi também constatado que relativamente à experiência possuída (número de anos), que três anos eram o número mais frequente (moda), sendo que a maior parte (mais de 60%) dos treinadores inquiridos têm até 10 anos de experiência. Os treinadores com menos experiência estão na sua maioria a intervir nos escalões de formação. A quase totalidade dos inquiridos (92%) possui em passado de praticantes desportivo, cujos níveis mais elevados se situavam entre o Distrital/Regional e o Nacional (Almeida, 2001).

Para Costa (2005), os treinadores inquiridos apresentam idades que se distribuem entre os 20 e os 50 anos, sendo que a média é de 35,9 anos. No que se refere ao nível de escolaridade, constatou que cerca de 66% dos inquiridos têm como habilitação a “Frequência ou conclusão de bacharelato ou licenciatura”.

Relativamente à formação técnica (formação específica), os treinadores possuem na sua maioria o II Nível (39,7%) e 12% não possuem qualquer acreditação (Costa 2005).

Costa (2005), apresenta resultados que indicam que relativamente ao nível de prática mais elevado atingido como atleta, os inquiridos, conseguiram na sua maioria (58%) atingir uma experiência de nível nacional. Dos inquiridos, a maioria (73,3%), apresentou um tempo de prática com o atleta superior a sete anos, enquanto que 7,8% não possuem qualquer experiência como atleta.

Relativamente à experiência profissional (anos de carreira como treinador), o autor constata que 58,6% dos treinadores possui uma experiência profissional superior a sete anos.

10.5. O Futebol Juvenil na Associação de Futebol de Viseu

Neste ponto vamos procurar caracterizar a realidade competitiva de futebol dos escalões de formação existentes neste distrito, de modo a melhor se enquadrar o estudo.

A Associação de Futebol de Viseu foi fundada em 15 de Outubro de 1926 e está dotada do estatuto de Instituição de Utilidade Pública, tendo a seu cargo a competência de organizar e supervisionar os campeonatos distritais de futebol. Os campeonatos organizados pela Associação de Futebol de Viseu nos escalões jovens são os seguintes:

- Campeonato Distrital de Juniores A - Zona Norte;
- Campeonato Distrital de Juniores A - Zona Sul;
- Campeonato Distrital de Juniores B - Zona Norte;
- Campeonato Distrital de Juniores B - Zona Sul;
- Campeonato Distrital de Juniores C - Zona Norte;
- Campeonato Distrital de Juniores C - Zona Sul;
- Campeonato Distrital de Juniores D – Sub13;
- Campeonato Distrital de Juniores D – Sub12;
- Campeonato Distrital de Juniores E – Sub11;
- Campeonato Distrital de Juniores E – Sub10.

Com exceção dos campeonatos de Juniores D e E (Futebol de 7), todos os outros são de Futebol de 11.

Apresentamos em seguida uma tabela com as equipas inscritas em cada escalão nos respetivos campeonatos na Época Desportiva 2011/2012:

Campeonatos	Nº de Equipa por Campeonato	Total de Equipas por Escalão
Juniores A - Zona Norte	11	21
Juniores A - Zona Sul	10	
Juniores B - Zona Norte	13	26
Juniores B – Zona Sul	13	
Juniores C – Zona Norte	13	26
Juniores C – Zona Sul	13	
Juniores D – Sub13	38	38
Juniores D – Sub12	14	14
Juniores D – Sub11	31	31
Juniores D – Sub10	14	14
		170

Tabela 2 Relação dos campeonatos da AFViseu com o número de equipas participantes

Fonte: Elaboração própria

Referimos ainda, que para além dos clubes que estavam a competir nos campeonatos distritais de futebol da Associação de Futebol de Viseu na Época Desportiva 2011/2012, existiam equipas filiadas na referida AFViseu, que se encontravam a disputar os Campeonatos Nacionais organizados pela Federação Portuguesa de Futebol no decurso da mesma época desportiva.

Apresentamos em seguida uma tabela com as equipas filiadas nesta Associação que se encontravam a disputar os campeonatos nacionais de futebol juvenil da Federação Portuguesa de Futebol, durante a época desportiva 2011/2012.

Campeonatos	Nº de Equipa por Campeonato	Total de Equipas
2ª Divisão Nacional de Juniores A - Série B	1	1
Nacional de Juniores B - Série B	1	1
Nacional de Juniores C - Série B	3	3
		5

Tabela 3: Relação do número de equipas do futebol jovem da AFViseu a participar nos campeonatos nacionais

Fonte: Elaboração própria

11. Metodologia

Neste capítulo apresentamos os aspetos metodológicos gerais caracterizadores do estudo, nomeadamente, a formulação do problema do estudo, a formulação de hipóteses nulas, a caracterização dos diferentes tipos de variáveis, a caracterização da amostra, apresentação do instrumento utilizados e das técnicas estatísticas a utilizar.

11.1. Problema do Estudo

Costa (2005), destaca a pertinência de estudar as percepções individuais dos treinadores relativamente a um conjunto vasto de fatores que exercem influência direta na sua atividade.

O mesmo autor destaca que as investigações científicas que encontramos a este nível ainda são escassas, principalmente quando se reporta ao Futebol. Acrescenta ainda que a maioria dos estudos que encontramos baseiam-se na problemática do processo de treino, sendo poucos aqueles que se centram na formação dos treinadores.

De facto, e após análise à bibliografia existente, constatamos que os fatores que podem influenciar a sua percepção relativamente a diferentes conhecimentos/competências são de natureza diversa. A partir deste pressuposto, definimos o seguinte problema:

Será que as **características do treinador** das camadas jovens inscrito na AFViseu [faixa etária, nível de escolaridade, formação técnica, nível e tempo de prática como atleta, tempo de prática como treinador (experiência profissional) e escalão etário onde desempenham a sua função] **influenciam a percepção do perfil de competências?**

11.2. Hipóteses

No presente estudo iremos testar as seguintes hipóteses:

H01 – Não há diferenças significativas entre a valorização das competências do perfil do treinador de futebol, percebido pelos treinadores em função da sua faixa etária, do seu nível de escolaridade e da sua formação técnica.

H02 - Não há diferenças significativas entre a valorização das competências do perfil do treinador de futebol, percebido pelos treinadores em função do nível de prática como atleta (nível mais alto onde já jogou) e do tempo de prática como atleta.

H03 – Não há diferenças significativas entre a valorização das competências do perfil do treinador de futebol, percebido pelos treinadores em função do tempo de prática como treinador (experiência profissional) e o escalão etário onde desempenham a sua função.

H04 – Não há diferenças significativas entre a valorização dos grupos de competências (científico – pedagógicas, pessoais e gestão), percebido pelos treinadores em função das suas características (faixa etária, nível de escolaridade, formação técnica, nível de prática como atleta, tempo de prática como atleta, tempo de prática como treinador e nível etário com que trabalham atualmente.

11.3. Variáveis de Estudo

Neste ponto teremos como preocupação a definição das variáveis do estudo. Nesse sentido, apresentaremos as diferentes variáveis independentes e dependentes consideradas neste estudo.

11.3.1. Variáveis Independentes

As variáveis independentes consideradas neste estudo, que se manifestam na caracterização dos treinadores da amostra selecionada, são as seguintes: a idade, o nível de escolaridade, a formação técnica, o nível e anos de prática como atleta, o tempo de prática como treinador (leia-se experiência profissional) e o nível etário em que incide atualmente o exercício da sua função enquanto treinador.

A idade dos elementos da amostra está categorizada em três níveis: um nível que abrange os treinadores com idade compreendida entre os *20 e os 27 anos*; outro nível que abrange os treinadores dos *28 aos 40 anos*; um último nível constituído pelos treinadores com *idade superior a 40 anos*.

Para a escolaridade dos inquiridos, definimos dois níveis de treinadores: o primeiro que engloba todos os treinadores *não licenciados* em cursos superiores de Educação Física e Desporto; a segunda é formada pelos treinadores a frequentar ou com bacharelato ou licenciatura em cursos da área de Educação Física ou Desporto (para efeitos do estudo considerados *licenciados*).

Relativamente à formação técnica, optámos por categorizar esta variável em três níveis: *nenhum nível, nível I e nível II até nível IV* dos cursos abrangidos pela entidade formadora – Federação Portuguesa de Futebol. Optámos por juntar os inquiridos com curso de nível II, III e IV para procurar garantir frequência de indivíduos mais significativa em cada grupo.

Relativamente ao nível de prática como atleta, baseámo-nos em três níveis possíveis de prática: *Nenhum, Distrital, Nacional ou Superior*. De referir também, que consideramos este nível de prática como sendo o mais alto atingido enquanto atleta.

Quanto à variável tempo de prática como atleta, categorizámos a mesma em três níveis: um nível de atletas *sem experiência*, outro com atletas com experiência reduzida *1 a 4 anos* e outro com atletas com maior experiência *5 ou mais anos*. Este critério de definição dos grupos visou garantir maior frequência de indivíduos nas categorias definidas.

No que concerne ao tempo de prática como treinador (“Experiência Profissional”), procedemos à definição de três grupos: o primeiro com *1 a 3 anos* de prática como

treinador; o segundo com 4 a 6 anos de prática e, por fim, o grupo com + 7 anos de prática desportiva como treinador. Tal como fizemos na variável anterior, o mesmo critério foi seguido na definição dos diferentes grupos.

Por último, relativamente ao escalão etário onde desempenham profissionalmente a sua função definimos três níveis: o primeiro dos treinadores que treinam os escalões *escolas/infantis*; o nível seguinte constituído pelos treinadores que treinam os escalões *iniciados/juvenis*; e, por fim, o grupo dos treinadores que treina o escalão de *juniores*.

11.3.2. Variáveis Dependentes

As variáveis dependentes do estudo dizem respeito ao conjunto de competências que norteiam o estudo do perfil de competências percebido pelos treinadores, bem como a grupos de competências adaptados de Rosado (2000). Assim, as variáveis dependentes do nosso estudo são:

Variáveis Dependentes
1- Conhecimentos de Anatomia e Fisiologia do Esforço
2- Competências para cooperar na formação de outros treinadores
3- Conhecimentos ao nível da Alimentação Desportiva
4- Conhecimentos ao nível da recuperação após o esforço
5- Conhecimentos ao nível de primeiros socorros
6- Conhecimentos sobre o desenvolvimento motor humano
7- Conhecimentos de psicologia do desporto
8- Conhecimentos de avaliação da maturação biológica do indivíduo
9- Capacidade de analisar e conceber programas de formação
10- Conhecer, compreender e interpretar o papel do desporto na sociedade
11- Conhecimentos sobre técnicas e estratégias pedagógicas
12- Conhecimentos sobre técnicas de avaliação
13- Capacidade de transmitir o conteúdo informativo de uma forma eficaz
14- Dominar técnicas de comunicação pessoal
15- Conhecimentos sobre violência no desporto
16- Conhecimentos sobre o "doping"
17- Capacidade de coordenar equipas de intervenção na formação de treinadores
18- Conhecimentos sobre os efeitos das atividades e/ou exercícios físicos
19- Conhecimentos técnico-táticos da modalidade

- 20- Capacidade de organizar e planejar a prática da atividade desportiva
 - 21- Conhecimentos de planeamento do treino
 - 22- Capacidade de identificar os erros e fornecer informação de correção
 - 23- Capacidade de operacionalizar a transmissão de conteúdos
 - 24- Competências para estabelecer parâmetros e critérios de avaliação da prestação motora
 - 25- Competências para planejar, executar e avaliar programas de treino desportivo
 - 26- Conhecimentos de biomecânica do desporto
 - 27- Conhecimentos ao nível do relacionamento com os meios de informação
 - 28- Conhecimentos que permitam compreender e interpretar o comportamento do público
 - 29- Capacidade para promover a integração dos jovens com dificuldades
 - 30- Capacidade para promover a integração dos jovens provenientes de minorias étnicas
 - 31- Capacidade de compreender e interpretar o espírito desportivo (Fair-Play)
 - 32- Conhecimentos ao nível das políticas desportivas
 - 33- Dominar conhecimentos sobre a estrutura do sistema desportivo
 - 34- Dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo
 - 35- Conhecimentos de gestão e organização do desporto
 - 36- Envolver-se em equipas de investigação científica em desporto
 - 37- Capacidade de formular necessidades de pesquisa
 - 38- Conhecimentos para exercer funções diretivas
 - 39- Capacidade de coordenar equipas de intervenção na formação de treinadores
 - 40- Participar na formação de jovens treinadores
 - 41- Conhecimentos sobre a formação pessoal e social
 - 42- Conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais
 - 43- Conhecimentos sobre a facilitação das relações interpessoais
 - 44- O treinador deve de possuir competências para reajustar a atuação profissional
 - 45- Conhecimentos sobre gestão de carreiras desportivas dos jogadores
 - 46- Conhecimentos sobre gestão de conflitos
 - 47- Potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal
 - 48- Possuir capacidade de se autoanalisar / avaliar
 - 49- Demonstrar motivação para a atividade e para a progressão na carreira
 - 50- Conhecimentos sobre estratégias de promover o desenvolvimento moral dos praticantes
 - 51- Competências Científico – Pedagógicas
(1+4+6+7+8+11+12+13+17+18+19+20+21+22+23+24+25+26+27+28+29+30+36+37+39+40+42+43+44+46+48+50)/32
 - 52- Competências Pessoais (2+3+5+10+14+15+16+31+32+34+41+47+49)/13
 - 53- Competências de Gestão (9+33+35+38+45)/5
- Valid N (listwise)

Tabela 4 Variáveis dependentes

Adaptado: Costa & Rosado (2005)

11.4. Caracterização da amostra

A seleção da amostra obedeceu a critérios de conveniência, consistindo em 64 treinadores de futebol dos vários escalões de futebol juvenil (futebol de 11 e futebol de 7) pertencentes às equipas sediadas no concelho de Viseu da Associação de Futebol de Viseu, que se encontravam em atividade no comando das respetivas equipas no desenrolar da época desportiva (2011/2012).

Sub 10 (Série Única)		
Dragon Force – Repesenses	Lusitano F. C.	Académico de Viseu
Dinamo da Estação	Vila Chã de Sá	Viseu 2001
Sport Viseu e Benfica		
Sub 11		
Os Viriatos (Série B1)	Dragon Force – Repesenses (D1)	Dinamo da Estação (D1)
ASDREQ Quintela (Série C1)	Académico de Viseu (D1)	Sport Viseu e Benfica (D1)
Viseu 2001 (Série C1)	Lusitano F. C. (D1)	Ranhados (E1)
Vila Chã de Sá (Série F1)		
Sub 12 (Série Única)		
Os Viriatos	Académico de Viseu	Dinamo da Estação
Dragon Force – Repesenses	Sport Viseu e Benfica	Viseu 2001
Lusitano F. C.		
Sub 13		
Os Viriatos (Série A1)	Lusitano F. C. A (D1)	Casa do Benfica de Viseu (D1)
Lusitano F. C. B (Série B1)	Dragon Force – Repesenses (D1)	Académico de Viseu (D1)
Sport Viseu e Benfica B (B1)	Sport Viseu e Benfica (D1)	Ranhados (D1)
Viseu 2001 (D1)		
Iniciados (Duas Séries)		
Os Viriatos (Zona Norte)	Lusitano F. C. A (Zona Sul)	Sport Viseu e Benfica (Zona Sul)
Lusitano F. C. B (Zona Norte)	C. F. Os Repesenses B (Zona Sul)	Académico de Viseu B (Zona Sul)
Juvenis (Duas Séries)		
Os Viriatos (Zona Norte)	C. F. Os Repesenses (Zona Sul)	Sport Viseu e Benfica (Zona Sul)
	Académico de Viseu (Zona Sul)	Ranhados (Zona Sul)
Juniões (Duas Séries)		
Os Viriatos (Zona Norte)	C. F. Os Repesenses (Zona Sul)	Lusitano F. C. (Zona Sul)
	Sport Viseu e Benfica (Zona Sul)	
Campeonatos Nacionais		
C. F. Os Repesenses (Iniciados)	Académico de Viseu (Iniciados)	Lusitano F. C. (Juvenis)
Académico de Viseu (Juniões)		

Tabela 5 Relação das equipas sediadas no concelho de Viseu a disputar respetivos campeonatos

Fonte: Elaboração própria

11.5. Instrumento de Pesquisa

O Instrumento utilizado foi um questionário, construído e validado por Costa e Rosado (2005), e adaptado por nós, designado de “Questionário sobre Perfil de Competências”.

Este questionário foi elaborado e validado por Costa e Rosado (2005), quando da realização do seu Estudo de Investigação – “Análise de Competências, Modelos e Necessidades de Formação”.

Em termos da sua estrutura este questionário encontra-se dividido em três partes fundamentais:

- Introdução: referente à apresentação do trabalho, na qual se esclarece o objetivo do estudo e o carácter anónimo do mesmo.
- Recolha de dados pessoais: referente à caracterização dos treinadores inquiridos.
- Corpo do Questionário: referente ao conjunto de questões referentes ao perfil de competências percecionado. Assim, o grupo consiste em cinquenta afirmações relativas a diferentes competências inerentes ao exercício da função de treinador e as quais os treinadores inquiridos valorizam em função das que consideram mais ou menos importantes no exercício da intervenção profissional de um treinador de futebol jovem.

No corpo do questionário estas afirmações referentes à consideração dos treinadores aparecem estruturadas com base em escala de Likert com cinco níveis, abrangendo a variável dependente. Assim, apresentamos o tipo de escala a utilizar:

Variável Dependente	Escala de Likert				
Perfil de competências	Sem importância	Pequena importância	Importância razoável	Grande importância	Muito grande importância

Tabela 6 Escala de Likert com cinco níveis de valorização das competências do perfil do treinador
Fonte: Costa & Rosado (2005)

Pretende-se, deste modo, e através a utilização do questionário de Costa e Rosado (2005) adaptado por nós, analisar os resultados em função dos seguintes objetivos:

- Caracterização da amostra de inquiridos;
- Perfil de competências percecionado.

11.6. Procedimentos Estatísticos

A recolha dos dados verificou-se por contacto direto e pessoal, sendo o questionário preenchido na presença do investigador, estando garantidas as condições de anonimato e confidencialidade habituais no perfil ético que subjaz a este tipo de metodologia. O questionário foi preenchido em local adequado (por norma no balneário dos treinadores), estando apenas presente o(s) treinador(es) e o investigador.

O tratamento dos dados recolhidos foi efetuado através de análise descritiva e inferencial da valorização do perfil de competências do treinador, para averiguar a existência de diferenças significativas em função das diferentes variáveis independentes: *idade, nível de escolaridade, formação técnica, nível e tempo de prática como atleta, experiência profissional como treinador e escalão etário em que desempenham a função.*

Para além de técnicas de tendência central (média) e dispersão (desvio padrão), utilizámos testes não paramétricos, nomeadamente o Teste de Kruskal-Wallis para comparação entre grupos em função de variáveis independentes categorizadas em três níveis e o Teste Mann-Whitney para comparação entre grupos em função de variáveis independentes categorizadas em dois níveis, tendo sido verificados os requisitos destes procedimentos [A normalidade através do Teste de Shapiro-Wilk ("N" nas diferentes parcelas inferior a 50) e a inexistência de "N">30 nos diferentes subgrupos].

O grau de probabilidade de erro (p -value) que utilizamos foi ≤ 0.05 . Desta forma, rejeita-se a hipótese nula formulada se a probabilidade for inferior ou igual a 0,05 e aceita-se se superior a esse valor. Este valor de significância é normalmente adotado

nas pesquisas em ciências humanas e sociais, e que nos permitiu testar a significância dos valores relativos às técnicas estatísticas utilizadas.

O tratamento dos dados foi efetuado no software *Statistical Package for Social Sciences* – SPSS 20.0 no sistema operativo *Windows 2007*.

12. Apresentação dos Resultados

12.1. Caracterização da Amostra

Em relação à nossa amostra de treinadores (Tabela 7), verificamos que a idade encontra-se distribuída entre os 20 anos (treinador mais novo) e os 54 anos (treinador mais velho), com um valor médio de 31,2 anos.

Estatística descritiva - idade					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Idade	64	20	54	31,19	8,670
Valid N (listwise)	64				

Tabela 7 Caracterização da idade da amostra

Para uma melhor caracterização em relação a esta variável, verificamos na tabela 8, que a maior frequência de treinadores acontece nos níveis da idade inferiores

Faixa Etária					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valido	20 aos 27 anos	27	42,2	42,2	42,2
	28 aos 40 anos	26	40,6	40,6	82,8
	+ de 40 anos	11	17,2	17,2	100,0
	Total	64	100,0	100,0	

Tabela 8 Caracterização da faixa etária da amostra

Outro dos dados que nos ajuda a reforçar a juventude que caracteriza a amostra, diz respeito à experiência profissional dos treinadores. Esta experiência é significativamente díspar em relação aos elementos da amostra, tendo apurado um valor mínimo de 1 ano e um valor máximo de 21 anos de experiência, com um valor médio de 5,7 anos de experiência. No entanto, apesar do valor médio elevado, podemos verificar na tabela 9 que a maior frequência de treinadores diz respeito a treinadores com pouca experiência na função, dado terem um máximo de quatro anos de experiência prática enquanto treinador.

Tempo de prática como Treinador					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valido	1 a 4 anos	30	46,9	46,9	46,9
	5 a 9 anos	24	37,5	37,5	84,4
	10 ou mais anos	10	15,6	15,6	100,0
	Total	64	100,0	100,0	

Tabela 9 Caracterização da experiência da amostra

No que diz respeito ao nível de prática enquanto treinador (nível competitivo mais alto alcançado na carreira), observamos que a esmagadora maioria dos treinadores (79,7%), ainda não teve oportunidade de desempenhar a sua função em campeonatos nacionais, limitando-se a ser treinador em equipas de futebol com participação competitiva de âmbito distrital.

Nível de Prática como Treinador					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Distrital	51	79,7	79,7	79,7
	Nacional ou Superior	13	20,3	20,3	100,0
	Total	64	100,0	100,0	

Tabela 10 Caracterização do nível de prática como treinador

Em relação ao nível de escolaridade os resultam apontam para uma realidade próxima de 70% dos treinadores com formação superior, nomeadamente frequência ou conclusão de bacharelato ou licenciatura em Educação Física ou Desporto.

Escolaridade					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Não Licenciado	19	29,7	29,7	29,7
	Licenciado	45	70,3	70,3	100,0
	Total	64	100,0	100,0	

Tabela 11 Caraterização do nível de escolaridade da amostra

Relativamente à formação técnica (obtenção de aprovação nos cursos federativos de *nível I, nível II, nível III e nível IV*), os treinadores, na sua maioria (48,4%), possuem o nível I e existem apenas cerca de 15 treinadores (23,4%) com acreditação superior (Tabela 12).

Formação Técnica					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nenhum Nível	18	28,1	28,1	28,1
	Nível I	31	48,4	48,4	76,6
	Nível II até Nível IV	15	23,4	23,4	100,0
	Total	64	100,0	100,0	

Tabela 12 Caracterização da formação técnica da amostra

Para melhor percebermos a realidade formativa ao nível técnico dos treinadores, podemos verificar pela tabela 13, das frequências relativas em relação às cinco possibilidades de resposta do questionário, que não existe na amostra nenhum treinador possuidor do Nível IV e apenas três deles possuem o Nível III. Em termos estatísticos resolvemos aglomerar os treinadores possuidores de Nível II ou superior, para garantirmos um “N” de treinadores mais significativo em cada um dos grupos.

Formação Técnica		
Nenhum Nível	Frequência	18
	Percentagem	28,1
Nível I	Frequência	31
	%	48,4
Nível II	Frequência	12
	%	18,7
Nível III	Frequência	3
	%	4,8
Nível IV	Frequência	0
	%	0

Tabela 13 Caraterização da formação técnica da amostra

No que se refere ao nível de prática mais elevado atingido como atleta, os treinadores possuem, na sua maioria (59,4%), uma experiência de nível distrital, sendo que apenas dez dos treinadores inquiridos (15,6%) revelou não possuir um passado como praticante da modalidade (Tabela 14). Destaque também para o facto de 16

treinadores da amostra (25%) terem revelado já ter jogado em realidades competitivas mais elevadas, de carácter nacional ou internacional (constata-se que 84,4% dos treinadores já desempenhou o papel de praticante da modalidade).

Nível de Prática como Jogador					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nenhuma	10	15,6	15,6	15,6
	Distrital	38	59,4	59,4	75,0
	Nacional ou Superior	16	25,0	25,0	100,0
	Total	64	100,0	100,0	

Tabela 14 Caracterização do nível de prática como jogador

Relativamente ao tempo de prática como atleta, constatámos que os treinadores possuem, na sua maioria, uma experiência superior a quatro anos, sendo que cerca de 20% dos treinadores não possui qualquer experiência enquanto praticante da modalidade.

Anos de Prática até aos Juniores como Jogador					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nenhum	13	20,3	20,3	20,3
	1 a 4 anos	21	32,8	32,8	53,1
	5 ou mais anos	30	46,9	46,9	100,0
	Total	64	100,0	100,0	

Tabela 15 Caracterização dos Anos de Prática nos Escalões Formação

Pela análise da Tabela 16, relativa ao escalão etário em que os inquiridos trabalham atualmente, verificamos que a maioria (62,5%) se encontra a desenvolver a sua atividade de treinador nas categoria de *escolas/infantis* (Sub-13). Já era, no entanto, uma realidade espectável dado o elevado número de equipas existentes neste escalão no concelho de Viseu (34 equipas escolas/infantis), em contraponto com o número de equipas existentes nos escalões jovens mais elevados (15 equipas iniciados/juvenis/juniores).

Escalaão etário com que trabalha atualmente					
		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Escolas/Infantis (Sub.13)	40	62,5	62,5	62,5
	Iniciados/Juvenis (Sub.17)	17	26,6	26,6	89,1
	Juniores (Sub.19)	7	10,9	10,9	100,0
	Total	64	100,0	100,0	

Tabela 16 Caracterização do Escalaão Etário onde desempenham a sua atividade de Treinador

12.2. Análise descritiva da valorização do Perfil de Competências

Na tabela 17 podemos constatar, através dos valores médios e desvio padrão, o nível de importância atribuída pelos treinadores às diferentes competências que compõem o perfil de competências percebido, em função das características que entendem ser necessárias ao bom desempenho da atividade enquanto treinadores de jovens atletas.

Pela análise dos resultados, observamos que existem quatro competências – “Conhecimentos técnico-táticos da modalidade”, “Demonstrar motivação para a atividade e para a progressão na carreira”, “Conhecimentos de planeamento do treino” e “Capacidade de operacionalizar a transmissão de conteúdos” - com valores médios muito próximos da valorização máxima de importância. As competências que registaram menor média dizem respeito ao “Conhecimentos sobre doping” e “Conhecimentos sobre gestão de carreiras desportivas dos jogadores”, com 1,98 e 2,48 de valorização média.

De referir também que, de acordo com os valores médios obtidos, das cinquenta competências, apenas seis delas apresentam uma valorização abaixo da *importância razoável*, sendo que todas as outras obtêm uma valorização média igual ou superior a esse nível de importância.

Descriptive Statistics			
	N	Mean	Std. Deviation
19- Conhecimentos técnico-táticos da modalidade	64	4,88	,333
49- Demonstrar motivação para a atividade e para a progressão na carreira	64	4,66	,479
21- Conhecimentos de planeamento do treino	64	4,55	,502
23- Capacidade de operacionalizar a transmissão de conteúdos	64	4,53	,503
25- Competências para planear, executar e avaliar programas de treino desportivo	64	4,48	,504
22- Capacidade de identificar os erros e fornecer informação de correção	64	4,33	,473
31- Capacidade de compreender e interpretar o espírito desportivo (Fair-Play)	64	4,28	,453
7- Conhecimentos de psicologia do desporto	64	4,13	,418
14- Dominar técnicas de comunicação pessoal	64	4,11	,508
29- Capacidade para promover a integração dos jovens com dificuldades	64	4,09	,462
48- Possuir capacidade de se autoanalisar / avaliar	64	4,09	,526
13- Capacidade de transmitir o conteúdo informativo de uma forma eficaz	64	4,08	,599
8- Conhecimentos de avaliação da maturação biológica do indivíduo	64	4,08	,410
30- Capacidade para promover a integração dos jovens provenientes de minorias étnicas	64	4,08	,543
20- Capacidade de organizar e planear a prática da atividade desportiva	64	4,06	,560
10- Conhecer, compreender e interpretar o papel do desporto na sociedade	64	4,05	,452
9- Capacidade de analisar e conceber programas de formação	64	4,03	,534
6- Conhecimentos sobre o desenvolvimento motor humano	64	4,00	,471
11- Conhecimentos sobre técnicas e estratégias pedagógicas	64	4,00	,436
2- Competências para cooperar na formação de outros treinadores	64	3,95	,677
41- Conhecimentos sobre a formação pessoal e social	64	3,94	,393
40- Participar na formação de jovens treinadores	64	3,94	,500
47- Potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal	64	3,92	,513
46- Conhecimentos sobre gestão de conflitos	64	3,92	,543
18- Conhecimentos sobre os efeitos das atividades/ou exercícios físicos	64	3,91	,462
35- Conhecimentos de gestão e organização do desporto	64	3,89	,441
42- Conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais	64	3,86	,531
43- Conhecimentos sobre a facilitação das relações interpessoais	64	3,86	,531
39- Capacidade de coordenar equipas de intervenção na formação de treinadores	64	3,84	,479
50- Conhecimentos sobre estratégias de promover o desenvolvimento moral dos praticantes	64	3,83	,380
26- Conhecimentos de biomecânica do desporto	64	3,83	,579
33- Dominar conhecimentos sobre a estrutura do sistema desportivo	64	3,81	,500
44- O treinador deve de possuir competências para reajustar a atuação profissional	64	3,81	,588
37- Capacidade de formular necessidades de pesquisa	64	3,81	,467

17- Capacidade de coordenar equipas de intervenção na formação de treinadores	64	3,81	,614
12- Conhecimentos sobre técnicas de avaliação	64	3,81	,588
1- Conhecimentos de Anatomia e Fisiologia do Esforço	64	3,77	,584
32- Conhecimentos ao nível das políticas desportivas	64	3,73	,623
24- Competências para estabelecer parâmetros e critérios de avaliação da prestação motora	64	3,72	,519
4- Conhecimentos ao nível da recuperação após o esforço	64	3,69	,588
3- Conhecimentos ao nível da Alimentação Desportiva	64	3,53	,666
36- Envolver-se em equipas de investigação científica em desporto	64	3,53	,590
27- Conhecimentos ao nível do relacionamento com os meios de informação	64	3,20	,596
34- Dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo	64	3,08	,625
5- Conhecimentos ao nível de primeiros socorros	64	2,94	,531
38- Conhecimentos para exercer funções diretivas	64	2,78	,548
15- Conhecimentos sobre violência no desporto	64	2,77	,527
28- Conhecimentos que permitam compreender e interpretar o comportamento do público	64	2,66	,648
45- Conhecimentos sobre gestão de carreiras desportivas dos jogadores	64	2,48	,534
16- Conhecimentos sobre o "doping"	64	1,98	,577
Valid N (listwise)	64		

Tabela 17 Valores médios da Importância atribuída a cada competência pelos Treinadores

Assim, podemos verificar na tabela 18, que das quatro competências mais valorizadas pelos treinadores, três fazem parte do grupo das *Competências Científico – Pedagógicas* e apenas uma do grupo das *Competências Pessoais*.

	Mean	Grupo
	Statistic	
19 - Conhecimentos técnico – táticos da modalidade	4,88	CompCienPeda
49 - Demonstrar motivação para a atividade e para a progressão na carreira	4,66	CompPessoais
21 - Conhecimentos de planeamento do treino	4,55	CompCienPeda
23 - Capacidade de operacionalizar a transmissão de conteúdos	4,53	CompCienPeda
Valid N (listwise)		

Tabela 18 Competências com valor médio de importância mais elevado

Em relação às competências menos valorizadas pelos treinadores, verificamos que duas delas fazem parte do grupo das *Competências Pessoais*, outras duas das *Competências de Gestão* e uma das *Competências Científico – Pedagógicas*.

	Mean	Grupo
	Statistic	
16 - Conhecimentos sobre doping	1,98	CompPessoais
45 – Conhecimentos sobre gestão de carreiras desportivas dos jogadores	2,48	CompGestao
28 – Conhecimentos que permitam compreender e interpretar o comportamento do público	2,66	CompCienPeda
15 – Conhecimentos sobre a violência no desporto	2,77	CompPessoais
38 – Conhecimentos para exercer funções diretivas	2,78	CompGestao
Valid N (listwise)		

Tabela 19 Competências com valor médio de importância mais baixo

Para melhor caracterização da percepção dos treinadores em relação à valorização das competências mais importantes no perfil de competências do treinador de jovens, a apresentação anterior das médias terá de ser apreciada sempre em congruência com a frequência dessa mesma valorização. Assim, de seguida, analisamos a tabela de frequências da valorização desenvolvida pelos treinadores inquiridos.

		Valorização dada pelos inquiridos a cada uma das variáveis				
		1	2	3	4	5
VD1	Frequência	0	0	20	39	5
	Percentagem	0	0	31,3	60,9	7,8
VD2	Frequência	0	2	10	41	11
	%	0	3,1	15,6	64,1	17,2
VD3	Frequência	0	3	27	31	3
	%	0	4,7	42,2	48,4	4,7
VD4	Frequência	0	0	24	36	4
	%	0	0	37,5	56,3	6,3
VD5	Frequência	0	11	46	7	0
	%	0	17,2	71,9	10,9	0
VD6	Frequência	0	0	7	50	7
	%	0	0	10,9	78,1	10,9
VD7	Frequência	0	0	2	52	10
	%	0	0	3,1	81,3	15,6
VD8	Frequência	0	0	3	53	8
	%	0	0	4,7	82,8	12,5
VD9	Frequência	0	0	8	46	10
	%	0	0	12,5	71,9	15,6
VD10	Frequência	0	0	5	51	8
	%	0	0	7,8	79,7	12,5
VD11	Frequência	0	0	6	52	6
	%	0	0	9,4	81,3	9,4
VD12	Frequência	0	0	18	40	6
	%	0	0	28,1	62,5	9,4
VD13	Frequência	0	0	9	41	14
	%	0	0	14,1	64,1	21,9
VD14	Frequência	0	0	5	47	12
	%	0	0	7,8	73,4	18,8
VD15	Frequência	0	18	43	3	0
	%	0	28,1	67,2	4,7	0
VD16	Frequência	11	43	10	0	0

	%	17,2	67,2	15,6	0	0
VD17	Frequência	0	2	13	44	5
	%	0	3,1	20,3	68,8	7,8
VD18	Frequência	0	0	10	50	4
	%	0	0	15,6	78,1	6,3
VD19	Frequência	0	0	0	8	56
	%	0	0	0	12,5	87,5
VD20	Frequência	0	0	8	44	12
	%	0	0	12,5	68,8	18,8
VD21	Frequência	0	0	0	29	35
	%	0	0	0	45,3	54,7
VD22	Frequência	0	0	0	43	21
	%	0	0	0	67,2	32,8
VD23	Frequência	0	0	0	30	34
	%	0	0	0	46,9	53,1
VD24	Frequência	0	0	20	42	2
	%	0	0	31,3	65,6	3,1
VD25	Frequência	0	0	0	33	31
	%	0	0	0	51,6	48,4
VD26	Frequência	0	0	17	41	6
	%	0	0	26,6	64,1	9,4
VD27	Frequência	0	6	39	19	0
	%	0	9,4	60,9	29,7	0
VD28	Frequência	2	21	39	1	1
	%	3,1	32,8	60,9	1,6	1,6
VD29	Frequência	0	0	4	50	10
	%	0	0	6,3	78,1	15,6
VD30	Frequência	0	0	7	45	12
	%	0	0	10,9	70,3	18,8
VD31	Frequência	0	0	0	46	18
	%	0	0	0	71,9	28,1
VD32	Frequência	0	3	14	44	3
	%	0	4,7	21,9	68,8	4,7
VD33	Frequência	0	0	15	46	3
	%	0	0	23,4	71,9	4,7
VD34	Frequência	0	10	39	15	0
	%	0	15,6	60,9	23,4	0
VD35	Frequência	0	0	10	51	3
	%	0	0	15,6	79,7	4,7
VD36	Frequência	0	3	24	37	0
	%	0	4,7	37,5	57,8	0
VD37	Frequência	0	0	14	48	2
	%	0	0	21,9	75,0	3,1
VD38	Frequência	0	18	42	4	0
	%	0	28,1	65,6	6,3	0
VD39	Frequência	0	1	10	51	2
	%	0	1,6	15,6	79,7	3,1
VD40	Frequência	0	0	10	48	6
	%	0	0	15,6	75,0	9,4
VD41	Frequência	0	0	7	54	3
	%	0	0	10,9	84,4	4,7
VD42	Frequência	0	0	14	45	5
	%	0	0	21,9	70,3	7,8
VD43	Frequência	0	0	14	45	5
	%	0	0	21,9	70,3	7,8
VD44	Frequência	0	0	18	40	6
	%	0	0	28,1	62,5	9,4
VD45	Frequência	0	34	29	1	0
	%	0	53,1	45,3	1,6	0
VD46	Frequência	0	0	12	45	7
	%	0	0	18,8	70,3	10,9
VD47	Frequência	0	0	11	47	6
	%	0	0	17,2	73,4	9,4
VD48	Frequência	0	0	6	46	12
	%	0	0	9,4	71,9	18,8

VD49	Frequência	0	0	0	22	42
	%	0	0	0	34,4	65,6
VD50	Frequência	0	0	11	53	0
	%	0	0	17,2	82,8	0

Tabela 20 Tabela de Frequência do nível de valorização de cada competência

Como podemos observar na anterior tabela (tabela 20), as percentagens correspondentes à valorização por parte de cada inquirido aos itens do perfil de competências, são praticamente insignificantes no que diz respeito às valorizações *sem importância* e *pequena importância*. No entanto, podemos verificar que existem duas competências, que a maioria dos inquiridos classificam como tendo *pequena importância* – são elas “Conhecimentos sobre doping” e “Conhecimentos sobre gestão de carreiras desportivas dos jogadores”. Para percebermos a importância de analisarmos estes resultados em função deste quadro de frequências, podemos observar que quatro das competências que apresentam valorização (em termos de valor médio) abaixo de *importância razoável* – “Conhecimentos ao nível de primeiros socorros”, “Conhecimento sobre violência no desporto”, “Conhecimentos que permitam compreender e interpretar o comportamento do público” e “Conhecimentos para exercer funções diretivas”, tiveram maior frequência de valorização destas competências com *importância razoável*.

Podemos verificar igualmente, que grande parte das competências são valorizadas, pela maioria dos inquiridos, como tendo *grande importância*. Ainda assim, podemos observar a existência de variáveis valorizadas com *muito grande importância* em função da perceção para o perfil de competências do treinador de jovens, e, por conseguinte, consideradas competências fundamentais a possuir por um treinador de futebol jovem. São essas competências: “Conhecimentos técnico-táticos da modalidade”, “Conhecimentos sobre planeamento do treino”, “Capacidade de operacionalizar a transmissão dos conteúdos” e “Demonstrar motivação para a atividade e para a progressão na carreira”.

12.2.1. Análise Inferencial da valorização do perfil de competências

12.2.1.1. Em função da Idade

Em relação à análise da valorização do perfil de competências, em função da idade, verificamos a existência de diferenças estatisticamente significativas em quatro das competências valorizadas pelos inquiridos.

	Chi-Square	df	Asymp. Sig.		Chi-Square	df	Asymp. Sig.
13- Capacidade de transmitir o conteúdo informativo de uma forma eficaz	15,808	2	,000	42 – Conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais	8,240	2	,016
47- Potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal	10,046	2	,007	48- Possuir capacidade de se autoanalisar/avaliar	13,304	2	,001

Tabela 21 Teste Kruskal-Wallis, em função da Faixa Etária

Como podemos comprovar através dos resultados apresentados na tabela 21, verificam-se diferenças significativas na “capacidade de transmitir o conteúdo informativo de uma forma eficaz” ($p=0,000$). De facto, foram encontradas diferenças significativas entre os grupos, sendo perceptível, em termos gerais, uma maior valorização desta competência pelos treinadores mais novos. Podemos verificar na tabela 22, que existem diferenças significativas ($p<0,05$) entre a categoria dos *20 aos 27 anos* e as categorias *28 aos 40 anos* ($p=0,003$) e *+ 40 anos* ($p=0,001$), sendo observável uma maior valorização desta competência por parte dos treinadores mais novos. No que diz respeito à relação entre o grupo dos *28 aos 40 anos* e o dos *+ 40 anos* não se verificaram a existência de diferenças significativas ($p>0,05$).

Capacidade de transmitir o conteúdo informativo de uma forma eficaz				
Ranks				
Idade Categorias	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
20 aos 27 anos	27	32,28	,003	20 aos 27 anos > 28 aos 40 anos
28 aos 40 anos	26	21,52		
Total	53			
28 aos 40 anos	26	20,35	,158	Não há dif. sig
+ 40 anos	11	15,82		
Total	37			
20 aos 27 anos	27	22,93	,001	20 aos 27 anos > + 40 anos
+ 40 anos	11	12,95		
Total	38			

Tabela 22 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da faixa etária

Verificaram-se, igualmente, diferenças significativas na valorização dos “conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais” ($p=0,016$). Pela análise dos resultados (tabela 23) podemos concluir que o grupo em que a valorização da competência é mais elevada é nos *20 a 27 anos*, não havendo diferenças significativas entre os grupos mais velhos.

Conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais				
Ranks				
Idades Categorias	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
20 aos 27 anos	27	31,00	,015	20 aos 27 anos >
28 aos 40 anos	26	22,85		28 aos 40 anos
Total	53			
28 aos 40 anos	26	19,37	,715	Não há dif. sig
+ 40 anos	11	18,14		
Total	37			
20 aos 27 anos	27	21,69	,008	20 aos 27 anos > +
+ 40 anos	11	14,14		40 anos
Total	38			

Tabela 23 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da faixa etária

Em relação à competência “potenciar uma interligação positiva entre a atividade e a vida pessoal” também se verificaram diferenças significativas ($p=0,007$) na valorização entre grupos em função das categorias de idade. Observamos na tabela 24, que existem diferenças significativas ($p<0,05$) entre a categoria dos *+ 40 anos* e as categorias *20 a 27 anos* e *28 aos 40 anos*, sendo observável uma maior valorização desta competência por parte dos treinadores mais velhos. No que diz respeito à relação entre os grupos mais novos não se verificaram diferenças significativas ($p=0,393$).

Potenciar uma interligação positiva entre a atividade e a vida pessoal				
Ranks				
Idade Categorias	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
20 aos 27 anos	27	25,67	,393	Não há dif. sig
28 aos 40 anos	26	28,38		
Total	53			
28 aos 40 anos	26	16,67	,007	28 aos 40 anos <
+ 40 anos	11	24,50		+ 40 anos
Total	37			
20 aos 27 anos	27	16,80	,004	20 aos 27 anos <
+ 40 anos	11	26,14		+ 40 anos
Total	38			

Tabela 24 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da faixa etária

Em relação à competência “possuir capacidade de se autoanalisar/avaliar”, foram igualmente verificadas a existência de diferenças significativas ($p=0,001$), entre as

categorias de treinadores. Assim, podemos verificar a existência de diferenças significativas entre a categoria dos *20 aos 27 anos* e as categorias dos *28 aos 40 anos* ($p=0,002$) e os *+ 40 anos* ($p=0,004$), sendo observável uma valorização mais elevada da competência por parte do nível etário mais novo. Entre as categorias de treinadores dos *28 aos 40 anos* e dos *+ 40 anos*, não se verificam diferenças significativas no que diz respeito à valorização desta competência no perfil de competências percecionado.

48- Possuir capacidade de se autoanalisar/avaliar				
Ranks				
Idades Fases	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
20 aos 27 anos	27	32,07	,002	20 a 27 anos >
28 aos 40 anos	26	21,73		28 aos 40 anos
Total	53			
28 aos 40 anos	26	19,50	,547	Não há dif.
+ 40 anos	11	17,82		significativas
Total	37			
20 aos 27 anos	27	22,17	,004	20 aos 27 anos >
+ 40 anos	11	12,95		+ 40 anos
Total	38			

Tabela 25 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da faixa etária

12.2.1.2. Em função da Variável Independente – Escolaridade

Depois de verificada a não existência de normalidade na distribuição da amostra (a existência de $N < 30$ num dos subgrupos reforçou a necessidade de utilizar técnicas não paramétricas), foram verificadas diferenças significativas entre a valorização do perfil de competências em função do nível de escolaridade, em relação às seguintes competências:

	Ranks			
	Nível de Escolaridade	N	Mean Rank	Asymp. Sig (2-tailed)
2- Competências para cooperar na formação de outros treinadores	Não Licenciado	19	24,39	,008
	Licenciado	45	35,92	Não Lic. < Lic.
	Total	64		
13- Capacidade de transmitir o conteúdo informativo de uma forma eficaz	Não Licenciado	19	26,18	,038
	Licenciado	45	35,17	Não Lic. < Lic.
	Total	64		
15- Conhecimentos sobre violência do desporto	Não Licenciado	19	42,03	,001
	Licenciado	45	28,48	Não Lic. > Lic.
	Total	64		
16- Conhecimentos sobre o “doping”	Não Licenciado	19	42,76	,001
	Licenciado	45	28,17	Não Lic. > Lic.
	Total	64		
25- Competências para planear, executar e avaliar programas de treino desportivo	Não Licenciado	19	18,68	,000
	Licenciado	45	38,33	Não Lic. < Lic.

	Total	64		
26- Conhecimentos de biomecânica do desporto	Não Licenciado	19	22,74	,001
	Licenciado	45	36,62	Não Lic. < Lic.
	Total	64		
36- Envolver-se em equipas de investigação científica em desporto	Não Licenciado	19	23,71	,005
	Licenciado	45	36,21	Não Lic. < Lic.
	Total	64		
37- Capacidade de formular necessidade de pesquisa	Não Licenciado	19	23,82	,001
	Licenciado	45	36,17	Não Lic. < Lic.
	Total	64		
38- Conhecimentos para exercer funções diretivas	Não Licenciado	19	25,29	,016
	Licenciado	45	35,54	Não Lic. < Lic.
	Total	64		
43- Conhecimentos sobre a facilitação das relações interpessoais	Não Licenciado	19	39,16	,020
	Licenciado	45	29,69	Não Lic. > Lic.
	Total	64		
48- Possuir capacidade de se autoanalisar/avaliar	Não Licenciado	19	21,29	,000
	Licenciado	45	37,23	Não Lic. < Lic.
	Total	64		
50- Conhecimentos sobre as estratégias de promover o desenvolvimento moral dos praticantes	Não Licenciado	19	26,21	,007
	Licenciado	45	35,16	Não Lic. < Lic.
	Total	64		

Tabela 26 Teste Mann – Whitney, comparação entre 2 grupos, em função da Escolaridade

Relativamente à análise do perfil de competências em função do nível de escolaridade, e no que concerne às competências assinaladas na tabela 26, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,05$) entre as duas categorias de escolaridade. De facto, e após análise aos valores do *Mean Rank*, verificamos que, de forma geral, quanto maior é o nível de formação, maior é a relevância atribuída às diferentes competências que o Treinador de jovens deve possuir. Assim, os treinadores que frequentam ou concluíram um Bacharelato ou uma Licenciatura (treinadores com formação superior), dão maior importância às competências científico – pedagógicas como “Capacidade de transmitir o conteúdo informativo de uma forma eficaz”, “Conhecimentos de biomecânica do desporto”, “Capacidade de formular necessidades de pesquisa” e “Conhecimentos sobre estratégias de promover o desenvolvimento moral dos praticantes”, e às competências de gestão como “Envolver-se em equipas de investigação científica em desporto”, “Capacidade de analisar necessidades e conceber programas de formação” ou “Competências para planear, executar e avaliar programas de treino desportivo”, provavelmente pela experiência académica adquirida e, conseqüentemente pela consciencialização da importância dos saberes científicos na intervenção pedagógica de um profissional de desporto, em contraponto com a valorização dada às competências pessoais como “Conhecimentos sobre a violência do desporto” e “Conhecimentos sobre doping”, claramente mais valorizadas pelo treinadores sem formação superior.

12.2.1.3. Em função da variável independente – Formação Técnica

Em relação à análise da valorização do perfil de competências, em função da Formação Técnica, verificamos a existência de diferenças estatisticamente significativas em duas das competências valorizadas pelos inquiridos, nomeadamente no “dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo” ($p=0,000$) e no “potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal” ($p=0,044$).

	Chi-Square	df	Asymp. Sig.		Chi-Square	df	Asymp. Sig.
34- Dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo	26,086	2	,000	47- Potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal	6,226	2	,044

Tabela 27 Teste Kruskal-Wallis, em função da Formação Técnica

Em relação ao “dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo”, foram encontradas diferenças significativas entre os grupos, sendo perceptível uma maior valorização desta competência pelos treinadores com maior nível de formação técnica. Podemos verificar na tabela 28, que existem diferenças significativas ($p<0,05$) entre as categorias dos *nenhum nível* e *nível I* ($p=0,000$), entre as categorias *nível I* e *nível II até nível IV* ($p=0,006$) e as categorias *nenhum nível* e *nível II até nível IV* ($p=0,000$), sendo observável uma valorização crescente em termos de importância por parte dos treinadores com nível de formação técnica superior.

Dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo				
Ranks				
Formação Técnica	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
Nenhum nível	18	16,25	,000	Nenhum nível < Nível I
Nível I	31	30,08		
Total	49			
Nenhum nível	18	11,00	,000	Nenhum nível < Nível II até nível IV
Nível II até nível IV	15	24,20		
Total	33			
Nível I	31	20,35	,006	Nível I < Nível II até nível IV
Nível II até nível IV	15	30,00		
Total	46			

Tabela 28 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da Formação Técnica

No que diz respeito à competência de “potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade”, foram encontradas diferenças significativas entre os grupos. Deste modo, podemos verificar na tabela 29, que existem diferenças significativas ($p < 0,05$) entre as categorias dos *nenhum nível* e *nível I* ($p = 0,026$) e entre as categorias *nenhum nível* e *nível II até nível IV* ($p = 0,042$), sendo perceptível uma maior valorização desta competência pelos treinadores com formação técnica a qualquer nível em relação aos que não tiveram acesso a essa formação. Entre os treinadores com formação técnica mas de categorias diferentes não se verificam diferenças significativas de valorização.

Potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal				
Ranks				
Formação Técnica	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
Nenhum nível	18	20,17	,026	Nenhum nível < Nível I
Nível I	31	30,08		
Total	49			
Nenhum nível	18	14,67	,042	Nenhum nível < Nível II até IV
Nível II até nível IV	15	19,80		
Total	33			
Nível I	31	23,73	,826	Não há dif. sig.
Nível II até nível IV	15	23,03		
Total	46			

Tabela 29 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função da Formação Técnica

12.2.1.4. Em função da variável dependente – Nível de Prática como jogador

Quanto à análise do perfil de competências em função do nível mais elevado de prática como atleta, encontramos diferenças significativas nos “conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais” ($p = 0,032$) e nos “conhecimentos sobre a gestão de conflitos” ($p = 0,002$).

	Chi-Square	df	Asymp. Sig.		Chi-Square	df	Asymp. Sig.
42 – Conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais	6,904	2	,032	46 – Conhecimento sobre a gestão de conflitos	12,249	2	,002

Tabela 30 Teste Kruskal-Wallis, em função do Nível de Prática como Jogador

Tendo em conta os níveis definidos, em relação aos “conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais”, observamos uma maior valorização média desta competência por parte do grupo de nível *distrital* em relação ao grupo *nacional ou superior* ($p=0,012$), não sendo verificadas diferenças significativas na comparação entre os restantes grupos. Importante considerar que esta competência foi considerada como de “grande importância” no perfil de competências (maior frequência de resposta).

Conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais				
Ranks				
Nível de prática como jogador	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
Nenhuma	10	19,40	,097	Não há dif. Sig.
Distrital	38	25,84		
Total	48			
Nenhuma	10	13,80	,855	Não há dif. Sig.
Nacional ou Superior	16	13,31		
Total	26			
Distrital	38	30,18	,012	Distrital > Nacional ou Superior
Nacional ou Superior	16	21,13		
Total	54			

Tabela 31 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Prática como Jogador

Em relação à competência “conhecimentos sobre a gestão de conflitos”, foram igualmente verificadas a existência de diferenças significativas ($p=0,002$), entre as categorias de treinadores (tabela 32). Assim, podemos verificar a existência de diferenças significativas entre os grupos das categorias *Nenhuma* e *Distrital* ($p=0,005$) e os grupos das categorias *Nenhuma* e *Nacional ou Superior* ($p=0,001$), sendo observável uma valorização mais elevada da competência por parte dos treinadores com experiência ao nível da prática enquanto jogador. Em relação aos grupos das categorias “Distrital” e “Nacional ou Superior”, não se verificaram diferenças significativas.

Conhecimento sobre a gestão de conflitos				
Ranks				
Nível de prática como jogador	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
Nenhuma	10	15,10	,005	Nenhuma < Distrital
Distrital	38	26,97		
Total	48			

Nenhuma	10	8,30	,001	Nenhuma < Nacional ou Superior
Nacional ou Superior	16	16,75		
Total	26			
Distrital	38	26,45	,311	Não há dif. sig.
Nacional ou Superior	16	30,00		
Total	54			

Tabela 32 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Prática como Jogador

12.2.1.5. Em função da variável dependente – Anos de prática como atleta

Relativamente à análise do perfil de competências em função dos anos de prática como atleta, verificaram-se diferenças significativas nos “conhecimentos sobre a gestão de conflitos” ($p=0,000$).

	Chi-Square	Df	Asymp. Sig.
46 – Conhecimento sobre a gestão de conflitos	18,194	2	,000

Tabela 33 Teste Kruskal-Wallis, em função dos Anos de Prática até aos Juniores

Como podemos verificar através da análise à tabela 33, existem diferenças significativas na valorização da competência entre os grupos de categorias. As diferenças foram significativamente evidentes entre a categoria dos *nenhum*, dos *1 a 4 anos* ($p=0,038$) e com a dos *5 anos ou mais* ($p=0,000$). Também entre a categoria dos *1 a 4 anos* com a dos *5 anos ou mais* verificaram-se diferenças significativas ($p=0,005$), sendo evidente a valorização mais elevada desta competência por parte dos treinadores com mais anos de prática até aos juniores (tabela 34). Em termos gerais, parece que quanto mais anos de prática como atleta têm os treinadores maior é a importância atribuída a esta competência.

Conhecimento sobre a gestão de conflitos				
Ranks				
Anos de prática atleta	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
Nenhum	13	13,85	,038	Nenhum < 1 a 4 anos
1 a 4 anos	21	19,76		
Total	34			

Nenhum	13	12,81	,000	Nenhum < 5 anos ou mais
5 anos ou mais	30	25,98		
Total	43			
1 a 4 anos	21	20,81	,005	1 a 4 anos < 5 anos ou mais
5 anos ou mais	30	29,63		
Total	51			

Tabela 34 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função dos Anos de Prática como atleta

12.2.1.6. Em função da variável dependente – Tempo de prática como treinador

Em relação à análise da valorização do perfil de competências, do tempo de prática como treinador, verificamos a existência de diferenças estatisticamente significativas em sete das competências valorizadas pelos inquiridos.

	Chi-Square	df	Asymp. Sig.		Chi-Square	df	Asymp. Sig.
1 - Conhecimentos de anatomia e fisiologia do esforço	6,264	2	,044	13 – Capacidade de transmitir o conteúdo formativo de uma forma eficaz	14,843	2	,001
34 – Dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo	11,025	2	,004	43 – Conhecimentos sobre a facilitação das relações interpessoais	7,810	2	,020
44 – O treinador deve possuir competências para reajustar a atuação profissional	10,932	2	,004	47 – Potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal	10,106	2	,006
48- Possuir capacidade de se autoanalisar/avaliar	12,241	2	,001				

Tabela 35 Teste Kruskal-Wallis, em função tempo de prática como treinador

Na tabela 36, verificamos a existência de diferença significativas ao nível da valorização da competência “conhecimentos de anatomia e fisiologia do esforço” entre a categoria de treinadores com experiência profissional *1 a 4 anos* e *5 a 9 anos* ($p=0,013$), não se tendo verificado diferenças significativas na comparação entre as restantes categorias.

Conhecimentos de anatomia e fisiologia do esforço			
Ranks			
Tempo prática como Treinador	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)
1 a 4 anos	30	23,45	,013
5 a 9 anos	24	32,56	
Total	54		

1 a 4 anos	30	19,27	,188	Não há dif. sig
10 ou mais anos	10	24,20		
Total	40			
5 a 9 anos	24	17,77	,772	Não há dif. sig.
10 ou mais anos	10	16,85		
Total	34			

Tabela 36 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador

Em relação à competência “capacidade de transmitir o conteúdo formativo de uma forma eficaz” também se verificaram diferenças significativas na valorização entre grupos em função do tempo de prática como treinador. Assim, existem diferenças significativas ($p < 0,05$) na valorização da competência entre a categoria *1 a 4 anos* e as categorias *5 a 9 anos* (0,005) e *10 anos ou mais* (0,001), sendo observável uma maior valorização desta competência por parte dos treinadores menos experientes. No que diz respeito à relação entre os grupos experientes não se verificaram diferenças significativas ($p = 0,151$).

Capacidade de transmitir o conteúdo formativo de uma forma eficaz				
Ranks				
Tempo prática como Treinador	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
1 a 4 anos	30	31,98	,005	1 a 4 anos > 5 a 9 anos
5 a 9 anos	24	21,90		
Total	54			
1 a 4 anos	30	23,60	,001	1 a 4 anos > 10 ou mais anos
10 ou mais anos	10	11,20		
Total	40			
5 a 9 anos	24	18,83	,151	Não há dif. sig.
10 ou mais anos	10	14,30		
Total	34			

Tabela 37 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador

Relativamente à competência “dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo” verificamos a existência de diferenças significativas, entre a categoria *1 a 4 anos* e as categorias *5 a 9 anos* (0,002) e *10 ou mais anos* (0,026), na valorização entre grupos em função do tempo e prática como treinador. Através de análise à tabela 38, visualizamos uma maior valorização desta competência por parte dos treinadores com mais de 4 anos de experiência em relação aos menos experientes.

Dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo				
Ranks				
Tempo prática como Treinador	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
1 a 4 anos	30	22,40	,002	1 a 4 anos < 5 a 9 anos
5 a 9 anos	24	33,88		
Total	54			

1 a 4 anos	30	18,45	,026	1 a 4 anos < 10 ou mais anos
10 ou mais anos	10	26,65		
Total	40			
5 a 9 anos	24	17,73	,807	Não há dif. sig.
10 ou mais anos	10	16,95		
Total	34			

Tabela 38 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador

Relativamente à competência “conhecimento sobre a facilitação das relações interpessoais” verificamos a existência de diferenças significativas, entre a categoria *10 ou mais anos* e as categorias *1 a 4 anos* (0,010) e *5 a 9 anos* (0,011), na valorização entre grupos em função do tempo e prática como treinador. Através da tabela 39 visualizamos uma maior valorização desta competência por parte dos treinadores com *10 ou mais anos* de experiência em relação aos restantes treinadores.

Conhecimentos sobre a facilitação das relações interpessoais				
Ranks				
Tempo prática como Treinador	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
1 a 4 anos	30	28,10	,694	Não há dif. sig
5 a 9 anos	24	26,75		
Total	54			
1 a 4 anos	30	18,35	,010	1 a 4 anos < 10 ou mais anos
10 ou mais anos	10	26,95		
Total	40			
5 a 9 anos	24	15,19	,011	5 a 9 anos < 10 ou mais anos
10 ou mais anos	10	23,05		
Total	34			

Tabela 39 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador

Quanto à competência “possuir competências para reajustar a atuação profissional” verificamos a existência de diferenças significativas, entre a categoria *10 ou mais anos* e as categorias *1 a 4 anos* (0,002) e *5 a 9 anos* (0,011), na valorização entre grupos em função do tempo e prática como treinador. Através da tabela 40 visualizamos uma maior valorização desta competência por parte dos treinadores com *10 ou mais anos* de experiência em relação aos restantes treinadores.

O treinador deve possuir competências para reajustar a atuação profissional				
Ranks				
Tempo prática como Treinador	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
1 a 4 anos	30	25,78	,274	Não há dif. sig.
5 a 9 anos	24	29,65		

Total	54			
1 a 4 anos	30	17,58	,002	1 a 4 anos < 10 ou mais anos
10 ou mais anos	10	29,25		
Total	40			
5 a 9 anos	24	15,06	,011	5 a 9 anos < 10 ou mais anos
10 ou mais anos	10	23,35		
Total	34			

Tabela 40 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador

Em relação à competência “potenciar uma interligação positiva entre a atividade e a vida pessoal” verificamos a existência de diferenças significativas, entre a categoria *10 ou mais anos* e as categorias *1 a 4 anos* (0,003) e *5 a 9 anos* (0,007), na valorização entre grupos em função do tempo de prática como treinador. Da análise da tabela 41 verificamos uma maior valorização desta competência por parte dos treinadores com *10 ou mais anos* de experiência em relação aos restantes treinadores.

Potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal				
Ranks				
Tempo prática como Treinador	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
1 a 4 anos	30	26,65	,551	Não há dif. sig.
5 a 9 anos	24	28,56		
Total	54			
1 a 4 anos	30	17,97	,003	1 a 4 anos < 10 ou mais anos
10 ou mais anos	10	28,10		
Total	40			
5 a 9 anos	24	15,21	,007	5 a 9 anos < 10 ou mais anos
10 ou mais anos	10	23,00		
Total	34			

Tabela 41 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador

Quanto à competência “possuir capacidade de se autoanalisar/avaliar” verificamos a existência de diferenças significativas, entre a categoria *1 a 4 anos* e as categorias *5 a 9 anos* (0,008) e *10 ou mais anos* (0,002), na valorização entre grupos em função do tempo e prática como treinador. Da análise da tabela 41 verificamos uma maior valorização desta competência por parte dos treinadores com experiência reduzida (*1 a 4 anos*) em relação aos restantes treinadores com mais de 4 anos de experiência profissional.

Possuir capacidade de se autoanalisar/avaliar				
Ranks				
Tempo prática como Treinador	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
1 a 4 anos	30	31,50	,008	1 a 4 anos > 5 a 9 anos
5 a 9 anos	24	22,50		
Total	54			
1 a 4 anos	30	23,17	,002	1 a 4 anos > 10 ou mais anos
10 ou mais anos	10	12,50		
Total	40			
5 a 9 anos	24	18,67	,153	Não há dif. sig.
10 ou mais anos	10	14,70		
Total	34			

Tabela 42 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do tempo de prática como treinador

12.2.1.7. Em função da variável dependente – Escalão etário em que desempenha a função atualmente

Relativamente à análise da valorização do perfil de competências, em função do escalão etário onde desempenham atualmente a função de treinador de futebol, verificamos a existência de diferenças estatisticamente significativas nas cinco competências valorizadas pelos inquiridos, apresentadas na tabela 43:

	Chi-Square	df	Asymp. Sig.		Chi-Square	df	Asymp. Sig.
1 – Conhecimentos de anatomia e fisiologia do esforço	14,048	2	,001	4 – Conhecimentos ao nível da recuperação após o esforço	9,806	2	,007
41 – Conhecimentos sobre a formação pessoal e social	13,562	2	,001	42 – Conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais	10,993	2	,004
47 – Potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal	7,351	2	,025				

Tabela 43 Teste Kruskal-Wallis, em função do Nível Etário onde desempenham a função de Treinador

Através da análise da tabela 44, verificamos a existência de diferenças significativas na valorização do “conhecimento de anatomia e fisiologia do esforço” ($p=0,001$) em função do nível etário onde desempenham a sua função profissional. Dos grupos observados verificamos uma maior valorização da competência por parte dos treinadores a orientar o escalão de *Juniores* em relação aos que trabalham com

Escolas/Infantis ($p=0,000$) e *Iniciados/Juvenis* ($p=0,007$). Entre estes dois últimos grupos de treinadores não se verificaram a existência de diferenças significativas ($p=0,158$).

Conhecimento de anatomia e fisiologia do esforço				
Ranks				
Escalão Etário	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
desempenham função				
Escolas/Infantis	40	27,30	,158	Não há dif. sig.
Iniciados/Juvenis	17	33,00		
Total	57			
Escolas/Infantis	40	21,44	,000	Escolas/infantis <
Juniores (sub 19)	7	38,86		Juniores (sub 19)
Total	47			
Iniciados/Juvenis	17	10,35	,007	Iniciados/Juvenis <
Juniores (sub 19)	7	17,71		Juniores (sub 19)
Total	24			

Tabela 44 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Etário em que trabalham

Verificaram-se, igualmente, diferenças significativas na valorização dos “conhecimentos ao nível da recuperação após o esforço” ($p=0,007$). Pela análise dos resultados (tabela 45) conseguimos verificar que o grupo em que a valorização da competência é mais elevada nos treinadores que treinam os escalões *Iniciado/Juvenis* e *Juniores* em relação aos que treinam nos escalões mais baixos *Escolas/Infantis*.

Conhecimento ao nível da recuperação após o esforço				
Ranks				
Escalão Etário	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
desempenham função				
Escolas/Infantis	40	26,43	,037	Escolas/infantis <
Iniciados/Juvenis	17	35,06		Iniciados/juvenis
Total	57			
Escolas/Infantis	40	22,08	,010	Escolas/infantis <
Juniores (sub 19)	7	35,00		Juniores (sub19)
Total	47			
Iniciados/Juvenis	17	11,15	,068	Não há dif. sig.
Juniores (sub 19)	7	15,79		
Total	24			

Tabela 45 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Etário em que trabalham

Em relação à competência “conhecimentos sobre a formação pessoal e social”, foram igualmente verificadas a existência de diferenças significativas ($p=0,001$), entre as categorias de treinadores (tabela 46). Assim, podemos verificar a existência de diferenças significativas entre a categoria dos *Juniores* e as categorias dos *Iniciados/Juvenis* ($p=0,001$) e *Escolas/Infantis* ($p=0,002$), sendo observável uma valorização mais elevada da competência por parte dos grupos etários mais novos, sendo que entre estes não se verificaram diferenças significativas, no que diz respeito à valorização desta competência no perfil de competências percebido.

Conhecimento sobre a formação pessoal e social				
Ranks				
Escalão Etário	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
desempenham função				
Escolas/Infantis	40	29,00	1,000	Não há dif. sig.
Iniciados/Juvenis	17	29,00		
Total	57			
Escolas/Infantis	40	25,85	,002	Escolas/infantis >
Juniores (sub 19)	7	13,43		Juniores (sub 19)
Total	47			
Iniciados/Juvenis	17	14,50	,001	Iniciados/juvenis >
Juniores (sub 19)	7	7,64		Juniores (sub 19)
Total	24			

Tabela 46 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Etário em que trabalham

Verificaram-se, igualmente, diferenças significativas na valorização dos “conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais” ($p=0,004$). Através da análise dos resultados do Teste Mann-Whitney (tabela 47), podemos concluir que o grupo em que a valorização da competência é mais elevada é nos *Escolas/Infantis*, não havendo diferenças significativas entre os grupos mais velhos, o que nos leva a pressupor que quanto menor for o nível etário em que os treinadores trabalham, maior será a importância atribuída a esta característica.

Conhecimento que permitam otimizar a relação com os pais				
Ranks				
Escalão Etário	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
desempenham função				
Escolas/Infantis	40	32,35	,003	Escolas/infantis >
Iniciados/Juvenis	17	21,12		Iniciados/juvenis
Total	57			

Escolas/Infantis	40	25,44	,016	Escolas/infantis >
Juniores (sub 19)	7	15,79		Juniores (sub 19)
Total	47			
Iniciados/Juvenis	17	12,47	,971	Não há dif. sig.
Juniores (sub 19)	7	12,57		
Total	24			

Tabela 47 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Etário em que trabalham

No que diz respeito à competência de “potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade”, foram encontradas diferenças significativas entre os grupos ($p=0,025$). Deste modo, podemos verificar na tabela 48, que existem diferenças significativas entre as categorias dos que trabalham com *Juniores* em relação aos que trabalham com *Escolas/Infantis* ($p=0,014$) e *Iniciados/Juvenis* ($p=0,008$), sendo perceptível uma maior valorização desta competência pelos treinadores que trabalham com o escalão etário superior. Entre os grupos de treinadores que trabalham com as duas categorias de escalões etários mais novos não se verificam diferenças significativas de valorização.

Potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal				
Ranks				
Escalão Etário	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
desempenham função				
Escolas/Infantis	40	28,65	,745	Não há dif. Sig.
Iniciados/Juvenis	17	29,82		
Total	57			
Escolas/Infantis	40	22,31	,014	Escolas/infantis <
Juniores (sub 19)	7	33,64		Juniores (sub 19)
Total	47			
Iniciados/Juvenis	17	10,79	,008	Iniciados/juvenis <
Juniores (sub 19)	7	16,71		Juniores (sub 19)
Total	24			

Tabela 48 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos, em função do Nível Etário em que trabalham

12.3.1. Análise Inferencial dos grupos de competências

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
51- Competências Científico – Pedagógicas	64	3,66	4,22	3,9429	,12180

52- Competências Pessoais	64	3,31	4,00	3,6106	,14626
53- Competências de Gestão	64	2,80	4,00	3,4000	,25697
Valid N (listwise)	64				

Tabela 49 Valores Médios da importância atribuída a cada grupo de competências

Na tabela 49 podemos constatar, através dos valores médios e desvio padrão, que as competências *Científico – Pedagógicas* são, de forma geral, mais valorizadas no perfil de competências pelos treinadores do futebol formação das equipas de Viseu.

12.3.1.1. Em função da variável independente – faixa etária

A tabela 50 apresenta os resultados em função da idade.

Ranks				
“Competências Científico-Pedagógicas”				
Idade Níveis	N	Mean Rank	Asymp. Sig.	
20 aos 27 anos	27	36,09	,099	Não há dif. sig.
28 aos 40 anos	26	26,52		
+ 40 anos	11	37,82		
“Competências Pessoais”				
20 aos 27 anos	27	34,70	,668	Não há dif. sig.
28 aos 40 anos	26	30,17		
+ 40 anos	11	32,59		
“Competências de Gestão”				
20 aos 27 anos	27	33,41	,911	Não há dif. sig.
28 aos 40 anos	26	31,35		
+ 40 anos	11	33,00		

Tabela 50 Teste Kruskal-Wallis, em função da faixa etária

Considerou-se para comparação três categorias de idade, treinadores com idade compreendida entre os 20 e 27 anos, entre os 28 e os 40 anos e mais de 40 anos. Os resultados não evidenciaram diferenças estatísticas significativas para nenhum dos grupos de competências.

12.3.1.2. Em função da Variável Independente – Escolaridade

Em relação à análise da valorização entre grupos de competências, em função do nível de escolaridade, verificamos a existência de diferenças estatisticamente significativas nas competências “Científico – Pedagógicas” ($p=0,000$) e nas competências de “Gestão” ($p=0,039$).

Assim, foram encontradas diferenças significativas entre os treinadores, sendo perceptível, em termos gerais, uma maior valorização destes dois grupos de competências pelos treinadores licenciados em relação aos treinadores não licenciados em cursos superiores de Educação Física ou Desporto (ver tabela 51).

“Competências Científico – Pedagógicas”				
Ranks				
Escolaridade	N	Mean Rank	Asymp. Sig.	
Não Licenciado	19	19,84	,000	Não Licenciado < Licenciado
Licenciado	45	37,84		
Total	64			
“Competências Pessoais”				
Não Licenciado	19	35,00	,479	Não há dif. sig.
Licenciado	45	31,44		
Total	64			
“Competências de Gestão”				
Não Licenciado	19	25,39	,039	Não Licenciado < Licenciado
Licenciado	45	35,50		
Total	64			

Tabela 51 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos de variáveis, em função do Nível de Escolaridade

Estes resultados vêm reforçar os resultados anteriores, verificados na análise do perfil de competências item a item, pois permitem-nos verificar que os treinadores com formação superior em áreas do Desporto ou da Educação Física, valorizam significativamente mais as competências de “gestão”, e ainda de forma mais significativa as competências “científico-pedagógicas”.

12.3.1.3. Em função da Variável Independente – Formação Técnica

Como podemos verificar através dos resultados apresentados na tabela 52, do teste Kruskal-Wallis, verificamos a não existência de diferenças significativas na valorização entre os grupos de competências por parte dos treinadores e em função do nível da sua Formação Técnica.

	Chi-Square	df	Asymp. Sig.
“Competências CienPedag”	2,269	2	,322
“Competências Pessoais”	4,027	2	,134
“Competências de Gestão”	0,852	2	,653

Tabela 52 Teste Kruskal-Wallis, em função da Formação Técnica

Deste modo, verificamos que, para a presente amostra, a variável “formação técnica” não influencia a percepção do perfil de competências na análise comparativa entre grupos de competências.

12.3.1.4. Em função da Variável Independente – Nível de Prática como Jogador

A tabela 53 apresenta os resultados em função do nível de prática como jogador.

	Chi-Square	df	Asymp. Sig.
“Competências CienPedag”	6,023	2	,049
“Competências Pessoais”	2,382	2	,304
“Competências de Gestão”	0,103	2	,950

Tabela 53 - Teste Kruskal-Wallis, em função do Nível de Prática como Jogador

Através do teste Kruskal-Wallis, verificaram-se diferenças significativas na valorização das competências “Científico - Pedagógicas” ($p=0,049$) em função do nível de prática como jogador. Em relação às restantes competências, nomeadamente competências “Pessoais” e competências de “Gestão” não se verificaram diferenças significativas na valorização das mesmas.

Deste modo, foram encontradas diferenças significativas na valorização do grupo de competências “Científico – pedagógicas” na comparação estatística entre os

treinadores *sem qualquer nível de prática* e os treinadores com experiência de prática em campeonatos *nacionais ou superior*, sendo perceptível, uma maior valorização por parte dos treinadores que, enquanto praticantes, tiveram contacto com a prática do futebol em competições nacionais.

"Competências Científico - Pedagógicas"				
Ranks				
Nível de Prática como Jogador	N	Mean Rank	Asymp. Sig. (2-tailed)	
Nenhuma	10	18,40	,120	Não há dif. sig.
Distrital	38	26,11		
Total	48			
Nenhuma	10	8,85	,014	Nenhuma <
Nacional ou Superior	16	16,41		Nacional ou
Total	26			Superior
Distrital	38	25,55	,961	Não há dif. sig.
Nacional ou Superior	16	32,13		
Total	54			

Tabela 54 Teste Mann – Whitney, comparação entre grupos de competências, em função do Nível de Prática como Jogador

12.3.1.5. Em função da Variável Independente – Anos de Prática como atleta

Como podemos verificar através dos resultados apresentados na tabela 55, do teste Kruskal-Wallis, verificamos que não existem diferenças significativas na valorização dos grupos de competências por parte dos treinadores e em função dos anos de prática como atleta.

Test Statistics ^{a,b}			
	51- Competências Científico - Pedagógicas	52- Competências Pessoais	53- Competências de Gestão
Chi-Square	2,242	5,757	0,102
Df	2	2	2
Asymp. Sig.	,326	,056	,950
a. Kruskal Wallis Test			
b. Grouping Variable: Anos de Prática como atleta			

Tabela 55 Teste Kruskal-Wallis, em função dos Anos de Prática como atleta

Na análise comparativa entre grupos de competências, verificamos que a variável independente “anos de prática como atleta” não influencia a percepção do perfil de competências por parte dos treinadores dos escalões de futebol jovem do concelho de Viseu.

12.3.1.6. Em função da Variável Independente – Tempo de prática como treinador

Como podemos verificar através dos resultados apresentados na tabela 56, do teste Kruskal-Wallis, verificamos que não existem diferenças significativas na valorização dos grupos de competências por parte dos treinadores e em função da sua experiência profissional.

Test Statistics ^{a,b}			
	51- Competências Científico – Pedagógicas	52- Competências Pessoais	53- Competências de Gestão
Chi-Square	,163	,670	1,830
Df	2	2	2
Asymp. Sig.	,922	,715	,401
a. Kruskal Wallis Test			
b. Grouping Variable: Anos como Treinador			

Tabela 56 Teste Kruskal-Wallis, em função do tempo de prática como treinador

Na análise comparativa entre grupos de competências, verificamos que a experiência profissional como treinador não influencia a percepção do perfil de competências por parte dos treinadores dos escalões de futebol jovem do concelho de Viseu.

12.3.1.7. Em função da Variável Independente – Escalão etário em que desempenham a função

Como podemos verificar através dos resultados apresentados na tabela 57, do teste Kruskal-Wallis, verificamos que não existem diferenças significativas na valorização dos grupos de competências por parte dos treinadores e em função do escalão etário em que desempenham a função.

Test Statistics ^{a,b}			
	51- Competências Científico – Pedagógicas	52- Competências Pessoais	53- Competências de Gestão
Chi-Square	2,144	1,501	,296
df	2	2	2
Asymp. Sig.	,342	,472	,862
a. Kruskal Wallis Test			
b. Grouping Variable: Escalão etário em que desempenham função			

Tabela 57 Teste Kruskal-Wallis, em função do Escalão Etário em que desempenham a função

Assim, verificamos que, para a presente amostra, o escalão etário em que desempenham a sua função parece não influenciar a percepção do perfil de competências.

13. Discussão dos resultados

13.1. Análise descritiva da caracterização da amostra

Os resultados do presente estudo, indicam que a maioria dos treinadores da amostra é relativamente jovem, com uma idade média de 31,2 anos, valor próximo do encontrado por Borges (2009) e Andrade (2009), e ligeiramente inferior aos encontrados por Costa (2005) e Almeida (2001). Constatámos também a elevada heterogeneidade das idades da amostra, com a maior frequência de treinadores a acontecer na faixa etária inferior. Estes factos foram igualmente evidenciados por Costa (2005), verificada igualmente nos estudos de Borges (2009) e Costa (2005).

Quanto à experiência profissional dos inquiridos, verificou-se um valor médio de 5,7 anos de experiência, sendo este valor superior ao encontrado no estudo de Almeida (2001), mas inferior aos encontrados por Costa (2005); Borges (2009) e Andrade (2009). O facto de termos verificado maior frequência de treinadores com um máximo de quatro anos de experiência profissional leva-nos a assumir a pouca experiência na função por parte dos treinadores de futebol da amostra.

Relativamente à qualificação académica na área da educação física ou desporto, este estudo revela que 70% dos treinadores possui uma formação superior, encontrando-se a frequentar ou possuindo um bacharelato/licenciatura. Este valor é superior ao verificado nos estudos de Costa (2005); Borges (2009); Almeida (2001) e Andrade (2009), sendo um traço marcante da população inquirida.

No que diz respeito ao nível de formação técnica (obtenção de aprovação nos cursos federativos de nível I, nível II, nível III e nível IV), verificámos que a maioria dos treinadores possuem o nível I e apenas 23,4% dos treinadores possui um nível de formação superior. Estes valores diferem dos constatados por Costa (2005); Borges (2009) e Andrade (2009) nos seus estudos, em que verificaram que a maioria dos treinadores possuíam, no mínimo, o nível II de formação técnica. Os resultados demonstram o baixo nível de formação técnica dos treinadores de futebol jovem do concelho de Viseu.

Verificou-se que a maioria (59%) dos treinadores da amostra, relativamente ao nível de prática mais elevado atingido como atleta, possuem apenas experiência de nível

distrital, contrastando este valor com os resultados apurados por Costa (2005), que verificou que a maioria dos treinadores revelou possuir experiência de nível nacional (58%). Constatámos ainda que 84,4% dos treinadores possui experiência como praticante da modalidade, valor próximo dos verificados nos estudos de Costa (2005) e Almeida (2001).

Quanto ao tempo de prática como atleta da modalidade, verificou-se que 46,9% dos treinadores contabiliza uma experiência igual ou superior a 5 anos, e que 20% dos treinadores não possui qualquer experiência enquanto atleta da modalidade. Estes valores diferem dos encontrados por Costa (2005); Andrade (2009) e Borges (2009), que apontam para percentagens superiores a 70% dos treinadores com experiência como atleta superior a 7 e 10 anos.

A maioria dos treinadores inquiridos encontra-se a desempenhar a sua função no escalão de escola/infantis (62,5%), sendo esta uma realidade espectável dado o elevado número de equipas existentes neste escalão no concelho de Viseu (34 equipas do escalão escolas/infantis), em contraponto com o número de equipas existentes nos escalões jovens mais elevados (15 equipas nos escalões de iniciados/juvenis/juniores).

13.2. Análise descritiva da valorização do perfil de competências

A análise dos resultados evidencia que os treinadores atribuem níveis de importância às competências entre as escalas de *pequena importância* e *muito grande importância*, sendo que a maioria das competências analisadas (38) tem maior frequência de respostas como *grande importância*. Neste estudo, verificaram-se duas competências que tiveram maior frequência de resposta na valorização *pequena importância* – “Conhecimentos sobre doping” e “Conhecimentos sobre gestão de carreiras desportivas dos jogadores” e destacaram-se quatro competências que tiveram maior frequência na valorização *muito grande importância*, das quais se destacam os “conhecimentos técnico – táticos da modalidade”, como competência mais valorizada pelos treinadores (4,88). Estes resultam vão de encontro aos de Costa (2005), que apresenta, no quadro de itens mais valorizados em termos médios pelos treinadores da amostra, as mesmas quatro competências.

Os treinadores, no seu geral, atribuem maior importância às competências “científico-pedagógicas”, nomeadamente às competências relacionadas com as tarefas do dia-a-dia do treinador e com a operacionalização e condução do processo de treino. As competências mais valorizadas foram os “conhecimentos técnico – táticos da modalidade” (4,88), o “demonstrar motivação para a atividade e para a progressão na carreira” (4,66), os “conhecimentos de planeamento do treino” (4,55) e a “capacidade para operacionalizar a transmissão de conteúdos” (4,53). Estes resultados parecem corroborar com outros estudos de: Costa, (2005), no futebol; Resende et al (2007), no voleibol; Andrade (2009), no basquetebol e por fim Borges (2009), no andebol, em que as competências mais relacionadas com o processo de treino/competição são aquelas que os treinadores mais valorizam. Parece-nos pertinente a ideia apresentada por Costa (2005), quando refere que estas competências são, na sua globalidade, distintamente as de uso quotidiano, aquelas que constituem o corpo essencial da atuação do treinador, sendo por isso as competências sobre as quais existe maior unanimidade e valorização.

Por outro lado, os treinadores tendem a atribuir menor importância às competências mais “marginais” ao quotidiano do treinador como “conhecimentos sobre doping” (1,98), “conhecimentos sobre a gestão de carreiras desportivas dos jogadores” (2,48), “conhecimentos que permitam compreender e interpretar o comportamento do público” (2,66), “conhecimento sobre violência no desporto (2,77)”, e “conhecimento para exercer funções diretivas” (2,78). Estes resultados reforçam, de certa forma, a ideia de Costa (2005) quando refere que as competências menos valorizadas pelos inquiridos estão relacionadas com aspetos sociológicos, de gestão e direção e de aspetos ligados à investigação, concluindo o autor que se deve a uma abordagem técnica da profissão. Também Borges (2009) e Andrade (2009), evidenciam uma menor valorização das competências relacionadas com os conhecimentos de formador e de gestão desportiva.

13.3. Análise comparativa da valorização dos treinadores ao perfil de competências

13.3.1 Em função da idade

Os resultados evidenciaram diferenças estatisticamente significativas em relação à valorização das seguintes competências: “capacidade de transmitir o conteúdo informativo de uma forma eficaz”, no “conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais”, no “potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal” e na “capacidade de se autoanalisar/avaliar”. Em relação à competência “capacidade de transmitir o conteúdo informativo de uma forma eficaz”, esta parece ser, em termos médios, mais valorizada pelos treinadores mais novos. Estes resultados podem ser explicados, na nossa opinião, pelo facto dos treinadores mais jovens terem mais cuidados com a preparação e estruturação do conteúdo da instrução, no sentido de a adequar aos seus atletas. Efetivamente, parece-nos que o facto destes treinadores mais jovens terem menor experiência poderá induzir a uma maior preocupação na melhoria desta competência.

Em relação à competência “conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais”, verificou-se que parece existir uma maior valorização por parte dos treinadores mais novos. Pensamos que estes resultados podem estar relacionados com o facto dos treinadores mais jovens e, por isso, mais inexperientes, normalmente iniciarem a sua experiência profissional em escalões etários mais novos, onde têm maior contacto com os pais dos atletas e acabem por valorizar mais este tipo de competências.

No que diz respeito a “potenciar uma interligação positiva entre a atividade e a vida pessoal”, verificou-se uma maior valorização por parte dos treinadores mais velhos em relação aos treinadores com menos de 28 anos. Parece-nos que uma explicação para estes resultados tem a ver precisamente com o facto de os treinadores mais velhos, e portanto, com maior experiência de vida e responsabilidade familiar, puderem revelar mais preocupações na conciliação da vida profissional com a sua vida pessoal e familiar.

Por último, verificou-se que à competência “possuir capacidade de se autoanalisar/avaliar”, é atribuída maior importância pelos treinadores mais jovens. Parece-nos que o facto destes treinadores mais jovens atribuírem melhor valorização

a esta competência, talvez se possa justificar pela maior estimulação e preocupação do treinador em se autoanalisar/avaliar, no sentido de refletir sobre as suas ações e experiências e procurar melhorar as suas competências enquanto vai construindo uma identidade profissional própria. Nesse sentido, os treinadores mais velhos não terão tanta preocupação no desenvolvimento desta competência, dada a experiência que, previsivelmente, já adquiriram com a prática.

Relativamente ao perfil de competências em função da idade, Costa (2005), refere que os mais novos possuem uma valorização diferenciada comparativamente aos treinadores mais velhos, sendo que os primeiros, em termos médios, pontuam mais as competências em que o autor encontrou diferenças significativas, concluindo, desta forma, que a idade é um fator influenciador da percepção do perfil.

13.3.1 Em função do nível de escolaridade

Relativamente à análise do perfil de competências em função do nível de escolaridade verificou-se que os treinadores com formação superior em Educação Física ou Desporto, valorizam de forma significativamente superior as seguintes competências 2, 13, 25, 26, 36, 37, 38, 48 e 50, sendo que a maioria destas são competências “científico-pedagógicas”. No entanto, esta situação não se verifica em relação a competências “pessoais” como “conhecimentos sobre violência no desporto”, “conhecimentos sobre doping” e “conhecimentos sobre facilitação das relações interpessoais”. Verificou-se ainda, na comparação entre grupos de competências, que os treinadores com frequência ou conclusão de bacharelato ou licenciatura em educação física ou desporto atribuem, em termos de valor médio dos grupos de competências, maior importância ao grupo das competências de “Gestão” e, de forma ainda mais significativa, às competências “Científico-Pedagógicas”, competências essas que são as mais diretamente relacionadas com as atividades do treinador no dia-a-dia, nomeadamente na operacionalização e condução do processo de treino.

Em suma, o nível de escolaridade é, portanto, uma variável influenciadora da percepção do perfil de competências do treinador, pois verificou-se que os treinadores com formação superior em educação física ou desporto, atribuem maior importância às competências científico – pedagógicas e de gestão, competências claramente mais relacionadas com o trabalho quotidiano do treinador no desempenho da sua função.

No sentido inverso, estes treinadores acabam por atribuir menor nível de importância aos conhecimentos menos direcionados com o processo de treino.

13.3.2 Em função do nível de formação técnica

No que concerne à percepção do perfil de competências em função do nível de formação técnica, foram encontradas diferenças significativas nas competências de “dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo” e na capacidade de “potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal”, sendo que nenhuma destas percepções de competências é corroborada pelo estudo de Costa (2005), cujas competências com diferenças significativas não coincidem com as anteriores.

Em relação à formação técnica/formativa, verificou-se que, em termos médios e nas competências em que foram encontradas diferenças significativas, quanto maior é o nível de formação, maior é a importância atribuída a “dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo”. Verificou-se também que os treinadores com formação técnica a qualquer nível atribuem maior importância ao “potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal”, relativamente aos que não têm essa formação.

13.3.3 Em função do nível de prática como jogador

Em relação ao nível de prática como jogador verificou-se que, em termos médios e nas competências em que foram encontradas diferenças significativas, os treinadores com experiência de prática valorizam mais os “conhecimentos sobre gestão de conflitos” que os treinadores sem experiência nesse campo, o que nos leva a pressupor que os treinadores com experiência de prática enquanto jogador e que estiveram inseridos em grupos de trabalho com objetivos coletivos, valorizam de forma mais significativa o “conhecimento sobre a gestão de conflitos” e a importância desta competência na condução do processo de treino. Verificou-se também que os treinadores que apenas tiveram experiência de prática a nível distrital, atribuem maior importância aos “conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais” em relação aos treinadores com nível de prática nacional ou superior.

Comparativamente com o estudo de Costa (2005), neste parâmetro de avaliação em função do nível de prática como atleta, o autor encontrou diferenças significativas para as competências de “conhecimentos sobre os efeitos das atividades e/ou exercícios” ($p=0,04$) e “demonstrar motivação para atividade e para progressão na carreira” ($p=0,038$), enquanto que no nosso estudo encontramos diferenças significativas para as competências “conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais” e “conhecimento sobre a gestão de conflitos”.

Em relação à análise comparativa entre grupos de competências, verificou-se que os treinadores com experiência enquanto praticantes de nível nacional ou superior atribuem, em termos de valor médio, maior importância às competências “Científico-Pedagógicas” que os treinadores sem experiência enquanto praticantes da modalidade. Pensamos que o ter participado ativamente em competições mais fortes competitivamente e com outros níveis de exigência, leve estes treinadores a valorizarem mais as competências relacionadas com o planeamento e operacionalização do processo de treino e conhecimentos relacionados com a capacidade de melhorar a intervenção pedagógica enquanto líder do processo.

13.3.4 Em função do tempo de prática como atleta

Verificou-se, ainda, que quanto maior é o tempo de prática como atleta, maior é a importância atribuída aos “conhecimentos sobre gestão de conflitos”. A experiência prática acumulada e a vivência de experiências em grupos de trabalho diferentes aquando do seu percurso enquanto atletas, parecem fazer os treinadores perceber a importância da gestão de conflitos dentro dos grupos de trabalho e valorizar os conhecimentos inerentes à competência do treinador para resolver esses problemas.

13.3.5 Em função do tempo de prática como treinador

Os treinadores com mais de 10 anos de experiência, atribuem maior importância aos “conhecimentos sobre a facilitação das relações interpessoais”, a “possuir competências para reajustar a atuação profissional” e “potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal” em relação aos treinadores com menos experiência. Os treinadores com mais de 4 anos de experiência valorizam mais o “dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo” em relação aos

treinadores menos experientes. Os treinadores menos experientes, valorizam mais o “possuir capacidade de se autoanalisar/avaliar”, em relação aos treinadores com mais de 4 anos de experiência. Os treinadores com menos experiência, atribuem maior importância aos “conhecimentos de anatomia e fisiologia do esforço”, em relação aos treinadores com alguma experiência (5 a 9 anos de experiência).

13.3.6 Em função do escalão etário em que desempenham a função

Os treinadores a trabalhar com escalões etários mais novos (escolas/infantis) atribuem maior valorização aos “conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais”, relativamente aos treinadores de escalões etários mais velhos. Os treinadores dos escalões etários de infantis/iniciados/juvenis, atribuem maior importância aos “conhecimentos sobre a formação pessoal e social” em relação aos treinadores do escalão juniores. Pensamos que estes resultados podem estar relacionados com a sensibilidade dos treinadores em relação ao escalão onde desenvolvem a sua atividade. De facto, estamos a falar de escalões de formação, que abrangem jovens de tenra idade, onde os objetivos formativos têm uma importância fundamental e a transmissão de valores éticos e sociais estão presentes no dia-a-dia no processo de treino e na intervenção pedagógica dos treinadores.

Por sua vez, os treinadores a trabalhar com escalões etários mais velhos (juniores) valorizam de forma mais significativa os conhecimentos de “anatomia e fisiologia do esforço” e a capacidade “de potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal”. Verificou-se também que os treinadores a trabalhar com os escalões etários que jogam futebol 11 (iniciados/juvenis/juniores), atribuem maior importância ao “nível da recuperação após o esforço” em relação aos treinadores dos escalões de futebol 7 (escolas/infantis). Pensamos que os resultados anteriores, podem estar relacionados com o facto de estes treinadores trabalharem com atletas mais desenvolvidos em termos maturacionais, com maiores índices de massa muscular e por isso mais sujeitos ao desgaste físico e mental inerentes à prática competitiva mais intensa (normalmente também associada a maior número de horas semanais de treino), o que proporciona maiores preocupações em relação aos processos fisiológicos e mentais da recuperação.

14. Reflexão Conclusiva

O presente estudo permite-nos destacar, relativamente aos resultados encontrados, as seguintes conclusões:

- A maioria dos treinadores da amostra é jovem, do género masculino, com formação académica superior (encontra-se frequentar ou já concluiu o bacharelato ou licenciatura em Educação Física ou Desporto) e com obtenção do nível I ou nível superior em relação à formação formativa/técnica. Grande parte dos treinadores possui experiência como atleta na modalidade, sendo que na maioria dos casos essa experiência deu-se a nível distrital e foi superior a cinco anos. Quanto à experiência como treinador, verificou-se que a maioria tem menos de cinco anos de experiência profissional e que apenas uma pequena minoria tem mais de dez anos de experiência profissional. Relativamente ao escalão etário em que desempenham a sua função, a maior percentagem de treinadores encontra-se a treinar os escalões etários de escolas/infantis.
- O treinadores, no seu geral, valorizam mais as competências “científico-pedagógicas”, nomeadamente as competências mais relacionadas com as tarefas do dia-a-dia do treinador, no processo de operacionalização e condução do treino desportivo. Por outro lado, os treinadores tendem a desvalorizar as competências mais “marginais” ao quotidiano do treinador. Esta realidade vai de encontro às conclusões verificadas nos estudo realizados por Costa (2005); Borges (2009) e Andrade (2009).
- Relativamente às hipóteses nulas formuladas, verificou-se a existência de diferenças significativas na valorização dos treinadores de determinadas competências em função da idade, da escolaridade e da formação técnica, o que nos leva a rejeitar a hipótese nula H01. Quanto à H02, verificou-se igualmente a existência de diferenças significativas na valorização dos treinadores de algumas competências em função do nível de prática como jogador e da experiência de prática como jogador até ao escalão de juniores, o

que também nos leva a rejeitar a hipótese nula H02. Também em relação à hipótese nula H03, verificou-se a existência de diferenças significativas na valorização de variadas competências em função da experiência profissional como treinador e do escalão etário em que desempenham a função atualmente. Deste modo, rejeita-se a hipótese nula H03. Relativamente à H04 formulada, verificou-se a existência de diferenças significativas apenas na valorização do grupo de competências “científico-pedagógicas” em função do nível de escolaridade e do nível de prática como jogador. Nesse sentido, rejeita-se a hipótese nula H04 na valorização em função do nível de escolaridade e do nível de prática como jogador. Por outro lado, aceita-se a hipótese nula H04 na valorização dos grupos de competências em função da faixa etária, da formação técnica, da experiência de prática como jogador até ao escalão de juniores, da experiência profissional como treinador e do escalão etário em que desempenham a função atualmente.

- Relativamente ao perfil de competências, verificou-se que o nível de escolaridade é o grande fator de variabilidade na perceção do perfil de competências e que a faixa etária, a experiência profissional e o escalão etário em que desempenham a função introduzem alguma variabilidade nos perfis de competências percebido. Em relação às restantes variáveis independentes, a formação técnica, nível e tempo de prática como atleta verificou-se que a perceção do perfil de competências é, de um modo geral, homogénea, confirmando-se esta pelas poucas diferenças significativas observadas nos itens analisados. Os resultados apresentados por Costa (2005) corroboram, em alguns pontos, esta conclusão, pois o autor afirma que o nível de escolaridade foi o grande diferenciador da perceção do perfil de competências e que a idade introduziu igualmente alguma variabilidade nos perfis de competências percebidos. No entanto, e no que diz respeito à experiência profissional o autor refere que esta variável introduz pouca variabilidade nos perfis de competência percecionados. Também Borges (2009) reforça o caráter diferenciador na perceção do perfil de competências do treinador de andebol, das variáveis experiência profissional e formação técnica. No entanto, o mesmo autor refere não ter encontrado diferenças significativas na valorização das competências em função da variável idade e nível de escolaridade dos treinadores.

Com o presente trabalho, procurámos trazer um contributo para um melhor conhecimento dos treinadores das equipas dos escalões de formação do concelho de Viseu e filiadas da Associação de Futebol de Viseu. O estudo da perceção dos perfis de competência e da valorização das diferentes competências por parte dos treinadores, revela-se fundamental na representação de perfis de competência e na adequação de modelos de formação direcionados para esses perfis. Esta adequação permitiria a melhoria da qualidade da formação e, conseqüentemente, da melhoria das competências e conhecimentos do treinador de jovens. (Louro & Nunes, 2007).

Desta forma parece-nos imprescindível a participação dos treinadores desportivos neste processo, através da identificação das suas valorizações e perceções de competência. Estes encontram-se em posição privilegiada para procederem a esta avaliação, atendendo que são parte integrante deste processo desportivo no seu quotidiano (Costa, 2005).

Neste sentido, sugerimos as seguintes recomendações para a realização de futuras investigações no âmbito desta temática:

- ✓ A realização de um estudo similar, mas abordando a perceção dos treinadores em relação às necessidades de formação sentidas por estes. É, de forma muito universal, reconhecida a importância de uma formação adequada e pedagogicamente consistente para termos treinadores mais competentes no desempenhar da função.
- ✓ Alargar o número de treinadores da amostra, a clubes fora do concelho e a treinadores de nível sénior. A realização de um estudo idêntico, com estas características, permitiria objetivar a comparação entre as diferentes perceções dos treinadores em relação aos perfis de competência e de necessidades formativas, de modo a orientar os processos formativos, tornando-os mais atuais e específicos.

Bibliografia

Almeida, C. (2001). *O Treinador em Portugal – Perfil Social, caracterização da atividade e formação*. Instituto Nacional de Formação e Estudos do Desporto (INFED), Ministério da Juventude e do Desporto, Lisboa.

Andrade, R. (2009). *Importância atribuída, auto-perceção e necessidades de formação do treinador de Basquetebol sobre os conhecimentos e competências profissionais*. Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Porto.

Antão, N. & Seabra, A. (2005). A Formação em Portugal: Treinadores e Coordenadores Técnicos de Futebol. In *Treino Desportivo*, 28, 32-36.

Araújo, J. (1994). *Ser Treinador*. Editorial Caminho.

Batista, P., Graça, A., & Matos, Z. (2008). Termos e Características associadas à Competência. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 8(3), 377-395.

Bento, J. (2004). *Desporto – Discurso e Substância*. Coleção: Saberes do Desporto.

Borges, M. (2009). *Valorização, auto-perceção e necessidades de formação acerca dos conhecimentos e competências do treinador desportivo. Estudo aplicado em treinadores de Andebol em Portugal*. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Porto.

Cassidy, T., Jones, R. e Potrac, P. (2008). *Understanding Sports Coaching – The Social, Cultural and Pedagogical Foundations of Coaching Practice*. Taylor & Francis Group, 47.

Coelho, J. & Tiesler, N. (2006). O paradoxo do jogo português: a omnipresença do futebol e a ausência de espectadores dos estádios. *Análise Social*, vol. XLI (179), 519-551.

Costa, J. (2005). *A Formação do Treinador de Futebol – Análise de Competências, Modelos e Necessidades de Formação*. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade Motricidade Humana. Lisboa.

Campos, C. (2007). Entrevista a Rui Faria. *A justificação da Periodização Tática como fenomenotécnica «A singularidade da intervenção do treinador como a sua impressão digital»*. Coleção Preparação Futebolística. MCsports.

Garganta, J. (1986). Aspectos de Preparação do Jovem Futebolista. *Revista Horizonte*, 15, V-VII.

Louro, H.; Nunes, D. (2007). *Competências profissionais entre treinadores de futebol. Influência da formação académica*. 1º Congresso Internacional de Jogos Desportivos. FADEUP.

Marques, A (2002). Conceito Geral de Treino de Jovens – Aspectos Filosóficos e Doutrinários da Atividade do Treinador. *Treino Desportivo*, III, 65-70.

Mata, R. (2001). *O Treinador de Futebol*. Trabalho de Metodologia do Treino Desportivo - Opção Futebol, não publicado. Maia.

McCallister, S., Blinde, E., & Weiss, W. (2000). Teaching Values And Implementing Philosophies: Dilemmas of Youth Sport Coach. *Physical Educator*, Late Winter2000, Vol. 57, 35-46.

Nunes, M. (1995). A Formação e Treinador de Futebol. *Revista Horizonte*, XII, 68, 75-78.

Pacheco, R. (2001). *O Ensino do Futebol – Futebol 7*. Um Jogo de Iniciação ao Futebol de 11. Edição do Autor, Porto.

Resende, R.; Mesquita, I.; Romero, J. (2007). Caracterização e representação dos treinadores acerca da formação de treinadores de Voleibol em Portugal. *Efdeportes Revista Digital*. Ano 12. nº 112. Buenos Aires.

Rodrigues, J. (1997). *Os Treinadores de Sucesso*. Edição Faculdade de Motricidade Humana. Lisboa.

Rosado, A. (2000). Um Perfil de Competências do Treinador Desportivo. *Formação de Treinadores Desportivos*. Edições ESDRM. ESDRM-IPS. Rio Maior, 21-48.

Sarmiento, P. (1991). Reflexões sobre a pedagogia do desporto. *Horizonte*, VII, 45, 92-97.

Simão, J. V., & Rosado, A. (1999). *A formação do treinador - Análise das representações dos treinadores em relação à sua própria formação*. Dissertação de Mestrado em Gestão da Formação Desportiva apresentada à Faculdade Motricidade Humana. Lisboa.

Legislação

Lei n.º 30/2004 de 21 de Julho (Lei de Bases do Sistema Desportivo).

Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto – Lei nº 5 /2007

Decreto-Lei nº 248-A-2008 de 31 de Dezembro

Decreto-Lei nº 40/2012 de 28 de Agosto

15. Anexos

15.1. Nº 1 Instrumento de pesquisa - Questionário

Conclusão Geral

A prática de uma qualquer modalidade coletiva pressupõe dois elementos fundamentais – o atleta e o treinador. Foi precisamente o Treinador o elemento central do nosso estudo, mas a consideração deste não pode ser efetuada sem ter em conta o elemento fundamental de todo o processo desportivo. O atleta antes de ser atleta existe como pessoa e a coexistência destas individualidades pressupõe o reconhecimento que nenhuma atinge o seu esplendor sem a outra. Neste pressuposto, o papel do treinador, por ser aquele que orienta todo o processo, ganha especial relevância no desenvolvimento do atleta.

Ao longo da revisão da literatura, identificámos a relevância do Futebol na sociedade atual. A sua enorme popularidade e mediatismo tornou-o num espetáculo de referência em termos sociais e reforçou a responsabilidade dos seus intervenientes. O Futebol, assume um papel fundamental na sociedade atual porque, através dele, podemos formar e educar para uma sociedade melhor (Antão & Seabra, 2005).

Este estágio permitiu-me, mais uma vez, participar de forma ativa neste processo. O treino de jovens reveste-se, neste sentido, de particular interesse pois o aspeto formativo ganha mais relevância. Foi evidente ao longo do percurso, que cada jogador reveste-se da sua individualidade. De facto, parece-nos que o profissional e o indivíduo não são indissociáveis e é nesse pressuposto que temos de incidir a nossa intervenção. Deste modo, uma das principais preocupações ao nível da intervenção com o grupo de jogadores dos Iniciados A da “O CRASTO” foi precisamente este vertente formativa, procurando a assimilação de valores sociais fundamentais à sua integração na sociedade destes futuros homens.

Hoje, infelizmente, vivemos numa sociedade que valoriza de forma exagerada o resultado final, em detrimento da forma como este é alcançado. A submissão do respeito pelo outro mas também pelo próprio. Se é verdade que vivemos em sociedade, não é menos verdade que deveríamos pensar em concordância com essa sociedade. E da mesma forma que vivendo em sociedade temos de cumprir regras, não é menos verdade que num contexto rico como o desportivo temos o dever de cultivar o respeito, a humildade e a solidariedade entre os nossos jovens.

Ao longo da época foi evidente que os jogadores perceberam a mensagem pedagógica que lhes procurámos transmitir. Não é menos verdade que também

aconteceram situações que fugiram do nosso controlo imediato, tendo em conta que encontrámos um grupo de jogadores com dificuldades evidentes ao nível do controlo emocional. Um grupo que não aceitava o erro individual e coletivo. Um grupo que evidenciava maus comportamentos em jogo quando as coisas não corriam conforme o pretendido. Todas estas situações levaram-nos a refletir e a preparar de forma mais cuidada todo o processo de interação pedagógica com os atletas. De facto, todos eles necessitavam de abordagens diferentes mas agimos em conformidade com aquilo que pretendíamos inculcar. Mesmo que, desportivamente, essa decisão nos pudesse conduzir a uma “derrota” no jogo, pensamos que no futuro nos pode levar à vitória na vida, daqueles de quem temos o dever de ajudar a FORMAR e a longo prazo conduzirá a uma sociedade mais honesta, solidária e justa.

Desta forma, procurei contribuir de melhor forma possível para a formação e desenvolvimento dos meus atletas, procurando atualizar os meus conhecimentos e competências nas mais variadas áreas. Neste sentido, este estágio foi fulcral com vista ao desenvolvimento de novas competências e a “O CRASTO” o local ideal para este processo. De facto, para além de todos os saberes adquiridos ao longo da revisão da literatura e da experiência prática como treinador, o contato com os outros treinadores, as reuniões periódicas definidas pelo coordenador do clube, o debate de ideias e opiniões com os outros treinadores permitiram-me evoluir como treinador e como homem.

No que diz respeito ao treino propriamente dito, e a escolha da metodologia de treino a utilizar, verificamos que a Periodização Tática, permitiu-nos atingir uma qualidade de jogo muito satisfatória. Assim, apesar de não termos atingido os objetivos competitivos a que nos propusemos, conseguimos evidenciar uma ideia de jogo positiva, de valorização da posse e uma atitude competitiva que foi reconhecida dentro e fora do clube.

Depois de evidenciados alguns dos principais autores em relação a esta forma de pensar o treino e o jogo, pensamos ter sido pertinente a definição dos principais princípios que queríamos ver evidenciados no nosso “jogar”, das estratégias que iríamos utilizar para transmitir esses mesmos princípios aos jogadores e de que forma iríamos intervir no processo de treino para atingirmos esse objetivo. A estruturação destes princípios pelos momentos de jogo considerados, foi de uma importância extrema no atingir de uma identidade coletiva, que proporcionou o estreitar dos laços de afetividade dentro do grupo de trabalho, ajudando a potenciar a união dentro do

plantel e a orientação para os objetivos competitivos da equipa. A organização e estruturação destes conteúdos deu corpo ao nosso Modelo de Jogo “construído”.

Consideramos o Modelo de Jogo como algo “construído” pelo treinador devido à natureza individual do mesmo. De facto, pensamos que o Modelo de Jogo é “construído” pelo treinador porque nasce das convicções e ideias de jogo do mesmo e depende do contexto em que se enquadra. Para além disso, revela-se um processo dinâmico e em constante reconstrução por parte do treinador.

Em relação a todo este processo de desenvolvimento do nosso “jogar”, evidenciamos a necessidade de treinar em “especificidade”, subordinando todo o processo de treino aos princípios/comportamentos, identificados no nosso Modelo de Jogo e que sustentam a nossa forma de jogar.

Em relação a este ponto, é importante referir que reconhecemos o caráter eminentemente tático do jogo de Futebol. Assim, entendemos que o desenvolvimento da tomada de decisão no atleta, deve ser solicitado dentro dos princípios metodológicos considerados. A construção de exercícios que evidenciem a necessidade do atleta analisar o contexto para poder tomar a melhor decisão deve ser uma das prioridades no treino de jovens. Assim, a tomada de decisão do atleta não deverá ser comandada pelo treinador e conseqüente processo de treino, pois não se tratam de respostas mecânicas onde o jogador espera por um estímulo de forma a responder conforme previsto. O jogo é demasiado imprevisível para que assim seja, logo as decisões são da autonomia dos jogadores que com o processo de treino deverão ser capazes de encontrar no jogo as informações do contexto mais relevantes para ele e para a equipa, mas sempre dentro de um padrão coletivo de resposta. Tal ideia é corroborada por Queiroz (2003) & Araújo (2010).

De facto, quanto melhor estiverem adquiridos os princípios do Modelo de Jogo, reduzindo a imprevisibilidade do nosso “jogar”, mais liberdade mental terão os jogadores para acrescentar o detalhe e a criatividade ao jogo. Assim, o que pretendemos não é limitar o potencial de ação dos jogadores, mas sim permitir que estes possam evidenciar a sua criatividade e liberdade de decisão, tendo em conta os referenciais coletivos da equipa.

Evidenciamos, em relação aos princípios metodológicos que estiveram inerentes ao momento de intervenção profissional no clube, o princípio da progressão complexa que nos permitiu, ao longo da época, ajustar o treino e o exercício de treino à evolução

dos jogadores, permitindo a assimilação mais facilitada dos princípios do nosso Modelo de Jogo.

Tivemos igualmente a preocupação de organizar o processo de treino tendo em consideração a alternância horizontal em especificidade, que nos permitiu trabalhar sempre em intensidade elevadas relativas, gerindo o esforço físico e mental dos atletas.

Uma das nossas maiores preocupações em termos metodológicos refere-se ao princípio das propensões. De facto, permitiu-nos atuar na criação de contextos propícios a determinadas aquisições, dos princípios e comportamentos desejados. A importância destes princípios metodológicos é corroborada por Amieiro, Oliveira, Resende e Barreto (2006); Faria (2007).

Este período de intervenção prática, onde pudemos pôr em prática muitos dos conhecimentos assimilados durante o Mestrado em Desporto e Atividade Física, reforçou, no nosso entendimento, a necessidade de o Treinador de futebol jovem revelar competências nas mais variadas áreas de intervenção. Esta foi também uma das preocupações da nossa pesquisa, apresentada na segunda parte deste relatório.

Deste modo, verificamos que a maioria dos treinadores de futebol jovem no concelho de Viseu são jovens, com formação académica e técnica. Verificamos também que a maioria possui experiência como atleta na modalidade superior a cinco anos, mas são inexperientes em relação à função de treinador. Por outro lado, a grande maioria encontra-se a treinar atletas dos escalões etários mais novos. A juventude e a inexperiência na tarefa parece, de facto, ser um traço marcante na amostra de treinadores.

Verificámos que os treinadores, no seu geral, atribuem maior importância às competências “científico-pedagógicas”, nomeadamente às competências relacionadas com as tarefas do dia-a-dia do treinador, como “conhecimentos técnico-táticos da modalidade”, “conhecimentos de planeamento do treino” ou a “capacidade de operacionalizar a transmissão de conteúdos”. Destacamos, nas competências mais valorizadas o “demonstrar motivação para a atividade e para a progressão na carreira”, aspeto valorizado por uma amostra jovem mas ambiciosa profissionalmente. Por outro lado, os treinadores tendem a desvalorizar as competências mais “marginais” ao quotidiano do treinador, como sejam “conhecimentos sobre doping”, “conhecimentos sobre a gestão de carreiras desportivas dos jogadores” ou “conhecimentos sobre violência no desporto”.

Em relação à atribuição de níveis de importância, por parte dos treinadores, ao perfil de competência do treinador de jovens, verificamos que, de forma geral, os treinadores mais novos tendem a atribuir maior valorização a competências como “capacidade de transmitir o conteúdo informativo de uma forma eficaz”, “conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais” e na “capacidade de se autoanalisar/avaliar”. Por outro lado, os treinadores mais velhos atribuem maior importância à capacidade de “potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal”.

Verificamos igualmente, que os treinadores com formação superior na área de Educação Física ou Desporto atribuem, de forma geral, maior importância às competências de “gestão e, de forma ainda mais significativa, às competências “científico-pedagógicas”, competências essas claramente mais relacionadas com o trabalho quotidiano do treinador no desempenho da sua função.

Quanto maior for o grau de formação técnica, maior é a atribuição de importância, por parte dos treinadores, ao “dominar a legislação que regulamenta o sistema desportivo”. Os treinadores com formação técnica, atribuem maior importância ao “potenciar uma interligação positiva entre a atividade e a vida pessoal” do que os treinadores sem formação técnica.

Na abordagem seguinte, verificamos que os treinadores com experiência de prática como jogador atribuem maior importância aos “conhecimentos sobre a gestão de conflitos”. Por outro lado, os treinadores com experiência de prática como jogadores de nível distrital atribuem maior importância aos “conhecimentos que permitam otimizar a relação com os pais” do que os treinadores com nível de prática nacional ou superior. Em relação ao tempo de prática como atleta, verificou-se que quanto maior o tempo de prática, maior é a importância atribuída aos “conhecimentos sobre a gestão de conflitos”.

Os treinadores com mais de 10 anos de experiência atribuem maior importância aos “conhecimentos sobre a facilitação das relações interpessoais”, “possuir competências para reajustar a atuação profissional” e “potenciar uma interligação positiva entre a atividade e a vida pessoal” em relação aos menos experientes. Por seu lado, os treinadores menos experientes profissionalmente, atribuem maior importância aos “conhecimentos de anatomia e fisiologia do esforço” em relação aos treinadores com níveis de experiência média (cinco a nove anos de experiência).

Por último, verificou-se que os treinadores a treinar escalões etários mais novos atribuem maior valorização aos “conhecimentos que permitam otimizar a relação com

os pais” e “conhecimentos sobre a formação pessoal e social” do que os restantes. Por sua vez, os treinadores a treinar os escalões etários mais velhos atribuem maior importância aos “conhecimentos de anatomia e fisiologia do esforço” e “potenciar uma interligação positiva entre a sua atividade e a vida pessoal” do que os que treinam escalões mais novos. Os treinadores a treinar escalões que jogam futebol de 11 (iniciados/juvenis/juniores) atribuem maior importância ao “nível de recuperação após o esforço” em relação aos treinadores dos escalões do futebol 7.

Em relação a esta parte de investigação ação, concluiu-se que a escolaridade é o grande fator de variabilidade na perceção do perfil de competências (resultado corroborado por Costa, 2005) e que a idade, a experiência profissional e o escalão etário em que desempenham a função introduzem alguma variabilidade no mesmo perfil. Quanto à formação técnica, nível e tempo de prática como atleta, conclui-se que a perceção do perfil de competências é, de um modo geral, homogénea.

Paralelamente à caracterização dos treinadores de futebol jovem do concelho de Viseu, este estudo da perceção dos perfis de competência do treinador de futebol jovem, revela-se fundamental para a adequação de modelos de formação direcionados para esses perfis. Esta adequação permitiria a melhoria da qualidade da formação técnica dos treinadores e, conseqüentemente, da melhoria das competências do treinador de jovens (Louro & Nunes, 2007).

Em conclusão, evidenciamos que a nossa formação enquanto treinador de futebol deve estar compreendida numa dinâmica constante de procura do novos conhecimentos, que permitam a evolução dos diferentes saberes e valores desportivos, para que o treinador se possa adaptar à evolução do Futebol e das variáveis que o rodeiam, dotando-se de novas e melhores competências que lhe permitam intervir, de forma coerente e eficaz, no processo de desenvolvimento do jovem enquanto praticante da modalidade e enquanto futuro Homem de uma sociedade que se pretende que possa ser mais justa, competitiva, honesta e solidária.